



## 23. Kooperationstreffen

### **Gesundes Aufwachsen – JETZT! Psychische Gesundheit und Teilhabe von Kindern und Jugendlichen stärken**

#### **Dokumentation zum Austauschforum 3 – Sport & Bewegung**

---

**Moderation:** Christina Rogler, Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit

**Teilnehmendenzahl:** 6 Personen vormittags und 15 Personen nachmittags

#### **MINIFIT: Gesunder Start ins Leben Marina Häßlein & Annika Ilg, mhplus Krankenkasse**

MINIFIT ist ein Projekt der Stadt Ludwigsburg und der mhplus Krankenkasse und feiert derzeit sein 20-jähriges Jubiläum. Das Programm richtet sich an Kinder im Alter von drei bis sechs Jahren, ihre Eltern und pädagogische Fachkräfte und umfasst Themen wie Bewegung, Ernährung, Verkehrssicherheit, Medienkompetenz und Achtsamkeit. Mit rund 13 Netzwerkpartnern, 60 Modulen und begleitenden Fortbildungen fördert MINIFIT ganzheitlich die psychische und körperliche Gesundheit sowie die Chancengleichheit von Kindern in Ludwigsburg. 2007 erhielt MINIFIT die Good-Practice-Auszeichnung des Kooperationsverbundes. Alle ca. 80 Kitas in Ludwigsburg nehmen teil. Darüber hinaus werden im Rahmen des [Pfiffix](#) Vorhabens der mhplus Krankenkasse deutschlandweit in Schulen und Kitas Angebote zur Gesundheitsförderung umgesetzt.

#### **MOVE FOR HEALTH & MOVE FOR ALL - Bewegungskampagnen zur psychischen Gesundheit und zur Chancengleichheit für Kinder und Jugendliche Dr. Jaana Eichhorn & Heike Hülse, Deutsche Sportjugend**

Die Kampagne wurde 2021 gestartet, um der pandemiebedingten Bewegungsarmut bei Kindern und Jugendlichen zu begegnen, und setzt seither über die Module Zukunftslabore, Social Media / Sensibilisierung und Wissenschaft umfangreiche Maßnahmen um. Im Fokus stehen dabei sowohl die physische als auch die psychische Gesundheit – insbesondere mit dem Modul MOVE FOR HEALTH, das zeigt, wie Bewegung das Selbstbewusstsein, die mentale Resilienz und das Gemeinschaftsgefühl stärken kann. Unter dem Motto MOVE FOR ALL für das Jahr 2025 wird nun verstärkt auf Teilhabe- und Chancengleichheitsaspekte gesetzt: Vereine sollen Barrieren abbauen, bislang wenig aktive Gruppen sollen gezielt erreicht werden, und Kinder sowie Jugendliche aktiv in die Gestaltung einbezogen werden. Im Rahmen der Kampagne wurden eindrucksvolle Forschungsergebnisse erhoben, die die Wirkung von Sport und Bewegung auf die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen belegen.

## Fragen der Teilnehmenden:

**Das Thema „Queer“ wird oft mitgedacht, aber oft nicht durchexerziert. Spielt Intersektionalität eine Rolle im Projekt?**

- MINIFIT: Das Thema wird mitgedacht, aber es gibt keine speziellen Schwerpunkte.

**Kinder und Jugendliche in schwierigen sozialen Lagen sind weniger in Sportvereinen. Gibt es Angebote für Schulen?**

- Es gibt Bundesländer, die dies bereits gut umsetzen, die Schulen haben aber teilweise hohe Anforderungen an Sportangebote.

**Wie erreicht man sportferne Kinder?**

- ein Weg: über Kita und Sportvereinskooperationen mit Kitas/ Schulen
- Kinder- und Jugendhilfe
- Veranstaltungsformate
- Die Angebote müssen zu den Kindern/Jugendlichen passen (hoher Drop Out von insbesondere Mädchen im Pubertätsalter – die Angebote passen nicht mehr zu den Interessen)
- wohnortnah – da, wo die Kinder sich aufhalten
- Beiträge für die Sportvereine
  - Beispiel Hamburg: „keine Kinder ohne Sportverein“, da hat die Kommune die Beiträge gezahlt
    - Vertrag muss abgeschlossen werden (Versicherungsschutz)
    - Vertragsunterlagen stellen manche Personen vor Herausforderungen
    - Sportvereine sind oft ehrenamtlich organisiert, schwierig, hier noch Eltern zu unterstützen bei Anträgen o.ä. (Die Angebote, die es gibt, sind oft, insb. in ländlichen Gegenden, stark besucht.)
  - Thema Kooperationen mit Schulen
    - Sport und Bewegung in den Ganztagschulen als Thema → Ausbau sollte im Zuge des Offenen Ganztags-Rechtsanspruchs ab August 2026 vorangetrieben werden.
    - Viele Herausforderungen:
      - Uhrzeiten (da Ehrenamt)
      - Qualifizierung
      - fehlende/unzureichende Sportstätten
      - viel mit Honorarkräften, Azubis, Studierenden etc. → kleine Vereine stehen hier vor großen Herausforderungen, neben dem Angebot noch die Schulen zu bespielen.
      - Schaffung von Angeboten im ländlichen Raum
- Heimat für queere Kinder und Jugendliche schaffen / „rassismuskritischen Sportverein“ voranbringen

Das Thema muss bei Landessportverbänden ankommen – das ist „wahnsinnig schwierig“.