

Presseinformation

München, den 01. August 2011

Kooperation der TU München mit der Spielvereinigung Unterhaching e. V.: Sportwissenschaftler betreuen Kinder im Verein

Um Vereinssport auch für eher unsportliche Kinder optimal gestalten zu können, haben die Spielvereinigung Unterhaching e. V. und Sportmediziner der Technischen Universität München ein Gemeinschaftsprojekt gestartet. Die Kinder sollen sportmedizinisch begleitet werden, damit etwa motorische Defizite gezielt ausgeglichen werden können.

Kinder, macht Sport! So lautet unisono der Ratschlag von Ärzten, Krankenkassen und Gesundheitspolitikern an eine Jugend, die ihre Zeit zunehmend lieber Fast Food essend und mit Videospiele verbringt als durch die Natur zu toben. Sportvereine gelten als probates Gegenmittel: Gemeinsam mit Gleichaltrigen haben die Jüngsten Spaß, lernen Sozialverhalten und beugen Gesundheitsgefahren durch Übergewicht und Bewegungsmangel vor.

Und wenn sie dann kommen, die Kinder - wie gehen die Vereine mit einem Nachwuchs um, der dicklich und unbeweglich ist? Traditionelle Vereine sind überfordert, meint Dr. Thorsten Schulz, Sportwissenschaftler der TU München (TUM), denn „viele Kinder bringen nicht nur motorische Defizite mit, sondern leiden zuweilen auch an unerkannten Erkrankungen des Herzkreislaufsystems oder des Stoffwechsels.“ So vermutet eine Studie niederländischer Forscher bei sieben Prozent der Kinder einen nicht diagnostiziertem Bluthochdruck (maskierte Hypertonie). Dies zu erkennen und damit umzugehen, kann ein Sportverein kaum leisten.

Zusammen mit der Spielvereinigung Unterhaching, die neben dem Spitzensport auch Breitensport anbietet, haben TUM-Sportwissenschaftler jetzt ein Projekt zur sportwissenschaftlichen Begleitung des Vereins gestartet. Zunächst werden Kinder und Jugendliche auf ihre Gesundheit, motorischen Fähigkeiten und körperliche Leistung untersucht. Zeigen sich Defizite, können neben Fußball und Co. spezifische Übungen wahrgenommen werden, zum Beispiel ein Rückenprogramm oder ein Training zur Kräftigung von Bein-, Rumpf- und Hüftmuskulatur. Damit soll nicht nur die individuelle körperliche Leistungsfähigkeit erhöht, sondern auch Sportverletzungen vorgebeugt werden.

Die körperliche Ertüchtigung reicht dem Verbund aus Universität und Verein jedoch nicht aus. Thorsten Schulz: „Wir verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz, indem wir uns auch dafür interessieren, wie sich die Kinder ernähren. Auch die Eltern möchten wir informieren und in unser Projekt mit einbeziehen.“ So kann sich Schulz vorstellen, dass die Kinder alle eine Flasche mit einem Getränk mit zum Training bringen, die nachher gemeinsam getrunken wird, um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen. Kleine Einheiten Ernährungskunde runden das

Technische Universität München Corporate Communications Center 80290 München www.tum.de

Dr. Ulrich Marsch	Sprecher des Präsidenten	+49.89.289.22779	marsch@zv.tum.de
Dr. Markus Bernards	PR-Referent	+49.89.289.22562	bernards@zv.tum.de
Klaus Becker	PR-Referent	+49.89.289.22798	becker@zv.tum.de

Projekt ab. Die Kinder sollen lernen, gesundheitsbewusst mit ihrem Körper umzugehen, auch über die Vereinsmitgliedschaft hinaus.

Auch die Forschung soll profitieren. Thorsten Schulz und seine Kollegen am TUM-Lehrstuhl für Sport- und Gesundheitsförderung wollen ein Konzept entwickeln, wie auch Sportmuffel in Vereine gelockt und dort optimal betreut werden können. Schulz: „Wir wollen herausfinden, wie wir die sportmedizinische Diagnostik verbessern können. Und wir möchten unser Projekt natürlich aus sportmedizinischer Sicht evaluieren: Sind Kinder in Sportvereinen tatsächlich gesünder als andere?“ Vieles spreche bereits jetzt dafür, so der TUM-Sportwissenschaftler, doch der wissenschaftliche Nachweis stehe noch aus.

Kontakt:

Technischen Universität München

Dr. Thorsten Schulz

Lehrstuhl für Sport und Gesundheitsförderung (Prof. Renate Oberhoffer)

Tel. 089 289 24574

thorsten.schulz@tum.de

Die **Technische Universität München (TUM)** ist mit rund 460 Professorinnen und Professoren, 7.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern (einschließlich Klinikum rechts der Isar) und 26.000 Studierenden eine der führenden technischen Universitäten Europas. Ihre Schwerpunktfelder sind die Ingenieurwissenschaften, Naturwissenschaften, Lebenswissenschaften, Medizin und Wirtschaftswissenschaften. Nach zahlreichen Auszeichnungen wurde sie 2006 vom Wissenschaftsrat und der Deutschen Forschungsgemeinschaft zur Exzellenzuniversität gewählt. Das weltweite Netzwerk der TUM umfasst auch eine Dependence in Singapur. Die TUM ist dem Leitbild einer unternehmerischen Universität verpflichtet.