



Landessportbund  
Hessen e.V.



# Bewegungsräume in der Stadtentwicklung

## Veränderte Lebenswelten und deren Auswirkung auf Bewegung, Lernen und Gesundheit

7. **sport**infra

Frankfurt am Main, 07. November 2018

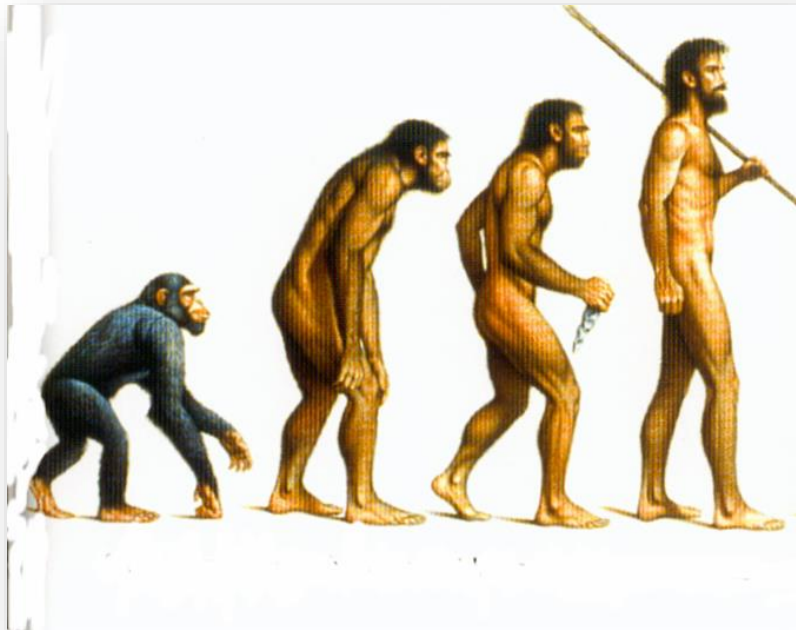


- Verinselung –  
Spezialisierung und Funktionalisierung kindlicher Lebensräume
- Bewegungswelt heutiger Kinder
- Defizite in der kindlichen Entwicklung
  - Psychosoziale Entwicklung
  - Motorik
  - Krankheiten
- Lernen in Bewegung, Bewegung und Hirnreifung

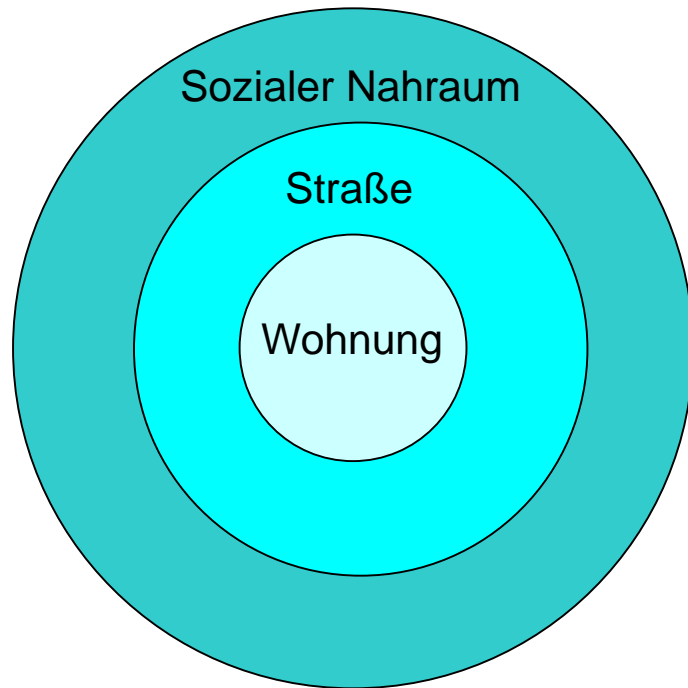


Landessportbund  
Hessen e.V.

# Die Bedeutung der Phylogenesese für die Ontogenese

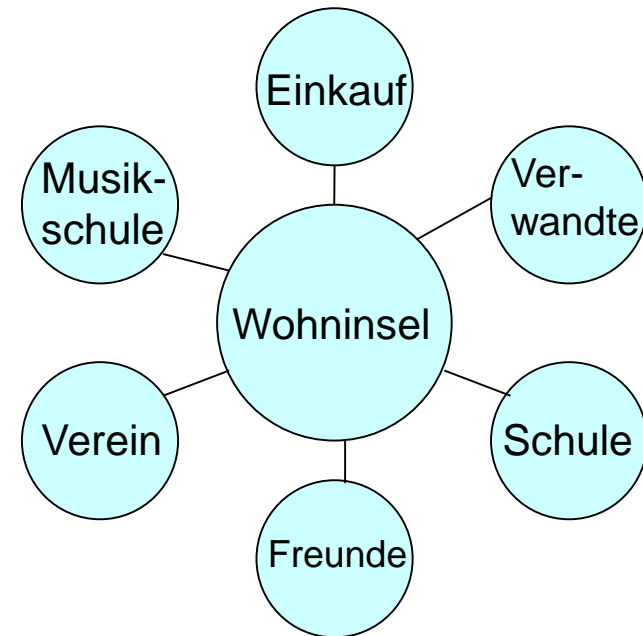


# Veränderung der Bewegungswelt



## Konzentrische Kreise

(Raumerleben in den 50er und 60er Jahren; in Anlehnung an PFEIL 1965)



## Verinselung

(Veränderung des Raumerlebens durch „Verinselung“; in Anlehnung an ZEIHNER/ZEIHNER 1994)

# Bewegungswelt von Grundschulkindern

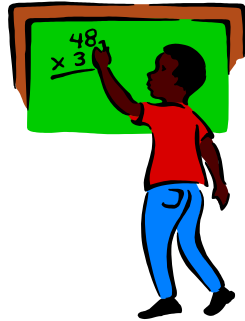
Liegen 10 Std



Sitzen 9 Std



Stehen 4 Std



Bewegen 1 Std



**Sport bzw. intensive  
Bewegungszeit 15-30 Min/Tag**



**Methodik**

**Bewegungs-  
tagebücher  
über 7 Tage**

**571 GS-Kinder**

## ***Organisationsgrad von Kindern im Sportverein nimmt zu***

- im Vorschulalter ist jedes 4. Kind im Verein
- im Alter von 7-14 Jahren sind 71% aller Kinder im Verein
- im Alter von 15-18 Jahren sind 55% der Jugendlichen im Verein
- 80 % aller Kinder sind irgendwann im Verein

Quelle: *DOSB-Bestandserhebung 2017*

## ***Motorikprobleme und funktionelle Defizite nehmen zu***

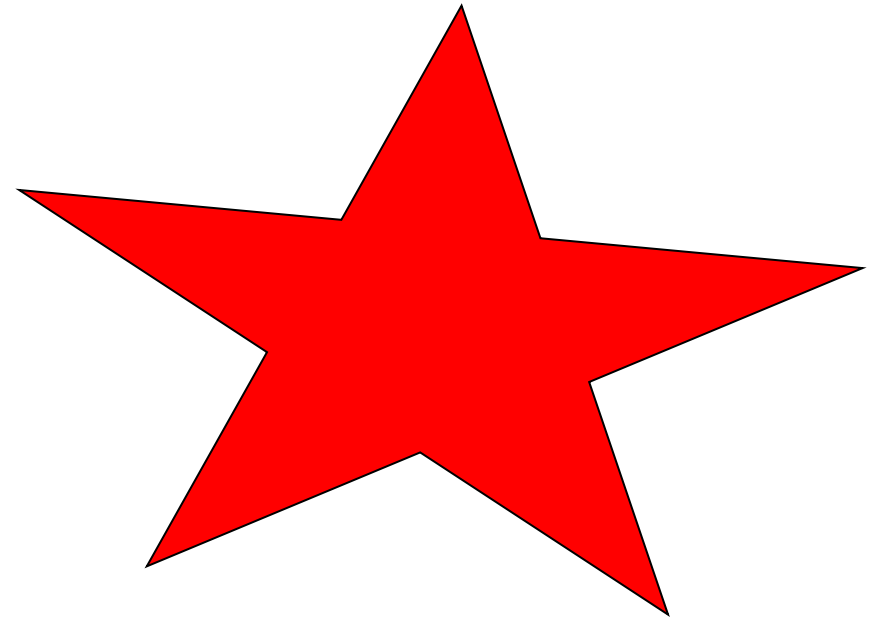
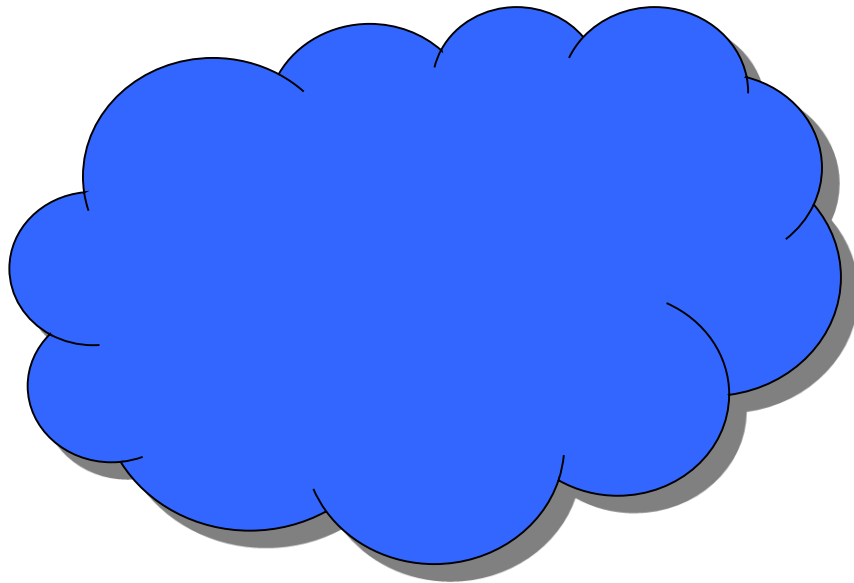
- Abnahme sportmotorischer Leistungsfähigkeit
- zunehmend Kreislaufprobleme, Muskelschwächen & Haltungfehler
- mehr übergewichtige Kinder (15%)

- Defizite in der Persönlichkeitsentwicklung
- Gesundheitsstörungen & Krankheiten
- fehlende Sinnesschulung
- mangelnde Bewältigungsstrategien bezüglich sozialer Konflikte



Landessportbund  
Hessen e.V.

# Kiki & Buba

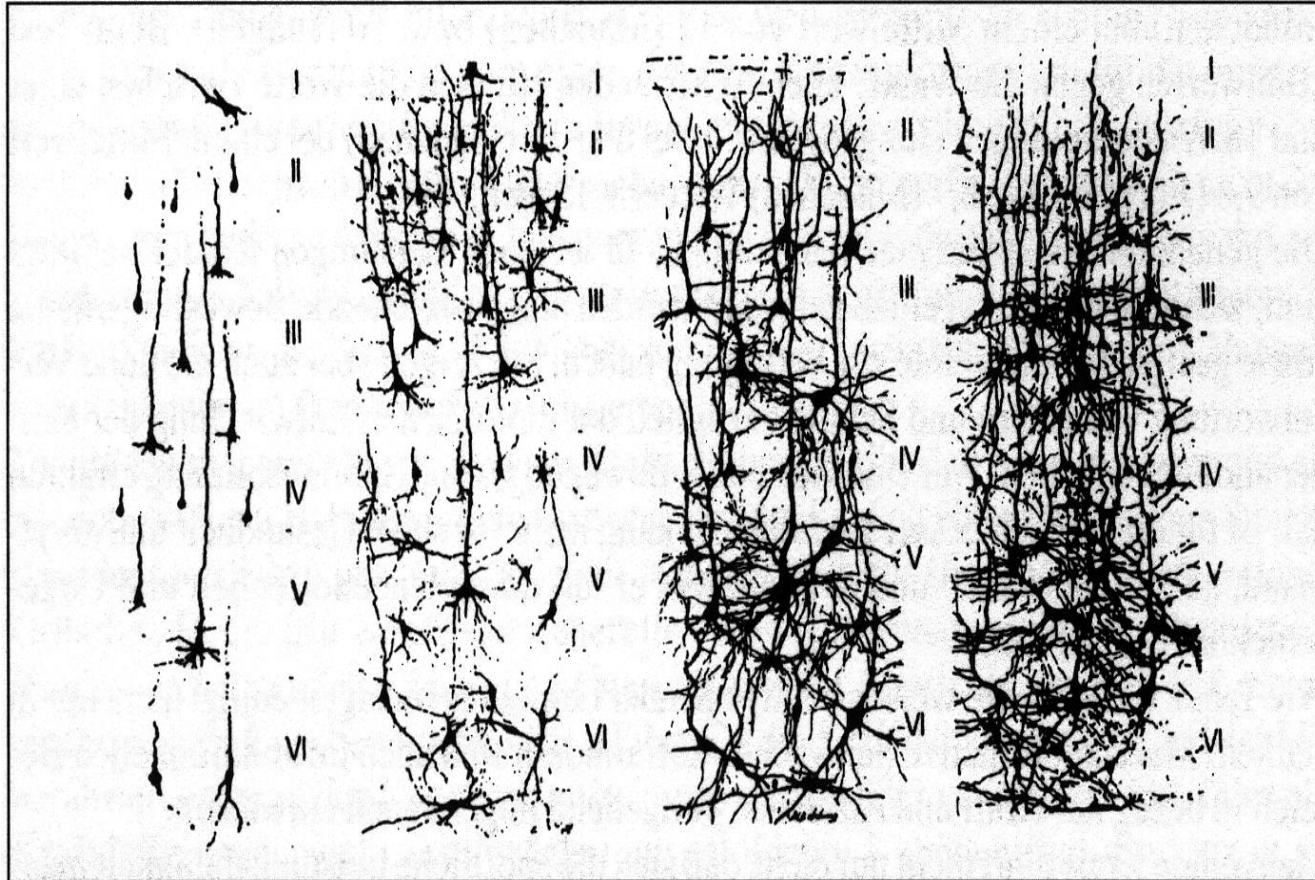






Landessportbund  
Hessen e.V.

# Nervenzellen und ihre Faserverbindungen



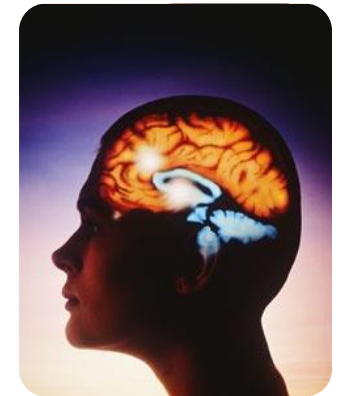
Neugeborenes

10 Tage  
altes

10 Wochen  
altes

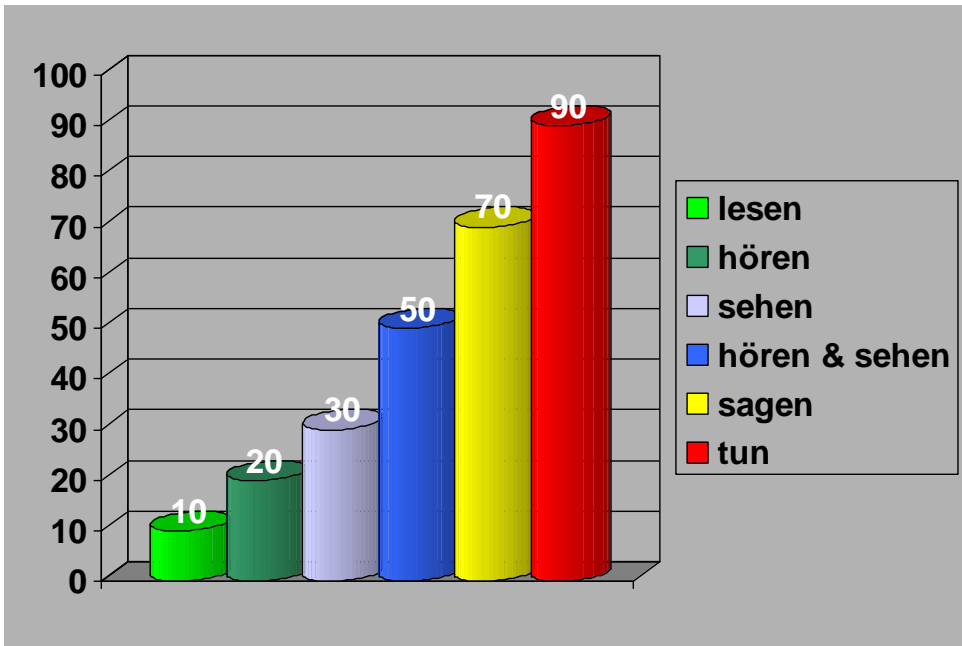
2 Jahre  
altes

Kind



- Erhöhung der Gehirndurchblutung um 13,5 % bei nur 25 Watt körperlicher Belastung
- Förderung der Zusammenarbeit von rechter und linker Gehirnhälfte
- Vermehrte Ausbildung von Kontaktstellen (Synapsen)
- Optimierung des Aufmerksamkeitsniveaus  
→ verbesserte Konzentrationsfähigkeit als Grundlage geistiger Leistungsfähigkeit
- Vermehrte Kapillarisation im Hippocampus

# Wir merken uns von dem, was wir...







Landessportbund  
Hessen e.V.

# Lernen in Bewegung

dynamisches Sitzen



Wechsel vom Sitzen  
zum Stehen



vielseitige Haltungswechsel



bewegtes Lernen

herausfordernde  
Pausenhofaktivitäten





Wenn Du ein Schiff bauen willst,  
dann rufe nicht die Menschen zusammen,  
um Holz zu sammeln, Aufgaben zu verteilen und  
die Arbeit einzuteilen,  
sondern lehre sie die Sehnsucht  
nach dem großen weiten Meer.

Antoine de Saint-Exupéry (1900-1944)