

Bewegungsmangel in Deutschland: Was Schulen jetzt tun können

DEICHMANN und die Stiftung Kindergesundheit setzen sich für mehr Bewegung im Schulalltag ein

Essen, 06.03.2025

Bewegung ist für die gesunde Entwicklung von Kindern essenziell, doch der aktuelle Kindergesundheitsbericht der Stiftung Kindergesundheit zeigt alarmierende Defizite: Nur 10,8 Prozent der Mädchen und 20,9 Prozent der Jungen in Deutschland erreichen die von der Weltgesundheitsorganisation WHO empfohlenen 60 Minuten körperliche Aktivität pro Tag.¹ Vor diesem Hintergrund geht die Initiative „Deutschlands fitteste Grundschule“ von DEICHMANN 2025 in die zweite Runde – mit einem klaren Ziel: Kinder bereits in der Grundschule spielerisch zu mehr Bewegung motivieren und langfristig gesunde Routinen etablieren.

Warum Bewegung im Schulalltag so wichtig ist

Die Stiftung Kindergesundheit hat in ihrem aktuellen Kindergesundheitsbericht 2024 die Bedeutung von Bewegung für die physische und mentale Gesundheit von Kindern hervorgehoben. Neben Bewegungsmangel sind auch Übergewicht und psychische Belastungen zentrale Herausforderungen, denen frühzeitig entgegengewirkt werden muss.

Prof. Dr. Berthold Koletzko, Vorsitzender der Stiftung Kindergesundheit, betont: „Kinder brauchen Bewegung – nicht nur für ihre körperliche Gesundheit, sondern auch für ihre kognitive und soziale Entwicklung. Bewegungsmangel im Kindesalter hat in den letzten Jahren dramatisch zugenommen. Deshalb sind Initiativen wie ‚Deutschlands fitteste Grundschule‘ so wichtig. Sie leisten einen wertvollen Beitrag, um Kinder frühzeitig für ein aktives Leben zu begeistern.“

Dass es kreative Wege gibt, Kinder für Bewegung zu begeistern, zeigt die Aktion „Deutschland fitteste Grundschule“ aus der Initiative „DEICHMANN bewegt“. Rund 27.000 Schülerinnen und Schüler aus 140 Grundschulen nahmen im vergangenen Jahr an der Aktion teil. Über 350.000 Sporteinheiten wurden durchgeführt. Im vergangenen Jahr gewann die Grundschule Rohr aus Niederbayern den bundesweiten Wettbewerb. Sie sicherte sich 2024 den ersten Platz und beeindruckte mit einem innovativen Sportkonzept. Ein Highlight war der Wettkampf „Lehrer gegen Schüler“ im Parcours – eine Aktion, die für Teamgeist und Begeisterung sorgte.

„Der Aufwand bei ‚Deutschlands fitteste Grundschule‘ war für die Lehrkräfte sehr überschaubar, sodass die Schulfamilie sehr schnell mit Begeisterung bei der Sache war. Dass die Übungen motivierend waren, zeigt auch, dass die Kinder nicht mehr zu bremsen waren und viele Umläufe und Durchgänge absolviert haben. Auch das Preisgeld wird wieder für eine nachhaltige Bewegungsförderung in Verbindung mit dem sozialen Aspekt eingesetzt. So führt die Schule in diesem Schuljahr ein Zirkusprojekt durch, beim dem die Koordination und die Kooperation in der gesamten Schulfamilie gefördert wird“, so Werner Forster, Schulleiter der Gewinner-Grundschule aus dem letzten Jahr.

„Wir wissen, dass sich viele Kinder heute in Zeiten von Handy, Spielkonsole und Computer weniger bewegen als früher. Mit ‚Deutschlands fitteste Grundschule‘ möchten wir dem entgegenwirken. Wir wollen zeigen, dass Bewegung Spaß macht und sich leicht in den Schulalltag integrieren lässt“, erklärt

So gelingt mehr Bewegung in der Schule - Empfehlungen für Lehrkräfte

Bewegung kann bereits mit einfachen Mitteln in den Schulalltag integriert werden – besonders in der Grundschule. Die Stiftung Kindergesundheit hebt in ihrem Bericht konkrete Maßnahmen hervor, mit denen Schulen aktiv zur Bewegungsförderung beitragen können.

1. **Bewegungspausen fördern:** Die Stiftung empfiehlt kurze, regelmäßige Bewegungseinheiten während des Schultags, um die Konzentration zu fördern und gesundheitliche Risiken zu minimieren. Das Bewegungsprogramm von „Deutschlands fitteste Grundschule“ bietet speziell entwickelte zehnmütige Einheiten, die Lehrkräfte flexibel in den Unterricht einbauen können – und die gleichzeitig für viel Spaß bei den Schülern sorgen!
2. **Schulhöfe und Klassenzimmer bewegungsfreundlicher gestalten:** Mehr Bewegung im Schulalltag beginnt bei der Gestaltung des Schulumfelds. Bewegungsfördernde Schulhöfe mit Kletterstrukturen, Freiflächen für Laufspiele oder flexible Klassenzimmermöbel helfen, Kinder zu mehr körperlicher Aktivität zu motivieren. Bei der DEICHMANN-Initiative gibt es dieses Jahr für den ersten Platz beispielsweise einen Parcours für den Schulhof.
3. **Sport- und Bewegungsangebote außerhalb des Unterrichts stärken:** Zusätzliche Bewegungsangebote wie Nachmittagsprogramme, Sport-AGs oder Kooperationen mit lokalen Sportvereinen bieten Kindern eine regelmäßige Möglichkeit, aktiv zu sein und spielerisch ihre motorischen Fähigkeiten zu verbessern.

DEICHMANN setzt Impulse für mehr Bewegung im Schulalltag

Mit der bundesweiten Initiative „Deutschlands fitteste Grundschule“ motiviert DEICHMANN Grundschulen dazu, Bewegung spielerisch in den Alltag zu integrieren. Grundschulen aus ganz Deutschland können sich registrieren und gemeinsam mit ihren Schülern Sporteinheiten sammeln. Dabei geht es nicht nur um den Titel „Deutschlands fitteste Grundschule“, sondern um nachhaltige Gesundheitsförderung: Das von Experten entwickelte Bewegungsprogramm und der Parcours ist flexibel im Unterricht einsetzbar und kann an unterschiedliche Fitnesslevel angepasst werden.

Interessierte Grundschulen können sich auf der Website www.deichmann-bewegt.de anmelden. Die besten Schulen erwarten nicht nur attraktive Geldpreise, sondern auch Bewegungsparcours für den Schulhof – ein nachhaltiger Anreiz für mehr Bewegung im Alltag.

Mit der zweiten Auflage von „Deutschlands fitteste Grundschule“ setzt DEICHMANN erneut ein Zeichen für mehr kindliche Bewegung und unterstützt damit aktiv das Ziel der Stiftung Kindergesundheit, Prävention und Gesundheitsförderung in den Schulalltag zu integrieren.



¹Stiftung Kindergesundheit Bericht:

https://www.kindergesundheit.de/Die-Stiftung/Kindergesundheitsberichte/Kindergesundheitsbericht_2024.php

Medienkontakt



Leitung Internationale

Presse

Sonja Schröder

sonja_schroeder@deichmann.com

Die DEICHMANN SE mit Stammsitz in Essen (Deutschland) wurde 1913 gegründet und befindet sich zu 100 Prozent im Familienbesitz. Die Unternehmensgruppe ist Marktführer im europäischen Schuheinzelhandel und in über 30 Ländern weltweit aktiv. Sie beschäftigt über 49.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und betreibt rund 4.700 Filialen sowie 41 Onlineshops. Zum Unternehmen gehören neben dem DEICHMANN-Format in der Schweiz Dosenbach, Ochsner Shoes und Ochsner Sport, vanHaren in den Niederlanden und Belgien, in den USA Rack Room Shoes sowie die SNIPES-Gruppe mit Filialen und Onlineshops in Europa und in den USA.