



SASCHA RHEKER

Mit einem Sprung aus dem Stand wird bei Julia Viel die Muskelkraft der Beine getestet.

Wie fit sind unsere Kinder?

Schüler nehmen an einer bundesweiten Studie teil / Muskelkraft und Feinmotorik gefragt

Von Dettlef Sundermann

Hardy ist die Ruhe selbst. Der Puls des Elfjährigen aus Steinheim verrät keine Prüfungsnervosität. Das ändert sich auch nicht, als der Junge die verschiedenen Teststationen im Tiefgeschoss des DRK-Hauses absolviert und an Hand und Fuß Messelektroden aufgeklebt bekommt. Testleiterin Simone Miller, Sportstudentin an der Universität Karlsruhe, ist beeindruckt.

Der Schüler ist einer von 14 Hanauer Probanden im Projekt Motorik-Modul (MoMo), das Teil einer bundesweiten Kinder- und Jugendgesundheitsstudie des Robert-Koch-Instituts ist. Getestet wird die körperliche Leistungsfähigkeit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Die Auswertung der Daten soll einen repräsentativen Zustandsbericht ergeben. Es ist die erste Langzeituntersuchung dieser Art.

Schon 2003 war Hanau dabei, ohne dass es dafür einen besonde-

ren Anlass gab. „Die Auswahl der Kandidaten erfolgte per Zufall aus dem Register des Einwohnermeldeamtes“, erklärt Miller. So war es auch bei Hardy. Er war damals vier Jahre alt. Tennis, Reiten und Jujitsu sind heute seine sportlichen Steckenpferde.

„Hardy macht das, was ihm Spaß macht und das ohne Leistungsdruck“, erklärt sein Vater Reinhard Geist, der sich selbst mit Tennis und „ein bisschen Joggen“ fit hält. Dass der Sohn an der Studie teilnimmt, habe in der Familie jedoch nicht zu einer Umstellung der Ernährung oder Lebensweise geführt.

Mit dieser zweiten Untersuchung innerhalb der Studie sollen die Entwicklungsverläufe der Probanden dokumentiert werden, erklärt die Testleiterin. Dabei werde etwa die Frage untersucht, wie sich die Fitness mit dem Alter entwickeln.

Am Anfang der halbstündigen Testprozedur steht das Ausfüllen eines mehrseitigen Fragebogens,

MOTORIK-PROJEKT

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung ist Träger der Studie, die bis 2014 läuft.

Das Robert-Koch-Institut und die Hochschulen in Karlsruhe, Konstanz und Schwäbisch Gmünd begleiten die Untersuchung in Theorie und Praxis. Knapp 5000 Personen im Alter von vier bis 23 Jahren aus 167 Orten machen mit.

Die Erkenntnisse der Studie sollen in Förderprogramme für Kindertagesstätten, Schulen und Vereine Eingang finden. sun

mit dem Freizeitverhalten und die sportlichen Aktivitäten abgefragt werden.

Puls- und Blutdruck geben allgemeine Auskunft über das körperliche Befinden, ebenso die Messung von Wasser-, Fett- und Muskelanteil am Körpergewicht. Dann steigert sich das Programm

mit einem Reaktionstest und einer Geschicklichkeitsübung für die Feinmotorik sowie dem Gang auf drei Balancierstrecken von drei bis sechs Zentimeter Breite. Im Nebenraum kommen Muskelkraft und Ausdauer auf den Prüfstand. Auf dem Ergometer wird der Puls der Kinder bis 180 Schläge in der Minute hochgetrieben.

„Es sind keine Aufgaben dabei, die ein Kind vorher üben müsste“, erklärt Simone Miller. „Die Kraft der Beinmuskulatur wird mit einem Sprung aus dem Stand erfasst, das kann jedes Kind.“

Die Ergebnisse werden mit den Gesteteten am Ende besprochen, natürlich vertraulich. Ein absolutes „Gut“ oder „Unbefriedigend“ gibt es nicht, sondern nur ein relatives, weil auch der Bundesdurchschnitt ja nur relativ ist. Kann sich die Mehrheit der Heranwachsenden im Land einen Meter auf der Balancierstrecke vorwärtsbewegen, sei dies eben der nationale Standard, erklärt Testleiterin Miller.