

deinsport.de – bringt Kinder in Bewegung

Lehrkräfteinformation & Projektbeschreibung

Kinder in Bewegung

Bewegung ist ein tiefes Grundbedürfnis von Heranwachsenden und genetisch verankert. Kinder bewegen sich, da körperliche Aktivität ein entscheidender Wachstums- und Entwicklungsfaktor ist: neben positiven Effekten auf die Gesundheit werden die Wahrnehmung, die Kognition, die Emotionen sowie das Sozialverhalten positiv beeinflusst. Diesen allumfassenden Effekten zum Trotz herrscht ein weit verbreiteter Bewegungsmangel unter den Jugendlichen in Deutschland:

- Nur 41% der 11- bis 15-jährigen erreichen die täglichen Bewegungsempfehlungen der WHO; Mädchen erreichen die Empfehlung tendenziell seltener als Jungen ¹
- Bei den 14- bis 17-jährigen liegt der Anteil sogar nur bei 16% bei den Jungen bzw. bei 7% bei den Mädchen ²
- nur knapp ein Drittel der 7-10-jährigen in Deutschland erfüllen die WHO-Empfehlungen von täglich 60-minütiger moderater bis intensiver körperlicher Aktivität
- Jugendliche aus sozial schwächeren Familien bewegen sich tendenziell weniger als Jugendliche aus bessergestellten Familien ¹

Dabei kann in der Kindheit wie in der Jugend der Grundstein für einen gesunden und bewegten Lebensstil gelegt werden: Kinder, die Sport treiben und im Alltag körperlich aktiv sind, werden dieses Verhalten mit einer großen Wahrscheinlichkeit bis ins Erwachsenenalter beibehalten.

deinsport.de gewinnt Kinder der 3. und 4. Klassen erfolgreich und langfristig für den organisierten Vereinssport und integriert sie in den örtlichen Sportverein. Einen Sport zu treiben, der zu den individuellen Potentialen passt, macht Spaß und verhindert Frustration und Misserfolge. Bei der langfristigen Bindung von Kindern an den Sport spielen Sportvereine und die Wahl der richtigen Sportart eine tragende Rolle.

Seit dem Start von **deinsport.de** im Februar 2020 haben bereits über 13.000 Kinder an den bisherigen, bundeslandübergreifenden Projektphasen teilgenommen und damit eine Sportartenempfehlung erhalten.

Gemeinsam mit Ihnen wollen wir weiterhin Verantwortung für die Kinder übernehmen. Dabei setzen wir auf Chancengleichheit! Dafür stellt die fit4future foundation zusätzlich ein **deinsport.de** Förderpaket, mit einer umfangreichen Kostenübernahme pro Kind für zwei Jahre, zur Verfügung – großzügig unterstützt vom Verein BILD hilft „Ein Herz für Kinder“.

deinsport.de wird von dem renommierten Sportwissenschaftler Prof. Dr. Ingo Froböse und seinem Team der Denkfabrik fischimwasser wissenschaftlich begleitet und ausgewertet. Eine durchgeführte Evaluation zeigt unter Schüler*innen und Lehrkräften eine große Akzeptanz und Zufriedenheit mit dem Projekt. Die zugrunde liegende Organisationsstruktur ist ausgereift und einem Großteil der Schüler*innen wurde eine passende Sportart präsentiert.

Projektbeschreibung **deinsport.de**

Das Projekt **deinsport.de** integriert Kinder langfristig in den Sportverein und leistet somit einen nachhaltigen Beitrag zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung. Dabei hebt es das individuelle Potential eines jeden Kindes, bringt persönliche Lebensfreude und steigert das Selbstwertgefühl. Dadurch werden Misserfolge und folglich der frühzeitige Ausstieg aus dem Sportverein vermieden und eine langfristige Bindung an den Sport als auch ein nachhaltiger Beitrag zur Gesundheitserziehung ermöglicht.

Während der regulären Unterrichtszeit durchlaufen die Kinder den *Finde Deinen Sport Tag*, bestehend aus neun auf Gütekriterien geprüfte motorische Tests. Vier **deinsport.de** *Instructors* führen die Tests durch. Die aus den Tests ermittelten Werte werden vom **deinsport.de** *Coach* (Lehrkraft) mit einem Verschlüsselungscode im Coach-Login auf der Webseite www.deinsport.de/login eingegeben.

Die Kinder bekommen als „Hausaufgabe“ aufgetragen, sich gemeinsam mit ihren Eltern mittels des gleichen Codes zu Hause im **deinsport.de** Login-Bereich (ohne Angabe von personenbezogenen Daten) einzuloggen. Darin beantworten Eltern und Kind gemeinsam vier Fragen zu sportlichen Interessen und Abneigungen des Kindes.

Basierend auf den Testergebnissen werden zwei Sportartenkategorien mit bis zu vier Empfehlungen von Sportarten sowie die jeweils dazu passenden Vereine in der Umgebung zum Wohnort des Kindes angezeigt. Eltern können so direkt in Kontakt mit dem Verein treten und das Kind zum Probetraining und letztlich als Mitglied anmelden.

Selbstverständlich beachten wir bei **deinsport.de** die schulrechtlichen Gesetze und die EU-Datenschutzgrundverordnung. Nähere Informationen dazu erhalten Sie in der Teilnahmeerklärung und den Datenschutzhinweisen auf der Website <https://www.deinsport.de/datenschutz>. Sie können frei entscheiden, ob Ihre Schule an dem Projekt teilnimmt oder nicht. Es hat keinerlei negative Konsequenzen, wenn Sie keine Teilnahme wünschen.

Die Rolle der Lehrkräfte

Für die Lehrkräfte entsteht durch **deinsport.de** kein zeitlicher Mehraufwand. Die Organisation und operative Durchführung des *Finde Deinen Sport Tags* übernehmen geschulte **deinsport.de** *Instructors* an Ihrer Schule.

- Ein oder mehrere Lehrkräfte übernehmen die Position des **deinsport.de Coaches** und fungieren im Vorfeld als Ansprechpartner (bspw. Terminierung, Korrespondenz mit Kindern/Eltern, Laufzettel erstellen) für uns.
- Am *Finde Deinen Sport Tag* begleiten die Lehrkräfte Ihre Kinder in die Sporthalle und unterstützen die **deinsport.de Instructors** bei der Beaufsichtigung der Kinder. Für die Wartezeiten zwischen den Testdurchläufen in der Schulklasse stellen wir Ihnen eine **deinsport.de** Bewegungsbroschüre, passend zum Aktionstag, zur Verfügung.
- Am Ende des *Finde Deinen Sport Tages* sammeln die Lehrkräfte die Laufzettel mit den Testwerten der Kinder ein und tragen im Laufe einer Woche die Daten in den **deinsport.de** Lehrkräfte Login-Bereich www.deinsport.de/login ein. Dies dauert pro Klasse ca. 15-20 Minuten.

Sobald ein Kind seinen Test abgeschlossen hat, kann der **deinsport.de** Coach dies im Login-Bereich, gekennzeichnet durch einen grauen Haken, einsehen. Somit können Kinder gezielt an das Einloggen erinnert werden. Anschließend können im Login-Bereich die Teilnahmeurkunden heruntergeladen und an die Kinder verteilt werden. Hier können nach Abschluss der Dateneingabe auch die Mittelwerte der einzelnen Tests für die Klasse/n eingesehen und somit die Potentiale der Kinder gezielt im Unterricht gestärkt werden.

Einen schematischen Ablauf von **deinsport.de** finden Sie in der untenstehenden Tabelle auf der nächsten Seite.

Außerdem erhalten die **deinsport.de** Coaches bei der telefonischen Terminierung des *Finde Deinen Sport Tages* ausführliche Informationen über den Projektablauf durch das **deinsport.de** Projektteam.

Sollten Sie vorab Fragen zu **deinsport.de** haben, kontaktieren Sie dafür gerne das **deinsport.de** Projektteam, unter der Rufnummer +49 89 7466 14-60 oder 67. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen.

Mit freundlichen Grüßen,

Ihr **deinsport.de** Organisations-Team

* Quellen

- Rusch, H., Bradfisch, J., & Irrgang, W. (1994). Auswahltest Sportförderunterricht. *Haltung und Bewegung*, 14 (1), 4-17
- Bös, K. (1996). *Fitness testen und trainieren: mit praktischem Trainingsbegleiter*. Copress Sport
- Bös, K. & Tittelbach, S. (2002). *Motorische Tests*. Sportpraxis. Sonderheft *Motorische Tests*, 43, 17-18
- Töpel, D., (1972). Der Kasten-Bumerang-Lauf – ein Test der motorischen Leistungsfähigkeit. *Theorie und Praxis der Körperkultur*, 21 (8), 736-742
- Hoeger, W.W., Hopkins, D.R., Button, S.& Palmer, T.A. (1990). Comparing the sit and reach with the modified sit and reach in measuring flexibility in adolescents. *Pediatric Exercise Science*, 2 (2), 156-162
- Bös, K. Schlenker, L., Lämmle, L., Müller, H., Oberger, J.& Tittelbach, S. (2009). *Deutscher Motorik Test 6-18. (DMT 6-18)* (Schriften der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft, 186). Hamburg: Czwalina
- 1) 2. QUARTALSBERICHT - KINDERGESUNDHEIT IN DEUTSCHLAND AKTUELL (KIDA) (rki.de)
- 2) RZ_220909_Stiftung Kindergesundheit.indd (online.de)

Schematischer Ablauf *deinsport.de* für Lehrkräfte

Sie melden sich mittels Schulvereinbarung zum Projekt an. Im Anschluss terminieren wir mit Ihnen den/die *Finde Deinen Sport Tag/e* an Ihrer Schule. Anschließend erhalten Sie die Login-Daten für das *deinsport.de* Portal.



Sie erhalten die Einverständniserklärung der Eltern per Mail. Diese teilen Sie den Kindern für die Unterzeichnung durch die Eltern aus und sammeln diese nach spätestens 14 Tagen wieder ein. Die unterschriebenen Erklärungen verbleiben an der Schule.



Vor dem *Finde Deinen Sport Tag* laden Sie die Laufzettel mit den Codes im *deinsport.de* Login-Bereich herunter und drucken diese aus.



Der *Finde Deinen Sport Tag* findet an Ihrer Schule statt. Vier *deinsport.de Instructors* führen diesen durch. Jedes Kind erhält einen Laufzettel mit individuellem Code. Sie begleiten die Kinder in die Turnhalle und unterstützen die *Instructors*.



Nach der Durchführung der Übungen sammeln Sie die Laufzettel der Kinder ein. Jedes Kind nimmt den Abrissbereich, der ebenfalls den Code enthält, mit nach Hause. Danach loggen Sie sich in das *deinsport.de* Online-Portal ein. Dort tragen Sie die Testwerte der Kinder ein (Dauer ca. 15-20 Min.).



Als Nächstes loggen sich die Eltern gemeinsam mit dem Kind zuhause mithilfe des Codes in das *deinsport.de* Portal ein. Dort beantworten sie vier Fragen zu sportlichen Vorlieben und Abneigungen des Kindes.



Der wissenschaftlich entwickelte *deinsport.de* Algorithmus berechnet aus den Ergebnissen der sportmotorischen Übungen sowie den Online-Fragen zwei passende Sportartenkategorien.



Aus den zwei Sportartenkategorien wählen die Eltern gemeinsam mit dem Kind jeweils zwei Sportarten aus, die das Kind interessant findet. Dazu werden den Eltern dann passende Vereine in deren Nähe angezeigt. Mit den Vereinen kann dann ein Probetraining vereinbart werden.



Sobald ein Kind seinen Test abgeschlossen hat, kann der *deinsport.de* Coach dies im Login-Portal, gekennzeichnet durch einen grauen Haken, einsehen. Somit können Kinder gezielt an das Einloggen erinnert werden. Die Teilnahmeurkunden können im Anschluss im Login-Portal heruntergeladen und an die Kinder verteilt werden. Außerdem können nach Abschluss der Dateneingabe die Mittelwerte der einzelnen Tests für die Klasse/n eingesehen und somit die Potentiale der Kinder gezielt im Unterricht gestärkt werden.

