

29. März 2018

Presse-Information

„REBIRTH active school“: Kreis und Medizinische Hochschule starten Bewegungsprogramm an drei lippischen Schulen

Der tägliche Bewegungsmangel unserer Kinder und Jugendlichen nimmt von Jahr zu Jahr zu. Während sich die Kinder im Vorschulalter in der Regel noch ausreichend bewegen, sinkt diese Zahl mit der Einschulung auf bis zu 10 Prozent ab. Familie und Schulen sind teilweise nur unzureichend über diesen Zustand und dessen negativen Konsequenzen aufgeklärt. Denn der Bewegungsmangel ist nicht nur assoziiert mit einem erhöhten Risiko für Übergewicht, Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen, sondern führt auch zu einer verminderten Lernfähigkeit und im schlimmsten Fall sogar zu psychischen Erkrankungen. Um das Bewusstsein für präventive Maßnahmen bei Eltern und in Schulen zu stärken, startet der Kreis Lippe gemeinsam mit der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) die auf zwei Jahre ausgelegte Bewegungsstudie REBIRTH active school.

„Mit dem Bewegungsprogramm möchten wir nachhaltig die Gesundheit von Schülern und Lehrern fördern“, betonte Landrat Dr. Axel Lehmann jetzt bei der Vorstellung der Studie. „REBIRTH active school ist ein wichtiger neuer Baustein in der Weiterentwicklung des Gesundheits- und Bildungsstandorts Lippe“. Nach den Osterferien beginnt die durch die MHH initiierte Studie an der Geschwister-Scholl-Gesamtschule, der Weerth-Schule sowie der Bachschule und an zwei weiteren Schulen in Hannover (IGS Kronsberg und Grundschule Groß-Buchholzer-Kirchweg). „Die Verbindung von Unterricht und körperlicher Aktivität sowie die Zusammenarbeit mit der MHH ist eine einmalige Möglichkeit auf Schule einen anderen Blick zu werfen und den Unterricht innovativ weiterzuentwickeln“, sagt Christoph Trappe, Schuldirektor der Geschwister Scholl-Gesamtschule. „In den kommenden zwei Jahren möchten wir die Gesundheit und die altersgerechte körperliche Entwicklung von mehr als 400 Schülerinnen und Schülern aus zweiten und sechsten Klassen positiv beeinflussen und

**Kreis Lippe
Der Landrat**

Felix-Fechenbach-Str. 5
D-32756 Detmold
fon 05231 62-5730
fon 05231 62-5750
fax 05231 62-210
info@kreis-lippe.de
www.kreis-lippe.de

29. März 2018

Presse-Information

Kreis und Medizinische Hochschule starten Bewegungsprogramm an drei lippischen Schulen

gleichzeitig auch die Leistungsfähigkeit von etwa 120 Lehrkräften verbessern“, ergänzt Professor Dr. Axel Haverich, Leiter MHH-Klinik für Herz-, Thorax-, Transplantations- und Gefäßchirurgie und Initiator der Studie. Erreichen möchten die Mediziner dies mit regelmäßigen Bewegungseinheiten. Mehrmals täglich werden die Kinder durch Sportwissenschaftler mit Unterstützung der Lehrkräfte angeleitet, sich während des Schulalltags, also auch im Unterricht, zu bewegen. Mindestens 50 Prozent der sportlichen Aktivitäten sollen während des Unterrichts stattfinden, z.B. Rechenjogging im Matheunterricht oder Koordination und Ausdauerübungen in diversen Fächern. „Die Bewegungseinheiten zielen darauf ab, dass sich die Kinder anschließend besser konzentrieren können und so ihre Lern- und Leistungsfähigkeit steigern“, erläutert Professor Dr. Uwe Tegtbur, Leiter des MHH-Instituts für Sportmedizin. Um den Effekt dieser Maßnahmen eindeutig beurteilen zu können, werden die Schüler im ersten Jahr in eine Beobachtungs- und eine Interventionsgruppe eingeteilt. Zu Beginn und am Ende der Studie werden beide Gruppen ausführlich durch Kinderärzte der MHH untersucht. „Wir prüfen unter anderem verschiedene Parameter des Herzkreislauf-Systems und erfassen die individuelle körperliche Leistungsfähigkeit. Dafür werden wir Ultraschall-Untersuchungen des Herzens und der Gefäße durchführen sowie Lungenfunktionstests und Fahrrad-Ergometrie. Weitere wichtige Informationen werden wir durch die Untersuchung von Blut, Speichel und Urin erhalten“, erklärt Prof. Dr. Haverich.

Hintergrundinformation:

Das Besondere: Die Mediziner messen die Telomerlänge. Telomere nennt man die DNA an den Enden unserer Chromosomen. Sie spiegeln die Erneuerungsfähigkeit, das sogenannte regenerative Potential, von Zellen wider. Dabei ist die Telomerlänge eng mit einer gesunden Lebensweise verknüpft. Aktive Sportler haben längere Telomere. Umgekehrt kann die Telomerlänge sich auf Grund von negativen Einflüssen verkürzen. In einer französischen Untersuchung an fast 800 Kindern hatten übergewichtige, inaktive Kinder bereits deutlich kürzere Telomere. In zwei vorangegangenen Studien mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der MHH konnte das Studienteam aber bereits zeigen, dass

29. März 2018

Presse-Information

Kreis und Medizinische Hochschule starten Bewegungsprogramm an drei lippischen Schulen

sich regelmäßiger Ausdauersport positiv auf die Telomerlängen – also auf die Zellregeneration – auswirkt. Nach einem halben Jahr verbessert sich diese sogar. Die Studie wird von der Braukmann-Wittenberg-Stiftung mit 1,3 Millionen Euro und dem Exzellenzcluster REBIRTH unterstützt.

Für Fragen rund um die Bewegungsstudie REBIRTH active school stehen Sportwissenschaftlerin Dr. Lena Grams unter re-birth.active.school@mh-hannover.de oder Karen Zereike vom Zukunftsbüro des Kreises Lippe unter (0 52 31) 62 1045, k.zereike@kreis-lippe.de gerne zur Verfügung.

BUZ: Geben den Startschuss für REBIRTH active school (von links): Iris Hansmann (Weerth-Schule), Schulaufsichtsbeamte Anke Freytag, Christoph Trappe (Geschwister Scholl-Gesamtschule), Elke Prasse (Bachschule), Prof. Dr. Uwe Tegtbur, Prof. Dr. Axel Haverich, Landrat Dr. Axel Lehmann und Dr. Klaus Schafmeister (Zukunftsbüro Kreis Lippe).