

**Erste Ergebnisse aus dem Kinder- und Jugendgesundheitsurvey des RKI (KiGGS):  
Körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen**



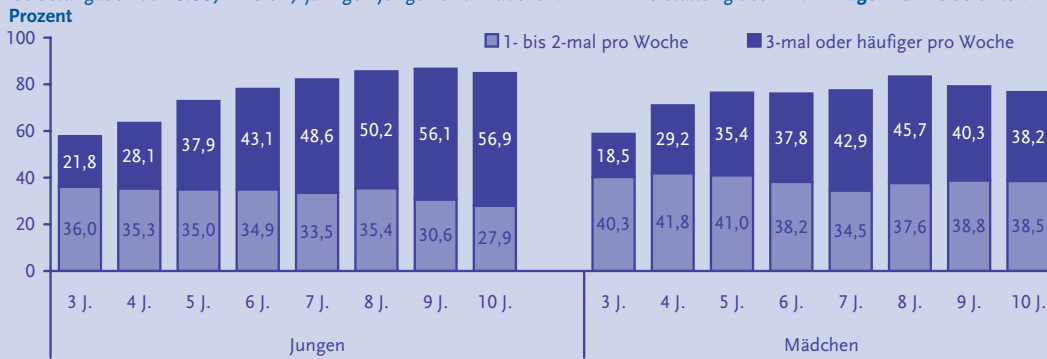
Regelmäßige körperliche Aktivität kann in jedem Alter einen positiven Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden haben. Sport- und bewegungsfördernde Maßnahmen sind deshalb ein fester Bestandteil von Public Health in Deutschland. Mit KiGGS steht nun eine bundesweit repräsentative Datenbasis zur Verfügung, die eine umfassende Analyse des Bewegungsverhaltens in der heranwachsenden Generation erlaubt und damit die Planung und Umsetzung gesundheitspolitischer Interventionen unterstützt.

Die ersten Ergebnisse zur körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen basieren auf Informationen aus dem KiGGS-Kernsurvey, die mittels eines Selbstausfüllfragebogens erhoben wurden. Bei Kindern im Alter von 3 bis 10 Jahren wurden die Eltern um eine Einschätzung zur Häufigkeit der sportlichen Aktivität gebeten. Dabei sollte zwischen Sport im Verein und außerhalb eines Vereins unterschieden werden. Jugendliche im Alter von 11 bis 17 Jahren wurden danach gefragt, wie häufig sie in ihrer Freizeit körperlich so aktiv sind (z. B. beim Sport oder Fahrradfahren), dass sie richtig ins Schwitzen oder außer Atem kommen. Außerdem sollten sie angeben, wie viele Stunden dies in etwa in einer Woche sind. Für die Analyse der Sportbeteiligung von 3- bis 10-jährigen Kindern standen 7.698 Datensätze aus der Elternbefragung zur Verfügung. Die Analyse der körperlich-sportlichen Aktivität im Jugendalter basiert auf Selbstangaben von 6.667 11- bis 17-jährigen Jungen und Mädchen.

Die ersten Ergebnisse der KiGGS-Studie verdeutlichen, dass ein Großteil der Kinder im Alter von 3 bis 10 Jahren regelmäßig Sport treibt: Etwa drei Viertel der Jungen und Mädchen sind mindestens 1-mal pro Woche sportlich aktiv, mehr als ein Drittel sogar 3-mal oder häufiger in der Woche. Die Sportbeteiligung von Kindern im Grundschulalter ist höher als die von Kindern im Vorschulalter, was sich insbesondere am Anteil der mehrmals wöchentlich Aktiven festmachen lässt. Kinder, die nicht regelmäßig Sport treiben, kommen überproportional häufig aus Familien mit niedrigem Sozialstatus, Migrationshintergrund und aus den neuen Bundesländern. Auch für das Jugendalter lässt sich feststellen, dass Sport und Bewegung weit verbreitet sind. Die aktuelle Empfehlung, die zu körperlich-sportlicher Aktivität an den meisten Tagen in der Woche rät, wird in der Altersgruppe der 11- bis 17-jährigen aber nur von jedem vierten Jungen und jedem sechsten Mädchen erreicht. Die deutlichsten Aktivitätsdefizite weisen Mädchen mit niedrigem Sozialstatus und Migrationshintergrund auf.

Bereits diese Ergebnisse unterstreichen die Bedeutung von zielgruppenspezifisch ausgerichteten sport- und bewegungsfördernden Maßnahmen und Programmen im Kindes- und Jugendalter.

Mitteilung aus der Abteilung für Epidemiologie und Gesundheitsberichterstattung des RKI. **Anfragen** zu KiGGS unter: [KiGGS@rki.de](mailto:KiGGS@rki.de).



**Abb. 1:** Häufigkeit der Sportausübung bei 3- bis 10-jährigen Jungen und Mädchen