

## HILDEN

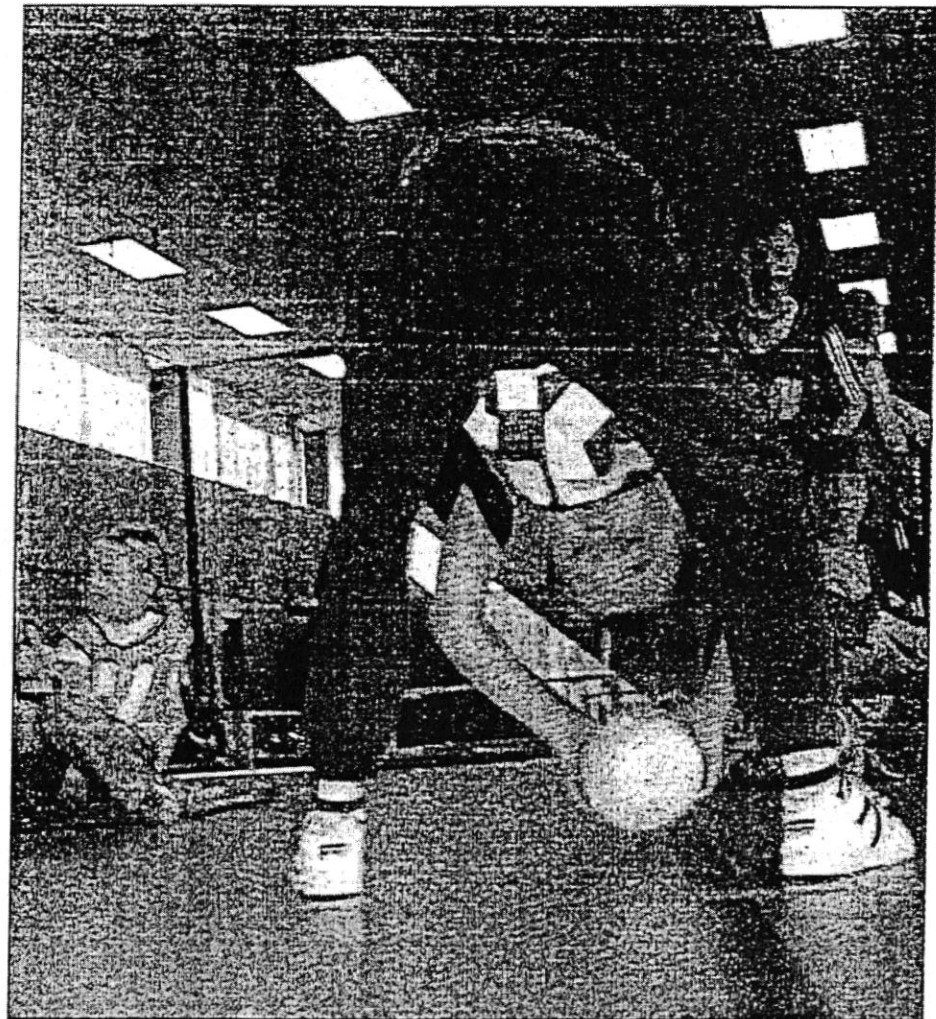
## Fitness steht auf dem Prüfstand

An den  
Grundschulen  
läuft zurzeit der  
Sport-Check  
für alle  
608 Schüler der  
zweiten Klassen.

Von Michael Kremer

Anna versucht sich mit Sit-Up, Tim wirft mit ganzer Kraft einen kleinen Medizinball durch die Halle und Pascal zielt mit einem Ball auf ein dreifarbiges Quadrat, das mit Klebestreifen an die Wand gehängt wurde. Weil ihre Turnhalle an der Hofeldstraße abgerissen wird, waren die zweiten Klassen der Wilhelm-Hüls-Schule gestern in der Turnhalle an der Lortzingstraße sportlich aktiv. Aber es ist ganz offensichtlich kein normaler Sportunterricht, denn jedes Kind der Klasse 2a trägt ein rotes, nummeriertes Leibchen - und jede Gruppe wird von einem Studenten begleitet. Er erklärt den Kindern den Ablauf der acht Übungen und notiert ihre Leistungen.

Die Studenten kommen von der Uni Wuppertal, auch ihr Projektleiter, Privat-Dozent Theodor Stemper, ist dabei. „Wir wollen Daten sammeln“, erklärt er, „das Interesse seiner Fakultät an den sportlichen Leistungen der hildener Schüler. Die nehmen an einem „Check“ genannten „medizinischen Komplextest“ teil. Diesem Fitness-Test werden seit Montag (bis Anfang April) alle 608 Zweitklässler und alle Schüler der Ferdinand-Lieven-Schule unterzogen. Die Leistungen der Schüler werden anonymisiert und an der Uni Wuppertal wissenschaftlich ausgewertet. Die Akademiker erhalten dadurch grundsätzliche Erkenntnis-



Einen Ball durch die Beine gegen die Wand werfen, umdrehen und ihn wieder auffangen - die „Ball-Beine-Wand“-Übung (hier mit Fabian) beim Sport-Check der Zweitklässler hat es in sich.

Foto: tho

se über den Fitnessstand von Schülern, die ebenfalls vom Test profitieren.

Nach der Auswertung kommen die Daten zurück nach Hilden, wo sie von der städtischen Sportkoordinatorin Claudia Wachendorf wieder dem entsprechenden Schüler zugeordnet werden. Dann können daraus Empfehlungen für jeden einzelnen Schüler erarbeitet werden: In welcher Sportart kann er seine Stärken am besten einbringen? Wo hat er Schwächen? Muss er speziell gefördert werden? Ist er

besonders talentiert?

Das Ganze ist Teil des Sport- und Bewegungsmodells der Stadt Hilden und hat das Ziel, „die Kinder zu lebenslanger, sportlicher Aktivität zu motivieren“, so Wachendorf. Deswegen gibt es für alle Schüler nach dem Test auch eine Urkunde, „das motiviert zusätzlich“, sagt Jugend- und Sportamtsleiterin Jutta Panke. Fraglich ist allerdings, ob diese zusätzliche Motivation überhaupt notwendig ist. Die Kinder sind mit Begeisterung bei der Sache. „Die Klasse ist auch im Unterricht sehr moti-

viert“, bescheinigt Klassenlehrerin Claudia Psula. Gestern waren sie noch konzentrierter bei der Sache. „Es macht ja auch Spaß“, sagt Karina, auch wenn sie zugeibt, dass die „Ball-Beine-Wand“-Übung „ganz schön schwer“ ist. Da ist der 20-Meter-Sprint schon einfacher, der bei jedem Kind mit einem satten Klatscher gegen die an die Wand gestellte Sprungmatte endet. Bei dieser Übung zeigt sich auch, wie motiviert die Kinder sind: Fast alle laufen zum Ausgangspunkt zurück.

► [www.check-duesseldorf.de](http://www.check-duesseldorf.de)

# Fitness-Check

R10243.06

Wie fit sind Hildens Zweitklässler? Mit ihrem **Bewegungskonzept** will die Stadt motorische Stärken und Schwächen der Kinder aufdecken, anschließend **Talente fördern** und andere an **Sport** und Bewegung heranführen.

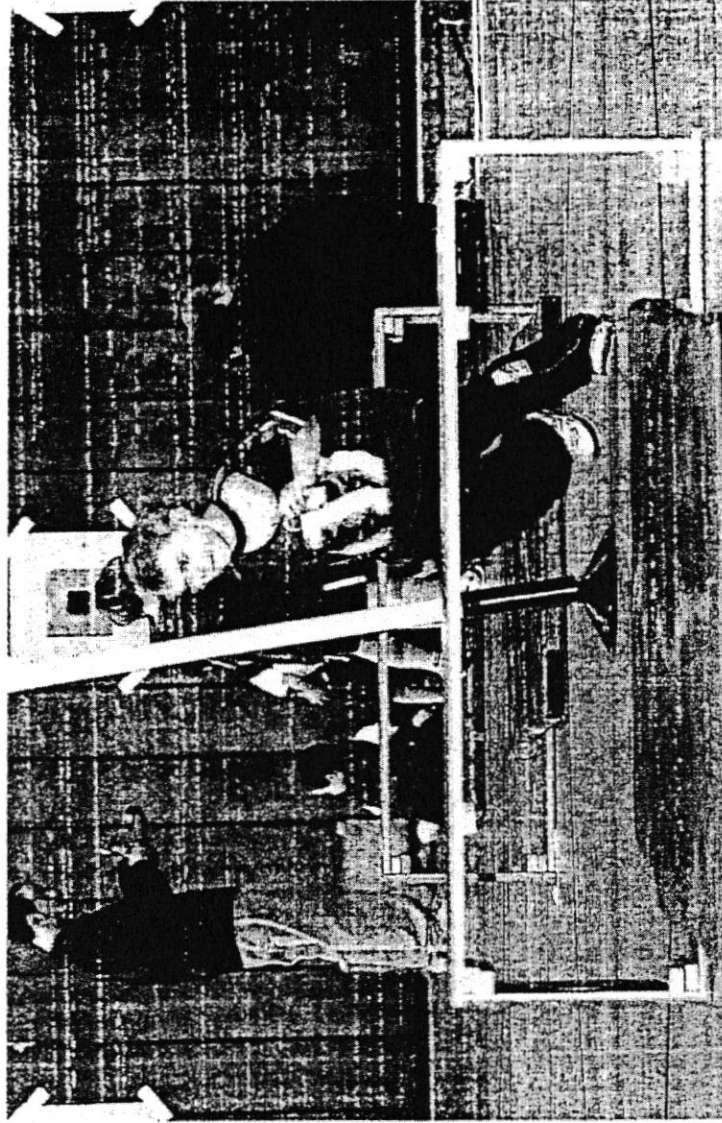
VON SABRINA TIIGNER

HILDEN Paul aus der Klasse 2a geht in Startposition. „Auf die Plätze, fertig, los!“, ruft ihm Student Ingmar Gettmann zu. Der Siebenjährige flitzt los und fliegt nach 4,2 Sekunden und 20 Metern ins Ziel. Als nächste rennt Karina los. 3,9 Sekunden, bisher Tagesbestzeit. „Oh holt“, stöhnt Paul. Dennoch ist seine Zeit gut. Als F-Jugend-Fußballer beim VfB Hilden muss der Schüler oft sprinten. Viele Kinder sind nicht so sportlich wie er, haben motorische Probleme. Wie fit die kleinen Hildener sind, testeten die Stadt und die Bergische Universität Wuppertal gestern mit den Zweitklässlern der Wilhelm-Hüls-Schule. Insgesamt zwölf Grundschulen nehmen an dem motodiagnostischen Komplextest „Check“ teil. Die Fitness von 608 Schülern in 25 Klassen steht auf dem Prüfstand.

Die Kinder bewältigten einen Hindernis-Parcours, trafen mit Bällen eine Zielscheibe, warfen Bälle durch die Beine gegen eine Wand und fingen sie wieder, sprinteten 20 Meter, machten Sit-ups, warfen Medizinbälle, liefen sechs Minuten und ließen mit der Rumpftiefenbeuge ihre Dehnfähigkeit messen. Die Studenten der Uni Wuppertal wogen die Kinder außerdem und maßten ihre Größe. Mit den Übungen wurden Beweglichkeit, Koordination, Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft, aber auch die Merkfähigkeit überprüft.

## Mit motorischen Defiziten

Die Daten werten die Wuppertaler Sportwissenschaftler um Dr. Theodor Stemper vertraulich aus. Stemper testet bereits seit 2003 Düsseldorf Kindertagesstätten und Schulen. Durch die Daten kann die



Auf die Plätze, fertig, los! **Schnelligkeit** und **Geschicklichkeit** waren gestern beim Fitness-Check in der Wilhelm-Hüls-Schule gefragt. Studenten der Uni Wuppertal registrierten die Ergebnisse.  
RP-FOTO: CHRISTOPH GÖTTER

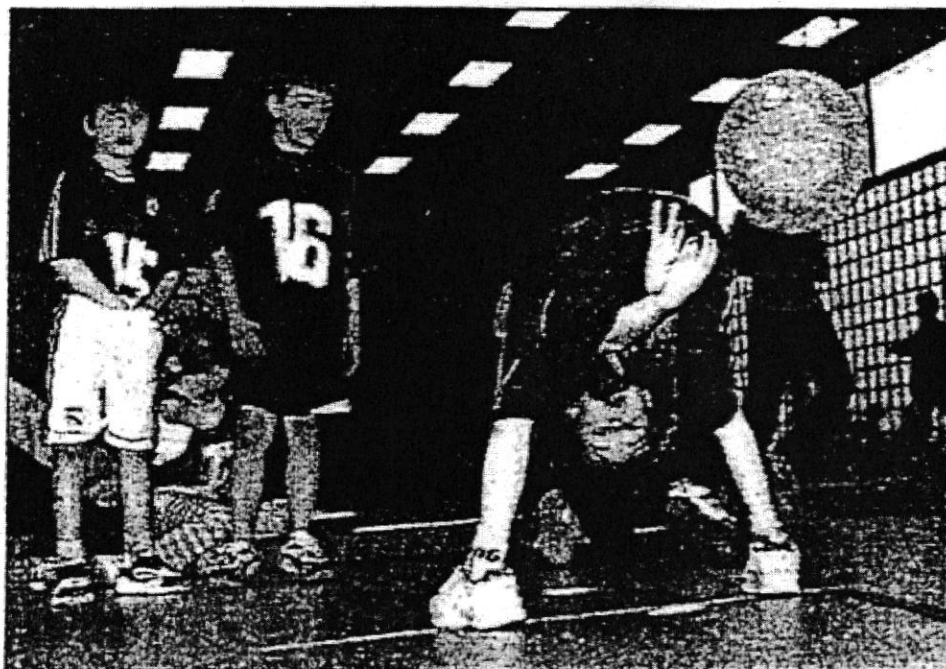
## INFO

### Wer und wann?

**Schulen** Am motodiagnostischen Komplextest „Check“ beteiligten sich die Adolf-Kolping-, Adolf-Reichwein- und Astrid Lindgren-Schule, die Schulen am Elbsee, im Kalster, an der Schulstraße und Walder Straße, die Walter-Wiederhold-, Wilhelm-Busch, Wilhelm-Hüls-, Ferdinand-Lieven- und Freie Christliche Schule.

**Zeitraum** Stadt und Uni testen seit Montag und noch bis zum 6. April.

merzten. Mehr Bewegung scheint nötig zu sein. „In den letzten Jahren wurden manche Kinder immer un-sportlicher. Dadurch sind auch mehr Übergewichtige“, weiß Cornelia Elsen, Sportlehrerin der Wilhelm-Hüls-Schule. „Aber den Freiraum zum Spielen gibt es nicht mehr wie früher.“ Die Kinder seien darauf angewiesen, dass Eltern sie in Vereine bringen. „Viele unserer Mitglieder haben Zivilisationskrankheiten. Hätte es den Check vor 20 Jahren gegeben, hätte ihnen das viel erspart“, sagt Frank Ickler, Geschäftsführer der Gmünder Er-satzkasse, die das Projekt unter-stützt.



Pascal (6) muss den Ball durch seine Beine an eine Wand werfen und anschließend wieder auffangen. (Foto: Judith Michaelis)

NRZ  
24.3.06

## Alles fit ?

**TEST** / In diesen Tagen wird überprüft, wie sportlich die Hildener Grundschüler sind.

**HILDEN.** Pascal (6) beugt sich nach vorne, guckt zwischen seinen Beinen hindurch, holt ein paar Mal Schwung, wirft, dreht sich um – und verpasst den Ball auf seinem Rückweg. „Ganz schön kompliziert“, sagt er. In der Tat: Einige der Übungen, mit denen in diesen Tagen die Fitness der rund 600 Hildener Zweitklässler getestet wird (NRZ berichtete), sind durchaus anspruchsvoll. Schließlich sollen mit dem „Motodiagnostischen Komplextest“ unterschiedliche Fähigkeiten überprüft werden.

„Wir testen Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination der Kinder“, erklärt Claudia Wachendorf, Sportkoordinatorin der Stadt. Wissenschaftler der Uni Wuppertal begleiten die Steppkes durch acht verschiedene Übungen, notieren sich die Ergebnisse und werten diese anschließend aus.

Am späten Vormittag wird die 2a der Wilhelm-Hüls-Schule in der Turnhalle an der Lortzingstraße getestet. „Gut!“, antwortet der neunjährige Daniel auf die Frage, wie es ihm gefalle. Und auch ein zweiter Pascal, acht Jahre alt und Daniels „bester Freund“, findet die Aktion „echt cool“.

An Begeisterung fehlt es den Jungen und Mädchen ohnehin nicht: Die Kleinen wetzen mit hochkonzentriertem Blick durch die Halle, vergleichen nach jeder Station ihre Ergebnisse. Und zeigen sich etwas enttäuscht, dass auf der Urkunde, die alle bekommen, keine Bewertung steht. Die wird es voraussichtlich Ende Mai geben. Dann, erklärt Claudia Wachendorf, „wollen wir anhand der Daten Empfehlungen aussprechen.“ Es wird sich also zeigen, wie fit die Hildener Zweitklässler sind. (shu)