

Kurzbericht zum BMG-geförderten Forschungsvorhaben

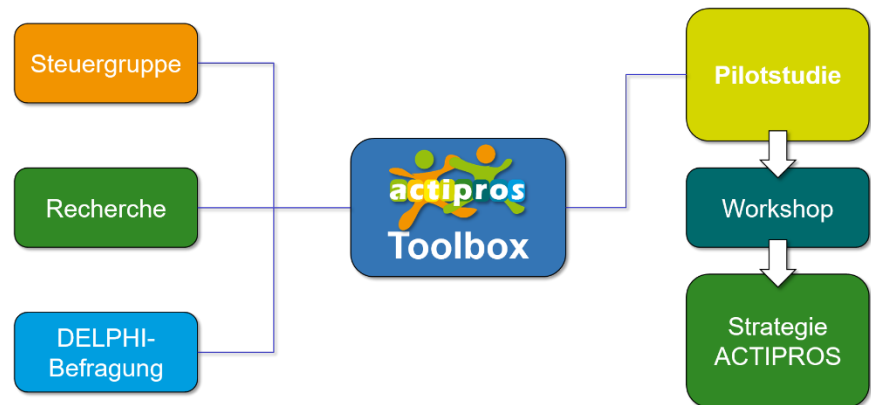
Vorhabentitel	Bewegungsförderung über die Lebenswelt Schule (Activity Promotion via Schools) ACTIPROS
Schlüsselbegriffe	Körperliche Aktivität, Toolbox, Fitness
Vorhabendurchführung	Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS Achterstraße 30 28359 Bremen
Vorhabenleitung	PD Dr. Mirko Brandes
Autor(en)/Autorin(nen)	PD Dr. Mirko Brandes Prof. Dr. Hajo Zeeb
Vorhabenbeginn	01.06.2019
Vorhabenende	31.12.2022

1. Vorhabenbeschreibung, Vorhabenziele

Körperliche Aktivität wirkt sich positiv u.a. auf die Gesundheit des Menschen aus. Demgegenüber verstärkt Bewegungsmangel das Auftreten von gesundheitlichen Beeinträchtigungen, sowohl bei Kindern und Jugendlichen als auch bei Erwachsenen. Da ein zunehmender Trend zu weniger körperlicher Aktivität in Deutschland zu beobachten ist, sind 2016 die „Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung“ über die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) veröffentlicht worden. Im Jahr 2018 hat das BMG eine Förderrichtlinie „Bewegung und Bewegungsförderung“ ausgeschrieben, in dessen Zuge eine Anwendung der Bewegungsempfehlungen für den Bereich Schule erfolgen sollte. Das Projekt ACTIPROS hatte daher das Ziel, die Bewegungsempfehlungen über geeignete Interventionsmaßnahmen in die Lebenswelt Schule zu übertragen.

2. Durchführung, Methodik

Die Umsetzung der Vorhabenziele erfolgte über einen mehrstufigen Prozess. Eine Steuergruppe, bestehend aus lokalen Stakeholdern aus dem Bereich Bildung und Bewegung, hat das Projektteam kontinuierlich über den Projektzeitraum beraten. Geeignete Interventionen für die Lebenswelt Schule wurden über eine internationale Recherche im Zeitraum 2010-2020 identifiziert und extrahiert. In einer Delphi-Studie wurden Kriterien für die Auswahl von Interventionen entwickelt, und auf die Recherche-Ergebnisse angewendet, so dass 12 Interventionen in die ACTIPROS-Toolbox aufgenommen wurden. In einer anschließenden Pilotstudie im Schuljahr 2021-2022 wurde die Toolbox mit 10



Interventionsklassen getestet, 10 weitere Klassen fungierten als Kontrollgruppe. Die Ergebnisse wurden auf einem nationalen Workshop für Stakeholder aus allen Bundesländern vorgestellt, sowie auf der Webseite www.actipros.de präsentiert. Darüber hinaus wurde das BMG-Projekt ACTIPROS in die eigenfinanzierte Initiative ACTIPROS überführt.

3. Gender Mainstreaming

In der Steuergruppe, bei der Delphi-Befragung und in der Pilotstudie waren Frauen und Männer, bzw. Mädchen und Jungen gleichermaßen vertreten. Die Interventionen der ACTIPROS Toolbox zielen ebenfalls gleichermaßen auf Mädchen und Jungen. Die Präsentation der Ergebnisse sowie die als Verbreitungsmedium genutzte Webseite sind in gendergerechter Sprache verfasst.

4. Ergebnisse, Schlussfolgerung, Fortführung

Bei der Recherche wurden aus über 6000 Treffern letztendlich 178 relevante Interventionen zur Bewegungsförderung extrahiert [1]. In der Delphi-Studie konnten sieben Schlüsselkriterien für eine Auswahl von Bewegungsinterventionen identifiziert werden [2]. Von den 178 Interventionen wurden nach Anwendung der Schlüsselkriterien 12 Interventionen in die erste ACTIPROS-Toolbox aufgenommen (verfügbar unter www.actipros.de). Im Rahmen der Pilotstudie wurden insgesamt n=429 Kinder aus 20 Klassen von 10 Schulen eingeschlossen. Die Interventionsklassen wählten sieben unterschiedliche Interventionen aus der Toolbox aus, jede Klasse konnte trotz der Beschränkungen durch die Corona-Pandemie mindestens eine Intervention (Range: eine bis drei Interventionen) im Schuljahr 2021-2022 durchführen. In drei Fällen wurden nicht-passende Interventionen durch eine neue Intervention ersetzt. Eine Trendanalyse zeigte, dass der Bewegungsumfang bei den Kindern der Interventionsklassen um ca. 16min pro Tag (Jungen: ca. 21min; Mädchen ca. 9min) gegenüber den Kontrollklassen stieg. In den Interventionsklassen stieg

ebenfalls der Anteil der Kinder, die die nationalen Bewegungsempfehlungen erfüllten, gegenüber den Kontrollklassen um ca. 25% [3].

Die Ergebnisse zeigen, dass die ACTIPROS-Toolbox in Grundschulen gut anwendbar ist. Nicht-passende Interventionen können schnell durch Alternativen ersetzt werden. Aus den Ergebnissen werden ebenfalls erste explorative Hinweise auf die Wirksamkeit des Einsatzes der ACTIPROS-Toolbox deutlich. Die Wirksamkeit wird durch eine anschließende Studie noch nachgewiesen werden müssen. Aufgrund der vielversprechenden Ergebnisse der ACTIPROS-Pilotstudie wurde das Projekt ACTIPROS in die ACTIPROS-Initiative überführt. Diese hat das Ziel, die ACTIPROS-Toolbox verstärkt in die Anwendung zu bringen.

5. Umsetzung der Ergebnisse durch das BMG

Die Ergebnisse des Projektes werden bei der Umsetzung des Förderschwerpunktes Bewegungsförderung berücksichtigt und fließen in die Gesamtauswertung des Förderschwerpunktes ein. Darüber hinaus unterstützt das BMG die Weiterverbreitung der Erkenntnisse des Projekts in Fachkreisen und berücksichtigt sie bei zukünftigen Aktivitäten im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung.

6. Verwendete Literatur

1. Brandes, B., H. Busse, L. Sell, L. Christianson, and M. Brandes, A scoping review on characteristics of school-based interventions to promote physical activity and cardiorespiratory fitness among 6- to 10-year-old children. *Prev Med*, 2022. 155: p. 106920.
2. Brandes, M., B. Brandes, L. Sell, J.M. Sacheck, M. Chinapaw, et al., How to select interventions for promoting physical activity in schools? Combining preferences of stakeholders and scientists. *Int J Behav Nutr Phys Act*, 2023. 20(1): p. 48.
3. Brandes, B., L. Sell, C. Buck, H. Busse, H. Zeeb, et al., Use of a toolbox of tailored evidence-based inte

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages