

Kinder im Corona-Lockdown

## Die verlorenen Kinder

Schon vor der Corona-Pandemie haben sich Kinder zu wenig bewegt. Jetzt sind Sportvereine wieder im Lockdown. Um Risikogruppen zu schützen, wird eine künftige geschaffen.

Von **Fabian Scheler**2. Dezember 2020, 12:30 Uhr / [244 Kommentare](#) / EXKLUSIV FÜR ABONNENTEN

*Als es im Frühsommer mit dem Sport wieder losging, spürten manche Trainer: Es hat sich im Lockdown etwas verändert. Die Stimmung sei aggressiver gewesen. © Hero Images/plainpicture*

Als Younis Kamil im Frühjahr wissen wollte, was seine vornehmlich jungen Vereinsmitglieder so trieben, erhielt er eindeutige Antworten: Mindestens sechs, eher acht bis zwölf Stunden seien sie an der Konsole oder am Handy, schrieben sie. Und das war die Selbstauskunft, bei manchen dürfte es noch mehr gewesen sein. Zwei Wochen hatte Kamil da seine Sportler während der Ausgangsbeschränkungen nicht gesehen. "Einige Kids waren regelrecht

eingesperrt. Eltern haben vor dieser Aufgabe kapituliert und Zocken stellte die Kinder ruhig [<https://hartplatzhelden.de/kinderfussball-integration-sozialarbeit-smartphone/>]."

Kamil und seine Trainer des ISC AlHilal Bonn boten über den Instagram-Account des Vereins digitale Einheiten an, es gab sogar Gewinnspiele. Zuerst war das erfolgreich, je länger die Beschränkungen galten, desto weniger Kinder machten mit. Heute sagt er: "Wir verlieren das Wettrennen gegen irgendetwas."

## **Kindern wurde der Sport genommen**

Im Frühjahr stand der Sport still. Nun ruht er erneut. Wie lange, ist unklar. Für Erwachsene ist das Freizeitverzicht, für viele Kinder und Jugendliche ist Sport mehr. Sie entdecken auch durch den Sport ihre Welt. Er ist Versteck und Zufluchtsort, Lehrer und Opa, Anlass, Freunde zu treffen, und fester Bestandteil des Lebens. 27 Millionen Aktive zählt der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) in 90.000 Vereinen, vier Millionen davon könnten wegen der Einschränkungen bald verloren gehen, schätzt der Sport [<https://www.faz.net/aktuell/sport/mehr-sport/sport-in-zeiten-von-corona-preis-der-einsamkeit-17075231.html>]. Noch ist ein Drittel der Deutschen Mitglied in einem Sportverein, anteilig zur Gesamtbevölkerung sind die Zahlen bei den unter 14-Jährigen am höchsten. Vier von fünf Jungen zwischen 7 und 14 Jahren sind Mitglied eines Sportvereins.

Deshalb leiden Kinder auch besonders unter den Einschränkungen. Wie nach einem Sturm klärt sich langsam die Landschaft, die ersten Folgen des Lockdowns werden sichtbar. Sportvereine, Streetworker und Forscherinnen sehen: Den Kindern ihren Sport wegzunehmen verschlechtert ihre Entwicklung. Eine ganze Generation könnte betroffen sein.

## **Überforderung und Gewalt**

"Die Kids hatten vor Corona die Chance, die meiste Zeit draußen zu verbringen, zu uns zu kommen, vielleicht auch vor dem Alltag zu Hause zu fliehen", sagt Younis Kamil. Der 36-Jährige ist Erster Vorsitzender des ISC AlHilal Bonn, [<http://www.isc-alhilal-bonn.de/>] einem Sportverein aus Bonn-Bad Godesberg mit mehr als 1.000 Mitgliedern, der sich in allem, was er tut, der Integration verschrieben hat und dafür mehrere Preise

gewann. Kamil studierte Sportwissenschaft, arbeitete als Pädagoge und seine Doktorarbeit behandelt die Frage, wie man über den Fußball Werte vermitteln kann.

Vermutlich sei sein Verein nicht repräsentativ, sagt er. So einen Brennpunkt wie den vor ihrer Haustüre gebe es schließlich nicht überall. Will man aber die Frage nach den Folgen der Pandemie erkunden, muss man vor allem soziale Fragen in den Blick nehmen.

Was in der Corona-Pandemie deutlich wurde: Haushalte mit geringerem Einkommen treffen die Einschränkungen härter [<https://www.zeit.de/2020/49/soziale-ungleichheit-corona-ansteckungsgefahr-arm-reich>]. Mehr Leute auf weniger Platz, Homeoffice und Homeschooling scheiterten manchmal am fehlenden Internetzugang. Außerdem herrschten dort "kontaminationsfördernde" Bedingungen, wie es Forscher in ersten Studien ausdrücken.

## **Sportvereine spürten die Folgen des Lockdowns sofort**

Mit dem ersten Lockdown fiel der Ausweg Sportverein für die Kinder weg, es folgten mehr Streit, Überforderung und Gewalt: "Viele Kinder haben zu Hause Dinge gesehen, die sie bisher nur vermutet haben oder nicht sehen wollten", sagt Kamil. "Ich hasse meinen Vater", mit diesen Worten meldete sich ein Junge nach den zweieinhalb Monaten zurück zum Sport.

Als es wieder losging, spürten Kamil und seine Trainerinnen: Es hat sich etwas verändert. Die Stimmung sei aggressiver gewesen, "Streit war häufiger, die Frustrationstoleranz niedriger, die Konzentration geringer und die Koordination schwächer". Manche hatten zehn oder mehr Kilo zugelegt. Bis tief in die Nacht hingen einige am Smartphone oder vor dem Computer. Bis heute haben manche der Jungs Probleme, vor 16 Uhr aufzustehen.

Als er die Corona-Helden-Videos der Bundesregierung sah, traute Kamil seinen Augen nicht: "Alles, wogegen wir seit Jahren ankämpfen, wird darin als erstrebenswert dargestellt", sagt er. Zocken und stolz aufs Nichtstun sein, das sei fahrlässig. "Viele bleiben in dem dort gezeigten Raviolidosenzustand. Die Zockerjugendlichen werden später ganz sicher nicht diejenigen sein, die in einer Bibliothek stehen und stolz auf 2020 zurückblicken."

## Die Forschung hat erste Daten

Der Sportwissenschaftler gab seinen Leuten eine Strategie an die Hand, um die Kinder zurückzugewinnen. Es hat geklappt. In der D-Jugend, die er trainiert, lag die Abwesenheitsquote bis zum November-Lockdown bei nur fünf Prozent. Die Kinder vom Sport zu überzeugen, darin sind sie gut. Als der Verein vor vier Jahren mit dem Jugendfußball anfang, hagelte es Strafen wegen Disziplinlosigkeiten, mittlerweile sind seine Teams bei den Fair-Play-Tabellen vorne dran.

Jetzt aber muss er die nächste Pause managen, nur in Berlin und in Mecklenburg-Vorpommern gelten Ausnahmen für den Kindersport. Wenn Kamil an seinem Sportplatz vorbeifährt, der im ersten Lockdown leergefegt war, sieht er, dass der derzeit gut besucht ist. Die Kinder drängen auch ohne organisiertes Training nach draußen, Bewegungsdrang ist jedem Kind angeboren. Über WhatsApp halten die Übungsleiter Kontakt. Weil die Schulen geöffnet sind und die Kinder rauskommen, befürchtet Kamil für den zweiten Lockdown vorerst keine so drastischen Folgen: "Ehrlich gesagt wissen aber auch wir nicht, wie es weitergeht."



**FABIAN SCHELER**

*Redakteur im Ressort  
Sport & Podcast Host*

### Was erste Studien ergaben

Fundierte Antworten wird in einigen Jahren die Wissenschaft geben können. Christoph Breuer von der Sporthochschule Köln ist einer der Herausgeber des kürzlich erschienenen Vierten Kinder- und Jugendsportberichts

[[https://www.dshs-](https://www.dshs-koeln.de/aktuelles/meldungen-pressemittelungen/detail/meldung/vierter-deutscher-kinder-und-jugendsportbericht-1/)

[koeln.de/aktuelles/meldungen-pressemittelungen/detail/meldung/vierter-deutscher-kinder-und-jugendsportbericht-1/](https://www.dshs-koeln.de/aktuelles/meldungen-pressemittelungen/detail/meldung/vierter-deutscher-kinder-und-jugendsportbericht-1/)], einer der größten Sport-Bestandsaufnahmen [[https://www.dshs-](https://www.dshs-koeln.de/fileadmin/redaktion/Aktuelles/Meldungen_und_Pressemittelungen/PDFs_Pressemittelungen/Kinder_Jugendsportbericht_2020.pdf)

[koeln.de/fileadmin/redaktion/Aktuelles/Meldungen\\_und\\_Pressemittelungen/PDFs\\_Pressemittelungen/Kinder\\_Jugendsportbericht\\_2020.pdf](https://www.dshs-koeln.de/fileadmin/redaktion/Aktuelles/Meldungen_und_Pressemittelungen/PDFs_Pressemittelungen/Kinder_Jugendsportbericht_2020.pdf)] des Landes. Der Bericht umfasst mehrere Jahre und wurde vor der Pandemie fertig. Doch eine Tendenz ist für die Forschung schon klar ersichtlich: Der Lockdown hat bestehende Trends verschärft.

Jedes siebte Kind in Deutschland ist übergewichtig. Die Folge einer Entwicklung, die weit vor Corona begann: Kinder und Jugendliche in

Deutschland bewegen sich zu wenig. 80 Prozent erreichen die von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlene Bewegung von mindestens 60 Minuten täglich nicht. Die WHO schätzt [[https://www.swr.de/swraktuell/who-bewegungsmangel-100.html?fbclid=IwAR12buuASG9QnhCWL0KIymBobCQ96c5Ky1Z2aDULIdJHiv1L5UP\\_hcRZauo](https://www.swr.de/swraktuell/who-bewegungsmangel-100.html?fbclid=IwAR12buuASG9QnhCWL0KIymBobCQ96c5Ky1Z2aDULIdJHiv1L5UP_hcRZauo)], dass es weltweit fünf Millionen weniger Tote gäbe, wenn sich Kinder mehr bewegen würden. Besonders betroffen sind Kinder, vor allem Mädchen, aus finanziell schwachen Familien. Auch in Zeiten der Pandemie wirkte sich das aus, sagt Breuer: "Es gab und gibt in einem Lockdown materiell ungleiche Voraussetzungen. Das hat Folgen." Hat eine Familie Zugang zu einem Garten? Ist sie ausgestattet mit Fahrrädern? Eine Studie zeigte, dass die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder die Wohnung verließen, mit jedem höheren Stockwerk deutlich abnahm.

## Der zweite Lockdown ist anders

Eine andere Studie macht zunächst Hoffnung. Ihr Ergebnis ist [[https://www.spiegel.de/sport/corona-im-lockdown-haben-sich-kinder-mehr-bewegt-als-sonst-a-00000000-0002-0001-0000-000172728855?sara\\_ecid=soci\\_upd\\_KsBF0AFjflf0DZCxpPYDCQgO1dEMph&fbclid=IwAR0hZh8ztiEz6RDzJhyl0dbyjNXXWSDj5SSQvRE5mLaHMcl0GSIN0mS4ylc](https://www.spiegel.de/sport/corona-im-lockdown-haben-sich-kinder-mehr-bewegt-als-sonst-a-00000000-0002-0001-0000-000172728855?sara_ecid=soci_upd_KsBF0AFjflf0DZCxpPYDCQgO1dEMph&fbclid=IwAR0hZh8ztiEz6RDzJhyl0dbyjNXXWSDj5SSQvRE5mLaHMcl0GSIN0mS4ylc)] für die Forscherinnen und Forscher überraschend: Im Schnitt haben sich Kinder und Jugendliche während der Pandemie nicht weniger bewegt als vorher. Aber in ihr wird alles erfasst, was sich als "unorganisiertes Sporttreiben" zusammenfassen lässt, etwa Rollerfahren oder Trampolinspringen. "Den Umgang mit Niederlagen lernt man aber nicht beim Rollerfahren", sagt Breuer. Aus Bewegung wird nur dann Sport, wenn Kinder sozial dazu lernen und ihr Tun mit einem Übungsleiter reflektieren.

Zudem ermöglichte das warme Wetter im Frühjahr und Sommer viel Bewegung an der frischen Luft. Weshalb Breuer nicht glaubt, dass sich diese Ergebnisse auf den aktuellen Lockdown übertragen lassen. "Die negativen Effekte werden jetzt stärker sein", sagt er.

## Die nächste Risikogruppe?

Etwa, wenn jetzt ein Jahrgang schwimmen nicht oder nur verzögert lernen wird. Die Sorge ist, dass die Auswirkungen von Corona nicht nur eine

temporäre Delle verursachen, sondern generell zu weniger Sport und Bewegung führen werden. "Wir wissen es noch nicht, befürchten es aber", sagt Breuer.

Viele Folgen seien jetzt noch nicht zu spüren. Als gesichert gilt: Einer Schließung aller Angebote wie im Frühjahr könne nichts entgegengesetzt werden, was die Wirkung des Sports adäquat ersetzen würde. "Der Sport schafft es einzigartig, Kompetenzen wie Leistungswille, Anstrengungsbereitschaft oder Frustrationstoleranz zu vermitteln. Das geht aber nur über organisierte Sportangebote." Deshalb ist das Sportverbot aus Breuers Sicht ein Rückschritt: "Der derzeitige Fokus auf Inzidenzzahlen betont nur einzelne physische Aspekte der Gesundheit." Gesundheit aber meine viel mehr.

Es sei paradox: "Zum Schutz von Risikogruppen verzichten Kinder und Jugendliche jetzt auf Sport und Bewegung. Langfristig vergrößern wir damit die Risikogruppe."

## **"Helft uns, schafft die Kinder hier weg"**

Diese Sorge teilen drei Münchner, die es wissen müssen: Rüdiger Heid, Max Rabe und Sokol Lamaj von der Non-Profit-Organisation [buntkicktgut](https://buntkicktgut.de/) [https://buntkicktgut.de/]. In normalen Zeiten bewegen sie mehr als 1.000 Kinder pro Woche. Fragt man bei ihnen nach den Folgen des ersten Lockdowns, wollen sie alle drei von ihren Erfahrungen erzählen.

Lamaj, der sich um das Projekt an den Schulen kümmert, etwa sagt: "Die Entfremdung dauert noch an, der Lockdown hat das Verhalten untereinander verändert." Es würden definitiv Langzeitfolgen bleiben. Heid, der Gründer und Leiter von buntkicktgut: "Es sind keine Einzelfälle, spürbar vielen geht es so, sie sind verunsichert." Rabe, ein Fußball-Streetworker: "Wir verlieren eine Generation an die Playstation."

## **Kontakt verloren**

Buntkicktgut wurde mehrfach ausgezeichnet, seit das Projekt 1997 anfing, für geflüchtete Kinder Fußball anzubieten. Die interkulturelle Straßenliga wird unter anderem in München, Berlin und Dortmund auf Bolzplätzen organisiert, es gibt zwei Turnierrunden pro Jahr, Sommercamps, einen

koordinierenden Ligarat. Im Oktober kamen zur Eröffnung eines Bolzplatzes auf dem Dach eines Münchner Wohn- und Kulturzentrums für Geflüchtete der Oberbürgermeister Dieter Reiter, Mehmet Scholl und Uli Hoeneß. Heids Hoffnung ist es, die Kinder bei einem der beliebtesten Hobbys abzuholen, es in geregelten Bahnen zu organisieren und damit soziales und kulturelles Lernen zu fördern.

Nur ist für sie der Sport was der Glaube für den Pfarrer ist: essenziell. Alle großen Turniere des Jahres fielen aus oder fanden verkürzt statt, es wird dieses Jahr auch keine Hallensaison geben. "Wir haben zu manchen Kids den Kontakt verloren", sagt Rabe. Auch sie haben im ersten Lockdown mit Sorge bemerkt [[https://www.fupa.net/berichte/fc-alte-haide-dsc-muenchen-lockdown-im-fussball-wir-verliere-2746977.html?fbclid=IwAR1CYQ3RiN68u445FLrPAZwhXIu0Zuke0qzD1-BqbtcvFWIyIxKnAGVrf\\_s](https://www.fupa.net/berichte/fc-alte-haide-dsc-muenchen-lockdown-im-fussball-wir-verliere-2746977.html?fbclid=IwAR1CYQ3RiN68u445FLrPAZwhXIu0Zuke0qzD1-BqbtcvFWIyIxKnAGVrf_s)], welche Alternativen viele ihrer Schützlinge wählten.

"Von mittags bis vier Uhr morgens waren manche mit Fortnite beschäftigt", sagt Rabe. Sofort fallen ihm die Vornamen von fünf oder sechs Jungs ein, bei denen sie sich schon bald während des Lockdowns fragten: Wo sind die eigentlich?

## **Übergewicht kannten viele Kinder bis dahin nicht**

Dagegen will er kämpfen. Er richtete eine tägliche digitale Sportschau mit verschiedenen Übungen für zu Hause und Wettbewerben ein. Aber: "An den Zoom-Meetings haben nur die Kids teilgenommen, deren Leben ohnehin strukturiert ist", sagt Lamaj. Viele Kinder aus Familien, die schon vorher Probleme hatten, fehlte entweder der Laptop, der Zugang zum Internet oder der Vater brauchte das Handy. "Bei manchen war der Kontakt komplett abgeschnitten." Drei Tage nach Beginn des ersten Lockdowns seien Eltern zu Sozialarbeitern und Kollegen von Lamaj gekommen, die sagten: "Wir halten es hier nicht aus. Helft uns, schafft die Kinder hier weg."

Als es im Frühsommer wieder losging, bemerkten sie die gleichen Lockdown-Folgen wie Younis Kamil in Bonn: Auch bei ihnen kamen etwa 30 bis 50 Prozent der Kinder mit mehr Gewicht zurück. Das verunsicherte die Kinder, sie reagierten deshalb emotionaler. Rabe verschickte

Ernährungspläne, auch jetzt während des zweiten Lockdowns verlangten die Kinder danach. Jeder der drei Betreuer hat ähnliche Erfahrungen gemacht: "Bewegung ist gewaltpräventiv. Wenn das ausfällt, staut sich das auf", sagt Lamaj.

Auch wenn ihre Liga jetzt wieder stillsteht: Sie sind zuversichtlich, dass sie die meisten der Kinder zurück zum Sport bekommen. In mehr als 100 WhatsApp-Gruppen halten sie den Kontakt. "Bitte haltet durch, wir lassen uns nicht frustrieren", sagen die drei. Sie sind optimistisch, dass die offenen Schulen die Situation nicht ganz so dramatisch machen wie noch im Frühjahr. Die digitalen Angebote bauen sie weiter aus, sie drehen Schulungsvideos, einige wenige Trainingseinheiten können sie derzeit noch pro Woche anbieten.

Heid sagt: "Das Wichtigste an jeder Erfahrung ist, welche positiven Schlüsse man daraus zieht." Das will er den Kindern auch mitgeben. Durch die Corona-Pandemie hätten sie viele Nachteile gehabt. Aber es sind auch neue Situationen entstanden, die sie gemeistert haben. Als sie das Training nach dem ersten Lockdown wieder anfangen, kamen mehr Kinder als vorher. Bei Younis Kamil in Bonn war es auch so. Darauf hoffen sie jetzt wieder.