

Online-Talk 19. Januar 2021- Verein für Baukultur

Wie gesund sind Straßenräume heute und welche Verbesserungen sind besonders wichtig?

Prof. Dr. Renate Zimmer

Der öffentliche Raum, in dem Kinder und Jugendliche ihren Alltag verbringen, hat sich in den letzten Jahrzehnten sehr verändert – zum Nachteil der Kinder. Zunehmende Motorisierung und Verkehrsdichte bringen eine Einschränkung des Bewegungsraumes mit sich.
Die Entwicklung der Kinder ist durch einen Mangel an Spiel- und Bewegungsräumen gefährdet.

Der Autoverkehr ist die größte Herausforderung bei der Entwicklung von lebenswerten Städten und Gemeinden. Die negativen Auswirkungen des motorisierten Verkehrs treffen Kinder besonders stark, da diese häufiger (zu Fuß, mit dem Fahrrad) im öffentlichen Raum unterwegs sind als Erwachsene.

Kinder im öffentlichen Raum

- Kinder haben in den von Autos dominierten Straßen kaum eine Chance, sicher im öffentlichen Raum zu spielen und selbstständig mobil zu sein.
- Auch Wohnortstraßen sind in den letzten Jahren für Kinder fast vollständig als Spielort verloren gegangen.
- Kinder werden auf Spielplätze verdrängt. Im öffentlichen Leben werden sie meist als störend empfunden.

UN-Kinderrechtskonvention

(seit 1992 gültig)

Artikel 31 Absatz 1: „Die Vertragsstaaten erkennen das Recht des Kindes auf Ruhe und Freizeit an, **auf Spiel und altersgemäße aktive Erholung** sowie auf freie Teilnahme am kulturellen und künstlerischen Leben“.

Straßen als Spiel- und Bewegungsräume für Kinder

Angesichts der zunehmenden Digitalisierung und Motorisierung und auch Pädagogisierung unserer Gesellschaft müssen wir uns stärker um eine konsequente Umsetzung des Rechts auf Spiel bemühen.

Insbesondere die Bewegungsmöglichkeiten der Kinder im Alltag müssen mehr Beachtung finden.

Nationale Empfehlungen

„Nationale Empfehlungen für **Bewegung und Bewegungsförderung**“ - wissenschaftliche Grundlage für die Bewegungsaktivitäten von Kindern in Deutschland:

Säuglinge und Kleinkinder sollen sich so viel wie möglich bewegen und so wenig wie möglich in ihrem natürlichen Bewegungsdrang gehindert werden.

Für **Kindergartenkinder** wird eine Bewegungszeit von 180 Minuten pro Tag und mehr empfohlen.

Kinder über sechs Jahren und Jugendliche sollten pro Tag mindestens eine Stunde **intensiv körperlich aktiv** sein.
(Rütten & Pfeiffer 2016).

Leitlinien der WHO zum gesunden Aufwachsen von Kindern

- Kinder im Alter von ein bis vier Jahren sollten sich mindestens 3 Stunden täglich bewegen, dabei sollte eine Vielzahl von Aktivitäten und Bewegungsarten möglich sein.
- Bei den Kindern über drei sollten darin auch mindestens 60 Minuten mit mittlerer und größerer Anstrengung enthalten sein, die sich über den Tag verteilen können. Sie sollten nicht mehr als eine Stunde am Tag körperlich inaktiv (sitzende Beschäftigungen etc.) sein (WHO, 2019).

Erreichen der empfohlenen täglichen (Mindest-) Bewegungszeit

Ergebnisse der KiGGS-Studie (Welle 2, 2014–2017):

Von den 3- bis 17-jährigen erreichen die empfohlenen **60 Minuten Mindestbewegungszeit** nur 22,4 % der Mädchen und 29,4 % der Jungen.

Mit zunehmendem Alter wird dies noch geringer. Mädchen sowie Kinder aus Familien mit niedrigem sozioökonomischem Status sind besonders betroffen (Woll et al. 2019).

Bewegungsmangel gehört zu den wesentlichen gesundheitlichen Risikofaktoren in den Industriegesellschaften.

Besorgniserregend ist die Zunahme der Prävalenz von Übergewicht und Adipositas.

KIGGS Studie (2006 – 2018)

(Kinder und Jugendgesundheitssurvey des Robert Koch Instituts)

Der Anteil von übergewichtigen Kindern bei den 3- bis 6-jährigen Mädchen liegt bei 10,8 Prozent und bei den Jungen bei 7,3 Prozent. Diese Werte steigen mit zunehmendem Alter an. (Schienkiewitz, Brettschneider, Damerow & Schaffrath Rosario, 2018).

15 % der Kinder und Jugendlichen zwischen 3 und 17 Jahren sind übergewichtig (BMI oberhalb der 90. Percentile)

Rückgang der motorischen Leistungsfähigkeit in den letzten 20 Jahren um ca. 15 %

Lebendige Straßen ermöglichen Draußenspielen

- Draußenspielen hat eine besondere Bedeutung für die kindliche Entwicklung (nicht erst seit der Corona – Pandemie)
- Draußenspielen ist gesund, stärkt das Immunsystem
- Viren haben weniger Möglichkeiten sich zu verbreiten
- führt zu intensiven Sinneswahrnehmungen (aller Sinne)
- Ist meist mit Tätigkeiten höchster Konzentration und Intensität verbunden
- Ist sehr bewegungsreich, fordert körperliche Aktivitäten heraus

Wie wichtig ist das Draußenspielen

Befragung durch das Deutsche Kinderhilfswerk für den Kinderreport 2020:

Kinder:

39% „sehr große Bedeutung“

31 % „wichtig“.

23 % „weniger wichtig“

6 % „gar nicht wichtig“.

Erwachsene:

56 % „äußerst wichtig“

33 % „sehr wichtig“

10 % weniger wichtig

Gründe, nicht draußen zu spielen:

- Fehlen anderer Kinder
- zu viel Autoverkehr (dadurch zu gefährlich, zu laut)
- zu wenig Spielmöglichkeiten
- Straßen sind zu wenig menschenfreundlich, fußgängerfreundlich

Der Grundstein für gesundheitsrelevante Verhaltensweisen wird bereits in sehr jungen Jahren gelegt – und ist nicht nur von unserem Verhalten abhängig sondern auch von den **Verhältnissen**, in denen wir leben.

Dazu gehört auch der öffentliche Raum,
Lebendige Straßen....

Vorschläge zur Rückeroberung des öffentlichen Raums

- Umgestaltung öffentlicher Plätze/Straßen zu kinder- und bewegungsfreundlicheren Orten
- Gelegenheiten für Kommunikation und Spiel für alle Generationen („Mehrgenerationenbänke“)
- Attraktive Fußwege, mit Spielstationen
- Temporäre Spielstraßen, verkehrsberuhigte Bereiche in der Nähe von Wohngebieten
- Fahrradachsen quer durch die Stadt (ohne Autoverkehr)
- Autofreier Sonntage in bestimmten Zeitabständen (nicht nur am jährlichen Weltkindertag) – mit „Freigabe“ der Straßen für Skater, Radfahrer, Kinderspiele...

•

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

www.bewegtekindheit.de

www.renatezimmer.de