



## BEITRÄGE

- Fit wie ein Turnschuh oder ins Netz gegangen?
- Untersuchung zum Zusammenhang von Gleichgewichtsfähigkeit und Lesekompetenz bei Grundschulkindern
- Unterrichtsreflexion und Videofallarbeit

## LEHRHILFEN

- Kompetenzentwicklung für das Aufwärmen im Sportunterricht
- Spieleleistungen im Sportunterricht beurteilen am Beispiel des Zielschussspiels Fußball

# Fit wie ein Turnschuh oder ins Netz gegangen?

## Medienkonsum, motorische Leistungsfähigkeit und körperliche Aktivität im Grundschulalter

Timo Nachtigäller & Dietmar Pollmann

DOI 10.30426/SU-2019-05-1

Neben einer Beschreibung des Medienverhaltens von Kindern und Jugendlichen befasst sich der Beitrag mit den Auswirkungen des Medienkonsums auf die motorische Leistungsfähigkeit. Daten der vorliegenden Feldstudie zeigen die negative Wirkung hoher Mediennutzungsdauer auf die körperliche Leistungsfähigkeit bei Grundschulkindern. Gesundheitsrelevante Konsequenzen für das Setting Schule werden mit Bezug zum Phänomen Leitmediennutzung diskutiert.

### Fit as a Fiddle or Caught by the Media?

#### Media Consumption, Movement Competence and Physical Activity at the Elementary School Age

In addition to the description of the children's and adolescents' use of media, the authors investigate the effects of media consumption on movement competence. The data of the presented field study show a negative correlation between the level of media consumption and the physical competence of elementary school children. Lastly, the authors discuss health related consequences for the school setting with respect to the phenomenon of a change in guiding media.

### Einleitung, Problemstellung und Literaturreview

„Nichts hat die Lebenswelten der Kinder und Jugendlichen in den letzten beiden Jahrzehnten [...] so grundlegend und nachhaltig verändert wie die Entwicklungen, die sich im Bereich der elektronischen Medien und den damit verbundenen Kommunikationsmöglichkeiten vollzogen haben“ (BMFSFJ, 2013, S. 55). Aus dem mit dieser Entwicklung einhergehenden überhöhten Konsum digitaler Medien können aus Spitzers (2012, S. 272) Sicht Schlaflosigkeit, Sucht, Übergewicht, soziale Isolation und Bewegungsmangel begünstigt werden. Auch im sportwissenschaftlichen Diskurs kommt der Veränderung des Medienkonsums und dessen Zusammenhang mit sportlicher Aktivität und Gesundheit eine steigende Bedeutung zu (vgl. Schmidt et al., 2015). Übereinstimmend wird dabei eine durch zunehmend inaktivere Freizeitgestaltung bedingte sinkende körperliche Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen beschrieben, die mit gesundheitlichen Risiken verbunden ist.

Vor diesem Hintergrund untersucht die vorliegende Studie, ob die beschriebenen Zusammenhänge auch

schon im Grundschulalter beobachtet werden können. Daher wurde im Rahmen einer empirischen Untersuchung die motorische Leistungsfähigkeit im 1. und 4. Schuljahr erhoben und untersucht, wie sich Unterschiede durch das Freizeitverhalten der Kinder (körperliche Aktivität, Medienkonsum) erklären lassen.

### Medienkonsum in Kindheit und Jugend

Nach Fuhs (2010, S. 721) ist das Medienverhalten „eines der markantesten Phänomene des Wandels von Kindheit in den letzten 50 Jahren“. Bereits in den 1990er-Jahren bezeichnet Schrape (1995, S. 78) das Wachstum des Volumens der Medienangebote als hyperexponentiell. Diese Aussage ist weiterhin gültig. So zeigt Abbildung 1, dass sich die Zeitabstände zwischen dem Aufkommen neuer Medienangebote bis heute verkleinern und sich das Medienangebot entsprechend vergrößert.

Die ARD/ZDF-Langzeitstudie *Massenkommunikation 2015* erhebt das Medienverhalten der deutschen Bevölkerung (vgl. Krupp & Breunig, 2015). Die Entwicklung der Nutzungsdauer verschiedener Medien zeigt die zunehmende Nutzung des Fernsehens ab 1985 und die

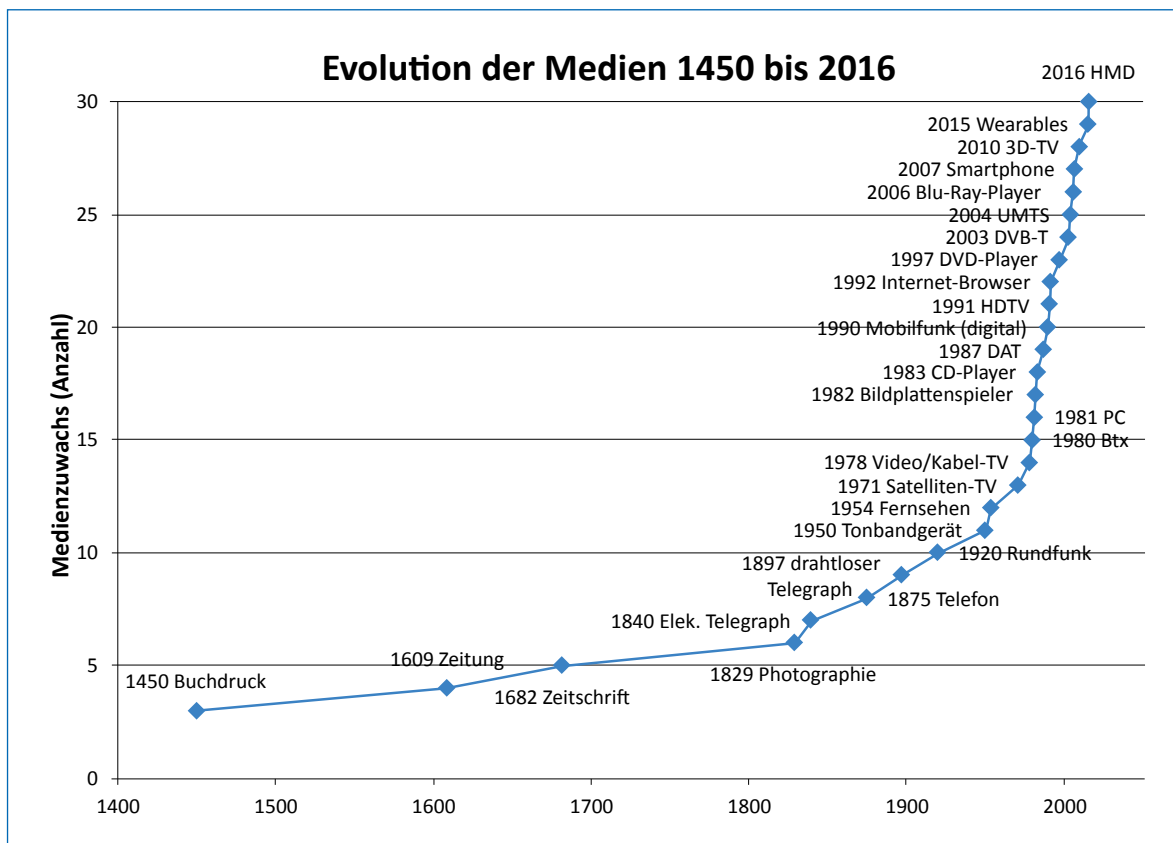


Abb. 1: Evolution der Medien 1450 bis 2016  
(Eigene Grafik in Anlehnung an Jäckel, 2011, S. 35)

außerordentliche Zunahme des Internets, welches seit 2010 erstmals länger als das Fernsehen genutzt wird (vgl. Abb. 2). In den 1980er-Jahren sprach Postman (1988, S. 17) vom „Niedergang des Buchdruck-Zeitalters und [vom] Anbruch des Fernseh-Zeitalters“. Die Verläufe in Abb. 2 belegen – ähnlich wie die Ergebnisse der JIM-Studie (vgl. MPFS, 1998a, S. 9; 1999a, S. 12; 2000a, S. 12; 2001a, S. 15; 2002a, S. 18; 2003a, S. 9; 2004a, S. 11; 2005a, S. 10; 2006a, S. 12; 2007a, S. 12; 2008a, S. 12; 2009a, S. 16; 2010a, S. 12; 2011a, S. 13; 2012a, S. 12; 2013a, S. 11; 2014a, S. 11; 2015a, S. 11; 2016a, S. 11; 2017a, S. 13; 2018a, S. 13) – für Jugendliche und junge Adoleszente demnach das Ende des Fernseh-Zeitalters und den Anfang des Internet-Zeitalters.

Dieses Phänomen wird als „*historischer Leitmedienwechsel*“ (Nachtigäller, 2016, S. 18) bezeichnet.

Demgegenüber scheint ein solcher Leitmedienwechsel entsprechend der KIM-Studie in der Gruppe der 6- bis 13-Jährigen noch nicht vollzogen zu sein. Das Fernsehen ist in diesem Alter über den gesamten Erhebungszeitraum das Leitmedium (vgl. MPFS, 1999b, S. 8; 2000b, S. 7; 2002b, S. 5; 2003b, S. 5; 2005b, S. 5; 2006b, S. 10; 2008b, S. 9; 2010b, S. 9; 2012b, S. 10; 2014b, S. 10; 2016b, S. 10). Für die Vorschul- und Kindergartenkinder belegt die *miniKIM*-Studie, dass das Buch bei 2- bis 3-Jährigen das meistgenutzte Medium ist (vgl. MPFS, 2012c, S. 8; 2014c, S. 8). Im Verlauf eines Menschenlebens wird unter den aktuellen Bedin-

gungen somit zweimal das Leitmedium gewechselt (Buch → Fernsehen → Internet).

Dieses Phänomen kann als *ontogenetischer Leitmedienwechsel* bezeichnet werden.

Auch mit Blick auf die genutzten Geräte lassen sich Veränderungen beschreiben. Für Internetzugriffe ist das Smartphone erstmals im Jahr 2014 das Leitmedium der elektronischen Endgeräte (vgl. MPFS, 2014a, S. 24). Die Zusammenschau aller Erhebungen zeigt somit einen Anstieg des Medienkonsums sowohl im säkularen Trend als auch in der ontogenetischen Entwicklung. Die beiden historischen Leitmedienwechsel (Fernsehen → Internet bzw. Computer → Smartphone) haben sich in einem Zeitintervall von fünf Jahren (2010–2015) fast zeitgleich ereignet und dokumentieren, dass in Deutschland eine fundamentale Änderung des Medienverhaltens der Menschen und vor allem der Adoleszenten vorliegt.

### Körperliche Aktivität und BMI bei Kindern

Der säkulare Trend zeigt, dass die körperliche Aktivität im Alltag der Kinder und Kindergartenkinder im Laufe der letzten Jahre abgenommen hat (vgl. Völker & Rolles, 2015, S. 343). Gleichzeitig wird im Zeitraum 1980 bis 2013 für Industrienationen ein stetig zunehmender Anteil übergewichtiger und adipöser Personen im

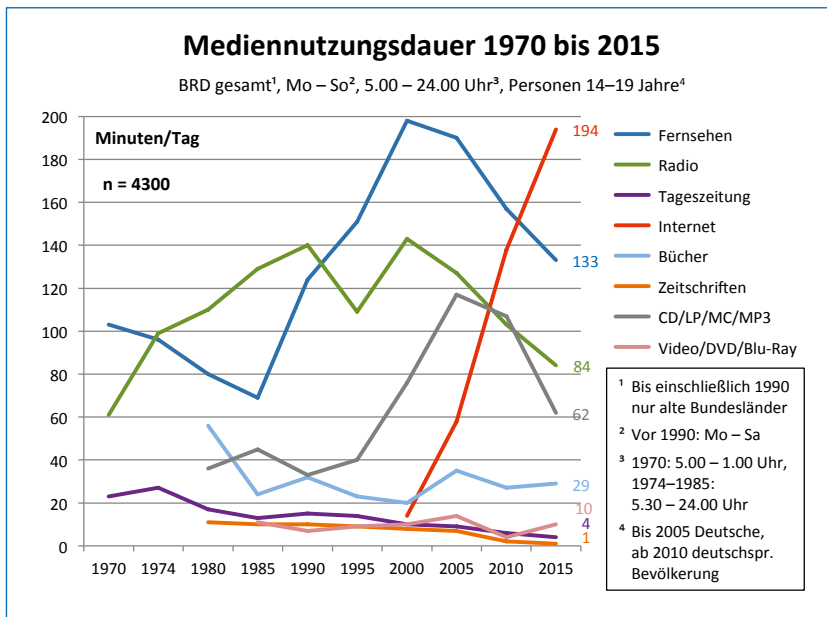


Abb. 2: Mediennutzungsdauer der 14- bis 19-Jährigen (Eigene Grafik auf Basis der Daten von Krupp & Breunig, 2015, S. 277-280)

Alter von 2 bis 19 Jahren beschrieben (vgl. Ng et al., 2014). So sind im Jahr 2013 in Deutschland 20,5% der Jungen und 19,4% der Mädchen übergewichtig oder adipös.

Auch im ontogenetischen Entwicklungsverlauf reduziert sich die Bewegungsaktivität. So wird eine tägliche Bewegungszeit von 60 Minuten noch von 51,5% der 3- bis 6-Jährigen erzielt. Diese Anteile reduzieren sich auf 14,8% bei den 11- bis 13-Jährigen (vgl. Manz et al., 2014, S. 843).

### Zum Zusammenhang von motorischer Leistungsfähigkeit und Freizeitverhalten

Eine isolierte Betrachtung der motorischen Leistungsfähigkeit zeigt, dass diese in den vergangenen Jahrzehnten bei den 6- bis 18-Jährigen um 8% abgenommen hat. Zwischen 1976 und 2005 sind Kinder ab 6 Jahren (5,5%) und besonders Jugendliche ab 12 Jahren (12,5%) von einer Verschlechterung der motorischen Leistungsfähigkeit betroffen. Im Verlauf der motorischen Entwicklung nimmt zwar die absolute Leistungsfähigkeit der 6- bis 10-Jährigen bezüglich Ausdauer, Kraft und Koordination um über 50% zu, allerdings stagniert die körpergewichtsbezogene relative Leistungsfähigkeit (vgl. Bös et al., 2009a, S. 141-157).

Tab. 1: Beschreibung der Personenstichprobe

		Anzahl	Alter		BMI-Wert	
			MW	SD	MW	SD
1. Klasse	Jungen	8	6,75	,71	15,10	,85
	Mädchen	15	6,47	,52	16,67	2,70
4. Klasse	Jungen	12	9,92	,79	17,34	2,38
	Mädchen	10	9,70	,68	18,08	2,93

Vielfach belegt ist die reduzierte kindliche motorische Leistungsfähigkeit bei Übergewicht und der positive Effekt von körperlicher Aktivität für diese (vgl. Ghanbari et al., 2012, S. 236; Bös et al., 2009b, S. 199). Werden Medienverhalten und Motorikmerkmale parallel erhoben, konnte Rethorst (2003) bei 3- bis 7-Jährigen keine negativen Auswirkungen der Medienausstattung (Fernseher, Computer, Gameboy) und Dauer des Medienkonsums auf die motorische Leistungsfähigkeit nachweisen. In einer Längsschnittstudie mit drei Messzeitpunkten (2008, 2009, 2010) ermittelten Augste und Künzell (2015) geringe negative Zusammenhänge zwischen der motorischen Leistungsfähigkeit und der Medienausstattung bei 83 Zweit-, Dritt- und Viertklässlern. Für ältere Schüler\*innen (7. Klasse) konnte allerdings ein negativer Zusammenhang zwischen der motorischen Leistungsfähigkeit und der Dauer und Art des Medienkonsums bestätigt werden (vgl. Augste et al., 2014, S. 266 f.).

Zudem weisen die großen KiGGS-Studien eine negative Korrelation zwischen körperlich-sportlicher Aktivität und der Nutzung von Fernsehen/Video, Computer/Internet und Spielkonsolen bei 11- bis 17-Jährigen nach (vgl. Manz et al., 2014, S. 845). Vor dem Hintergrund dieser Daten empfiehlt eine sportwissenschaftliche Expertengruppe eine Bildschirmzeit von max. 60 Minuten pro Tag für 6- bis 11-Jährige (vgl. Graf et al., 2013, S. 444).

## Empirische Untersuchung

Ziel der durchgeführten Studie war es einerseits, zu prüfen, ob sich die beschriebenen Zusammenhänge zwischen der motorischen Leistungsfähigkeit und dem Freizeitverhalten bereits im Grundschulalter beobachten lassen. Andererseits war zu untersuchen, ob sich Unterschiede in der motorischen Leistungsfähigkeit durch spezifische Umfänge des erhobenen Freizeitverhaltens erklären lassen. Daher wurde im querschnittlichen Ansatz bei Erst- und Viertklässlern die motorische Leistungsfähigkeit erhoben und mit endogenen (z. B. BMI) und exogenen Faktoren (z. B. Medienkonsum, körperliche Aktivität) in Beziehung gesetzt.

## Methodik

### Personenstichprobe

Es nahmen insgesamt 45 Schüler\*innen einer ländlichen Grundschule an der Untersuchung teil. Die Mittelwerte (MW) und Standardabweichungen (SD) der anthropometrischen Variablen der Stichprobe können Tabelle 1 entnommen werden.

## Abhängige Merkmale

Zur Diagnostik der motorischen Leistungsfähigkeit wurde der Deutsche Motoriktest für 6- bis 18-Jährige genutzt (vgl. Bös, 2016). Entsprechend der Auswertevorschrift wurde der Gesamt-Z-Wert (ohne Rumpfbeuge und Liegestütz) als Indikator der motorischen Leistungsfähigkeit (MOT-L) gebildet. Für Detailanalysen wurde der Z-Wert des 6-min-Laufs (AUSDAUER) gesondert betrachtet, da diese eine bedeutsame gesundheitliche Ressource darstellt.

Der Medienkonsum (MEDIEN) und die körperliche Aktivität (KA) der Probanden wurden in Anlehnung an die KIM-Studie (MPFS, 2014b, S. 10-17) mit Hilfe eines kindgerechten Fragebogens erfasst. Dazu wurden die Nutzungsdauer verschiedener Medien pro Tag (Computer, Fernsehen, Smartphone, Radio, Buch, etc.) sowie die Gesamtzeit verschiedener Bewegungsaktivitäten pro Woche (Vereinsport, informelle Sportaktivitäten, etc.) erfragt und operationalisiert. Zur Analyse des Medienverhaltens wird die folgende Definition des Begriffs Medienkonsum gewählt, um trotz steigender Medienkonvergenz (vgl. Feierabend, 2010, S. 15) eine überschneidungsfreie Erfassung dieses Aspekts des Freizeitverhaltens zu ermöglichen:

*Medienkonsum ist die Nutzungsdauer von elektronischer und nicht-elektronischer Hardware.*

(n = 45)	MEDIEN	KA	MOT-L	BMI
AUSDAUER	-,343*	,260	,595*	-,327*
MEDIEN		-,394*	-,210	,163
KA			,357*	,032
MOT-L				-,470*

## Statistische Verfahren

Die Unterschiedsprüfungen basieren auf T-Tests und die Zusammenhangsprüfungen zwischen den abhängigen Variablen auf Produkt-Moment-Korrelationen. Der gleichzeitige Einfluss zweier Variablen auf die abhängigen Merkmale Medienkonsum und körperliche Aktivität wurde mit zweifaktoriellen Varianzanalysen berechnet. Als weitere unabhängige Faktoren gingen die motorische Leistungsfähigkeit, Geschlecht und Klassenstufe in die varianzanalytischen Berechnungen ein.

## Ergebnisse

Die Korrelationsanalysen (Tab. 2) zeigen mittlere negative Zusammenhänge der beiden Variablen der motorischen Leistungsfähigkeit (MOT-L, AUSDAUER) mit dem alterskorrigierten BMI. Umgekehrt korrelieren

Tab. 2: Korrelationen (\* =  $p < .05$ ) zwischen Ausdauer, Medienkonsum gesamt, körperlicher Aktivität gesamt (KA), motorischer Leistungsfähigkeit (MOT-L) und BMI (nach Auspartialisierung des Alters)

**SPORT-THIEME®**  
Schulsport · Vereinssport · Fitness · Therapie  
*Wir sind Ihr Team!*

**Wir feiern & Sie gewinnen!**

Schulsport · Vereinssport · Fitness · Therapie

Sport-Thieme ist seit mehr als 70 Jahren in Deutschlands Sportstätten zu Hause. Mittlerweile profitieren Sport-Thieme Kunden europaweit von dem umfangreichen Qualitätsangebot. In unserem Katalog und Online-Shop bieten wir über **13.000 Artikel** an. Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen mit **100 Tagen Rückgaberecht** und mindestens **3 Jahren Garantie**.

Jubiläums-Gewinnspiel sowie exklusive Jubiläums-Sparsets auf [sport-thieme.de/70jahre](http://sport-thieme.de/70jahre)

[sport-thieme.de](http://sport-thieme.de)  
Tel. 05357 18186

f e YouTube

*Wir sind Ihr Team!*

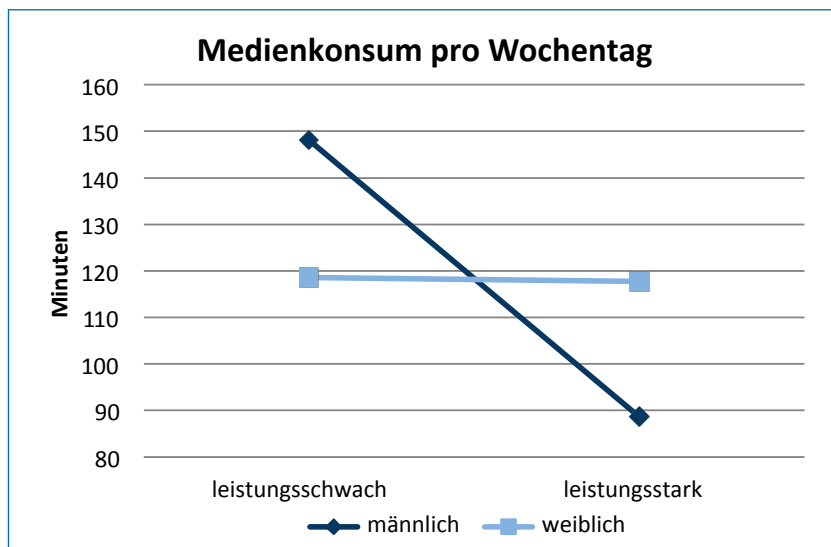


Abb. 3: Medienkonsum in Abhängigkeit von Geschlecht und motorischer Leistungsfähigkeit

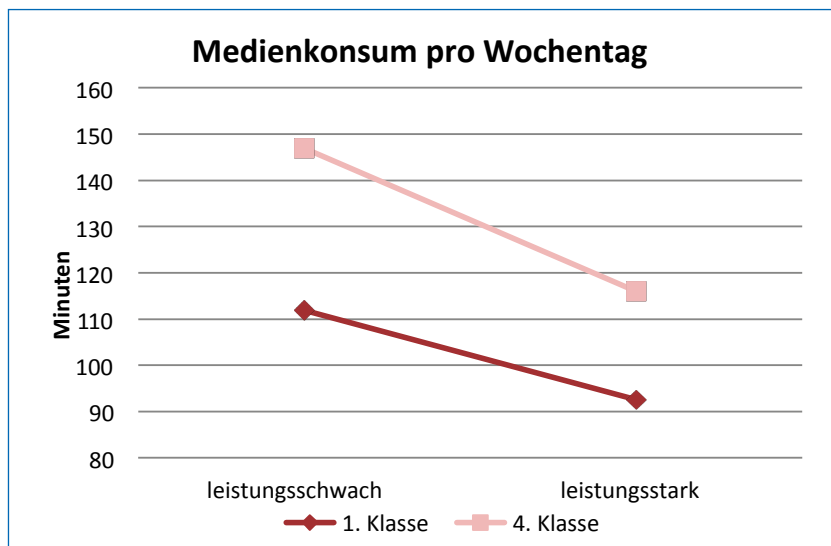


Abb. 4: Medienkonsum in Abhängigkeit von Klassenstufe und motorischer Leistungsfähigkeit



Abb. 5: Körperliche Aktivität in Abhängigkeit von Klassenstufe und motorischer Leistungsfähigkeit

Ausdauer und die Dauer der körperlichen Aktivität (KA) positiv mit der motorischen Leistungsfähigkeit. Das Ausmaß des gesamten Medienkonsums (MEDIEN) wiederum zeigt mittlere negative Zusammenhänge zur Ausdauerleistungsfähigkeit und zur körperlichen Aktivität.

Die weitere inferenzstatistische Prüfung der z-normierten motorischen Leistungsfähigkeit ergibt weder Unterschiede zwischen den Klassenstufen noch den Geschlechtern ( $p > .05$ ). Deshalb wurde die Gesamtstichprobe am Median der z-normierten Leistungsfähigkeit in zwei gleichgroße Gruppen (leistungsstark – leistungsschwach) dichotomisiert.

Die Ergebnisse dieser Analysen zeigen neben dem signifikanten Haupteffekt für den Faktor Leistungsgruppe ( $F_{(1,41)} = 4.8$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2 = .10$ ) für die Variable Medienkonsum eine signifikante Interaktion der Faktoren motorische Leistungsfähigkeit und Geschlecht ( $F_{(1,41)} = 4.6$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2 = .10$ ). Der Effekt wird insbesondere durch den erhöhten Medienkonsum der leistungsschwachen Jungen und die reduzierte Mediennutzung der leistungsstarken Jungen hervorgerufen (vgl. Abb. 3).

Varianzanalytisch zeigt sich ein signifikanter Einfluss der Klassenstufe ( $F_{(1,41)} = 4.74$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2 = .10$ ) auf den Medienkonsum. Die Medienzeit der älteren Schüler\*innen ist höher. Für den Faktor Leistungsgruppe ( $F_{(1,41)} = 3.48$ ;  $p = .06$ ) wird die Signifikanzgrenze knapp verfehlt, wobei tendenziell die Leistungsschwächeren beider Klassen mehr Zeit mit Medien verbringen (vgl. Abb. 4).

Die Befunde zum Medienkonsum werden ergänzt durch den alters- und leistungsgruppenspezifischen Umfang körperlich beanspruchender Freizeitaktivitäten (vgl. Abb. 5). Die statistischen Analysen belegen für die Klassenstufe ( $F_{(1,41)} = 8.54$ ;  $p < .01$ ;  $\eta^2 = .17$ ) und die Leistungsgruppe ( $F_{(1,41)} = 7.92$ ;  $p < .01$ ;  $\eta^2 = .16$ ) signifikante Haupteffekte. Somit verbringen Ältere und Leistungsstärkere mehr Zeit mit Bewegungsaktivitäten.

## Diskussion

Auch wenn die vorliegende Untersuchung nur eine kleine Stichprobe aufweist und die Ergebnisse deshalb vorsichtig einzuordnen sind, stehen die signifikanten Zusammenhänge (BMI  $\Leftrightarrow$  motorische Leistungsfähigkeit  $\Leftrightarrow$  körperliche Aktivität  $\Leftrightarrow$  Medienkonsum; vgl. Tab. 2) der Studie im Einklang mit den Ergebnissen von Ghanbari et al. (2012) und Manz et al. (2014). Ergänzend zu Augste und Künzell (2015) kann auch bei den untersuchten Kindern gezeigt werden, dass der Medienkonsum mit zunehmendem Alter steigt. In beiden Altersgruppen ist dies durch Differenzen im motori-

schen Leistungsniveau vermittelt (vgl. Abb. 4), indem tendenziell Leistungsschwache mehr Zeit mit Medien verbringen. Im Gegensatz zu Augste et al. (2014, S. 267) konnte kein Zusammenhang zwischen motorischer Leistungsfähigkeit und Medienkonsum nachgewiesen werden, vermutlich weil die hier untersuchte Stichprobe im Vergleich zu den Literaturdaten noch jünger ist.

Lediglich bei isolierter Betrachtung der Ausdauerleistung zeigt sich ein negativer Zusammenhang mit dem Medienkonsum. Zwar nimmt die Dauer der Bewegungsaktivität von der 1. bis zur 4. Klasse zu (vgl. Abb. 5), kann aber den Effekt des steigenden Medienkonsums (vgl. Abb. 4) während dieser Entwicklungsphase nicht kompensieren. Auch im säkularen Verlauf scheint sich der Zusammenhang zwischen Ausdauer und Medienkonsum abzuzeichnen. Einerseits belegen die Befunde von Bös et al. (2009a, S. 142) eine achtprozentige Abnahme der Leistungsfähigkeit im 6-min-Lauf bei Grundschulkindern von 1975 bis 2005, andererseits können in diesem Zeitraum ein Anstieg des Medienkonsums und die bevorstehenden Leitmedienwechsel (vgl. Abb. 2; MPFS, 1998a–2017a) beobachtet werden.

Der in den Abbildungen 4 und 5 gezeigte höhere Medienkonsum der leistungsschwächeren Schüler\*innen, gepaart mit geringerer körperlicher Aktivität, deutet auch für diese Untersuchungsgruppe darauf hin, dass die Voraussetzungen für den in der Literatur diskutierten „Teufelskreis“ (Vahabzadeh & Ernst, 2007, S. 91) von Medienabhängigkeit und Adipositas vorliegen könnten.

Das Medienverhalten variiert auch geschlechtsspezifisch. So ist der Medienkonsum bei leistungsschwachen Jungen höher als bei leistungsstarken, während dies bei den Mädchen nicht zu beobachten ist. Somit scheinen gerade für die leistungsschwachen Jungen Gesundheitsrisiken durch hohen Medienkonsum vorzuliegen. Insgesamt ist bedenklich, dass die im Expertenkonsens empfohlene Medienzeit von allen Untersuchungsgruppen überschritten wurde und von Klasse 1 zu 4 weiter steigt.

Angesichts des Phänomens Leitmedienwechsel, welches mit einer zunehmenden und diversifizierten Mediennutzung einhergeht (vgl. Neuber & Salomon, 2015, S. 40 f.), besteht schon in der Grundschule die Notwendigkeit, intensiven Medienkonsum als Risikofaktor für die Gesundheit und eine reduzierte motorische Leistungsfähigkeit zu thematisieren. Ein (im weitesten Sinne) gesundheitsförderlicher Effekt körperlicher Aktivität kann auch hier schon nachgewiesen werden, indem leistungsstärkere Kinder ein höheres Maß an körperlich aktivem Freizeitverhalten zeigen, welchem eine gesundheitliche Bedeutung zugewiesen wird (vgl. Völker & Rolfes, 2015, S. 343).

## Ausblick

Die zentrale Konsequenz der vorliegenden Untersuchungsergebnisse ist die argumentative Stützung von Interventionen zur Gesundheitsförderung im Setting (Grund-)Schule (vgl. Schack & Pollmann, 2014, S. 56 f.). Hier empfehlen Völker und Rolfes (2015, S. 341 f.) die höhere Gewichtung der „motorische[n] Kompetenzentwicklung unter gesundheitlicher Perspektive“ und Vahabzadeh und Ernst (2007, S. 91) die „Reduzierung des [passiven] Fernseh- und Medienkonsums“.

Unter Interventionsgesichtspunkten ist als besonders nachhaltiges Konzept das interdisziplinäre Projekt *gkgk* (*Gesunde Kinder in gesunden Kommunen*) zu nennen (vgl. Naul & Schmelt, 2012). Dieses verknüpft als „Mehrkosten-Interventionsprojekt die Bereiche Schule, Eltern, Freizeit, Sportverein und Kommune“ in einem lokalen Netzwerk. Zentrales Ziel ist eine Verhaltensveränderung im Bewegungs-, Ernährungs- und Medienverhalten aller Kinder. Es zeigt sich, dass das körperkonstitutive und motorische Heterogenitätsspektrum verringert wird, weil vor allem die leistungsschwachen, übergewichtigen und adipösen Schülergruppen von diesem Projekt profitieren (vgl. Dreiskämper & Naul, 2014).

Abschließend muss betont werden, dass die einseitige Deutung des Wandels der Kindheit als generelle Verschlechterung unangemessen ist, weil verschiedene gegenläufige Entwicklungstendenzen auftreten. Beispielsweise sind die leistungsstarken Kinder von heute noch stärker als die Kinder von früher und die leistungsschwachen Kinder von heute noch schwächer als die Kinder von früher. Im Jugendalter lässt sich dieses Auseinanderdriften von Extremgruppen auch im körperlichen Aktivitätsverhalten nachweisen (vgl. Kretschmer & Wirsching, 2008, S. 321 f.; Bös et al., 2009b, S. 299). Hinzu kommt, dass die zu Beginn beschriebenen Leitmedienwechsel vermutlich zur Beschleunigung der Dynamik dieser Divergenzen beitragen.

## Zusammenfassung

Neben einer Beschreibung des Medienverhaltens von Kindern und Jugendlichen befasst sich der Beitrag mit den Auswirkungen des Medienkonsums auf die motorische Leistungsfähigkeit. Daten der vorliegenden Feldstudie zeigen die negative Wirkung hoher Mediennutzungsdauer auf die körperliche Leistungsfähigkeit bei Grundschulkindern. Gesundheitsrelevante Konsequenzen für das Setting Schule werden mit Bezug zum Phänomen Leitmedienwechsel diskutiert.

## Literatur

Augste, C. & Künzell, S. (2015). Längsschnittstudie zu gesundheitsrelevanten Verhaltensmustern in der Grundschule. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 66 (1), 17-22.



### Timo Nachtigäller

Lehrer an der  
Queller Schule in Bielefeld  
mit den Fächern Sport,  
Mathematik & Medien

timo.nachtigaeller@  
posteo.de

PGP-Public-Key:  
0x8915EDCC

PGP-Fingerprint: 7894 8608  
D39B 45F6 4800 F85B 1601  
5C55 8915 EDCC



### Dr. Dietmar Pollmann

Studiendirektor im  
Hochschuldienst an der  
Abt. Sportwissenschaft,  
AG Neurokognition und  
Bewegung, Universität  
Bielefeld

Arbeitsschwerpunkte:  
Motorische und psychologische  
Diagnostik,  
motorisches Lernen,  
Bewegungsgedächtnis

dietmar.pollmann@  
uni-bielefeld.de

- Augste, C., Gerhard, C. & Schüler, P. (2014). Medienkonsum macht unsportlich? *sportunterricht*, 63 (9), 264-267.
- Bös, K., Oberger, J., Lämmle, L., Opper, E., Romahn, N., Tittlbach, S. et al. (2009a). Motorische Leistungsfähigkeit von Kindern. In W. Schmidt, K. Völker & R. Zimmer (Hrsg.), *Zweiter Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Schwerpunkt: Kindheit* (2. Aufl.) (S. 137-156). Schorndorf: Hofmann.
- Bös, K., Worth, A., Opper, E., Oberger, J. & Woll, A. (2009b). *Motorik-Modul. Eine Studie zur motorischen Leistungsfähigkeit und körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Abschlussbericht zum Forschungsprojekt* (Bd. 5) (1. Aufl.). Baden-Baden: Nomos.
- Bös, K. (2016). *Deutscher Motorik-Test 6-18 (DMT 6-18). Schriften der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft* (Bd. 186) (2. Aufl.). Hamburg: Czwalina.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ). (Hrsg.). (2013). *14. Kinder- und Jugendbericht. Bericht über die Lebenssituation junger Menschen und die Leistungen der Kinder und Jugendhilfe in Deutschland*. Berlin: BMFSFJ.
- Driskämper, D. & Naul, R. (2014). GESUNDE KINDER IN GESUNDEN KOMMUNEN (gkgk). Ein deutsch-niederländisches Interventionsprojekt zur Förderung eines aktiven Lebensstils bei Kindern im Grundschulalter. *Betrifft Sport*, 36 (6), 10-16.
- Feierabend, S. (2010). Biografien im Wandel. Wie sich Jugendliche die Medienwelt erobern. In U. Dittler (Hrsg.), *Zwischen Kompetenzerwerb und Mediensucht. Chancen und Gefahren des Aufwachsens in digitalen Erlebniswelten aus medienpsychologischer und medienpädagogischer Sicht* (S. 15-32). München: Kopaed.
- Fuhs, B. (2010). Kindheit und mediatisierte Freizeitkultur. In H.-H. Krüger (Hrsg.), *Handbuch Kindheits- und Jugendforschung* (S. 711-726). Wiesbaden: VS, Verl. für Sozialwiss.
- Ghanbari, M.-C., Tietjens, M., Seidel, I. & Strauß, B. (2012). Motorische Leistungsfähigkeit in der Grundschule. Die Bedeutung der individuellen Förderung sozial benachteiligter Kinder. *sportunterricht*, 61 (8), 234-238.
- Graf, C., Beneke, R., Bloch, W., Bucksch, J., Dordel, S., Eiser, S. et al. (2013). Vorschläge zur Förderung der körperlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. *Monatsschrift Kinderheilkunde*, 161 (5), 439-446.
- Jäckel, M. (2011). *Medienwirkungen. Ein Studienbuch zur Einführung* (5., überarb. Aufl.). Wiesbaden: VS, Verl. für Sozialwiss.
- Kretschmer, J. & Wirsching, D. (2008). Motorische Leistungsfähigkeit von Grundschulkindern. Fragen, Ergebnisse, Folgerungen. *sportunterricht*, 57 (10), 320-326.
- Krupp, M. & Breunig, C. (2015). *Massenkommunikation IX. Eine Langzeitstudie zur Mediennutzung und Medienbewertung 1964-2015* (Bd. 22, Schriftenreihe Media Perspektiven). Baden-Baden: Nomos.
- Manz, K., Schlack, R., Poethko-Müller, C., Mensink, G., Finger, J. & Lampert, T. (2014). Körperlich-sportliche Aktivität und Nutzung elektronischer Medien im Kindes- und Jugendalter. *Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz*, 57 (7), 840-848.
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (MPFS). (1998a, 1999a, 2000a, 2001a, 2002a, 2003a, 2004a, 2005a, 2006a, 2007a, 2008a, 2009a, 2010a, 2011a, 2012a, 2013a, 2014a, 2015a, 2016a, 2017a, 2018a). *JIM-Studie: Jugend, Information, (Multi-) Media. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger in Deutschland*. Zugriff am 13. April 2019 unter <https://www.mpfs.de/studien/?tab=tab-18-1>
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (MPFS). (2012b, 2014b, 2016b). *KIM-Studie: Kinder, Internet, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 6- bis 13-Jähriger in Deutschland*. Zugriff am 13. April 2019 unter <https://www.mpfs.de/studien/?tab=tab-18-2>
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (MPFS). (2012c, 2014c). *miniKIM-Studie: Kleinkinder und Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 2- bis 5-Jähriger in Deutschland*. Zugriff am 13. April 2019 unter <https://www.mpfs.de/studien/?tab=tab-18-3>
- Nachtigäller, T. (2016). *Motorische Leistungsfähigkeit und Freizeitverhalten von Grundschulkindern – zum Einfluss von Medienkonsum und körperlicher Freizeitaktivität auf die Leistungen im Deutschen Motorik Test 6-18 bei Erst- und Viertklässler\_innen*. Bielefeld: Unveröffentlichte Masterarbeit, Universität Bielefeld.
- Naul, R. & Schmelt, D. (2012). Gesunde Kinder in gesunden Kommunen (gkgk). Ein europäisches Interventionsprojekt zur Förderung eines aktiven Lebensstils bei Kindern im Grundschulalter. In I. Hunger & R. Zimmer (Hrsg.), *Frühe Kindheit in Bewegung. Entwicklungspotenziale nutzen* (S. 192-205). Schorndorf: Hofmann.
- Neuber, N. & Salomon, S. (2015). Aufwachsen im Wandel. In W. Schmidt, N. Neuber, T. Rauschenbach, H. P. Brandl-Bredenbeck, J. Süßenbach & C. Breuer (Hrsg.), *Dritter Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Kinder- und Jugendsport im Umbruch* (S. 24-49). Schorndorf: Hofmann.
- Ng, M., Fleming, T., Robinson, M., Thomson, B., Graetz, N. & Margono, C. et al. (2014). Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *Lancet*, 384 (9945), 766-781.
- Postman, N. (1988). *Wir amüsieren uns zu Tode. Urteilsbildung im Zeitalter der Unterhaltungsindustrie*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Rethorst, S. (2003). Der motorische Leistungsstand von 3- bis 7-Jährigen – gestern und heute. *motorik*, 26 (3), 117-126.
- Schack, T. & Pollmann, D. (2014). Motorik. In A. Lohaus & M. Glüer (Hrsg.), *Entwicklungsförderung im Kindesalter* (S. 45-62). Göttingen: Hogrefe.
- Schmidt, W., Neuber, N., Rauschenbach, T., Brandl-Bredenbeck, H. P., Süßenbach, J. & Breuer, C. (Hrsg.). (2015). *Dritter Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Kinder- und Jugendsport im Umbruch* (1. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.
- Schrage, K. (1995). *Digitales Fernsehen, Marktchancen und ordnungspolitischer Regelungsbedarf. Ein Bericht* (BLM Schriftenreihe, 30). München: Fischer.
- Spitzer, M. (2012). *Digitale Demenz. Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen* (Beck'sche Reihe). München: Droemer.
- Vahabzadeh, Z. & Ernst, M. (2007). Psychosoziale Aspekte. In C. Graf, S. Dordel & T. Reinehr (Hrsg.), *Bewegungsmangel und Fehlernährung bei Kindern und Jugendlichen. Prävention und interdisziplinäre Therapieansätze bei Übergewicht und Adipositas* (S. 81-108). Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.
- Völker, K. & Rolfes, K. (2015). Risikofaktor Inaktivität. In W. Schmidt, N. Neuber, T. Rauschenbach, H. P. Brandl-Bredenbeck, J. Süßenbach & C. Breuer (Hrsg.), *Dritter Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Kinder- und Jugendsport im Umbruch* (S. 317-344). Schorndorf: Hofmann.

Ein Jahr nach der Veröffentlichung ist dies ein Freies Kulturelles Werk, welches dann der folgenden Lizenz unterliegt: CC BY-SA 3.0 DE