

# Mehr Bewegung hilft Kinderunfälle zu vermeiden

geschrieben von Redakteur | August 13, 2022



## Kostenlose Broschüre der Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Mehr Sicherheit für Kinder e.V. hilft Eltern und pädagogischen Fachkräften

Kinder wollen laufen, klettern, hüpfen und springen, sie haben Freude daran, so richtig aus der Puste zu kommen. Wie wichtig es ist, dass sie sich ausreichend bewegen, zeigen die Folgen der Pandemie. Kontaktbeschränkungen, Lockdowns und Homeschooling haben viele Mädchen und Jungen in ihrem Bewegungsdrang eingeschränkt. „Je mehr sich die Jüngsten bewegen, desto sicherer können sie sich und ihre körperlichen Fähigkeiten einschätzen. Kinder, die sich häufig und regelmäßig bewegen, sind geschickter und routinierter in ihren Bewegungsabläufen. Das mindert das Risiko für Unfälle“, erläutert Prof. Stefanie Märzheuser, Präsidentin der BAG und Direktorin der Klinik und Poliklinik für Kinderchirurgie, Universitätsmedizin Rostock.

# Bewegungsdrang unterstützen

Durch die pandemiebedingten Probleme wird es noch dringender, die Bewegungsförderung in den Fokus zu rücken. Dabei spielen zwei Perspektiven eine entscheidende Rolle: Einerseits geht es darum, Eltern, Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sowie die Öffentlichkeit zu motivieren, den kindlichen Spaß an Bewegung und Sport zu fördern und ihre körperliche Aktivität zu steigern. Andererseits können die Adressaten ihr Wissen über sichere Bewegungs- und Sportangebote vertiefen, um die Risiken für Unfälle zu verringern.

---



# Sinnvolles und sinnenvolles Spiel für mehr Bewegung

Immer mehr Kinder zeigen deutlich, dass es ihnen an Bewegung mangelt. Damit fehlt ihnen jedoch das wesentliche Element für Entwicklung und Wachstum. Deshalb stellen die zahlreichen Bewegungsübungen und -spiele in diesem Buch unserer bewegungsarmen und reizüberfluteten Welt etwas entgegen. Dafür realisierte Dr. Gabriela Falkenberg-Gurges mit ihren Student:innen ein Projekt. Die Resultate, erprobt und überarbeitet, stehen hier zur Verfügung. Die dabei entwickelten Bewegungsangebote bilden die Grundlage für die in diesem Buch vorgestellten Spiel- und Körpererfahrungen.

Dr. Gabriela Falkenberg-Gurges

## Gefühl bis in die Fingerspitzen – Körpererfahrung in Kindergruppen

Taschenbuch, 96 Seiten

ISBN: 978-3-944548-10-4

14,95 €

---

„Erstmals kennen wir die Zahlen: Eine von uns durchgeführte repräsentative Befragung ergab, dass sich über eine Million Kinder in zwölf Monaten bei Sport und Bewegung so schwer verletzten, dass sie ärztlich behandelt werden mussten. Das Verletzungsrisiko liegt damit in Deutschland höher als bei unseren deutschsprachigen Nachbarn. Rund 85 Prozent der Unfälle hätten sich vermeiden lassen, so eine weitere Erkenntnis unserer Studie. Vielfältige Bewegungserfahrungen in Kombination mit konkreten präventiven Maßnahmen, z. B. das Tragen von Schutzausrüstungen und die Entwicklung der Risikokompetenz können die Zahl der Verletzungen von Kindern deutlich senken“, sagt Claus Weingärtner, Vorstand der Stiftung „Sicherheit im Sport“.

Und für die Deutsche Turnerjugend erläutert Vorstandsmitglied Friederike Holfeld: „Regelmäßiges und vielfältiges Bewegen wirkt sich darüber hinaus positiv auf die gesamte körperliche, geistige und emotionale Entwicklung von Kindern aus. Durch das Herausbilden der motorischen Grundlagen lernen Kinder sich und ihre Umwelt besser kennen, wodurch ein sicheres und gesundes Aufwachsen ermöglicht wird.“

## **Kostenlose Broschüre „Bewegung und Sport – aber sicher!“**

Gemeinsam mit beiden Partnern gibt die BAG die kostenlose Broschüre „Bewegung und Sport – aber sicher!“ für Eltern sowie Multiplikator:innen heraus. Sie kann [hier bestellt](#) werden und wird über Kinderarztpraxen vertrieben.

In Deutschland lebten im Jahr 2019 ca. 11,39 Millionen Kinder unter 15 Jahren, von denen ungefähr 1,88 Millionen bei einem Unfall so heftig verletzt wurden, dass sie einen Arzt aufsuchen mussten. Fast zwei Drittel der Unfälle waren Stürze. „Viele Unfälle können durch Bewegungssicherheit der Kinder vermieden werden. Der Kindersicherheitstag 2022 ist ein wichtiger Tag, um zusammen mit starken Partnern auf das Thema Bewegungsförderung und Unfallprävention aufmerksam zu machen“, erläutert Prof. Stefanie Märzheuser.

## **Über die Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Mehr Sicherheit für Kinder e.V.**

Die BAG Mehr Sicherheit für Kinder e.V. informiert über die Verhütung von Kinderunfällen, gibt zahlreiche Broschüren zur Kindersicherheit heraus und veranstaltet Fortbildungen. Unterstützt durch verschiedene Bundesministerien und weitere Institutionen setzt die BAG sich dafür ein, Kinderunfälle zu

reduzieren und innovative Präventionsmaßnahmen für Heim und Freizeit sowie Kooperationen auf nationaler und internationaler Ebene voranzubringen.

Quelle: Karoline Becker/BAG Mehr Sicherheit für Kinder e.V.