

**Press release****Friedrich-Schiller-Universität Jena****Axel Burchardt**

03/03/2006

<http://idw-online.de/en/news149373>

Miscellaneous scientific news/publications, Scientific conferences  
Medicine, Nutrition / healthcare / nursing, Sport science, Teaching / education  
transregional, national

**Kinder und Jugendliche brauchen mehr Bewegung****Symposium am 10./11. März an der Universität Jena über Jugendsport und Doping**

Jena (03.03.06) Um die Freizeit von Kindern und Jugendlichen tobt ein harter Kampf. Entwickler von Videospiele leben davon, dass die Kids am PC oder der Spielkonsole sitzen. Plattenfirmen und Musikkanäle unterschiedlicher Natur locken mit den neuesten Musikvideos vor die Flimmerkiste. Auch Hausaufgaben wollen gemacht sein. Zu kurz kommt bei alledem die Bewegung, meint Prof. Dr. Holger Gabriel von der Friedrich-Schiller-Universität Jena. Der Inhaber des Lehrstuhls für Sportmedizin plädiert nachhaltig für mehr Jugendsport. Zusammen mit dem Landessportbund und dem Ethikzentrum der Jenaer Universität unter Leitung von Prof. Dr. Nikolaus Johannes Knoepffler veranstaltet er am 10. und 11. März in Jena ein Symposium unter dem Motto "Mehr Jugendsport. Dein Leben, Deine Gesundheit, Deine Grenzen".

Die Gründe, warum Kinder sich zu wenig bewegen, sind vielfältig, weiß Gabriel. Es sind bei weitem nicht nur die Verlockungen von Fernsehen, PC und Musik. Zwar stehen bei Kindern und Jugendlichen Musik, TV und PC ganz oben auf der Werteskala und vor allem bei Jungen spielen Bildschirmzeiten eine ganz besondere Rolle. "Ganz wichtig ist aber das soziale Umfeld", sagt der Sportmediziner. An erster Stelle steht die Vorbildrolle der Eltern. Gabriel verweist auf empirische Untersuchungen, nach denen eine sportlich aktive Mutter die Chance verdoppelt, dass auch das Kind sportlich aktiv ist. Ein sportlicher Vater verdreifacht diese Chance sogar. "Sind beide Elternteile bewegungsaktiv, erhöht sich die Chance, dass auch das Kind Spaß an Bewegung hat auf das sechsfache", sagt Gabriel.

Je älter Kinder werden, desto wichtiger wird das weitere soziale Umfeld. Für die Heranwachsenden treten Freunde und Mitschüler immer mehr an die Stelle der Eltern als Bezugspersonen für die Entwicklung von Wertvorstellungen. Da wirkt sich aus, ob im Freundeskreis Sport dominiert oder ob - angefangen bei der Zigarette - Drogen das soziale Image prägen. Wissensvermittlung alleine reicht da nicht aus, weiß Gabriel: "Deshalb ist es bedeutsam, den Kindern klare Wertvorstellungen mit auf den Weg zu geben". Es komme darauf an, sie stark zu machen und zu eigenständigen Entscheidungen zu befähigen. "Wenn sie bewusst Nein zu Drogen sagen können, ist viel gewonnen", meint der Jenaer Wissenschaftler.

Sport kann nach seiner Überzeugung dazu beitragen, solche Wertvorstellungen zu entwickeln. Hier habe auch die Vorbildrolle von Spitzensportlern große Bedeutung, sagt Gabriel. Leider spiele gerade im Spitzensport Doping eine große Rolle, wie die Olympischen Spiele gerade wieder gezeigt haben. Deshalb sind Doping und Drogen ein wichtiges Thema beim Symposium.

Prof. Gabriel bezeichnet es als vernünftig, den Jugendsport zu fördern. Dazu gehöre auch ausreichender Sportunterricht in den Schulen. Er hält vier Sportstunden pro Woche für notwendig. Denkbar wäre auch, Schule und Sportvereine enger zusammenzubringen. Dann sei auch das Ziel des Landessportbundes realistisch, die Zahl der in Sportvereinen aktiven Kinder von derzeit etwa einem Drittel auf die Hälfte zu steigern.

Kontakt:

Prof. Dr. Holger Gabriel



Institut für Sportwissenschaft der Friedrich-Schiller-Universität Jena  
Wöllnitzer Str. 42, 07749 Jena  
Tel.: 03641 / 945651  
E-Mail: holger.gabriel[at]uni-jena.de

URL for press release: <http://www.uni-jena.de/url.php?page/1138>

