

Kurzbericht des BMG-geförderten Forschungsvorhabens

Vorhabentitel	Deutsche Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung. Disseminierung der Empfehlungen.
Schlüsselbegriffe	Bewegung, körperliche Aktivität, Bewegungsförderung, Empfehlungen, Disseminierung
Vorhabendurchführung	Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, Departement für Sportwissenschaft und Sport
Vorhabenleitung	Prof. Dr. Dr. h.c. Alfred Rütten (FAU Erlangen-Nürnberg) Prof. Dr. Klaus Pfeifer (FAU Erlangen-Nürnberg)
Autor(en)	Prof. Dr. Dr. h.c. Alfred Rütten (FAU Erlangen-Nürnberg) Prof. Dr. Klaus Pfeifer (FAU Erlangen-Nürnberg)
Vorhabenbeginn	15.06.2016
Vorhabenende	31.12.2017

1. Vorhabenbeschreibung, Vorhabenziele

Das Projekt ist eine Fortsetzungsmaßnahme und Weiterentwicklung des Projekts „Deutsche Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung – Ein Projekt zur wissenschaftlichen Konzeptualisierung“ und knüpft an bestehende Aktivitäten im Rahmen der IN FORM Initiative des Bundesministeriums für Gesundheit an. Ziel des Projekts war die Disseminierung, das heißt die Verbreitung/Streuung der Deutschen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung.

2. Durchführung, Methodik

Die Disseminierung der Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung wurde durch fünf zusammenhängende Arbeitskomplexe vorangetrieben:

- A) Erstellung und Publikation eines Booklets/Fachhefts
- B) Vorbereitung und Durchführung eines Workshops mit ausgewählten Stakeholdern aus unterschiedlichen Lebenswelten
- C) Entwicklung von zielgruppen- und lebensweltspezifischen Materialien zur Disseminierung der Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung

- D) Durchführung von Pretests und Fertigstellung der Materialien zur Disseminierung der Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung
- E) Wissenschaftliche Vorbereitung eines Kongresses zur breiten Disseminierung der Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung

3. Gender Mainstreaming

Die Empfehlungen selbst berücksichtigen die Aspekte des Gender Mainstreamings. Beispielsweise wurde mit Blick auf die Bewegungsförderung in Kitas untersucht, ob Mädchen von anderen Interventionsformen profitieren als Jungen (vgl. S. 81 in der deutschsprachigen Version der Empfehlungen).

Auch bei der Disseminierung der Empfehlungen wurden Aspekte des Gender Mainstreamings berücksichtigt. Bei der Entwicklung des Fachheftes wurde von der Projektleitung viel Wert darauf gelegt, dass die verwendeten Bilder möglichst (a) gleichermaßen weibliche und männliche Personen zeigen und (b) Frauen und Männer nicht ausschließlich in den „klassischen“ Geschlechterrollen darstellen.

4. Ergebnisse, Schlussfolgerung, Fortführung

Das Booklet/Fachheft „Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung“ wurden bis November 2017 mehr als 10.000 Mal von der Website www.bewegungsempfehlungen.de heruntergeladen; rund 2.000 gedruckte Exemplare wurden von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sowie Fachorganisationen bestellt.

Unter der Beteiligung von ca. 100 Stakeholdern wurden zahlreiche Ideen für Strategien und Materialien zur Verbreitung der Empfehlungen für die folgenden fünf Zielgruppen entwickelt: (1) Kinder und Jugendliche, (2) Erwachsene, (3) Ältere Erwachsene, (4) Erwachsene mit nichtübertragbaren Erkrankungen und (5) Gesamte Bevölkerung.

In Zusammenarbeit mit einer Marketingagentur wurde im Projekt darüber hinaus ein Entwurf für eine leicht verständliche Kurzversion der Empfehlungen in Form einer Broschüre erarbeitet, deren Inhalt und Form in einem Pre-Test von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren aus verschiedenen Lebenswelten bestätigt wurde. Zusätzlich liegen erste Entwürfe für Flyer und eine Website vor.

5. Umsetzung der Ergebnisse durch das BMG

Aufgaben für die Zukunft sind die Umsetzung der von den Arbeitsgruppen entwickelten Ideen sowie die Veröffentlichung der leicht verständlichen Kurzversion der Empfehlungen, die Durchführung des wissenschaftlichen Kongresses und die Schaffung nachhaltiger Strukturen für die Verbreitung und Umsetzung der „Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung“.

6. Verwendete Literatur

Rütten, A. & Pfeifer, K. (2016): National Recommendations for Physical Activity and Physical Activity Promotion, Erlangen: FAU University Press. Online unter: www.physical-activity.de.

Rütten, A. & Pfeifer, K. (2016): Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung, Schorndorf: Hofmann-Verlag. Online unter: www.bewegungsempfehlungen.de.