

Bericht zur Sport-, Bewegungs- und Gesundheitsförderung der Stadt Hilden 2013

Inhalt:

- 1. Sport, Bewegungs- und Gesundheitsförderung der Stadt Hilden**
- 2. Netzwerk „Sport“**
- 3. Das Sport- und Bewegungsmodell der Stadt Hilden**
 - 3.1. Ziele und Komponenten**
 - 3.2. Maßnahmen/ Kooperationen**
 - 3.3. Motodiagnostischer Kompletttest - Ergebnisse 2013**
- 4. Allgemeine Ergebnisse bis 2013**
- 5. Weitere Maßnahmen**
 - 5.1. Schwimmförderung/ Wassergewöhnung**
 - 5.2. Leichter Fit**
- 6. Menschen im „besten Alter“**
- 7. Ausblick**

Herausgegeben von der Stadt Hilden
Der Bürgermeister
Amt für Jugend, Schule und Sport

1. Sport, Bewegungs- und Gesundheitsförderung der Stadt Hilden

Hilden ist eine sportfreundliche Stadt. Neben der Implementierung und Fortführungen sport- und gesundheitsbezogener Projekte und Maßnahmen sind sehr gute sportinfrastrukturelle Rahmenbedingungen für Schulen, Vereine und die Öffentlichkeit gegeben. Verwaltung und Politik erkennen schon seit Jahren die positive Wirkung von Sport und Bewegung auf die gesundheitliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen sowie die Gesunderhaltung erwachsener Menschen. Der Präventionsgedanke und die damit einhergehende Idee der Verbesserung von Lebensqualität spielt bei der Konzipierung und Umsetzung von Projekten zur Sport- und Bewegungsförderung und Gesundheitsprävention eine entscheidende Rolle.

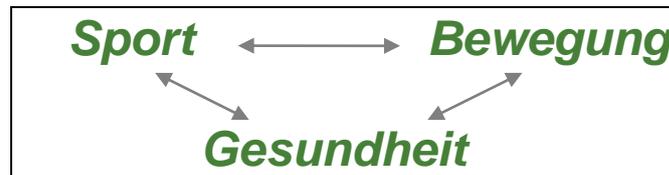


Abb. 1: Dreiklang

Neben dem Fokus auf die Förderung von Kindern und Jugendlichen, sind die Sensibilisierung und Motivation von Erwachsenen und älteren Menschen, sowie Seniorinnen und Senioren für Sporttreiben zur eigenen Gesunderhaltung ebenfalls von Belang. Folgende Leitmotive für das Hildener Modell und der Zielsetzung der Sport-, Bewegungs-, und Gesundheitsförderung sind in Anlehnung an den „Pakt für den Sport“ des Landes NRW Grundlage zur Ideenfindung und zur Umsetzung des Präventionsgedanken:

- ✓ Sport für Alle
- ✓ Zusätzliches qualifiziertes Personal für Kindertageseinrichtungen
- ✓ Individuelle Förderung von Kindern und Jugendlichen
- ✓ Sport- und Gesundheitsförderung im Ganztage
- ✓ Jugend und junge Erwachsene zu „neuem“ Sport motivieren
- ✓ Einbindung sozial Benachteiligter und Bildungsferner
- ✓ Mehr Chancen für Mädchen und Frauen im Sport
- ✓ Unterstützung von Menschen im „Besten Alter“
- ✓ Talentförderung
- ✓ Inklusion

2. Netzwerk Sport

Das Netzwerk „Sport“ trägt erheblich zum Gelingen neuer Projekte und zum Erhalt bereits etablierter Maßnahmen bei und führt durch seine Lebendigkeit dazu, die Sportbe-

geisterung, Bewegungsförderung und Gesundheitsprävention in Hilden als Qualitätsmerkmale zur sportgerechten Stadt festzusetzen. Es führt zur aktiven Lenkung und Steuerung und ist Kooperationsinstrument aller Akteure und Partner des Sports in der Stadt Hilden.

Das Netzwerk „Sport“ hat in den letzten Jahren an beachtlicher Größe zugenommen. Neben der Sportorganisation konnten kommerzielle Gesundheitsanbieter, Ärzte, Krankenkassen sowie andere Sachgebiete und Ämter der Stadt Hilden einbezogen werden. Selbstverständlich sind Schulen ebenso darin vernetzt wie Kindertageseinrichtungen.

Als Kooperationspartner und zum Austausch vorhandener Daten sind benachbarte Kommunen und Städte von hoher Wichtigkeit. Die Zusammenarbeit und der Aufbau von Partnerschaften mit Religionsgemeinschaften und wirtschaftlichen Unternehmen sowie freien Trägern von Sport und Bewegung tragen weiter zum Ausbau des Netzwerks „Sport“ bei. Es ist gelungen, Partner im Kreis Mettmann, in der Stadt Düsseldorf, in den Universitäten Düsseldorf, Wuppertal und Ulm und im Medizinischen Dienst der Krankenkassen zu finden. Eine Übersicht über die Organisationsstruktur des Netzwerks „Sport“ bietet folgendes Schaubild:

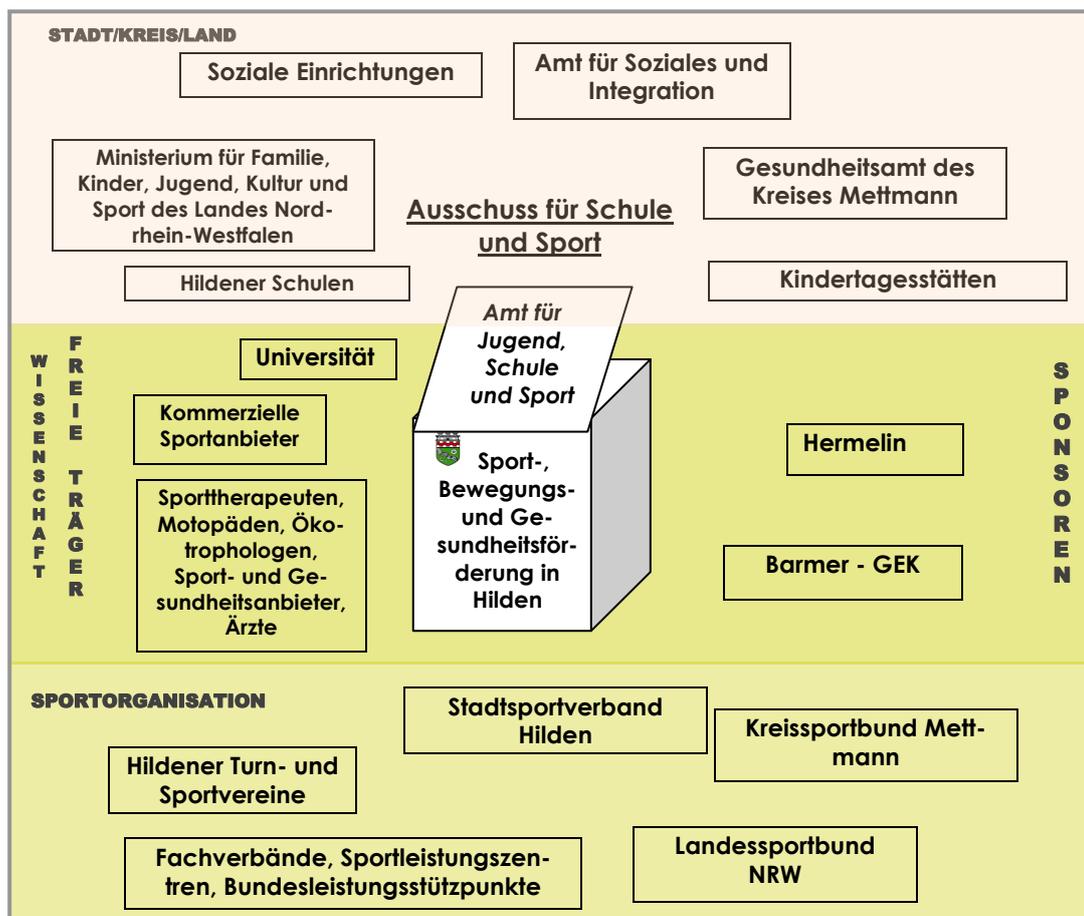


Abb. 2: Netzwerk „Sport“

3. Das Sport- und Bewegungsmodell der Stadt Hilden

Im Jahr 2005 wurde im damaligen Ausschuss für Schule, Sport und Soziales als weiterer Baustein für eine sport- und bewegungsfreundliche sowie kinder- und familienfreundliche „gesunde“ Stadt ein Konzept zur Sport- und Bewegungsförderung beschlossen. Das Modell richtet sich unter ganzheitlichen Gesichtspunkten und dem Aspekt der Sport-, Bewegungs- und Gesundheitsförderung an die Kinder und Jugendlichen der Stadt Hilden und nimmt sich einerseits des Bewegungsmangels und der schlechter werdenden motorischen Leistungsfähigkeit der Heranwachsenden und andererseits ihrer sportlichen Talente an. Außerdem spielt die größer werdende Gewichtsproblematik eine entscheidende Rolle.

3.1. Ziele und Komponenten

Die Zielsetzung des Sport- und Bewegungsmodells der Stadt Hilden orientiert sich an der Schaffung von Möglichkeiten und Chancengleichheit für Kinder und Jugendliche im Hinblick auf bedarfsgerechtes und individuelles Sporttreiben. Das bereits vielseitige Angebot in der Stadt Hilden soll zusammengefasst dargestellt und die Zugänge für alle Zielgruppen vereinfacht werden. Die Möglichkeiten, die sich Kindern und Jugendlichen durch Sport und Bewegung z.B. hinsichtlich ihrer Konzentrationsfähigkeiten und des Aggressionsabbaus bieten, sollen durch die Vernetzung mit den anderen Sachgebieten des Amtes für Jugend, Schule und Sport besonders erschlossen werden. Neben der Förderung von Kindern und Jugendlichen besitzt die Beratung für Familien zu den Themen Sport, Bewegung und gesunde Ernährung und deren Auswirkungen einen hohen Stellenwert. Auch die Vereinsförderung und die Verbesserung der Sportaktivenquote spielen eine entscheidende Rolle. Gesundheitspotentiale sollen erhöht und gebündelt werden. Der Effekt der Kostensenkung durch Prävention und der damit einhergehende gesellschaftlichen Mehrwert sind ebenfalls nicht zu vernachlässigen. Die für die Kinder wichtigen Lebensräume Familie/Schule/Kita/Freizeit (Sportverein) sollen inhaltlich ins Gleichgewicht gebracht. Eine Verzahnung der Bereiche und geplanter Maßnahmen ist unabdingbar und muss das Gesamtwohl und die Steigerung der Lebensqualität von Kindern und deren Familien in den Mittelpunkt stellen. Die Weiterentwicklungen und Veränderungen bzw. gesellschaftlichen Anpassungen der Institutionen (z.B. Ganztagschule, KiTa...) in denen sich die Kinder und auch Jugendliche „zu Hause“ fühlen sollen, bedingen die Notwendigkeit zum Einklang und zur Zusammenarbeit.

Das folgende Schaubild macht die institutionellen Komponenten des Sport- und Bewegungsmodells und deren entscheidenden Inhalte deutlich:



Abb. 3: Komponenten des Sport- und Bewegungsmodells

3.2. Maßnahmen/ Kooperationen

Durch das Sport- und Bewegungsmodell der Stadt Hilden sind viele sportliche Zusammenschlüsse entstanden. Darüber hinaus war das Modell Anlass für die Planung und Umsetzung neuer Projekte und Ideen. Unter der Zielsetzung, allen Kindern und Jugendlichen ein möglichst vielseitiges Sport- und Bewegungsangebot darzubieten und in individuellen Fällen persönliche Beratungen anzubieten und Empfehlungen auszusprechen, sind die Möglichkeiten der Vernetzung gewachsen und haben sich stark verdichtet. Schulen und Kindertageseinrichtungen werden in der Planung und Umsetzung bewegungs- und gesundheitsorientierter Programme unterstützt. Aus Sicht der Sportorganisation wird die Durchführung kooperativer Angebote mit Kita und Schule gefördert und gefordert. Der Ausbau des gebundenen und offenen Ganztags sowie Ganztagsklassen wird besonders durch die Steigerung der Zusammenarbeit zwischen Schulen und Sportanbietern in den Bereichen Sport, Bewegung, Gesundheit stark gestützt. Durch Rückkopplungsmöglichkeiten im Rahmen einer Qualitätssicherung, haben alle Beteiligten jederzeit die Möglichkeit, sowohl die Vernetzungsstrukturen als auch die Inhalte der Angebote zu optimieren und anzupassen. Durch die hohe Anpassungsfähigkeit des Sport- und Bewegungsmodells ist es möglich, jederzeit neue Angebote zu generieren und in Settings zu implementieren, sich an bestehende Netze anzudocken und in laufende Projekte hineinzufinden.

Die im Folgenden dargestellten Kooperationen und Aufbauprogramme wurden unter Berücksichtigung der vorhandenen Rahmenbedingungen und Ressourcen entwickelt und implementiert. Eine große Rolle spielen dabei nicht nur die Kooperationspartner/innen sondern ebenso die Bereitswilligkeit Dritter, zielführende Zusammenschlüsse anzustoßen und zu unterstützen.

1. Motopädie/Bewegungsförderung

Seit Beginn des Sport- und Bewegungsmodells finden zentral zwei Angebote für motorisch schwache Kinder statt. Es werden Kinder eingeladen, bei denen aufgrund verschiedener Diagnoseverfahren zu erkennen ist, dass motorische Schwächen vorhanden sind. Ein Diagnoseverfahren ist der Motodiagnostische Komplextest CHECK!, der in Punkt 3.3 erläutert wird. Die Gruppen sind bis maximal 10 Kinder stark. Weitere Angebote zur Förderung motorisch schwacher Kinder finden zentral und auf Anfrage an den Schulen und Kindertagesstätten statt. Die Möglichkeiten zur Einbindung einer entsprechenden Fachkraft bzw. zur Durchführung zielgerichteter Angebote reichen von außerunterrichtlichen freiwilligen AGs, über Rhythmisierung der Unterrichtszeit bis hin zu Veränderung des Sportunterrichts. Auch zwei städtische Kitas nehmen das externe Angebot zur motorischen Förderung wahr. Der Übungsleiter hat vor Ort besonderen Zugang zu den Jungen und kann durch gezielte Übungen und methodisches Geschick den Kindern helfen, Aggressionen abzubauen und körperlichen Dysbalancen entgegenzuwirken.

2. Talentförderung

Ebenfalls seit Beginn des Sport- und Bewegungsmodells findet an der Gemeinschaftsgrundschule Am Elbsee eine Talentförderung für sportlich begabte Kinder statt. Talentsichtungstage der Sportvereine helfen den Kindern und Familien, in eine Sportart hinein zu schnuppern.

3. Reitsport/Voltigieren

Die Maßnahme findet rotierend an allen Schulen statt. Durch das Angebot „Voltigieren“ wird den Kindern nicht nur motorisch geholfen, sondern auch der Umgang mit anderen Lebewesen/Tieren nahe gebracht. Besonders Kinder mit erhöhtem Förderbedarf können unter dem Stichwort „Inklusion“ hervorragend unterstützt werden. Es wird besonders darauf geachtet, dass die Gruppen heterogen aufgebaut sind. An einer städtischen Kita wird ebenfalls Voltigieren angeboten.

4. Tanz/Gymnastik

Angebote wie Jazztanz, Hip Hop, Cheerleading unterstützen besonders die Mädchen in der positiven Entwicklung des Ausdrucks und des Selbstbewusstseins. Motorische Fähigkeiten werden durch Tanz-AGs gefördert und helfen als Grundlage zur Durchführung anderer Sportarten.

5. Ballsportarten/Rückschlagsportarten

Um die Vielseitigkeit und Ganzheitlichkeit des Sport- und Bewegungsmodells zu wahren, finden ebenfalls AGs in den Sportarten Fußball, Basketball, Handball, Tennis, Volleyball etc. statt.

6. Boxsport

Seit Mitte 2012 haben die Schulen und Kindertageseinrichtungen die Möglichkeit, an einem gemeinsamen Projekt mit dem Boxring Hilden teilzunehmen. In Anlehnung an ein Boxtraining werden die Kinder und Jugendlichen durch ganzheitliche Übungen in ihrer körperlichen und geistigen Entwicklung unterstützt. Der Fokus im Training liegt auf der Verbesserung von motorischen, koordinativen sowie kognitiven Fähigkeiten der Mädchen und Jungen. Weitere Vorteile und besondere Schwerpunkte des Boxtrainings sind: Gewaltprävention/Anti-Aggressionsmaßnahmen, Stärkung des Selbstbewusstseins, Selbstverteidigungsmaßnahmen (im Besonderen für Mädchen), Stressabbau.

3.3. Motodiagnostischer Komplextest - Ergebnisse 2013

Wichtiger Baustein des Sport- und Bewegungsmodells ist der Motodiagnostische Komplextest - CHECK! und Re-CHECK! der auf wissenschaftlicher Basis und nach einheitlichen Standards mit Grundschulkindern in den zweiten und vierten Klassen durchgeführt wird. Herr Prof. Dr. Theodor Stemper (Betriebseinheit Sportwissenschaft an der Bergischen Universität Wuppertal) betreut die Tests in Hilden und nimmt mit wissenschaftlichen Hilfskräften die Auswertung vor.

Seit dem Jahr 2006 findet die Testung statt. Kinder, die bereits in den zweiten Klassen getestet wurden, werden erneut in den vierten Klassen durch den gleichen Test geprüft. Die Retests machen die Wirkungen der Folgemaßnahmen transparent und erleichtern so die Optimierung und Anpassung zielgerichteter Angebote. Es kann ein allgemeiner Überblick über die körperliche Fitness der Hildener Kinder gewonnen werden und in die Planung sport-, schul- und gesundheitspolitischer Maßnahmen einbezogen werden.

Per Informationsschreiben an die Eltern werden diese von der bevorstehenden Testung informiert. Dem Schreiben liegen eine Einverständniserklärung und ein persönlicher Fragebogen bei, mit dessen Hilfe das Sport- und Freizeitverhalten, Vereinszugehörigkeit, Migrationshintergrund, Schwimmfähigkeit, sportbezogene Wünsche u.v.m. abgefragt werden. Die Familien und Schulen werden über die Testergebnisse per Empfehlungsschreiben informiert und regelmäßig auf die bereits beschriebenen Sportangebote bzw. Bewegungs- und Sportförderangebote, die die individuellen Stärken und Schwächen der Kinder berücksichtigen, aufmerksam gemacht. Die Angebote sind in/mit den Sportvereinen in Schule und Vereinssportstätte verankert oder werden an zentralen Punkten zusätzlich durchgeführt. Die Familien haben zudem die Möglichkeit, jederzeit das Angebot zur individuellen und kompetenten Beratung, in den Bereichen Sport, Bewegung, Freizeit, Talentförderung und Ernährung, in Anspruch zu nehmen. Sprachliche Barrieren sowie andere, familiär bedingte Hindernisse können durch die enge Vernetzung der Ämter und anderer Institutionen sehr gut umgangen werden.

Bis zum Testjahr 2013 wurden gesamt 6.858 Kinder getestet, davon waren 3.947 in der zweiten und 2.911 Kinder in der vierten Klasse. Die Teilnehmerquote lag in der Regel bei über 90 %. Kinder, die nicht an der Testung teilgenommen haben, waren entweder krank und konnten auch den Nachholtermin nicht wahrnehmen oder haben keine unterschriebene Einverständniserklärung beigebracht.

2013 aktuell:

Die diesjährige Testreihe fand im Zeitraum 25.02. – 15.03.2013 statt.

CHECK!: Ergebnisse 2. Klassen:

Getestet wurden 464 von 526 „möglichen“ Zweitklässlern. Die Daten von 460 (87,5 % von 526) konnten ausgewertet werden.

21 Kinder der zweiten Klassen (5 %) sind sportlich talentiert, 64 Kinder (13 %) haben motorische Defizite und 375 Kinder (82 %) befinden sich im motorisch „normalen“ Bereich.

3 % der Kinder sind adipös (krankhaft fettleibig) und 7,8 % der Kinder übergewichtig. 3 % der Kinder sind mager.

Re – CHECK!: Ergebnisse 4. Klassen:

In den vierten Klassen wurden 456 von 505 „möglichen“ Kindern getestet. Die Daten von 437 (87 % von 505) Kindern konnten ausgewertet werden.

30 Kinder der vierten Klassen (7 %) sind sportlich talentiert, 59 Kinder (13 %) haben motorische Defizite und 348 Kinder (80 %) befinden sich im motorisch „normalen“ Bereich.

3,9 % der Viertklässler sind adipös (krankhaft fettleibig) und 11,7 % der Kinder übergewichtig. Mit gesamt 15,6 % der übergewichtigen und adipösen Kinder liegen die Werte im Jahr 2013 unter dem Wert des Jahres 2012 (16 %). Die Werte der adipösen Viertklässler liegen mit 0,4 Prozentpunkten unter den Werten der gleichen Kinder im Jahr 2011 (zweite Klasse – CHECK! 2011). 3,0 % der Viertklässler sind mager und 7,1 % untergewichtig.

Die Kinder der vierten Klassen geben mit 66,3 % an (63 % im Jahr 2012), Mitglied in einem Sportverein zu sein. Die Kinder des gleichen Jahrgangs gaben 2011 noch mit 56,3 % an, Sport im Verein zu betreiben. Dabei ist auch zu erkennen, dass 14,3 % der Kinder bereits eine „Vereinskarriere“ hinter sich haben, indem Sie im Fragebogen vermerken, dass sie „früher“ Vereinsmitglied waren. In den zweiten Klassen sind im Jahr 2013 59,5 % der befragten Kinder Sportvereinsmitglied.

4. Allgemeine Ergebnisse bis 2013

Stabile Zahlen in der Vereinszugehörigkeit

Im Fokus des Sport- und Bewegungsmodells steht die Erhöhung der Sportaktivenquote und der Mitgliederzahlen in der Sportorganisation von Kindern und Jugendlichen. In Abbildung 4 ist zu erkennen, dass sich die Mitgliederzahlen der Kinder und Jugendlichen in Hildener Sportvereinen zwischen 7 und 18 Jahren entgegen landesweiter Trends positiv entwickeln.

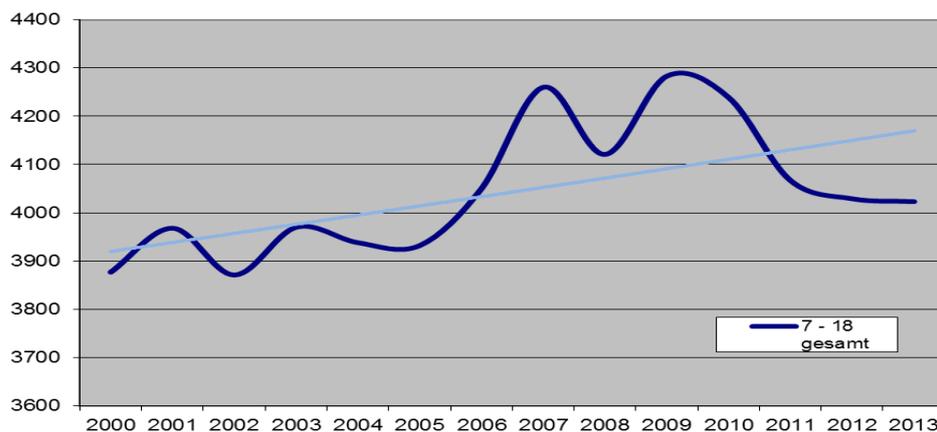


Abb. 4: Mitgliederentwicklung der 7 – 18-Jährigen im Stadtsportverband Hilden

Die positive Entwicklung des Sportorganisationsgrades 7 – 18-Jähriger wird an der folgenden Grafik noch deutlicher. Der Mitgliederanteil, gemessen an der Bevölkerungszahl ist im Vergleich zum Start des Sport- und Bewegungsmodells (2006) um 4,3 Prozentpunkte gestiegen.

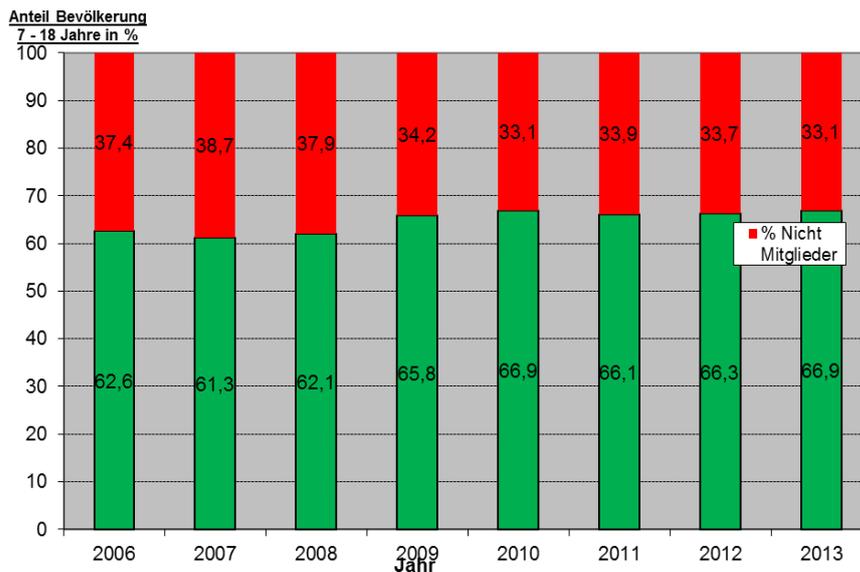


Abb. 5: Mitgliederanteil der 7-18-jährigen, Verhältnis zur Bevölkerung

Schulsportgemeinschaften

Eine Zielsetzung des Sport- und Bewegungsmodells ist die Ausweitung der Nutzung des Angebots von Schulsportgemeinschaften und die Motivierung der Schulen zur Teilnahme an dem Landesprogramm (Ministeriums für Schule und Weiterbildung und Landessportbund NRW). AGs, die in Kooperationen mit Sportvereinen stattfinden können über ein Internetportal angemeldet und teilfinanziert werden. Über allgemeine Schulsportgemeinschaften und Schulsportgemeinschaften mit besonderer Aufgabenstellung hinaus werden auch Talentsichtungs- und Talentfördergruppen gefördert.

Die Bereitschaft von Seiten der Schulen und Vereine ist grundsätzlich vorhanden und hat auch schon zu weitergehenden Kooperationen und Zusammenschlüssen geführt. Hindernisse sind oft unpassende Rahmenbedingungen bzw. zeitliche Überschneidungen mit anderen stattfindenden AGs in der Schule und/oder Übungseinheiten im Sportverein.

Das Antragsverfahren „Aufwandsentschädigung für die Leitung von Schulsportgemeinschaften an öffentlichen Schulen und Ersatzschulen“ wurde zum Schuljahr 2008/2009 auf ein Online-Verfahren umgestellt. Vor dem Hintergrund dieser Umstellung war es nur möglich, die Zahlen für die zurückliegenden fünf Schuljahre darzustellen. Die folgende Grafik stellt die positive Entwicklung der Teilnahme an Schulsportgemeinschaften dar.

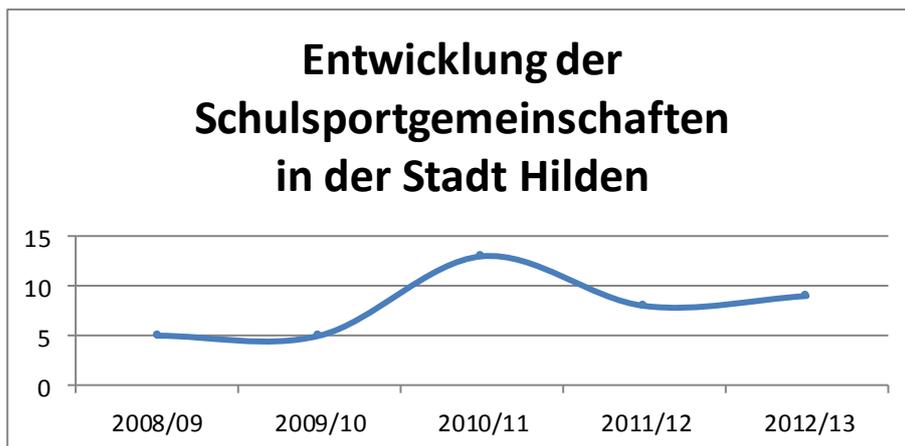


Abb. 6: Entwicklung Schulsportgemeinschaften

Zusammenarbeit mit allen Hildener Kinderärzten und dem Medizinischen Dienst

Die Zusammenarbeit mit den Hildener Ärzten wird enger. Alle Hildener Kinderärzte sind involviert und geben bei entsprechender Indikation Empfehlungen zur Teilnahme an städtischen Programmen heraus. Durch den Medizinischen Dienst konnte z.B. das Programm „Leichter Fit“ zertifiziert und qualitätsgesichert werden.

„neue“ Partner

Sportmediziner, Sportwissenschaftler, Psychologen, Ökotrophologen, Hildener Unternehmen konnten zur Mithilfe und Unterstützung gewonnen werden.

Verzahnung und Schaffung von Synergien im Amt für Jugend, Schule und Sport

Durch sachgebietsübergreifende Projekte und Maßnahmen ist es möglich, positive Effekte für Kinder und Familien aus verschiedenen Milieus zu erzielen. Beispielsweise hat die Planung und Durchführung einer Fortbildungsveranstaltung für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Sozialen Dienstes in Kooperation mit der Psychologischen Beratungsstelle zum Thema „Gesundheitsprävention in betreuten Familien“ zu weiteren Synergien und sachgebietsübergreifenden Austausch bis hin zu offeneren Kontakten mit freien Trägern geführt. Mit der Bildungskoordination konnte des Weiteren durch das Modul „Bewegte Bildung“ ein weiterer bedeutender Baustein festgeschrieben werden.

Auch ist positiv festzuhalten:

- ***Steigerung der Sensibilität für Sport, Bewegung und Gesundheit in allen Ebenen***
- ***Verbesserte Motorik, schlankere Kinder***

- **Steigerung der Familienberatungen zum Thema Sport, Bewegung, Gesundheit**
- **Regelmäßige Fortbildungen**

5. Weitere Maßnahmen

5.1. Schwimmförderung/ Wassergewöhnung

Aufbauend auf das seit 2007 existierende Wassergewöhnung- und Schwimmförderungsprojekt der Stadt Hilden, ist es dem Sportbüro nach Bewerbung im Jahr 2011 gelungen, die Stadt Hilden als eine von fünf Beispielkommunen für das Landesprogramm „Quietschfidel – Schwimmen lernen in ...“ aufzustellen. Grundsätzlich ist das Projekt eng mit dem Sport- und Bewegungsmodell in Hilden verknüpft. Ziel ist es, nachhaltige Strukturen zu schaffen, durch die die Akteure der Stadt in der Lage sind, effektive und weitreichende Resultate zu erzielen, hier die Schwimmerquote in Hilden zu erhöhen.

Folgender Sachstand kann festgehalten werden:

- ✓ Durch die Einrichtung einer zusätzlichen Schwimmzeit im Rahmen des Ganztags in einer Hildener Grundschule war es möglich, die Effizienz des „Schwimmenlernens“ in dieser Schule steigern zu können.
- ✓ Die Schwimmfähigkeit der Hildener GrundschülerInnen kann durch die jährliche Durchführung des Motodiagnostischen Fitnessstest CHECK! und RE-CHECK! und der dazu parallel stattfindenden Befragung weitestgehend dargestellt werden. Rund 25 % der Zweitklässler können laut eigener Aussage nicht schwimmen. In den vierten Klassen liegt die Nichtschwimmerquote bei unter 10 %. Kinder, die laut eigener Angabe nicht oder unsicher schwimmen können, werden zu Schwimmförderkursen eingeladen. Daneben wurde ein Formular zur Empfehlung für die Teilnahme an Förderkursen an Lehrkräfte zur Weitergabe an die Kinder/Familien verteilt. Dadurch kam es bereits zu zahlreichen Kontakten und Weiterempfehlungen in zentrale Schwimmkurse oder in Vereinskurse.
- ✓ **Ergebnis 2013**
Seit Mitte 2008 haben bis Ende des 1. HJ 2013 350 Kinder an Schwimmförderkursen teilgenommen. Davon haben bisher 279 Kinder das Seepferdchen und 20 Kinder „Bronze“ erlangt. Kinder, die kein Abzeichen erlangten, konnten die Kurse z.B. aus zeitlichen Gründen nicht mehr besuchen oder haben auch ohne Begründung die Kurse abgebrochen. Andere Kinder konnten das Abzeichen nicht erlangen, weil bis

2011 die Anzahl der Kurseinheiten stark beschränkt waren. Durch das Projekt QuietschFidel und die damit verbesserten finanziellen Möglichkeiten ist die „Abschlussquote“ im Jahr 2012 im Vergleich zum Vorjahr um 15% auf knapp 90% gestiegen.

- ✓ Sehr gute Qualifikation auf mehreren Ebenen und Weiterbildung sind ausdrücklich erwünscht. Darüber hinaus werden Ideen weiterverfolgt, bei denen Eltern in die Pflicht genommen werden sollen. Durch umfassende Informationsbroschüren erhalten besonders die Eltern eine Vorstellung der besonderen Bedeutung der Schwimmfähigkeit.
- ✓ Aus gemalten Bildern teilnehmender Kinder der Schwimmförderkurse ist ein Kalender für das Jahr 2013 entstanden. Aus dem Erlös des Verkaufs des Kalenders konnte ein Wasserbewegungsangebot für junge Mütter und ihre Kinder verwirklicht werden. Der Kalender für das Jahr 2014 ist bereits in Auftrag gegeben.
- ✓ Sechs Grundschulen haben mit ihren dritten Klassen im 2.HJ 12/13 an dem in Hilden konzipierten Schwimmtest teilgenommen. Durch den Test ist es objektiv möglich, die Schwimmleistungen der Grundschüler/innen zu überprüfen. Auch Kinder, die sich per Fragebogen (CHECK!) als „Schwimmer“ einschätzen, wurden z.T. durch den Test als unsichere Schwimmer erkannt, per Anschreiben darauf aufmerksam gemacht und zur städtischen Schwimmförderung eingeladen.
- ✓ Im Jahr 2013 fanden erstmalig in städtischen Kindertageseinrichtungen zwei DLRG / Nivea Kindertage statt. Information über Gefahrenquellen, Vermittlung von Baderegeln und richtigem Verhalten im und am Wasser und Information über die Aufgaben und Ziele der DLRG sind Thema dieser Veranstaltung. Beide Tage waren ein voller Erfolg.

5.2. LeichterFit

Im Jahr 2007 wurde in Kooperation mit der Ökotrophologin Karin Wagner das Projekt LeichterFit initiiert. Es ist ein Jahresprogramm und soll nachhaltig zu Verhaltensänderung in Sachen Ernährung und Bewegung führen. Stark übergewichtige und adipöse Kinder haben die Möglichkeit, an dem Jahresprogramm teilzunehmen. Durch die Zertifizierung des Medizinischen Dienstes kann das ambulante Programm ersatzweise zu einem stationären Aufenthalt in Anspruch genommen werden. Teilnehmende Kinder müssen einen bestimmten Body Mass Index aufweisen bzw. an durch ihr Übergewicht entstandenen orthopädischen und/oder koronaren Folgeerkrankungen leiden. Die Hildener Kinderärzte sind über das Angebot informiert und

beziehen in ihre Beratungen entsprechende Teilnahmeempfehlungen ein. Parallel finden individuelle Familienernährungsberatungen statt.

Seit dem Jahr 2008 haben 48 Kinder an „LeichterFit“ teilgenommen. Weitere Fakten können der folgenden Tabelle entnommen werden:

Gruppen	TN	Empfehlung Arzt/Presse/Kranken-kasse	Finanzielle Zusatz- förderung	TN mit guten Er- folg	TN mit sehr guten Erfolg
Kinder (8 – 12 Jahre) 2008 6 w 3 m	9	2 x Arzt 2 x Presse 4 x CHECK! 1 x k. A.	2	1	4
Kinder 2009 6 w 3 m	9	2 x Arzt 1 x CHECK! 4 x Beratung SB 2 x k. A.	3	4	1
Jugendliche (13 – 16 Jahre) 2008 4 w 5 m	9	2 x Arzt 1 x Presse 1 x Beratung SB 5 x k. A.	2	1	3
Jugendliche 2009 5 w 1 m	6	1 x Arzt 5 x k. A.	1	2	1
Jugendliche 2011 3 w 3 m	6	2 x Arzt 1 x Beratung SB 3 x k. A.	1	2	
Jugendliche 2012 5 w 4 m	9	1 x Arzt 2 x Presse 2 x Beratung SB 4 x k. A.	2	4	5

Abb. 7: Teilnehmende Kinder und Jugendliche an LeichterFit 2008 – 2012

Kinder, bei denen keine Angabe hinsichtlich der „Empfehlung“ gemacht wurde, wurden auf Nachfrage hin z.T. auch durch die Krankenkassen vermittelt, da dort das Programm bekannt und gerne angenommen wird. Teilnehmende Kinder und Jugendliche, die nicht mit gutem oder sehr gutem Erfolg abgeschnitten haben (per Definition durch das Computer APV-Programm), konnten teilweise entweder motiviert werden, an Bewegungsförderungskursen teilzunehmen oder im Rahmen einer qualifizierten begleiteten Ernährungsberatung weiter zu machen. Leider gab es auch Kinder und Jugendliche, die feststellen mussten, dass LeichterFit nicht zum erwünschten Erfolg führt. In diesen Fällen wird den Familien weitere Beratung zur Wegefindung angeboten.

Die Programminhalte wurden seit Beginn des Programms sukzessive modifiziert. Als wertvoll hat sich dabei erwiesen, dass sich das Schulungsteam nicht verändert hat. Kinder aus finanziell benachteiligten Familien wurden entweder von der Hamann-Stiftung unterstützt oder haben im Rahmen der „Richtlinien zur Bezuschussung“ die Möglichkeit unter bestimmten Voraussetzungen Zuschussmittel zu erwerben.

Bei Familien mit sozial schwierigeren Hintergründen zeigte sich, dass die Einstellung und -motivation nicht immer ausreichte, um grundlegende Verhaltensänderungen vorzunehmen, die bei den Kindern zu einer nachhaltigen Gewichtsabnahme führten.

Betreute Kinder, z.B. der SPE Mühle hingegen, konnten bessere Erfolge vorweisen. Die Umsetzung vor Ort und die Elternbeteiligung haben „gestimmt“.

6. Menschen im „besten Alter“

Neben der sportmotorischen Förderung von Kindern und Jugendlichen spielt im Zusammenhang ganzheitlicher Betrachtung der Aufbau eines Sport- und Gesundheitsnetzwerkes für Erwachsene und ältere Menschen eine entscheidende Rolle. Das „fit machen“ und Mobilisieren sowie die Prävention von altersbedingten Erkrankungen und Verschleißerscheinungen durch Sport und Bewegung spielen für die Entwicklung einer gesunden und leistungsfähigen Gesellschaft eine entscheidende Rolle. Das Bündeln und die Verteilung zielgruppenorientierter Angebote helfen bei der Orientierung und Motivieren durch erleichterte Zugänge zu präventivem Sport- und Bewegungsverhalten. Durch die Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro ist es möglich, auf bereits existierende Netzwerke zuzugreifen und gemeinsame Projekte und Maßnahmen anzustoßen.

7. Ausblick

Durch zielgerichtete Präventionsketten sowie den Ausbau des Netzwerkes Sport kommen alle Beteiligten dem Ziel, allen Kindern und deren Familien sowie älteren Menschen die Wichtigkeit von Sport und Bewegung zur Steigerung der Lebensqualität näher zu bringen und dadurch z.B. auch den Einstieg in das Umfeld „Sportverein“ zu erleichtern, näher. Die weitere Gewinnung von engagierten Bürgerinnen und Bürgern unterschiedlichster Herkunft zur Vermittlung des Themas spielt dabei eine besondere Rolle. Die Sensibilisierung zum Thema Sport, Bewegung, Gesundheit der Institutionen im Lebensraum „Kind“, „Familie“, „Erwachsene“ und „ältere Menschen“ ist unumgänglich und führt zur Veränderung von Rahmenbedingungen und inhaltlichen Abläufen.

Das Sport- und Bewegungsmodell ist bekannt, erfolgreich und hat sich etabliert. Durch seine Popularität fällt es leichter, Brücken zu schlagen und erfolgreich zu kooperieren. Die vorangegangenen Zahlen und die Qualitätsschilderung legen dar, dass eine Fortführung des Modells wichtig und richtig ist. Eine vielschichtig gegliederte, geplante und doch flexible und anpassungsfähige Struktur fördert Chancengleichheit und objektives Handeln und führt dazu, dass neben der Förderung sportlicher Kinder ebenfalls Kinder mit Förderbedarf unterstützt werden. Allen soll das Recht und die Möglichkeit zugestanden werden, die Vorteile von Sport und Bewegung für das eigene Wohlbefinden zu nutzen und Zugänge nicht verschlossen vorzufinden. Dabei geht es desgleichen um Menschen mit körperlichen und geistigen Behinderungen im engeren Sinne als auch um Inklusion im

weiteren Sinne, nämlich die Schaffung eines gleichberechtigten Miteinanders und die Anpassung des zugehörigen Umfeldes (z.B. Barrierefreiheit). Auch Menschen, die bisher durch entsprechende Rahmenbedingungen, wie etwa finanzielle und soziale Schwächen, Bildungsferne, Migrationshintergrund etc. einen weniger leichten Zugang zu Sport und Bewegung hatten, sollen sich sportlich betätigen und auch engagieren dürfen.

Für das weitere Gelingen des Modells ist es wichtig:

- weitere Partner in der Sport-, Bewegungs- und Gesundheitsförderung zu gewinnen
- die Zahl der Multiplikatoren und Paten zu steigern
- Eltern zu akquirieren
- die Ausbildungs- und Qualifikationsmöglichkeiten besser in Anspruch zu nehmen
- das Netz der Ärzte und Krankenkassen zu vergrößern
- Fusionen (in der Kooperation) zu befürworten
- Schulübergreifende Projekte zu planen
- Präventionsketten und –netzwerke auszubauen
- den Sport für arme Familien und deren Kinder ebenso attraktiv und greifbar zu machen
- Bewegung und Gesundheitsförderung in Schule und Kita als festen Bestandteil zu implementieren
- in Schule die tägliche Sportstunde zu etablieren
- Inklusion zum Thema zu machen.

Dies sollen die erklärten Vorgaben des Sportbüros sein, die unter der Voraussetzung des gut funktionierenden Netzwerkes und realistischer Zeitplanung sowie weiterhin zur Verfügung stehender finanzieller Mittel in Angriff genommen bzw. weiter verfolgt werden.