

## Abstract

---

### Abstract

Aktuell verändert sich das öffentliche Bild der Kinder, im Vergleich zu vorherigen Generationen, zu einer mit schlechten Essgewohnheiten, geringerer Bewegungsbereitschaft und einer reduzierten motorischen Leistungsfähigkeit (Brettschneider et al. 2006, S. 26). Die Gesundheitsförderung greift an diesem Punkt ein und umfasst Maßnahmen, die die Stärkung der eigenen Gesundheit zum Ziel haben (Steinbach 2011). Zu diesen Maßnahmen zählen u.a. eine gesunde Ernährung und genügend Bewegung, die nachgewiesen einen positiven Effekt auf die Gesundheit haben (World Health Organization 2010).

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit der Gesundheitsförderung von Grundschulern<sup>1</sup>. Ziel ist es, mit Hilfe einer eigens konstruierten Testbatterie die Entwicklung der motorischen Leistungsfähigkeit zu analysieren. Dazu werden insgesamt 190 Grundschüler der zweiten (Ø 7,39 Jahre) sowie der vierten (Ø 9,45 Jahre) Klasse hinsichtlich ihrer Motorik getestet. Die Einteilung der motorischen Fähigkeiten erfolgte zu diesem Zweck in Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination sowie Beweglichkeit nach Bös et al. (2004).

Die Untersuchung der motorischen Fähigkeiten kam zu dem Ergebnis, dass sich die Motorik zwischen der zweiten und der vierten Klasse steigert. Nahezu alle Fähigkeiten verbessern sich in diesem Zeitraum. Die Kinder werden mit zunehmendem Alter insgesamt schneller, stärker, beweglicher sowie koordinativ besser. Die Ergebnisse zeigen zudem, dass das Übergewicht von 7 % der Zweitklässler auf 17,9 % in der vierten Klasse zugenommen hat und die Mädchen (15,6 %) häufiger übergewichtig sind als die Jungen (7,9 %).

---

<sup>1</sup> Personenbezeichnungen beziehen sich sowohl auf Frauen als auch auf Männer. Aus Gründen der Lesbarkeit wird auf die Nennung beider Formen verzichtet.