

Information zum Auswertungssystem bei **deinsport.de**

Bewegung als Grundlage für eine gesunde Entwicklung

Kinder brauchen Bewegung. Sie ist ein wichtiger Faktor für eine gesunde Entwicklung und unterstützt Konzentration, Stressregulation sowie das soziale Miteinander. Gleichzeitig erreichen viele Kinder die von der WHO empfohlenen 60 Minuten Bewegung pro Tag nicht. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen zudem, dass eine kontinuierliche Mitgliedschaft im Sportverein ein wichtiger Baustein für die motorische Entwicklung und die Gesundheitsförderung von Kindern ist (KIT/IfSS, MoMo-Studie, 2024).

Individuelle Sportartenempfehlungen durch **deinsport.de**

deinsport.de setzt genau hier an. Das bundesweite, kostenfreie Projekt unterstützt Kinder der 3. und 4. Klassen dabei, passende Sportarten und Sportvereine zu entdecken. Im Rahmen der „Finde Deinen Sport“-Umsetzung absolvieren die Kinder standardisierte motorische Tests während der Unterrichtszeit. Ergänzend beantworten sie gemeinsam mit ihren Eltern Fragen zu ihren sportlichen Interessen. Auf dieser Grundlage erhalten sie individuelle Empfehlungen für passende Sportarten und Vereine in ihrer Nähe.

Wie werden passende Sportarten ausgewählt?

Wichtig für die Interpretation und das Verständnis der Ergebnisse des Screenings ist es, dass diese auf einer Momentaufnahme basieren: den motorischen Tests des *Finde Deinen Sport Tages* in der Schule sowie den vier Fragen im Schüler-Login auf der **deinsport.de** Website. Aus dem Zusammenspiel dieser Ergebnisse entsteht eine Einschätzung, welche Sportartenkategorien besonders gut zu den motorischen Stärken und Interessen des Kindes passen könnten. Als Ergebnis werden zwei passende Sportartenkategorien angezeigt. Die Empfehlungen sind als Orientierung und Anregung gedacht, neue oder bereits bekannte Sportarten in einem Sportverein auszuprobieren.

Überraschende Empfehlungen

Manchmal kann eine Empfehlung zunächst überraschen. Das bedeutet jedoch nicht, dass die Angaben Ihres Kindes nicht berücksichtigt wurden. So können beispielsweise trotz der Angabe, keine Sportarten mit Musik zu mögen, kompositorische Sportarten empfohlen werden. Dies ist dann der Fall, wenn die am *Finde Deinen Sport Tag* ermittelten motorischen Stärken besonders gut zu dieser Sportartenkategorie passen. Auch die Einordnung einzelner Sportarten kann unerwartet erscheinen. Basketball wird beispielsweise aufgrund seines Regelwerks der Kategorie der Sportarten mit Körperkontakt zugeordnet, obwohl körperliche Kontakte im Vergleich zu Sportarten wie Handball oder Fußball deutlich stärker eingeschränkt sind.

Ziel der Empfehlungen

Ziel von **deinsport.de** ist es, Kindern neue Ideen für passende Sportarten aufzuzeigen. Denn langfristige Freude an Bewegung entsteht vor allem dann, wenn eine Sportart den eigenen Interessen und Stärken entspricht. Deshalb möchten wir auch Eltern dazu ermutigen, gemeinsam mit ihrem Kind verschiedene Bewegungsangebote kennenzulernen und herauszufinden, was wirklich Spaß macht.

Quellen: Karlsruher Institut für Technologie (KIT) Institut für Sport und Sportwissenschaft (IfSS). (2024). Ergebnisbroschüre auf Basis des Forschungsprojekts: Die MoMo-Längsschnittstudie: Entwicklung motorischer Leistungsfähigkeit und körperlich-sportlicher Aktivität und ihre Wirkung auf die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Abgerufen am 16.6.2026 unter <https://www.ifss.kit.edu/MoMo/downloads/Brosch%c3%bcrc%20MoMo.pdf> (S. 12 und 16).