Die Kinder mit der Maske

Autor(en): **Jimmy, Gerda**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **11 (2009)**

Heft 6

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-992066

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Die Kinder mit der Maske

Als ein Spaziergänger eines Morgens im Juli am Hartplatz in Magglingen vorbeischlenderte, schaute er erfreut den 12 vergnügten Kindern beim Fussball-Slalom zu. Plötzlich fiel ihm auf, dass ein Junge etwas am Gesicht trug, das an eine Gasmaske der Feuerwehr erinnerte. Der Junge spielte jedoch ungestört mit den andern Kindern mit.

Text: Gerda Jimmy; Foto: Alain Dössegger

Nein. Es war keine Feuerwehrübung. Sondern eine Messung des Energieverbrauchs. Von der Gesichtsmaske des Jungen führte ein Schläuchlein die Atemgase zum so genannten Meta Max Gerät, welches das Kind am Oberkörper trug. Der Meta Max zeichnete die Werte auf, die anschliessend auf den Computer geladen und in Energieverbrauchswerte umgerechnet wurden.

Nach 12 Minuten durfte der Junge die Maske und das Gerät wieder ablegen. Eigentlich hätte er sie gerne noch länger getragen. Deshalb freute er sich umso mehr, am nächsten Tag während einer Stunde zum Thema Turnen noch einmal für die gleiche Dauer die Maske anziehen zu dürfen.

Auf die gleiche Art und Weise wurde der Energieverbrauch von 19 weiteren Teilnehmenden der Kids-Woche gemessen. Zudem erschien jedes dieser Kinder an einem Morgen in jener Woche früher in Magglingen. Und dies, ohne vorher ein Frühstück zu sich genommen zu haben. Wiederum während 12 Minuten lagen die Kinder ruhig auf einer Matratze, wobei ihr Energieverbrauch bei Ruhe gemessen wurde. Um Verfälschungen zu vermeiden, musste diese Messung mit nüchternem Magen vorgenommen werden. Sobald die Messung fertig war, durften die Kinder jedoch an Ort und Stelle ihr verdientes Frühstück zu sich nehmen, bevor sie zum Beginn der Aktivitäten zu ihrer Sportgruppe geführt wurden.

Weitere Messungen geplant

Die Messungen der Kids-Woche geben Aufschluss über den Energieverbrauch der Kinder in Sportstunden. Sie sind Teil einer mehrjährigen Studie, welche Informationen zur Berechnung des Energieverbrauchs bei Kindern für eine Reihe von sportlichen Aktivitäten liefert.

Die Resultate der untersuchten 20 Kinder aus der Kids-Woche werden derzeit noch bearbeitet. Bisher lässt sich daraus schliessen, dass sie bei einer Stunde zum Thema Turnen insgesamt rund zweieinhalb Mal mehr Energie verbrauchen, als wenn sie in dieser Stunde ausruhen würden. Bei einer Stunde zum Thema Spielen ist der Energieverbrauch rund drei Mal so hoch wie beim Ruhen. Natürlich gibt es grosse Unterschiede je nach Art der Sportstunde: Ob es um das Erwerben von Fertigkeiten ging, ob viel Zeit für Erklärungen aufgewendet werden musste, oder ob zum Beispiel Fangis gespielt wurde, wo keine Erklärungen und Wartezeiten nötig sind. Zudem zeigen sich auch Unterschiede von Kind zu Kind, die grösstenteils auf den Einsatz des Kindes, aber auch auf die körperlichen Voraussetzungen zurückzuführen sind.

Über die kommenden zwei Jahre sind weitere Messrunden mit verschiedenen sportlichen Aktivitäten geplant, um mehr Einsicht in das spannende Thema des Energieverbrauchs von Kindern in Bewegung zu gewinnen. ■

Gerda Jimmy ist wissenschaftliche Mitarbeiterin im Bereich Bewegung und Gesundheit an der EHSM. Sie ist ausgebildete Sportlehrerin ETH mit einem Masterabschluss in Public Health von der Universität Edinburgh.

Kontakt: gerda.jimmy@baspo.admin.ch