



**SOS
KINDERDORF**

Medieninformation

SOS-Kinderdorf e.V.
Pressestelle
Renatastraße 77
80639 München
presse@sos-kinderdorf.de
www.sos-kinderdorf.de

Zum „Welttag des Sports für Entwicklung und Frieden“ am 6. April

Sport macht stark fürs Leben!

München, 01. April 2026. Sport stärkt junge Menschen ganzheitlich. Er fördert Gemeinschaft, Selbstbewusstsein und eine gesunde Entwicklung – und vermittelt wichtige soziale Werte wie Fairness, Teamfähigkeit und Respekt. Darauf weist der SOS-Kinderdorf e.V. anlässlich des Welttags des Sports für Entwicklung und Frieden hin. „Im Sport erfahren Kinder: „Ich kann was, ich bin stark!“ Das ist gerade für Kinder und Jugendliche wichtig, die Krisen und besondere Belastungen zu bewältigen haben oder unsicher sind“, sagt Astrid Brandl, Vorständin des SOS-Kinderdorfvereins. Zugleich bereitet der Kinderhilfsorganisation der zunehmende Bewegungsmangel bei jungen Menschen Sorge.

Beim Sport lernen Kinder und Jugendliche, mit Niederlagen umzugehen und im Team Verantwortung zu übernehmen. Sie entdecken ihre Fähigkeiten - unabhängig von schulischen Anforderungen - bauen Selbstvertrauen auf und profitieren auch psychisch: Bewegung hilft, Stress abzubauen und stärkt die seelische Gesundheit.

Gemeinsamer Sport ermöglicht echte Begegnungen

Sport schafft Räume für Begegnung – gerade in einer zunehmend digitalisierten Welt. Er kann Einsamkeit vorbeugen und soziale Teilhabe stärken, erläutert SOS-Vorständin Brandl: „Gerade für junge Menschen, die sich sonst eher zurückziehen oder nicht an sich glauben, können Sport und Bewegung echte Game-Changer sein. Die Erfahrung gut in etwas zu sein und die Begegnungen mit Gleichgesinnten stärken junge Menschen für das ganze Leben“, so Brandl.

Bewegungsmangel bei Kindern in Deutschland wird zum Gesundheitsrisiko

Gleichzeitig zeigt sich: Viele Kinder und Jugendliche in Deutschland bewegen sich zu wenig. Die aktuelle KiGGS-Studie des Robert Koch-Instituts belegt: Nur 22,4 Prozent der Mädchen und 29,4 Prozent der Jungen erreichen die von der Weltgesundheitsorganisation empfohlene tägliche Mindestbewegungszeit von 60 Minuten. Mit zunehmendem Alter nimmt die körperliche Aktivität sogar weiter ab. „Nur jedes vierte Kind in Deutschland bewegt sich ausreichend – das ist alarmierend. Denn Sport ist zentral für ein gesundes Aufwachsen und stärkt wichtige soziale Kompetenzen“, betont Brandl. Besonders betroffen vom Bewegungsmangel sind Kinder aus sozial benachteiligten Familien. Umso wichtiger sind verlässliche und niedrigschwellige Angebote, die allen Kindern Zugang zu Bewegung ermöglichen – unabhängig von Herkunft und Einkommen. „Wir sind sehr froh, dass wir in den SOS-Einrichtungen Kindern und Jugendlichen vielfältige Sport- und Bewegungsmöglichkeiten bieten können“, so die SOS-Vorständin.

Sport fördern – Teilhabe ermöglichen

Der SOS-Kinderdorf e.V. setzt sich dafür ein, dass Bewegung und Sport fester Bestandteil des Aufwachsens aller Kinder und Jugendlichen werden. In seinen 38 Einrichtungen in Deutschland bietet der Verein vielfältige Bewegungsangebote – von Fußball-Feriencamps in Kooperation mit Bundesligavereinen über Hip-Hop- und Judo-Kurse für Jugendliche bis hin zu Eltern-Kind-Turnen für die Allerkleinsten. Gleichzeitig setzt sich der Verein für verlässliche Rahmenbedingungen ein: Damit alle jungen Menschen von den positiven Effekten des Sports profitieren können, braucht es aus Sicht der Kinderhilfsorganisation mehr niedrigschwellige und kostenfreie Sportangebote, ausreichend Bewegungsräume im Wohnumfeld sowie eine stärkere Zusammenarbeit von Schulen, Vereinen und Trägern.

Der SOS-Kinderdorf e.V.: SOS-Kinderdorf bietet Kindern in Not ein Zuhause und hilft dabei, die soziale Situation benachteiligter junger Menschen und Familien zu verbessern. In SOS-Kinderdörfern wachsen Kinder, deren leibliche Eltern sich aus verschiedenen Gründen nicht um sie kümmern können, in einem familiären Umfeld auf. Sie erhalten Schutz und Geborgenheit und damit das Rüstzeug für ein gelingendes Leben. Der SOS-Kinderdorfverein begleitet Mütter, Väter oder Familien und ihre Kinder von Anfang an in Mütter- und Familienzentren. Er bietet Frühförderung in seinen Kinder- und Begegnungseinrichtungen. Jugendlichen steht er zur Seite mit offenen Angeboten, bietet ihnen aber auch ein Zuhause in Jugendwohngemeinschaften sowie Perspektiven in berufsbildenden Einrichtungen. Ebenso gehören zum SOS-Kinderdorf e.V. die Dorfgemeinschaften für Menschen mit geistigen und seelischen Beeinträchtigungen. In Deutschland helfen in 38 Einrichtungen insgesamt rund 5.300 Mitarbeitende. Der Verein erreicht und unterstützt mit seinen 805 Angeboten fast 134.000 Menschen in erschwerten Lebenslagen in Deutschland. Darüber hinaus ist der deutsche SOS-Kinderdorfverein in 108 Ländern aktiv und finanziert 435 Standorte in 17 Fokusländern über Patenschaften und Unterhaltszahlungen.

Mehr Informationen unter www.sos-kinderdorf.de