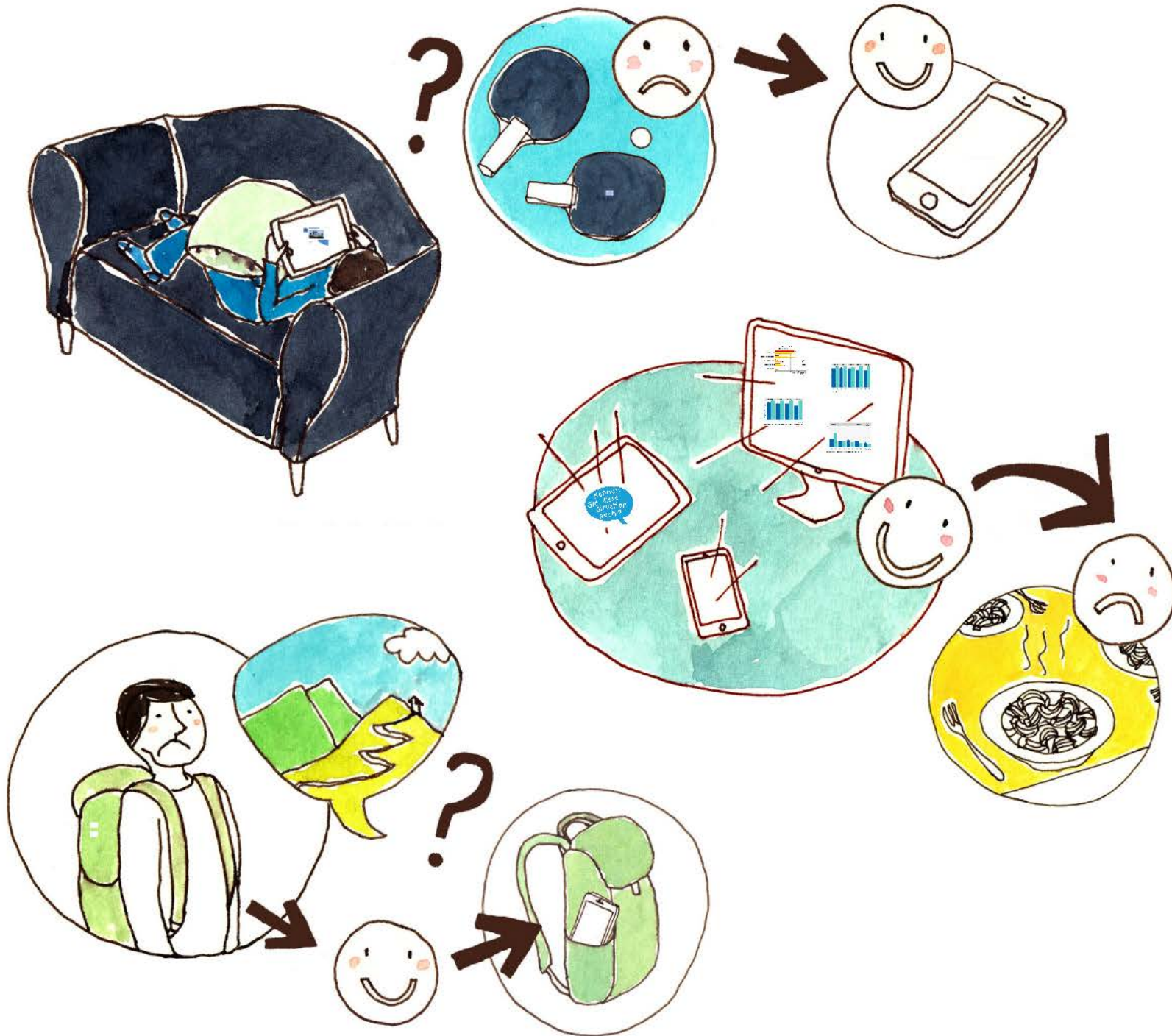
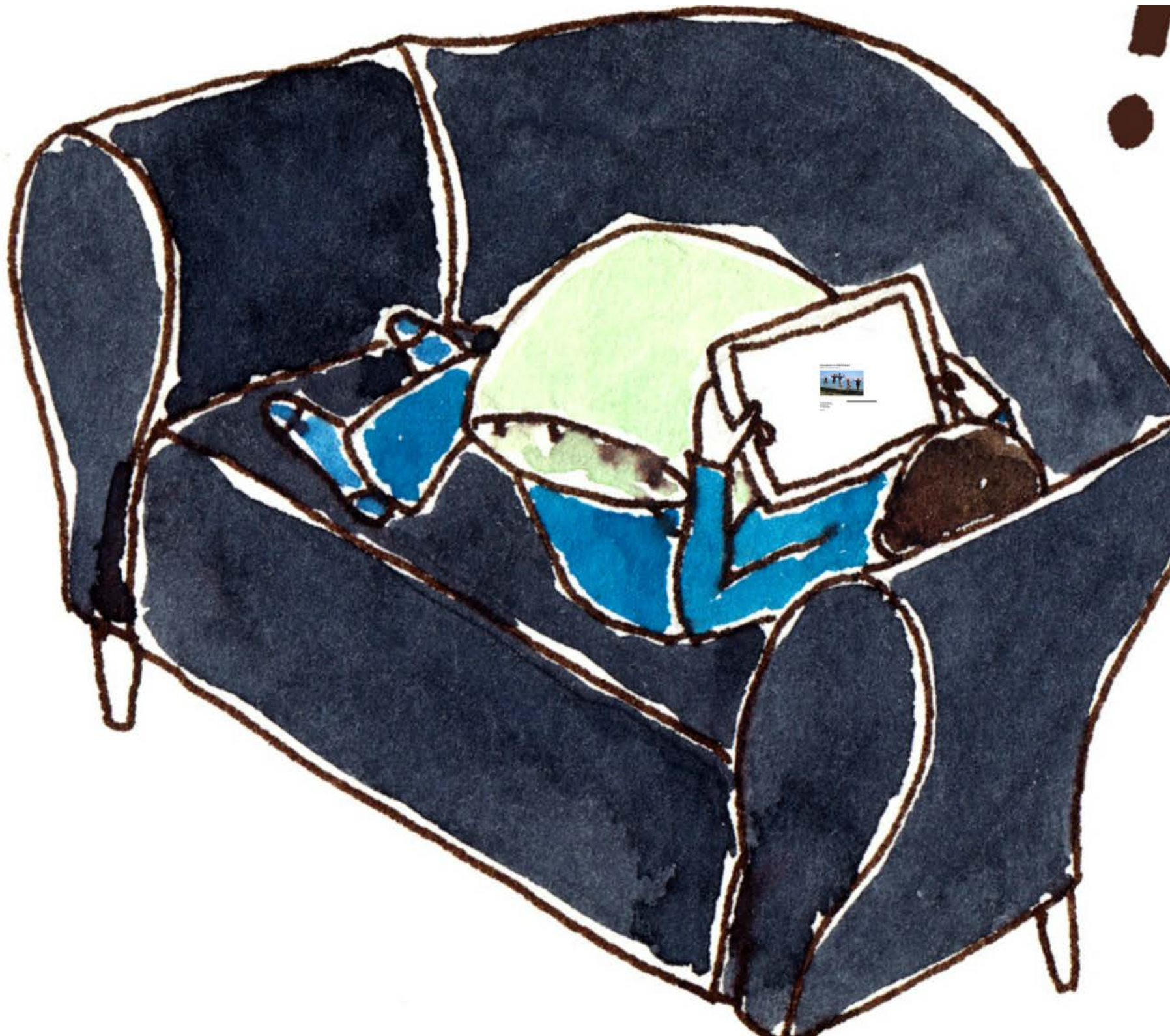


# Bewegungsfreundliches Umfeld und Medien - einige Fakten

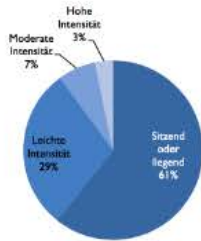




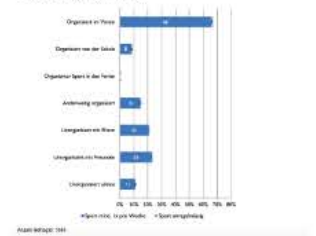
# Schlussbericht zur SOPHYA-Studie

(Laufzeit des Projektes: Januar 2013-Januar 2016)

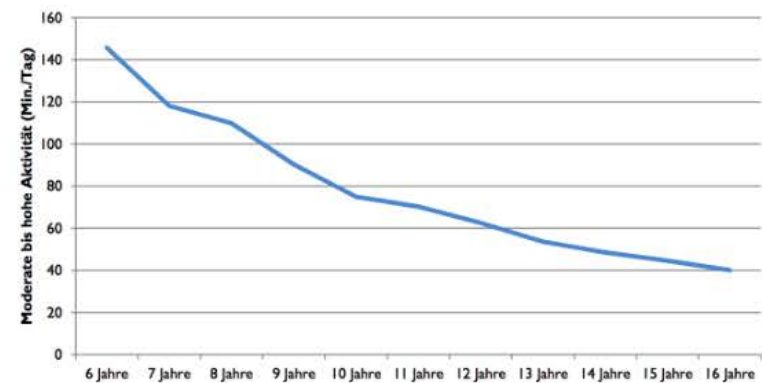
A 3.1 Zeitanteil, welcher tagsüber körperlich aktiv (moderate bis hohe Intensität) und inaktiv (sitzend, liegend oder leichte Intensität) verbracht wurde in %



A 4.7 Anteil, in dem die Kinder Sport (moderate bis hohe Intensität) verbracht haben und Sportart in unterschiedlicher Zahl angegeben wurde in %



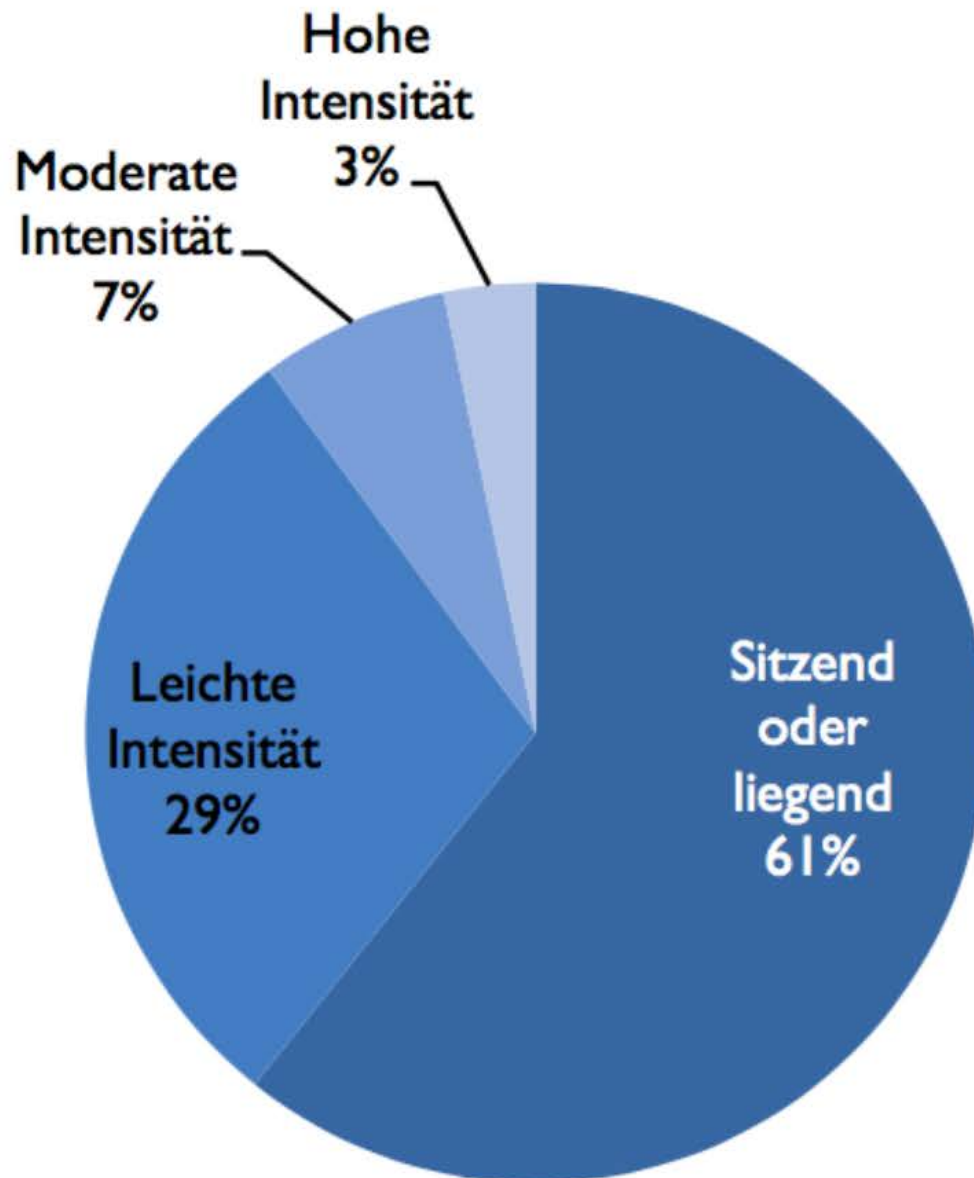
A 3.3.: Durchschnittlich mit moderater bis hoher Intensität verbrachte Minuten pro Tag nach Alter (n=1320)



**Dr. Bettina Bringolf-Isler**  
**Prof. Nicole Probst-Hensch**  
**Prof. Bengt Kayser**  
**Prof. Suzanne Suggs**

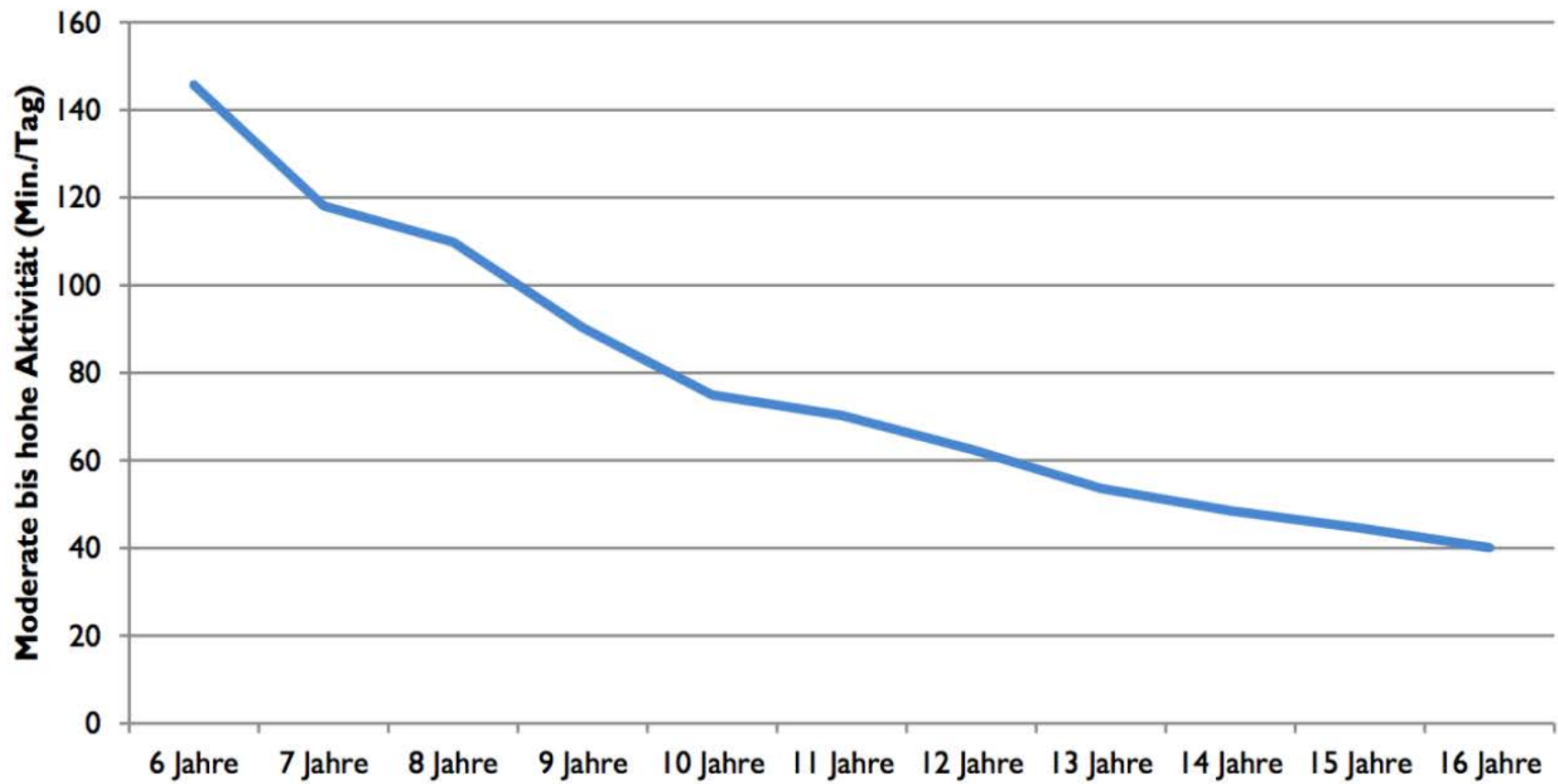
März 2016

**A 3.1** Zeitanteil, welcher tagsüber körperlich aktiv (moderate bis hohe Intensität) und inaktiv (sitzend, liegend oder leichte Intensität) verbraucht wurde in %

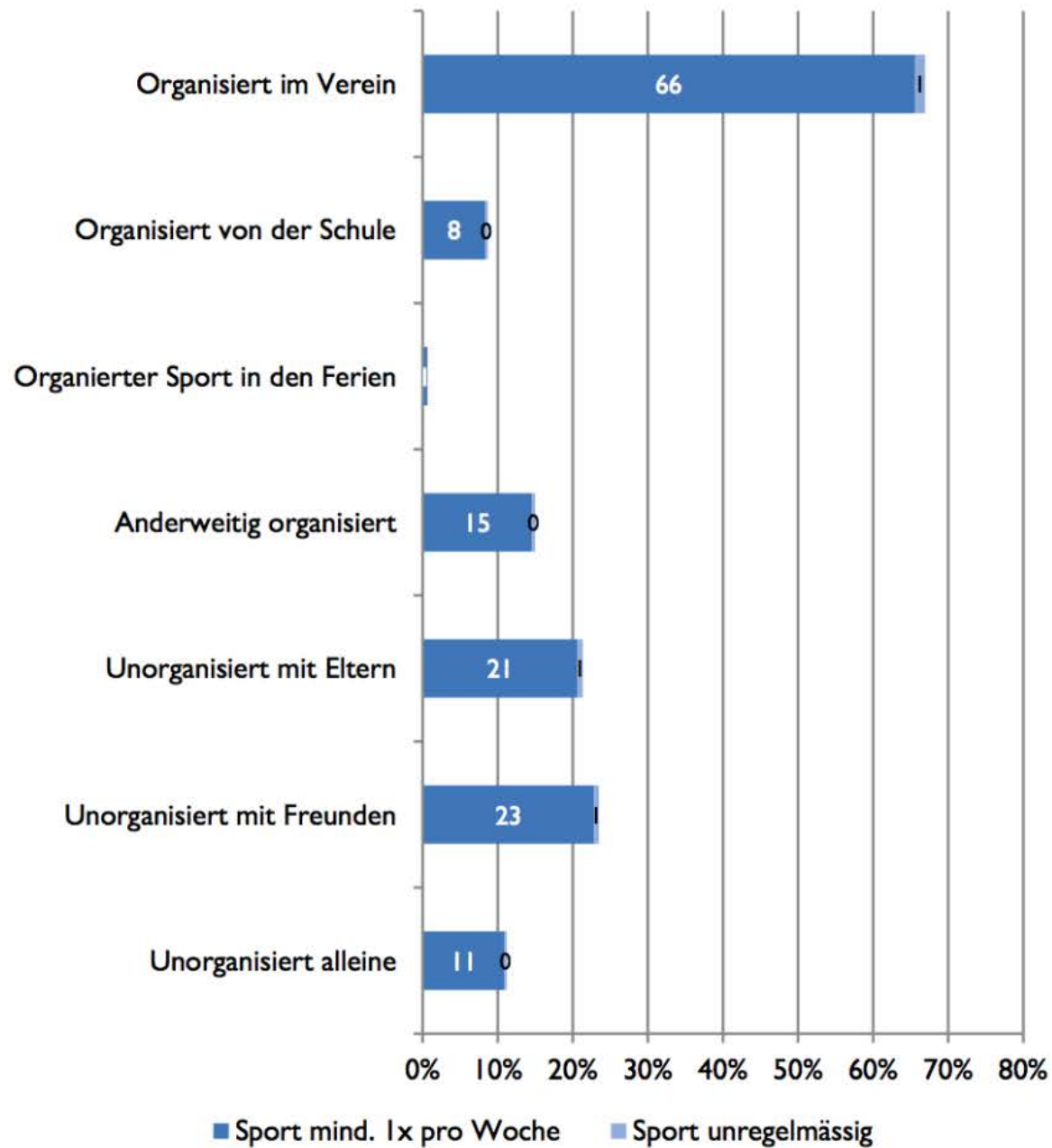




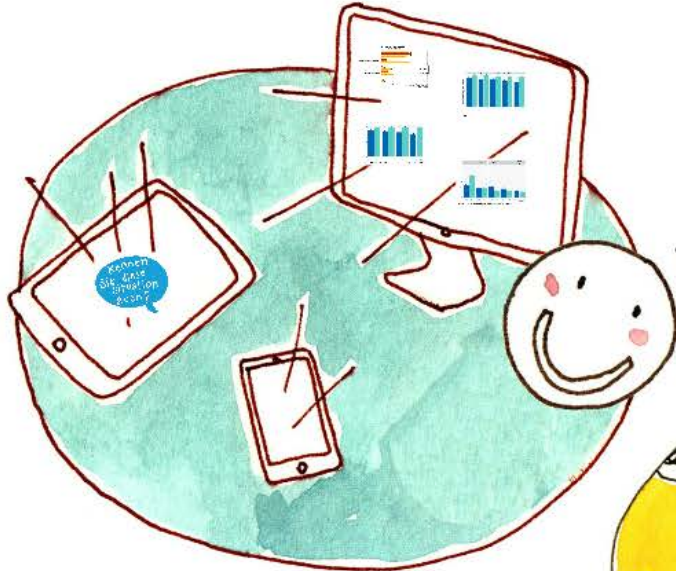
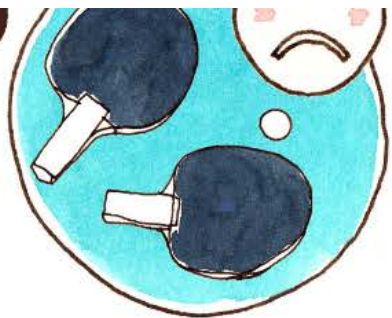
A 3.3.: Durchschnittlich mit moderater bis hoher Intensität verbrachte Minuten pro Tag nach Alter (n=1320)



**A 4.7** Setting, in dem die Kinder Sport getrieben haben (Anteil Kinder, welche mindestens eine Sportart im entsprechenden Setting ausgeübt haben in %)



Anzahl Befragte: 1583



**„Kinder bewegen sich viel zu wenig“**  
 Ministerin Künast startet in Dortmund Aktion für gesundheitsbewusste Ernährung

„Nicht als vor 20 Jahren“, sagte Prof. Dr. Michael Lentz, Leiter des Dortmunder Forschungsnetzwerks für Kinderernährung, „aber sie bewegen sich viel weniger, und das ist der entscheidende Faktor.“ Dadurch entstehen Folgeerkrankungen, deren Bekämpfung rund 70 Milliarden weniger kosten würde, sagt Vizebürgermeisterin Künast.

„In spätestens 1. August können sie ihr Projekt beim Gesundheitsministerium einreichen. Im zweiten Schritt werden 30 von ihnen Ende August ausgetrennt, ihre Konzepte zu Konkretionen. Bis Ende 25. März haben sie das nächste Projekt, das ihnen zugeordnet ist, einzureichen.“



**Bitte mehr Bewegung**

Grundschüler aus Bennigen und Gestorf lernen in einem Projekt, wie wichtig Sport ist



**Kinder haben natürlichen Bewegungsdrang**  
 Aktivtag in der Grundschule Eichen-Brüche zeigt: Bewegung ist wichtig



Schon jedes fünfte Kind ist zu dick. [www.gesundheitsfoerderung.ch](http://www.gesundheitsfoerderung.ch)

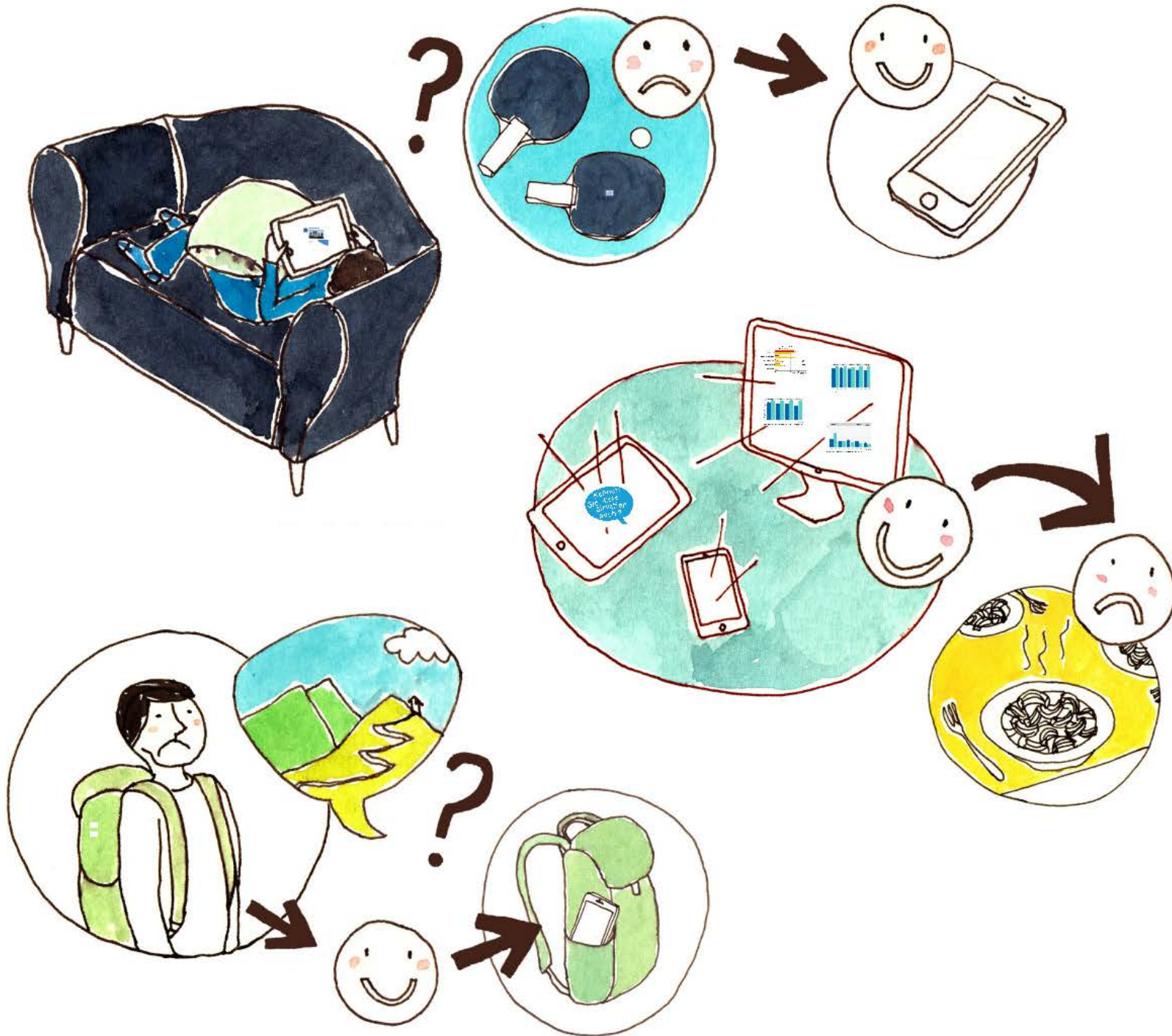
Gesundheitsförderung Schweiz  
 Promoviert Santé Suisse  
 Promoviamo Salute Svizzera



## Verhältnisorientierte Ansätze rücken in den Fokus



# Bewegungsfreundliches Umfeld und Medien - einige Fakten





# Einblick in die Wissenschaft



Räumliches Bewegungsverhalten von Primarschulkindern - Aktivitätsmessung mittels Accelerometrie und GPS



## Domänen der körperlichen Aktivität



# GIS: Layerstruktur

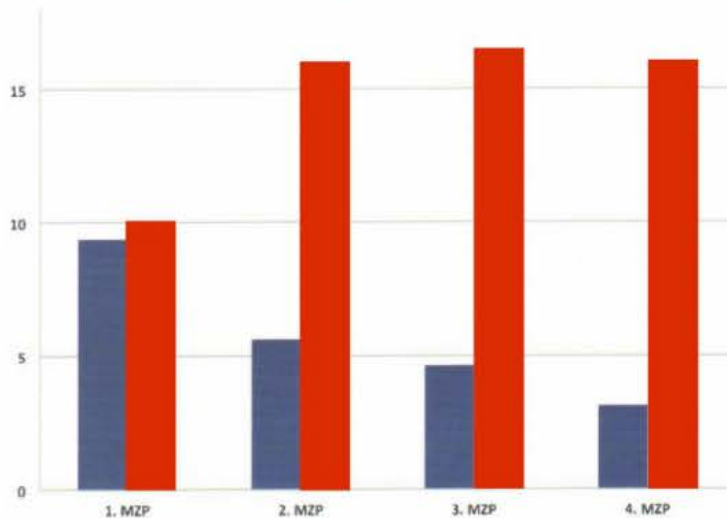
- **Kombination aller Layer ermöglicht weitgehende räumliche Analyse**
  - ➔ Innerhalb welcher Flächen/ Pufferzonen liegen die Bewegungspunkte?
  - ➔ Entfernung zum nächsten Park/ Freizeitanlage?
  - ➔ Welche Rolle spielt die Verkehrssituation?
  - ➔ Etc.....



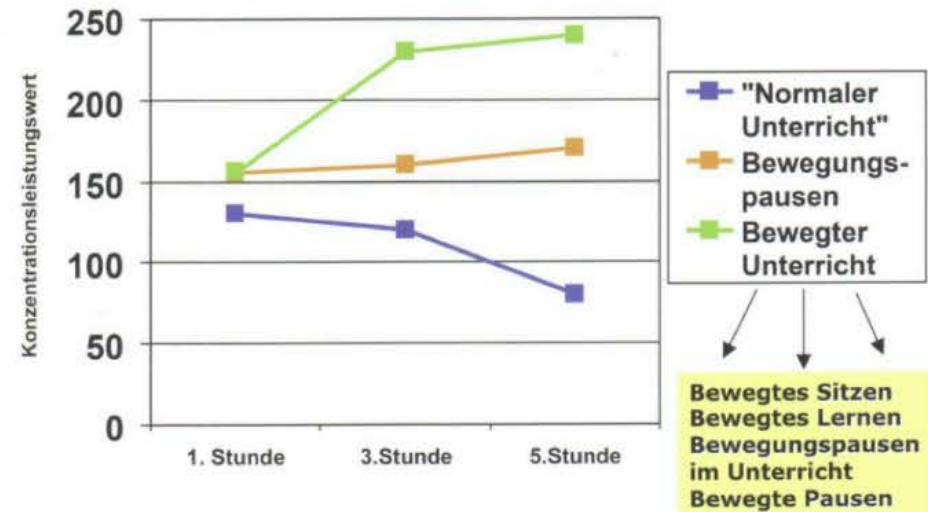
## Hauptbefunde der Studie

- Schule als wichtiger Ort um KA anzusammeln, insbesondere bei Knaben
  - ➔ **frei zugängliche Schulen, auch am Wochenende wichtig**
  - ➔ **Aktivitätsfördernde Schulanlagen für Mädchen**
- Strassen sehr aktivitätsfördernd für beide Geschlechter
  - ➔ **Aktive Transportwege und informelles Spiel**
  - ➔ **Sichere Strassenumgebung wichtig**
- Hohes relatives Aktivitätsniveau in Freizeitanlagen trotz geringer Nutzung
  - ➔ **Förderung der Nutzung von Freizeitanlagen, insbesondere bei älteren Kindern und Kindern aus schlechter gestellten Quartieren!**
- Sehr tiefes relatives Aktivitätsniveau Zuhause
  - ➔ **Kinder sollten am Wochenende vermehrt das Haus verlassen!**

# Lernen braucht eine Bewegte Schule!

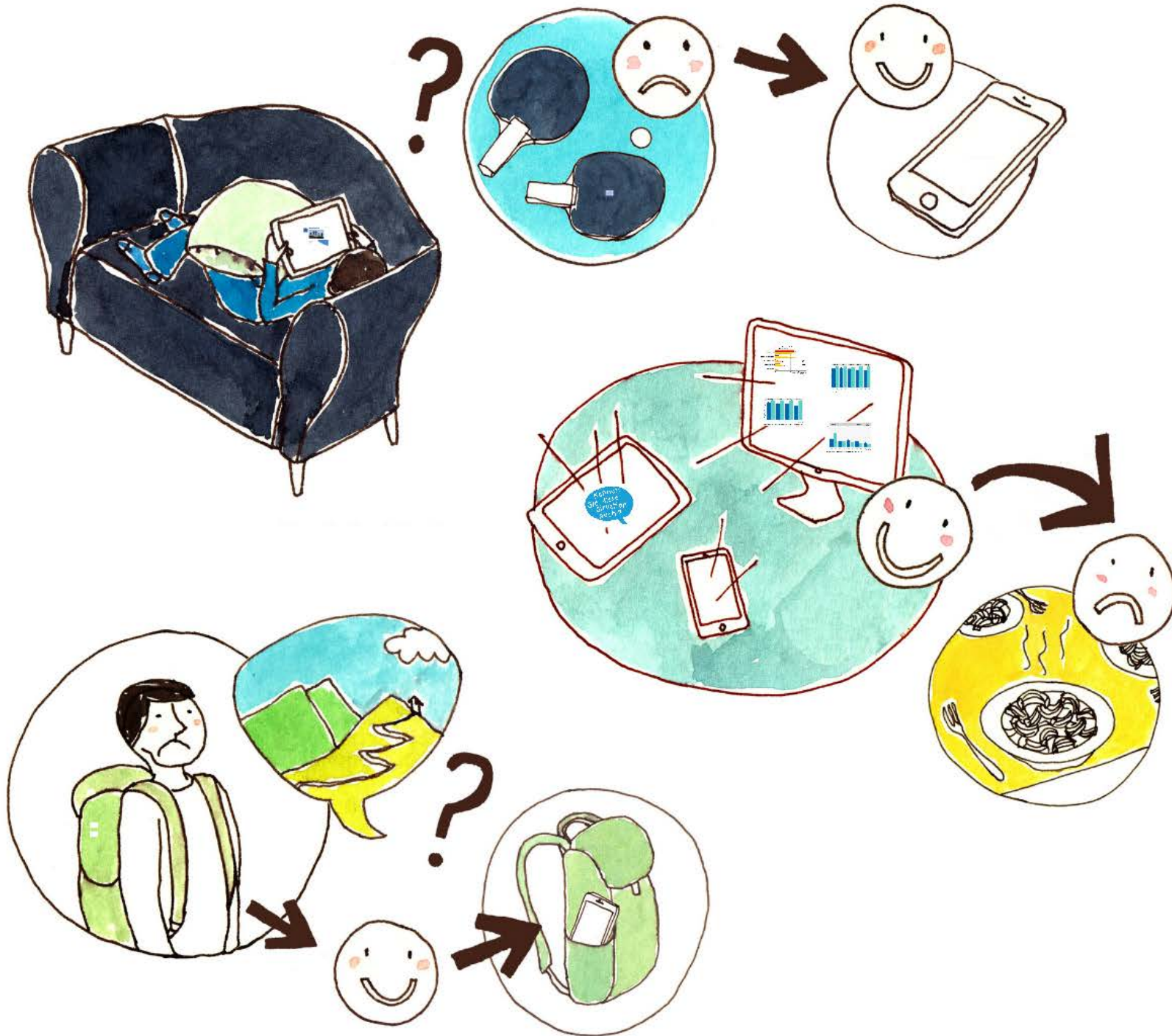


**Besseres Vokabelgedächtnis**

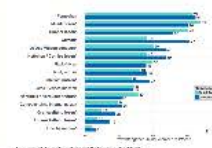
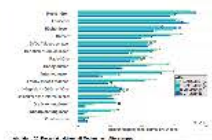
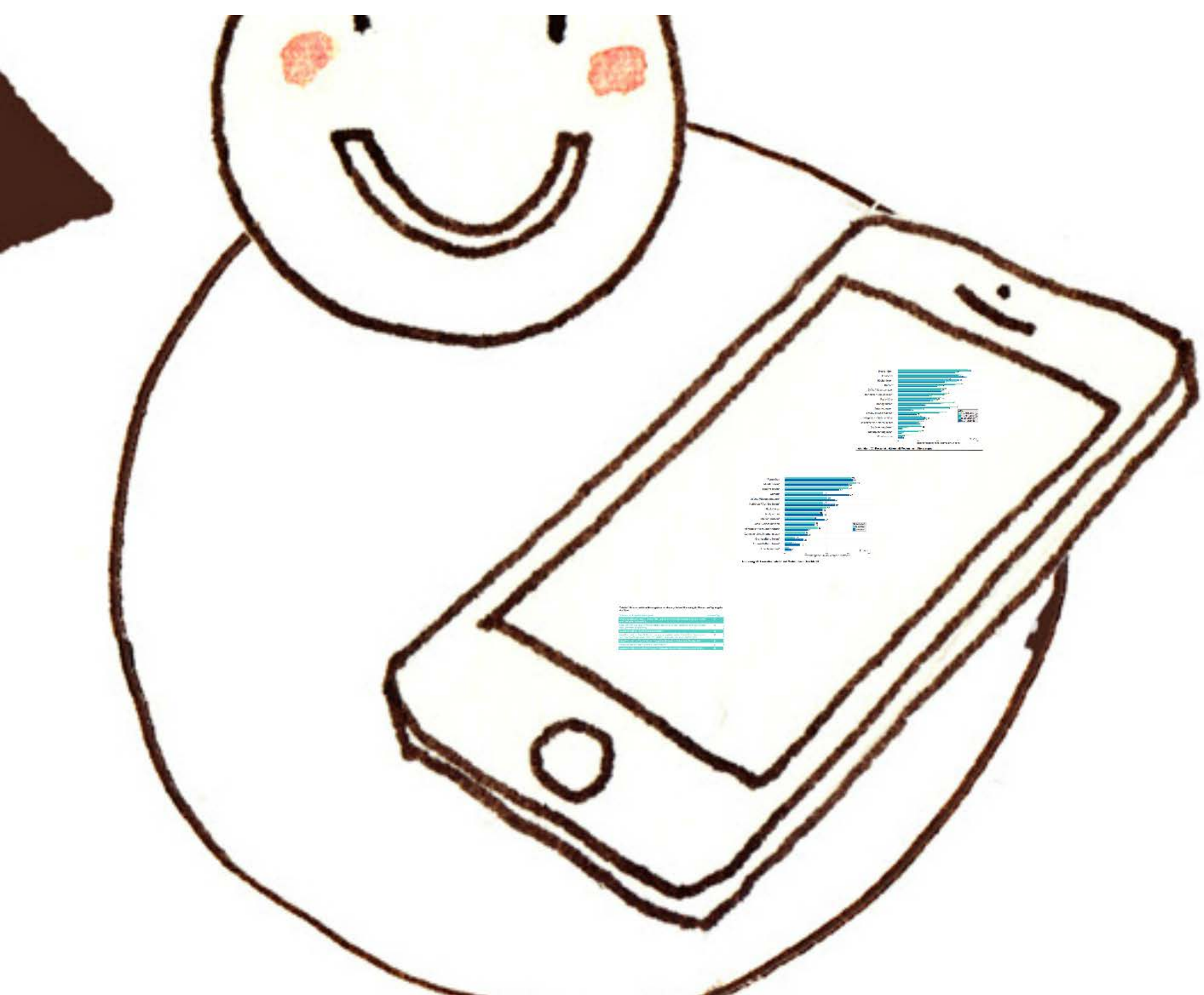


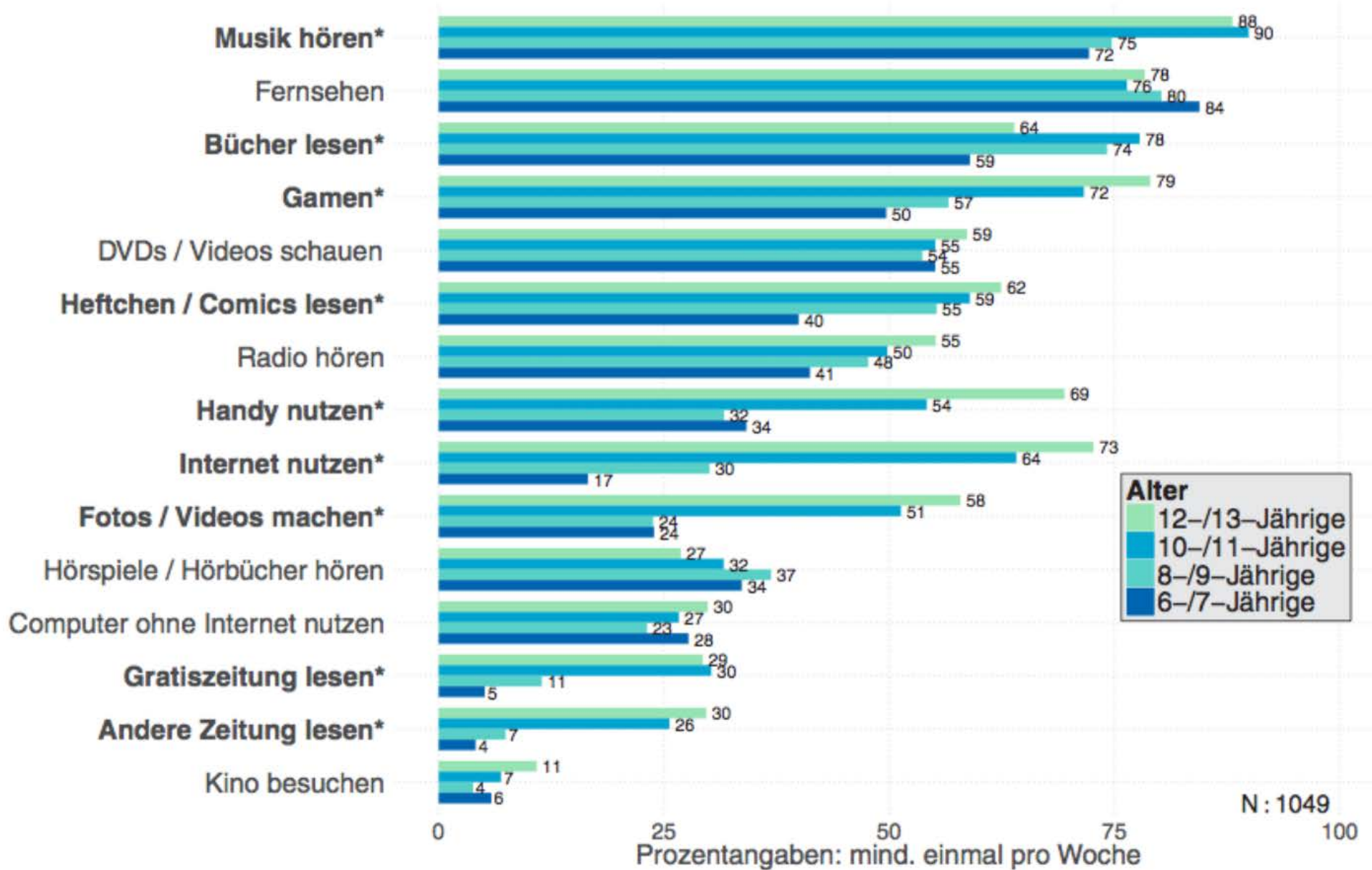
**Bessere Konzentration**

# Bewegungsfreundliches Umfeld und Medien - einige Fakten









**Abbildung 20: Freizeitaktivitäten mit Medien nach Altersgruppe**

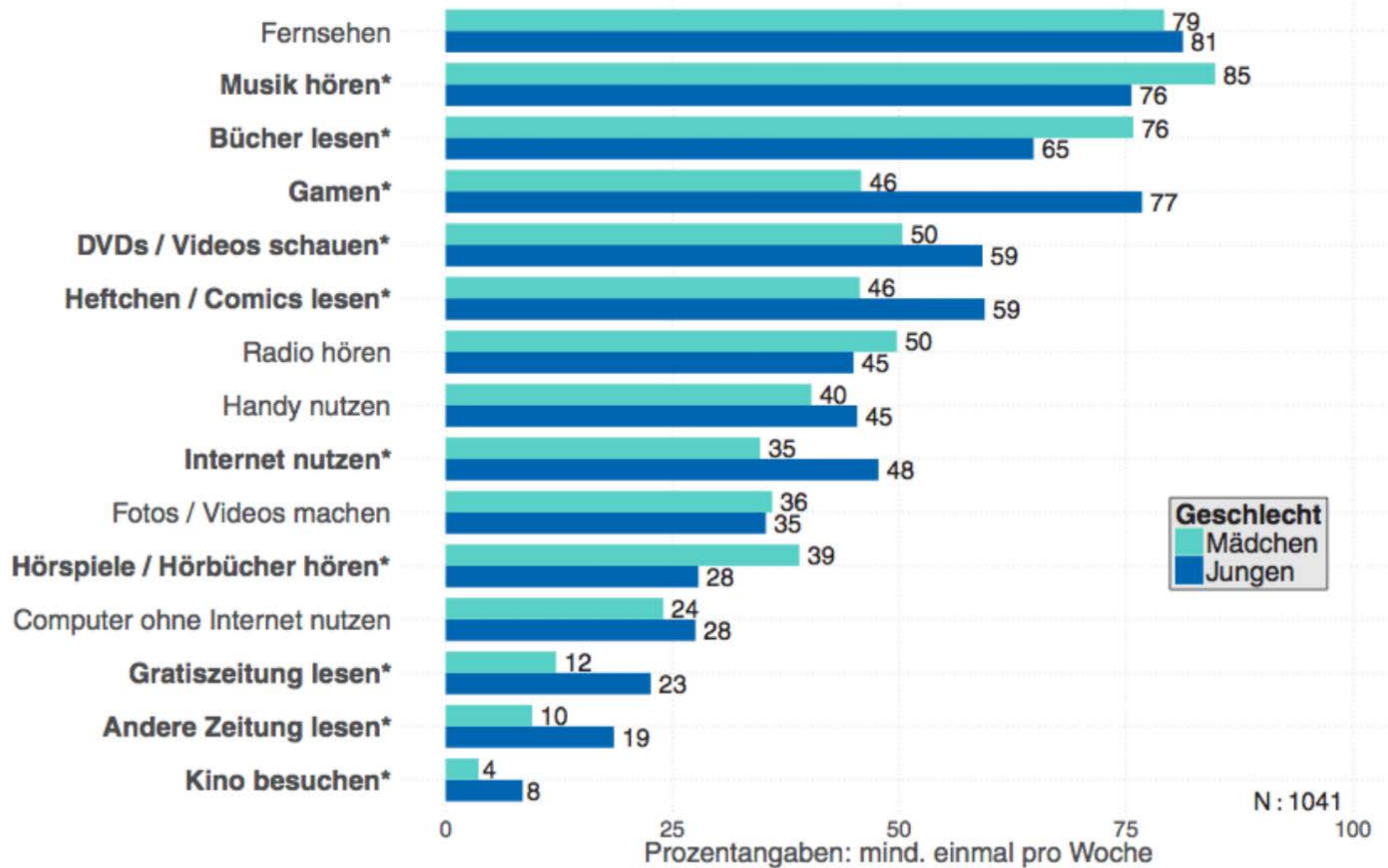


Abbildung 21: Freizeitaktivitäten mit Medien nach Geschlecht

**Tabelle 2: Durchschnittliche Nutzungsdauer an einem typischen Wochentag (in Minuten pro Tag, Angabe der Eltern)**

Wortlaut der Frage/Medientätigkeit	Minuten/Tag
Mein Kind sieht pro Tag XX Minuten fern, egal ob an einem Fernsehgerät, über das Internet oder über einen anderen Weg.	47
Mein Kind hört pro Tag XX Minuten Radio, egal ob an einem Radiogerät, über das Internet oder über einen anderen Weg.	36
Mein Kind nutzt pro Tag XX Minuten ein Handy.	29
Mein Kind nutzt pro Tag XX Minuten das Internet (spielen, surfen, E-Mail, Chat, Communities wie "Facebook"), egal ob an einem PC, mit dem Handy oder über einen anderen Weg.	28
Mein Kind spielt pro Tag XX Minuten Computer-, Konsolen-, Online- oder Handyspiele.	24
Mein Kind liest pro Tag XX Minuten in einem Buch.	24
Mein Kind nutzt pro Tag XX Minuten einen Computer ohne im Internet zu sein (z.B. lernen).	16

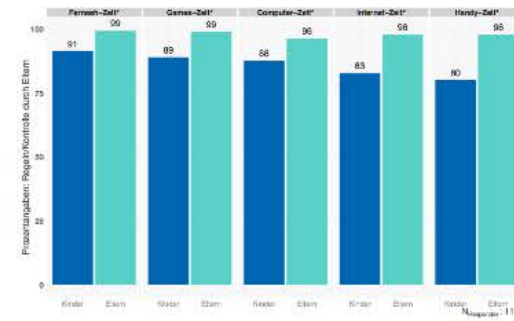
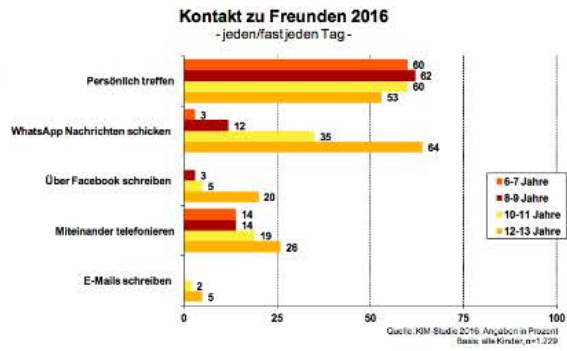


Abbildung 45: Regeln/Kontrolle durch Eltern zu Medien-Zeiten (Angaben der Eltern und deren Kinder, nur Nutzer)

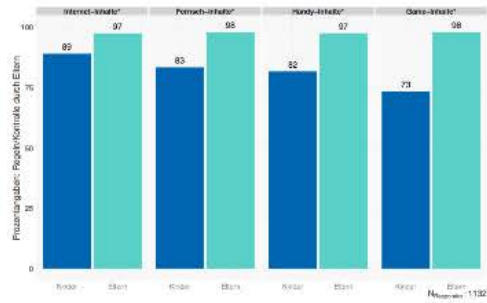


Abbildung 46: Regeln/Kontrolle durch Eltern zu Medieninhalten (Angaben der Eltern und deren Kinder)

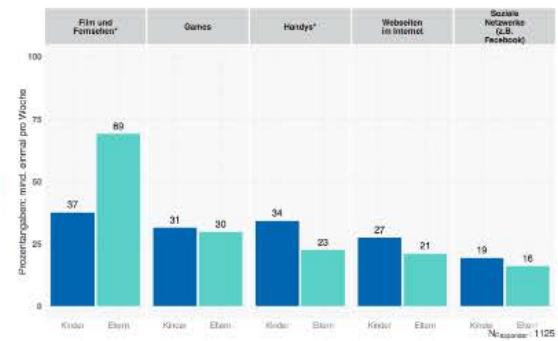
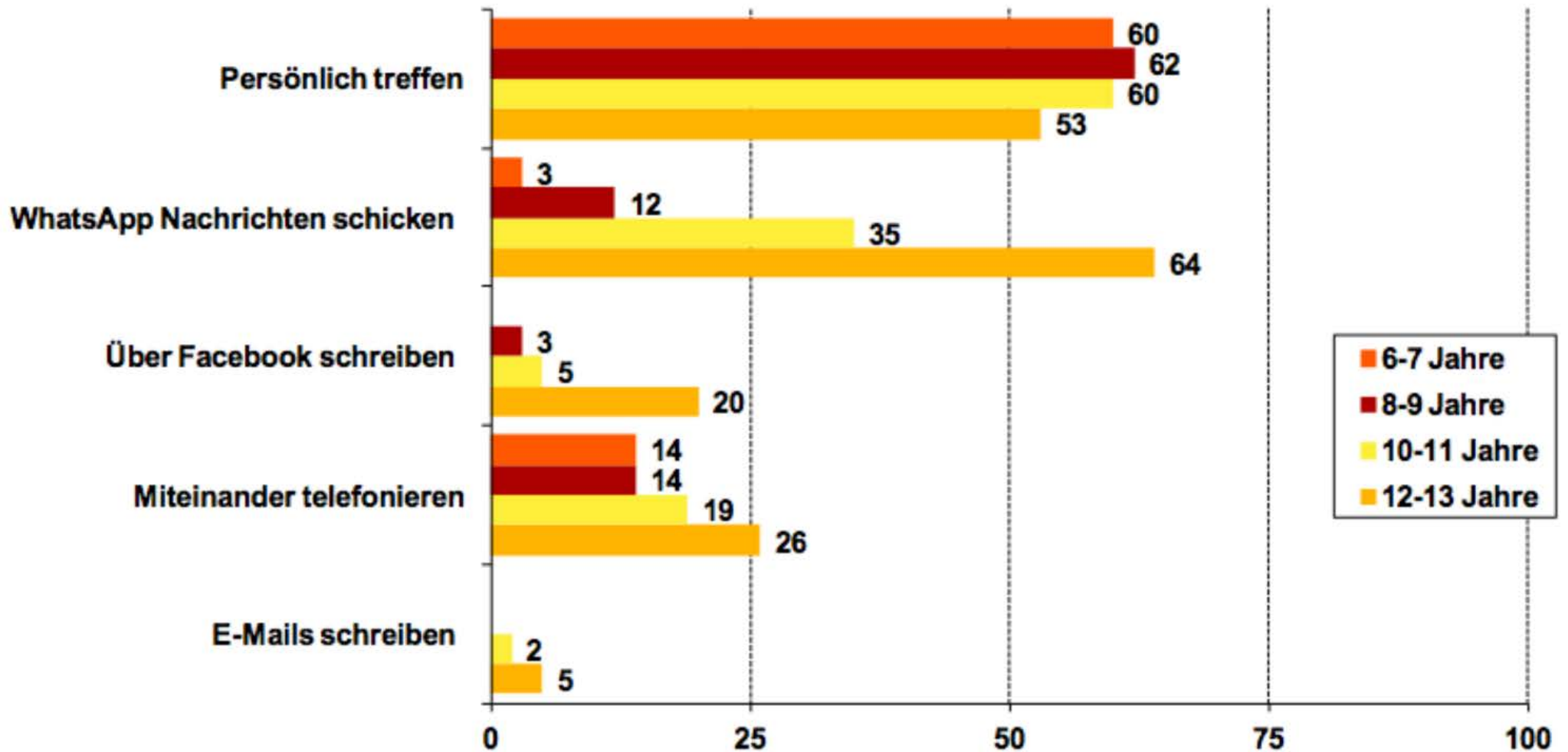


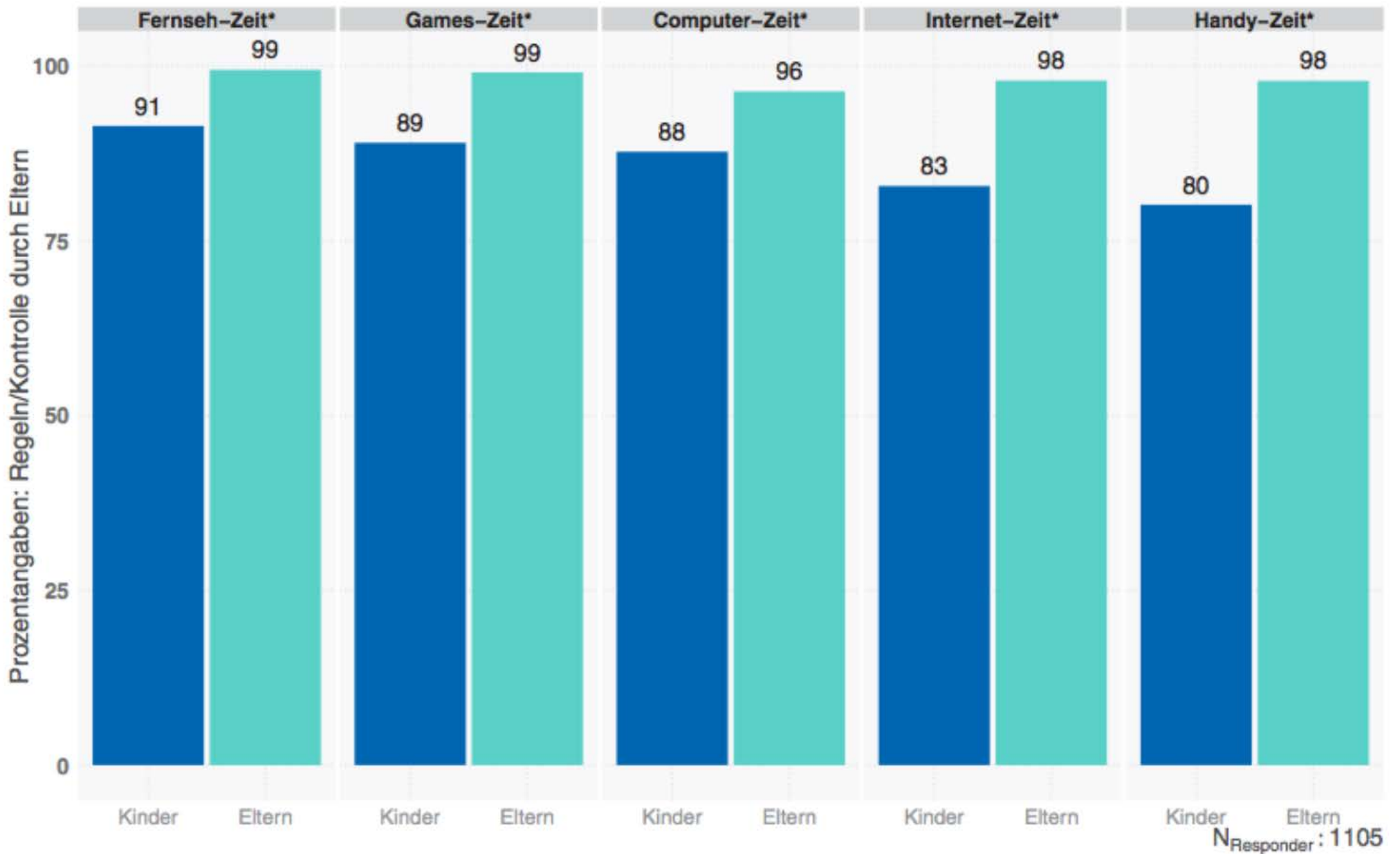
Abbildung 44: Medien als Gesprächsthema (Angaben der Eltern und deren Kinder)

# Kontakt zu Freunden 2016

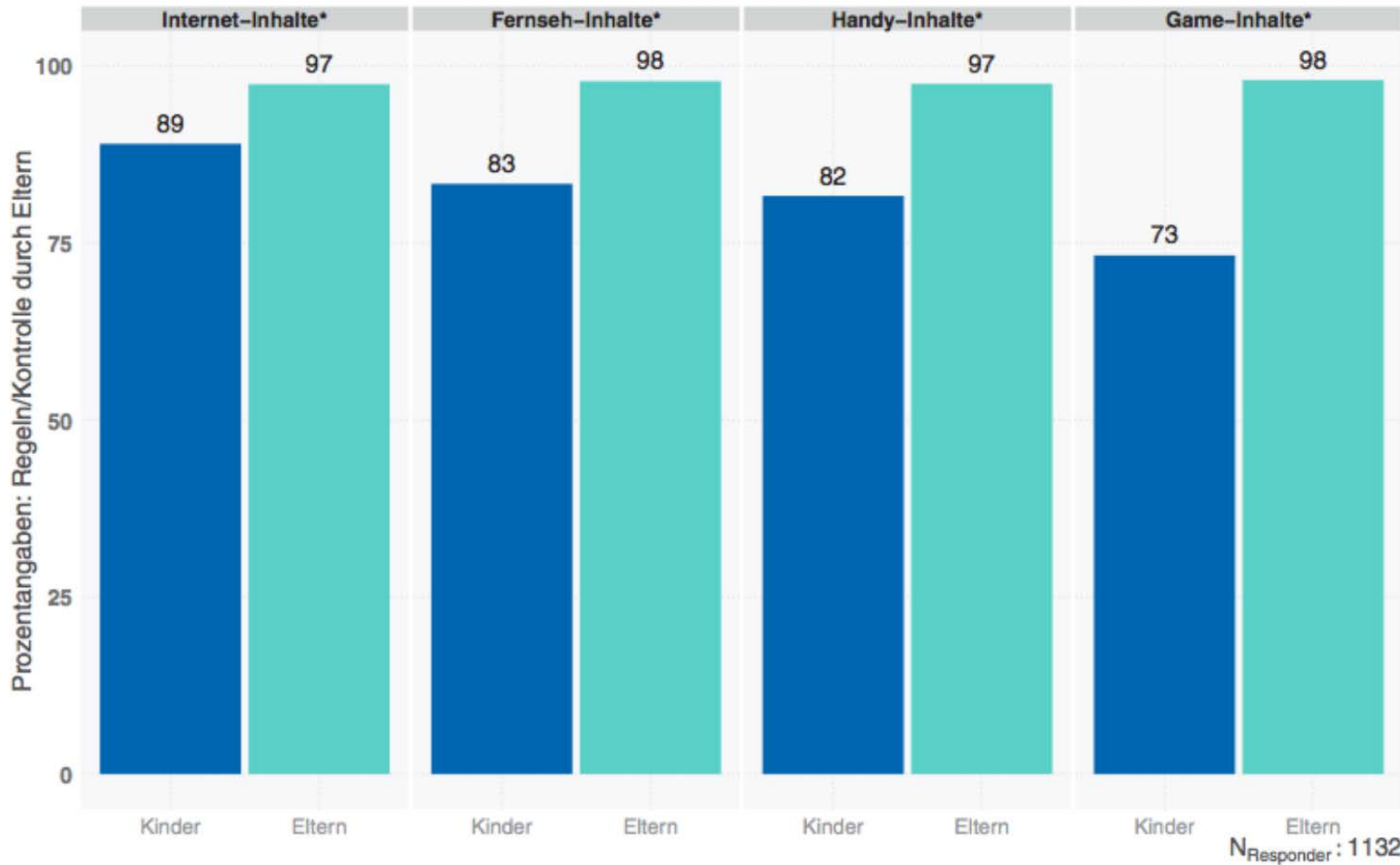
- jeden/fast jeden Tag -



Quelle: KIM-Studie 2016, Angaben in Prozent  
Basis: alle Kinder, n=1.229

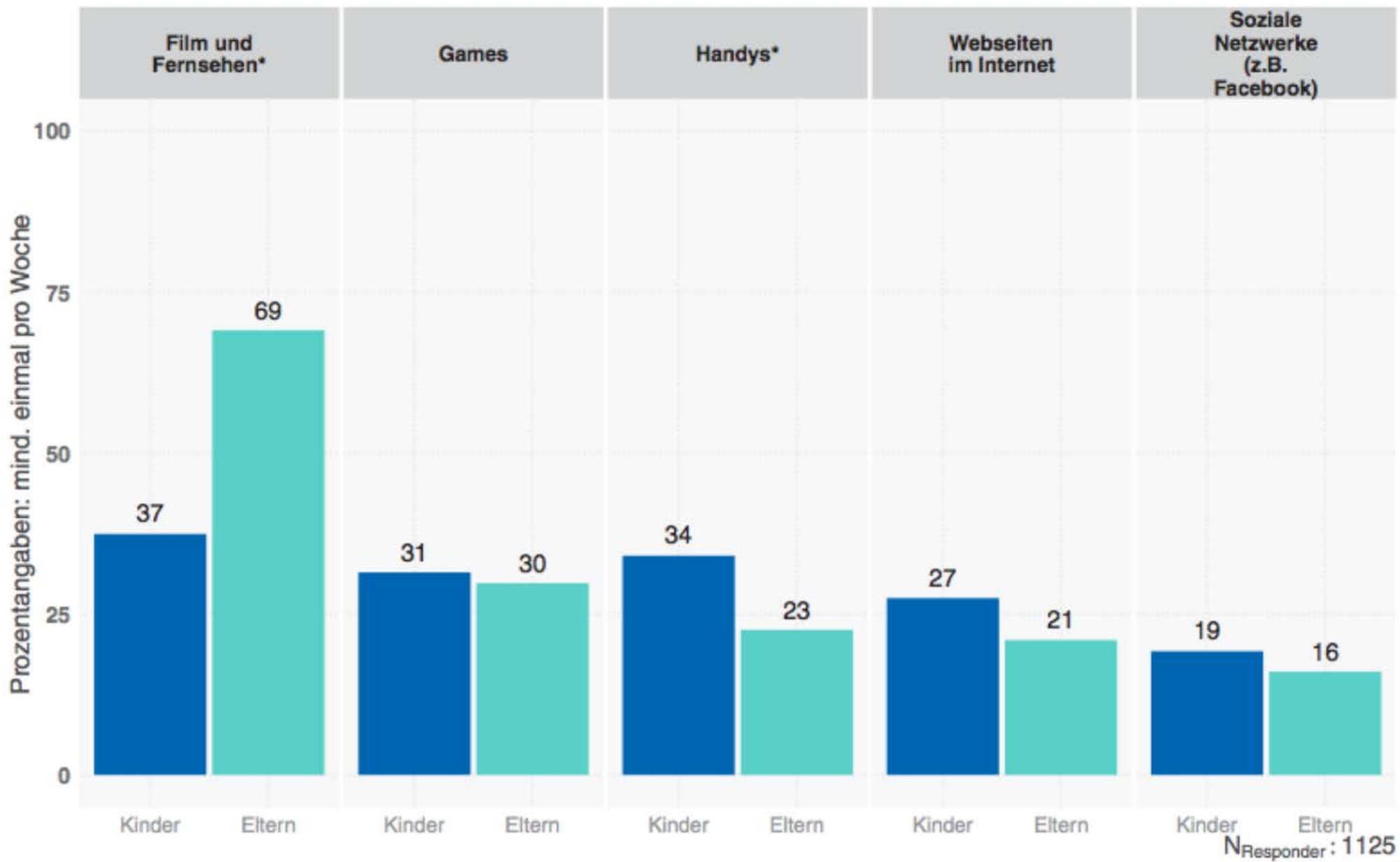


**Abbildung 45: Regeln/Kontrolle durch Eltern zu Medien-Zeiten (Angaben der Eltern und deren Kinder, nur Nutzer)**



**Abbildung 46: Regeln/Kontrolle durch Eltern zu Medieninhalten (Angaben der Eltern und deren Kinder)**





**Abbildung 44: Medien als Gesprächsthema (Angaben der Eltern und deren Kinder)**

A hand-drawn illustration of a face with a speech bubble. The face is drawn with thick, dark brown lines on a white background. The eyes are represented by two simple curved lines, and the mouth is a small, slightly open shape. The background of the face is a light blue color. A blue speech bubble with a white outline is positioned in the center of the face, containing the text "Kennen Sie diese situation auch?".

Kennen Sie diese situation auch?