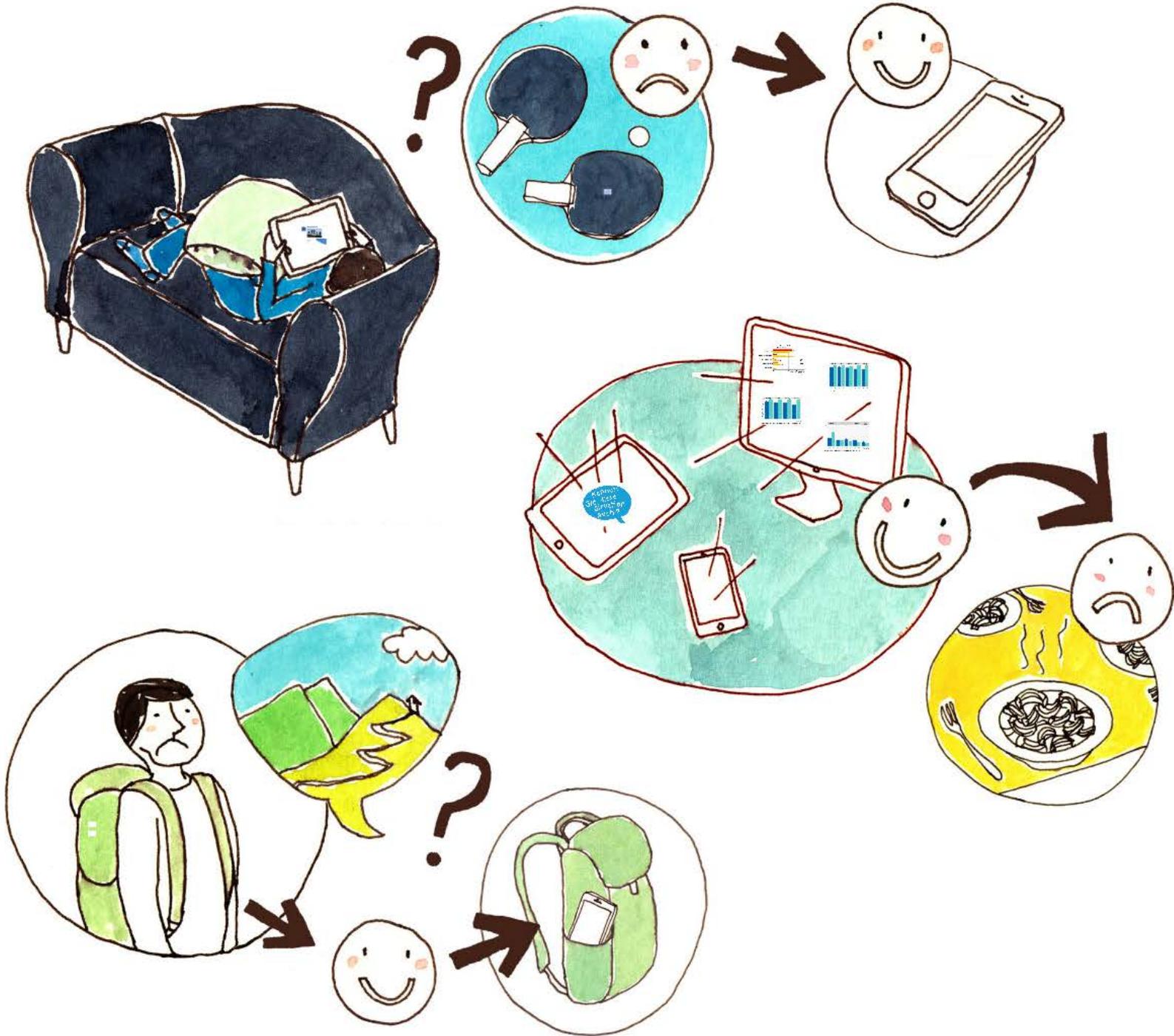
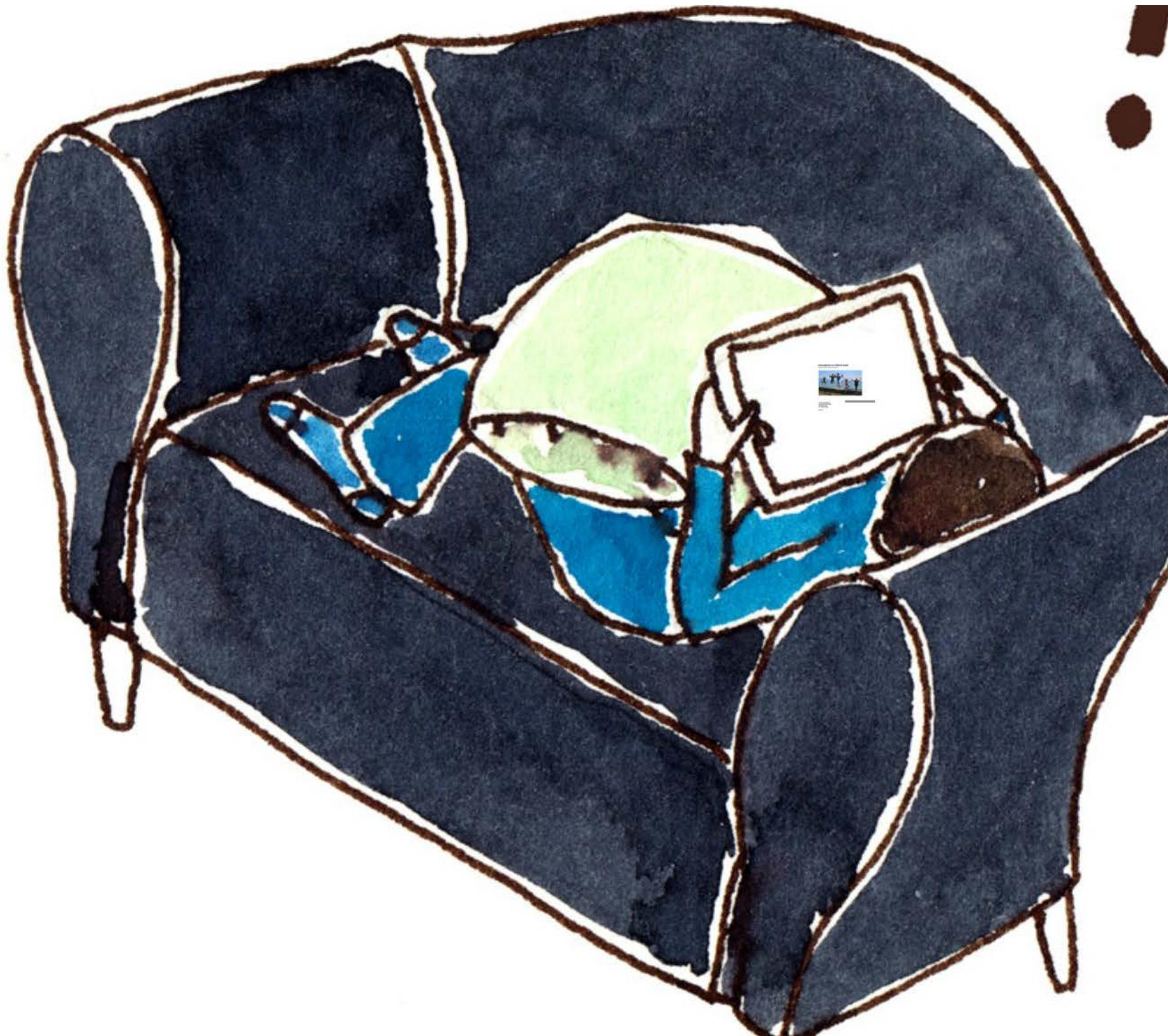


Bewegungsfreundliches Umfeld und Medien - einige Fakten

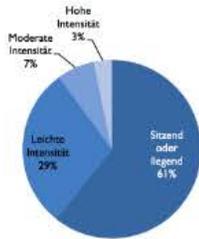




Schlussbericht zur SOPHYA-Studie

(Laufzeit des Projektes: Januar 2013-Januar 2016)

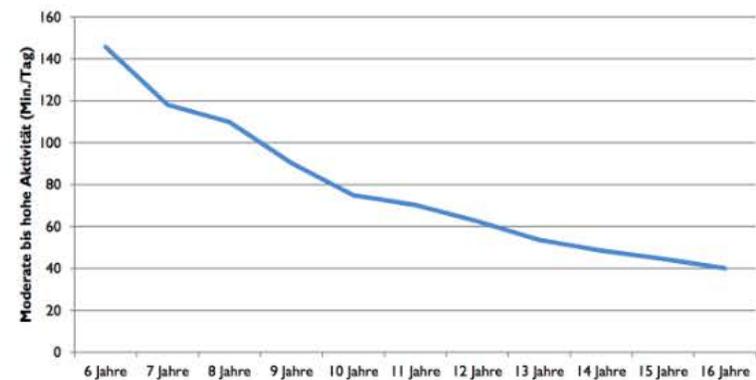
A 3.1 Zeitanteil, welcher tagsüber körperlich aktiv (moderate bis hohe Intensität) und inaktiv (sitzend, liegend oder leichte Intensität) verbracht wurde in %



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



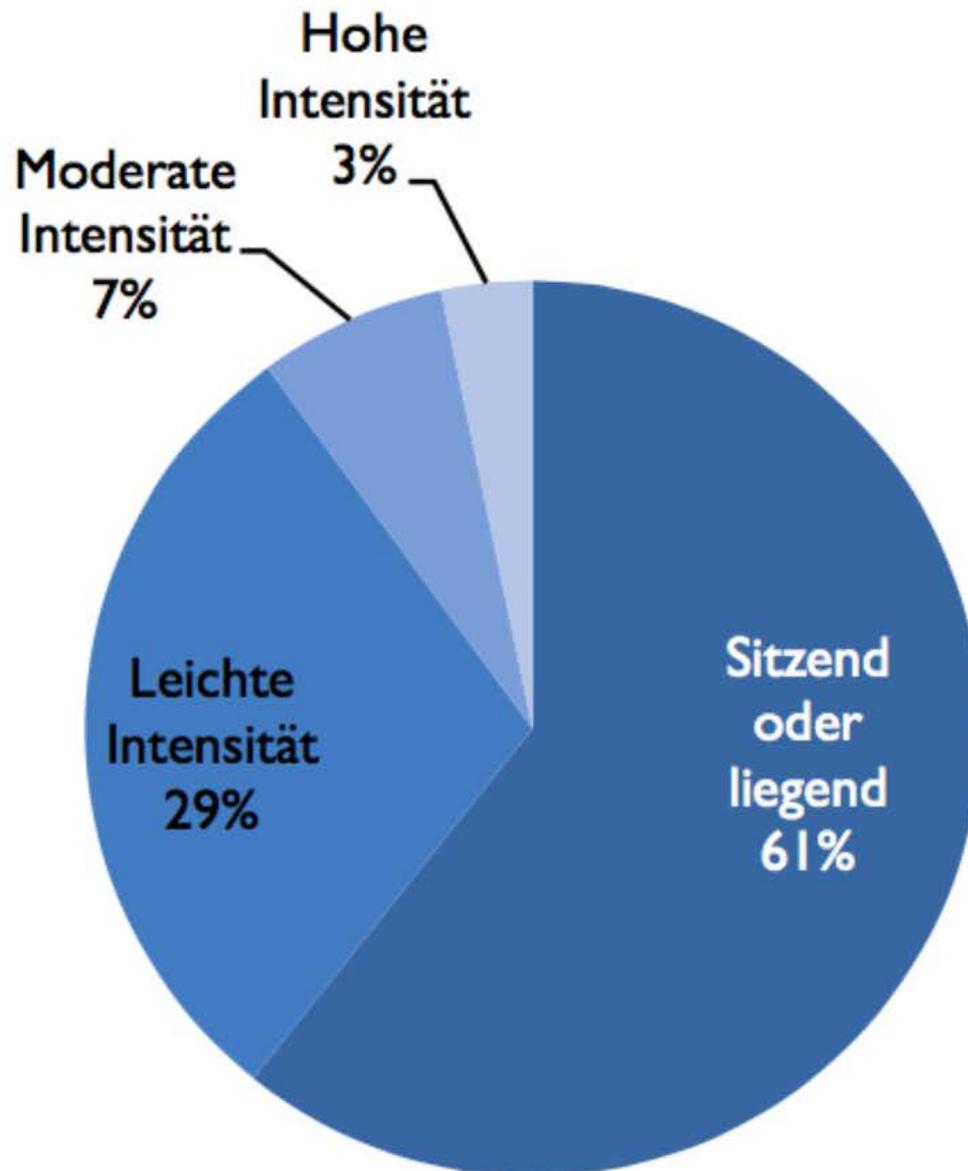
A 3.3.: Durchschnittlich mit moderater bis hoher Intensität verbrachte Minuten pro Tag nach Alter (n=1320)



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

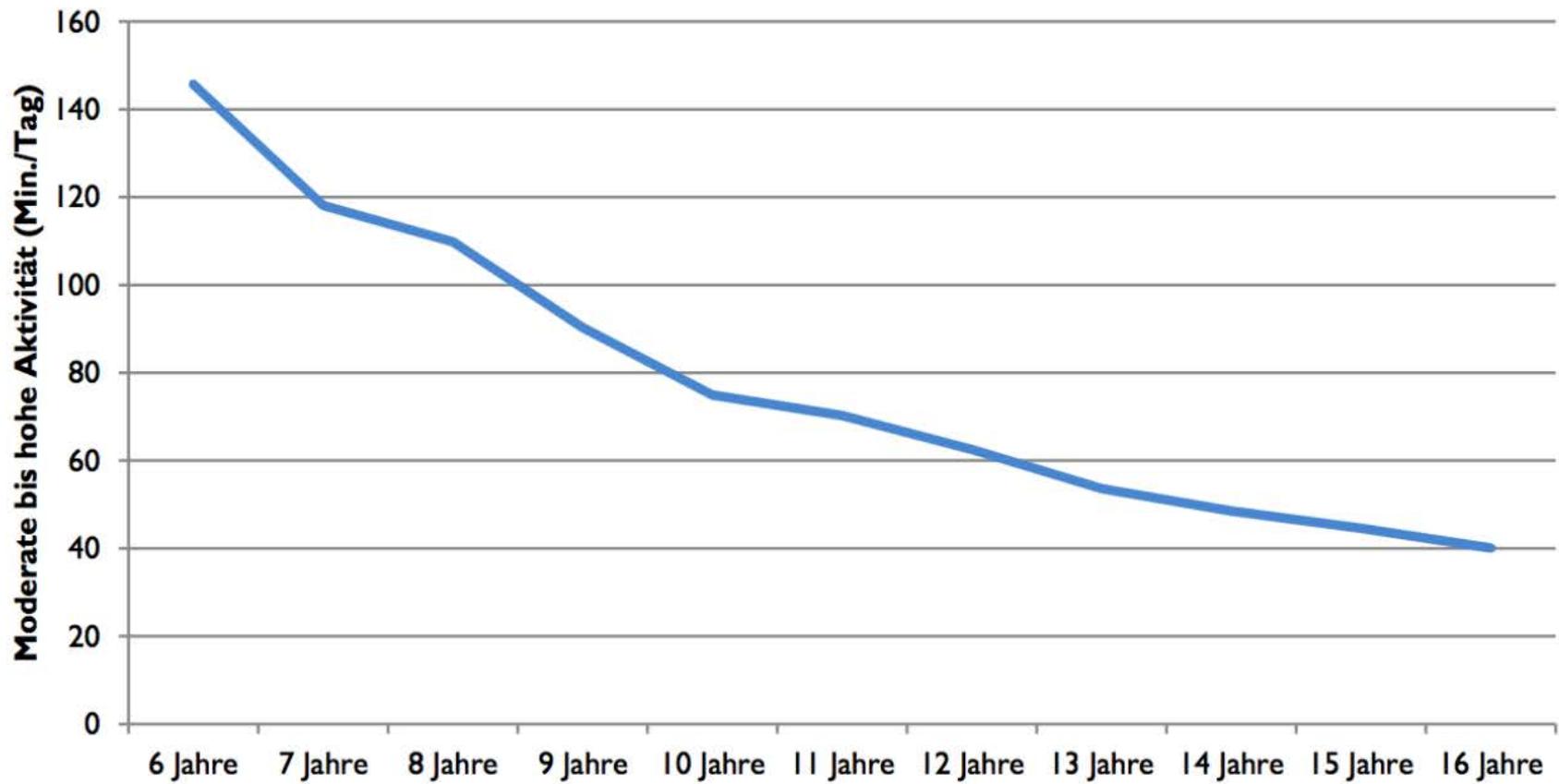
März 2016

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

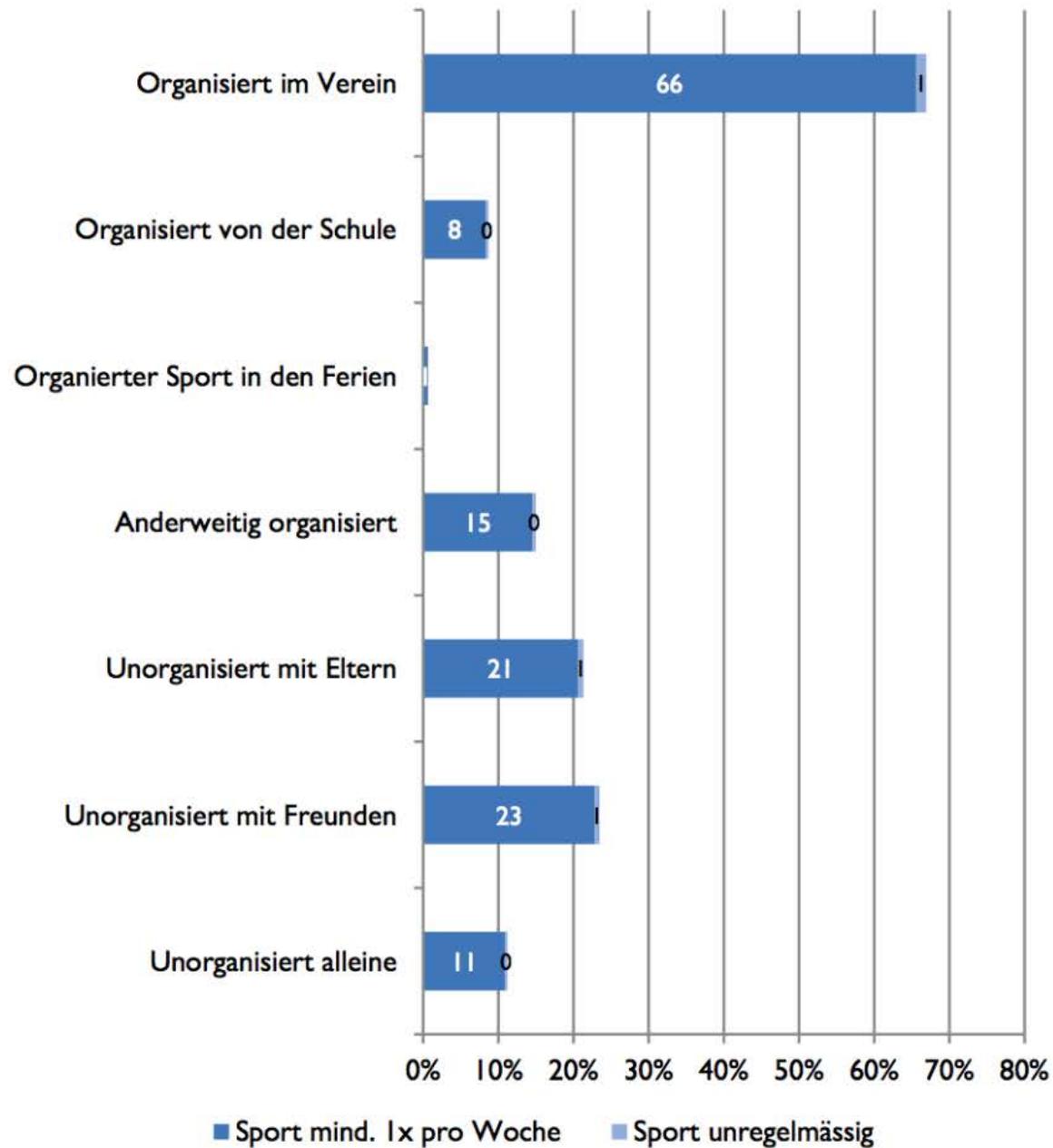




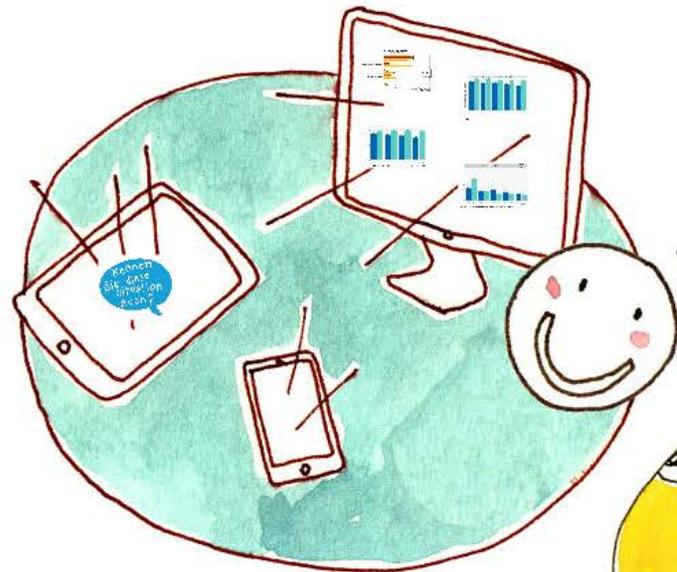
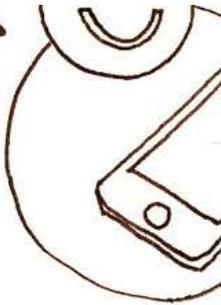
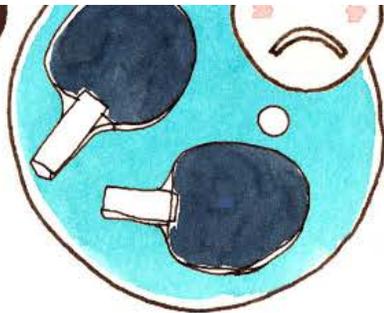
A 3.3.: Durchschnittlich mit moderater bis hoher Intensität verbrachte Minuten pro Tag nach Alter (n=1320)



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



Ministerin Kunast startet in Dortmund Aktion für gesundheitsbewusste Ernährung

„Kinder bewegen sich viel zu wenig“

Von Günter Beuthausen

Dortmund. Fast jedes fünfte Kind leidet an Übergewicht, 5 bis 8 % weicht sogar an Fettstoffwechsel. Mit einem Bundeserlass will Bundesministerin Rita Kunast die Bewegung von Kindern fördern.

„Nur als wir 20 Jahren“ sagte Prof. Dr. Michael Lentz, Leiter des Dortmunder Forschungsinstituts für Kindererkrankungen, „aber sie bewegen sich viel weniger, und das ist der entscheidende Faktor.“ Dadurch entstehen Folgeerkrankungen, deren Behandlung rund 70 Milliarden Euro kostet, sagte Kunast.

„In diesem Projekt werden wir uns mit anderen Familien beschäftigen. Sie sind gesünder und leben länger“, sagte Kunast. „Wir wollen das Ministerium mit insgesamt 15 Millionen Euro fördern.“

„Im späten 1. August können Sie das Projekt beim Gesundheitsministerium einreichen. Der zweite Schritt werden die ersten Schritte im August ausgetriggert. Die ersten Schritte werden am Ende 25. August über ein öffentliches Projekt, das über das Internet gestartet wird, sein.“



Bitte mehr Bewegung

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



Kinder haben natürlichen Bewegungsdrang

Aktivität in der Grundschule Eicken-Brüche zeigt: Bewegung ist wichtig



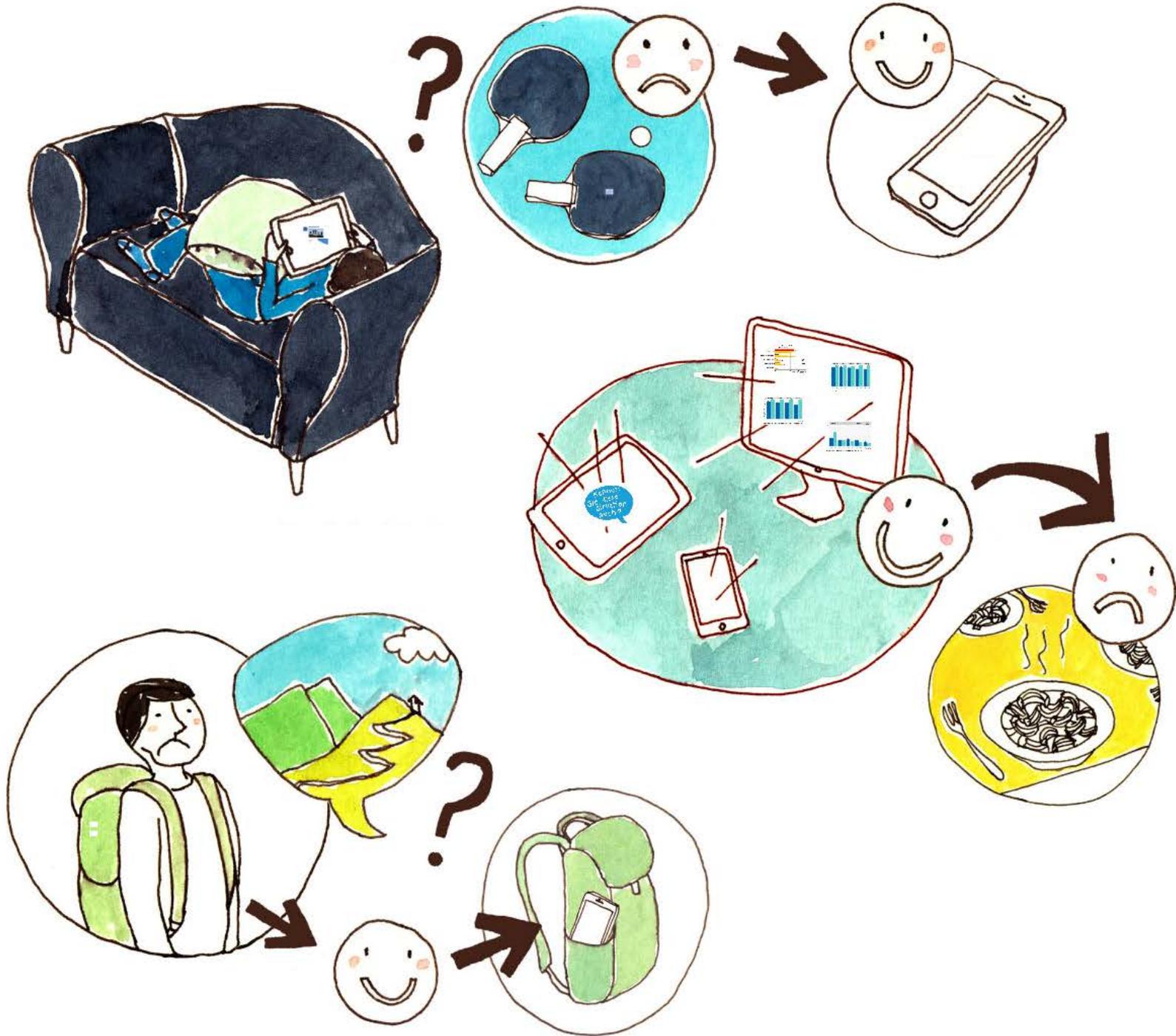
Schon jedes fünfte Kind ist zu dick. www.gesundheitsfoerderung.ch

Gesundheitsförderung Schweiz
Promoviert Sarah Tüsch
Praxispartnerin Sabine Storz

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

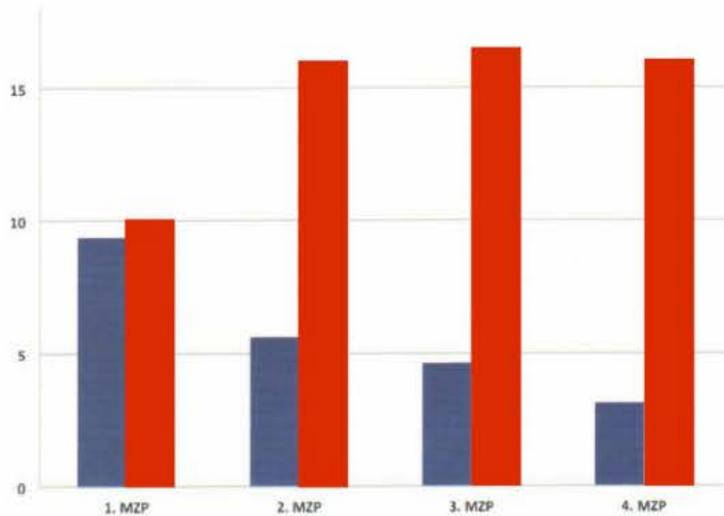
- **Kombination aller Layer ermöglicht weitgehende räumliche Analyse**
 - ➔ Innerhalb welcher Flächen/ Pufferzonen liegen die Bewegungspunkte?
 - ➔ Entfernung zum nächsten Park/ Freizeitanlage?
 - ➔ Welche Rolle spielt die Verkehrssituation?
 - ➔ Etc.....



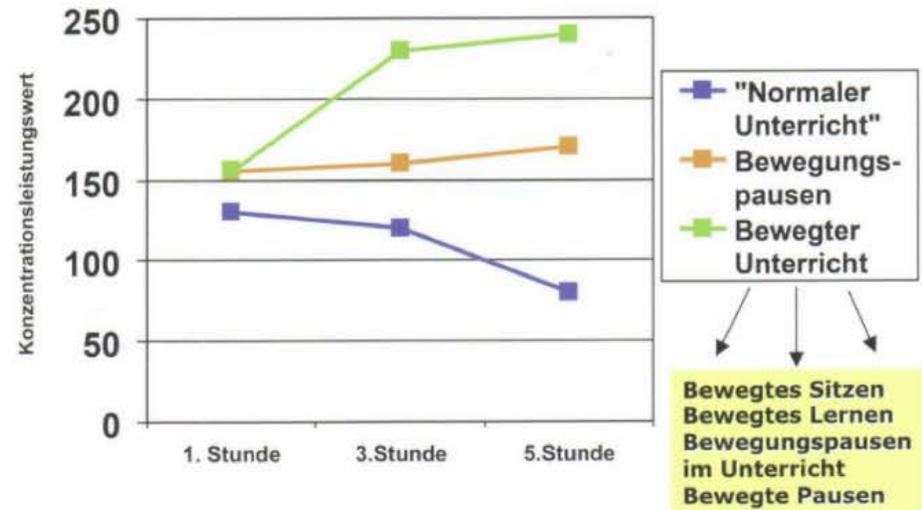
Hauptbefunde der Studie

- 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!

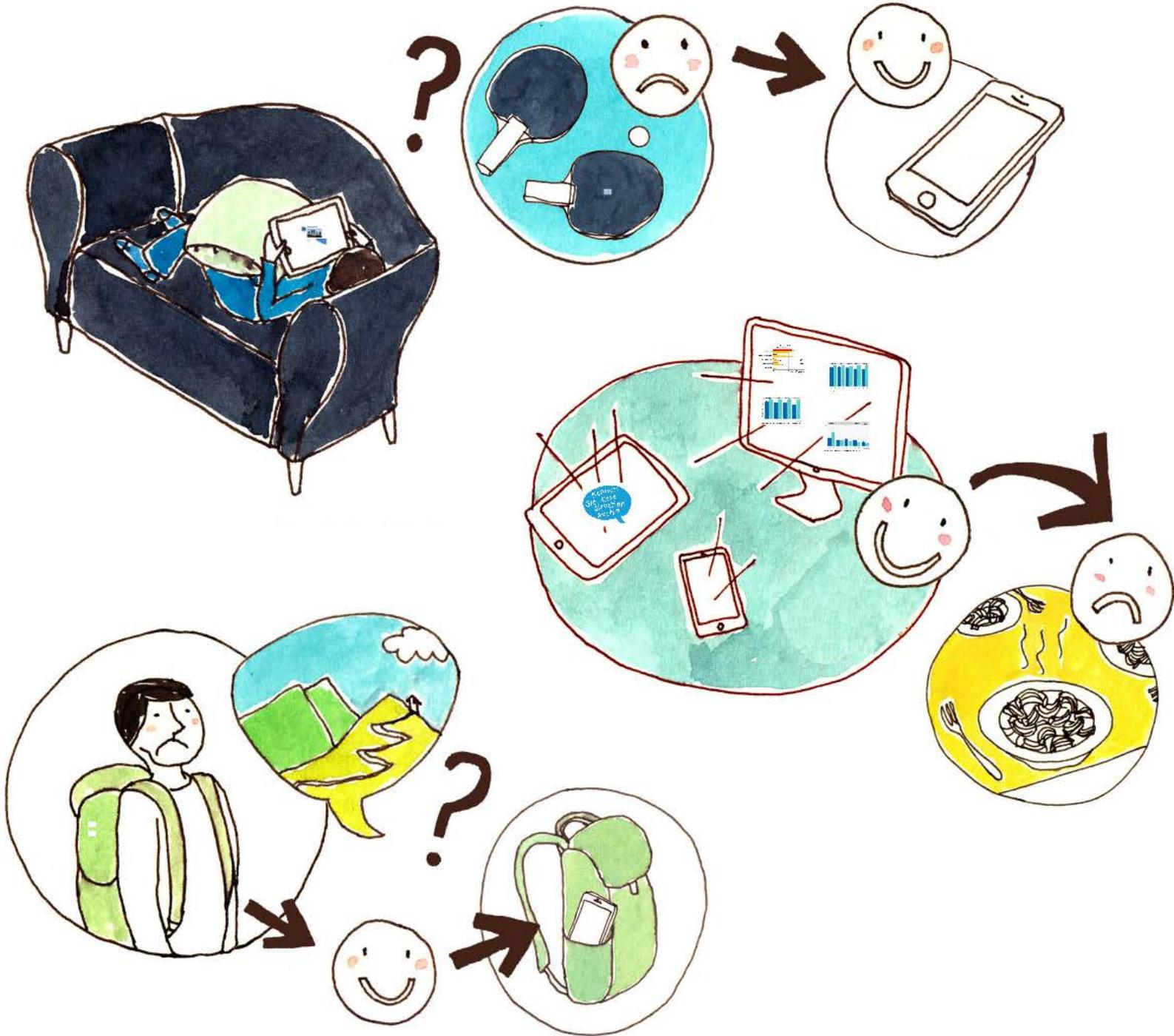


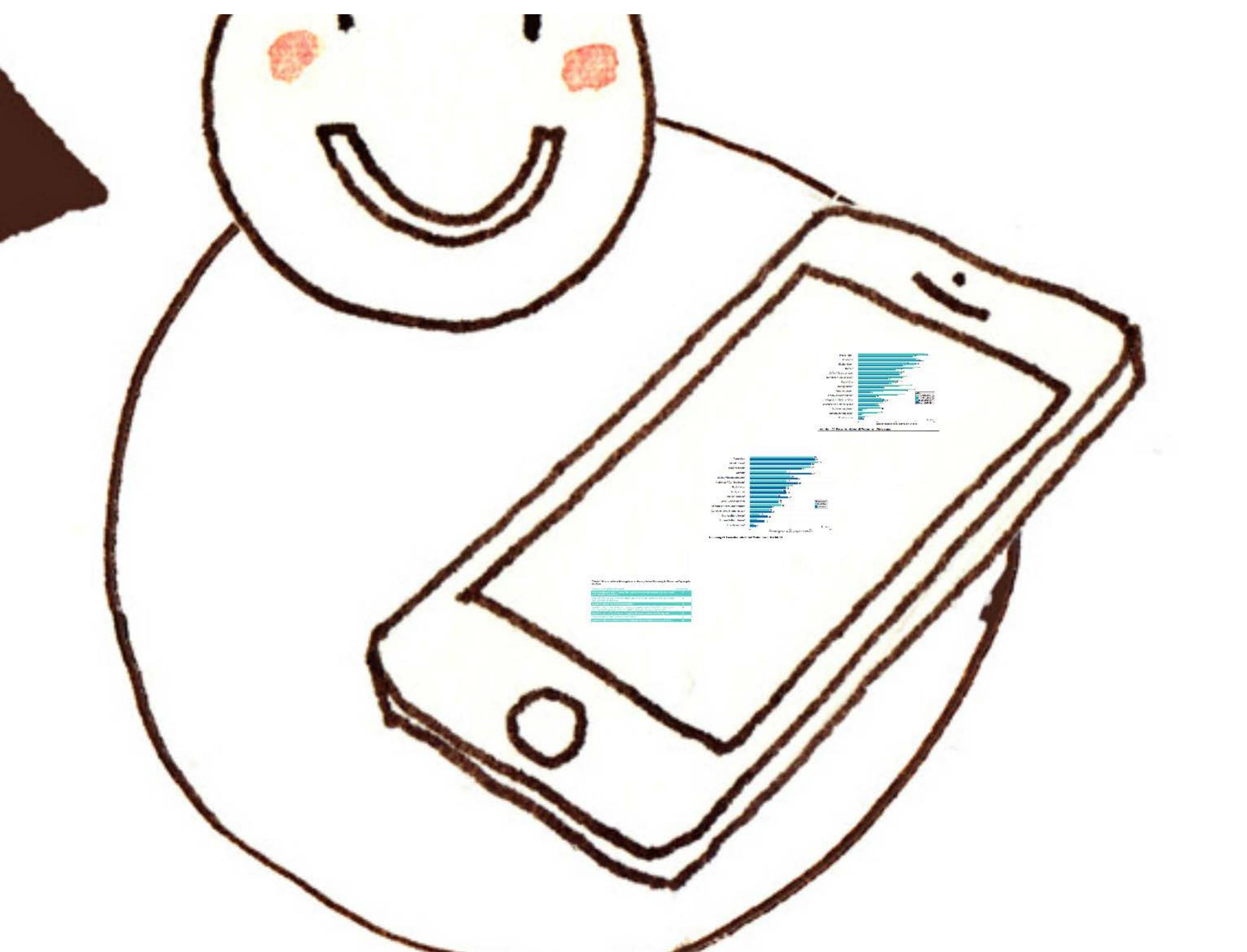
Besseres Vokabelgedächtnis



Bessere Konzentration

Bewegungsfreundliches Umfeld und Medien - einige Fakten





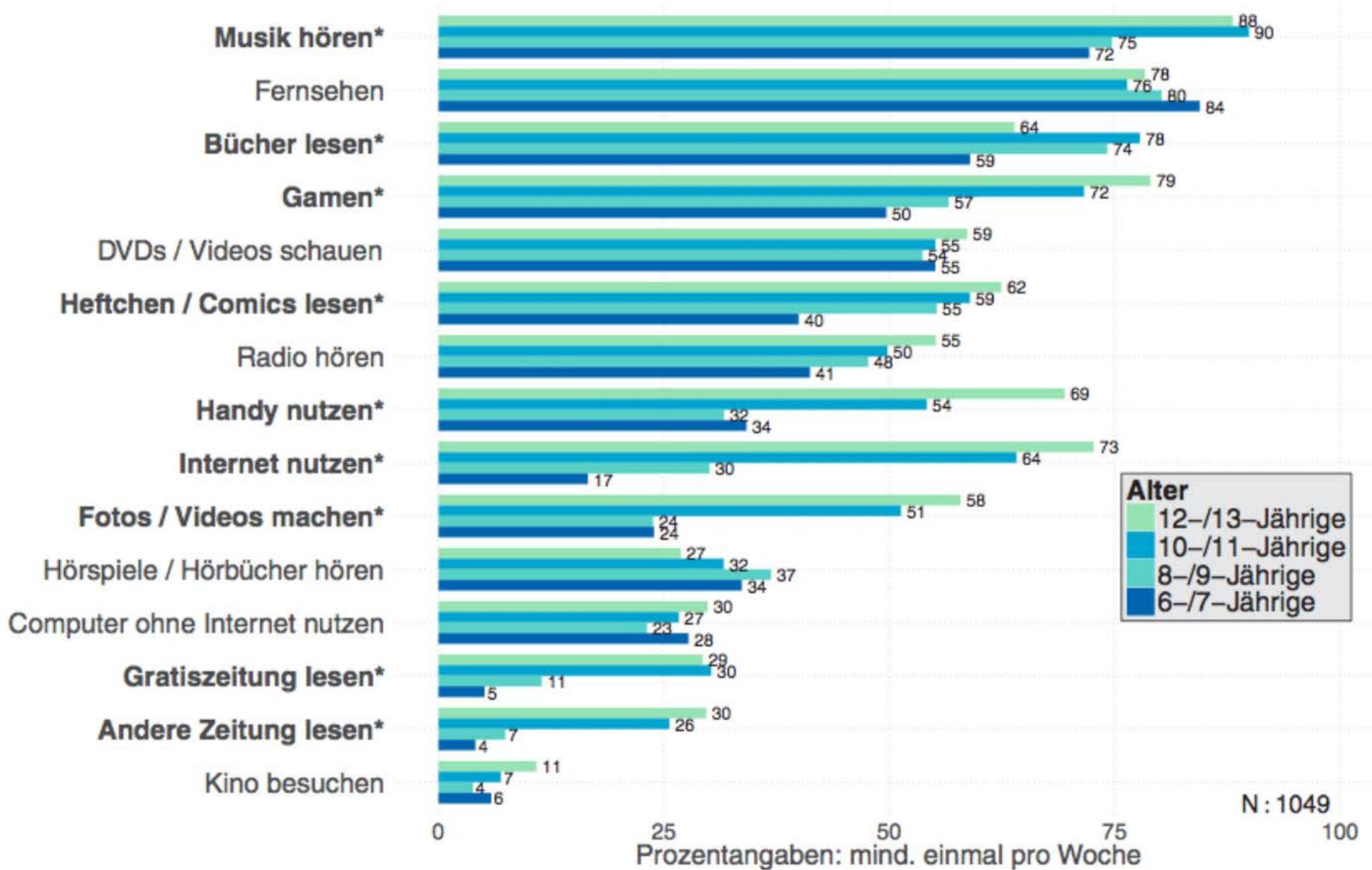


Abbildung 20: Freizeitaktivitäten mit Medien nach Altersgruppe

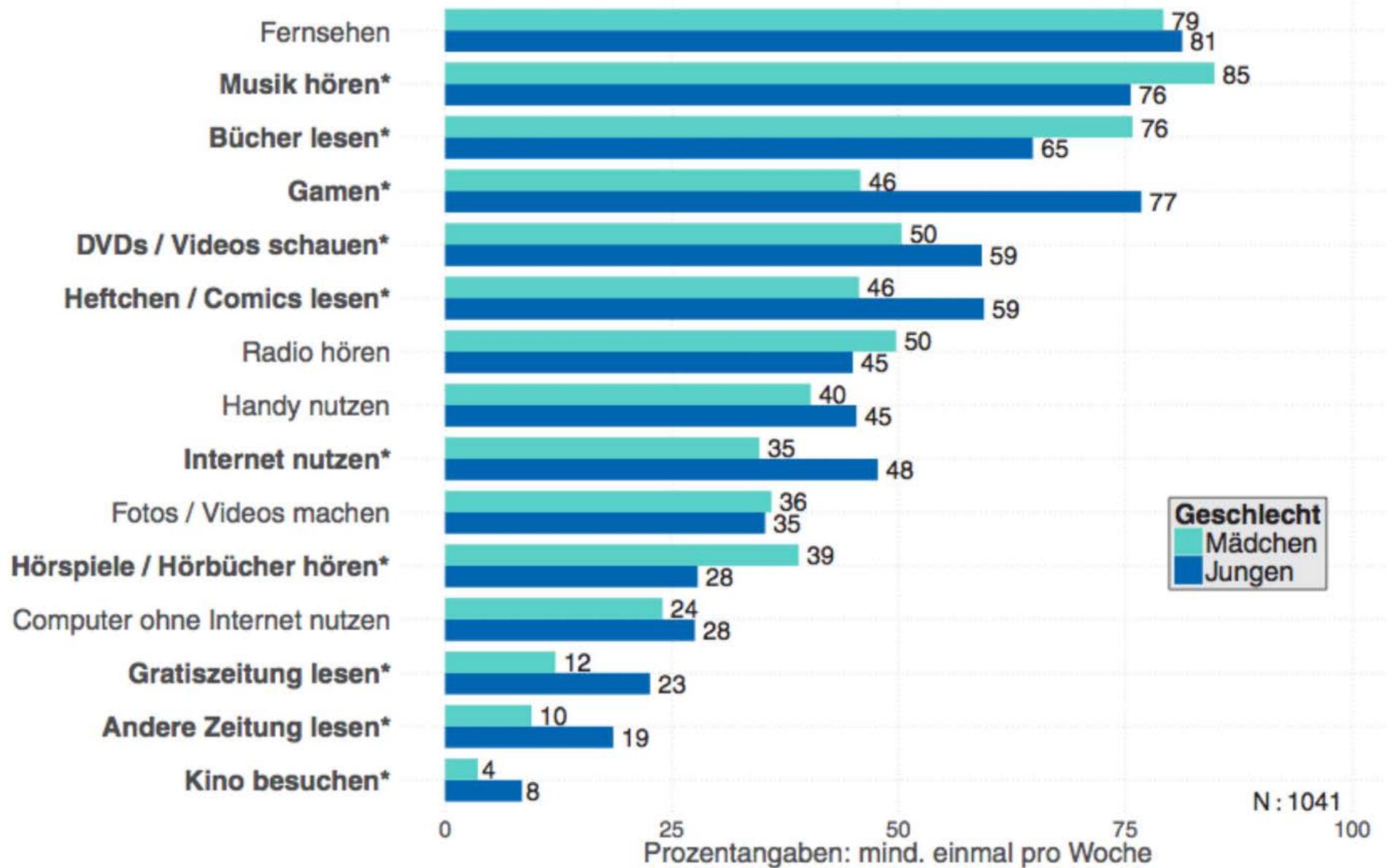


Abbildung 21: Freizeitaktivitäten mit Medien nach Geschlecht

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

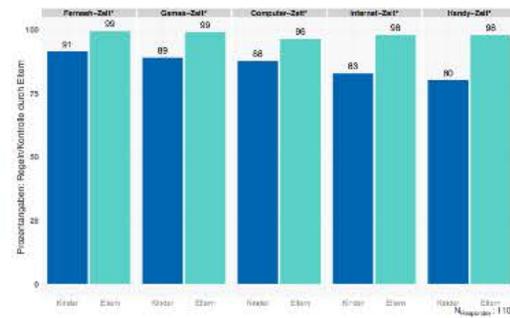
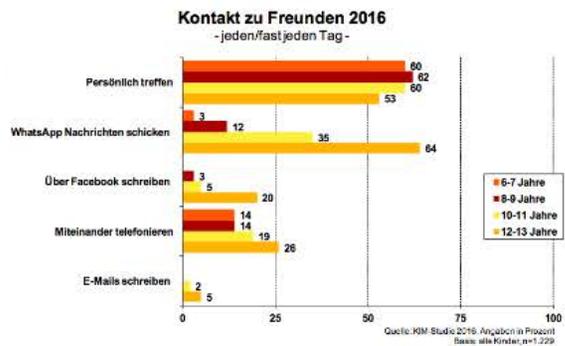


Abbildung 45: Regeln/Kontrolle durch Eltern zu Medien-Zeiten (Angaben der Eltern und deren Kinder, nur Nutzer)

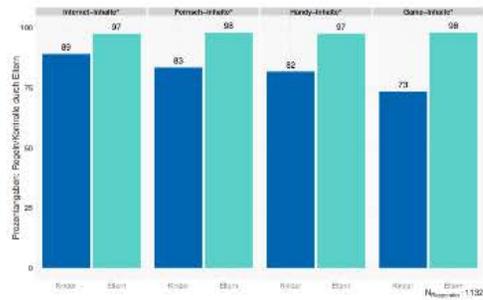


Abbildung 46: Regeln/Kontrolle durch Eltern zu Medieninhalten (Angaben der Eltern und deren Kinder)

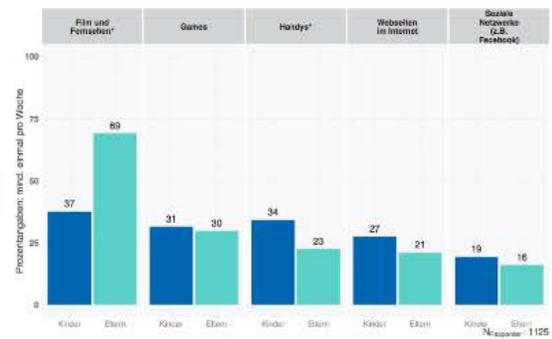
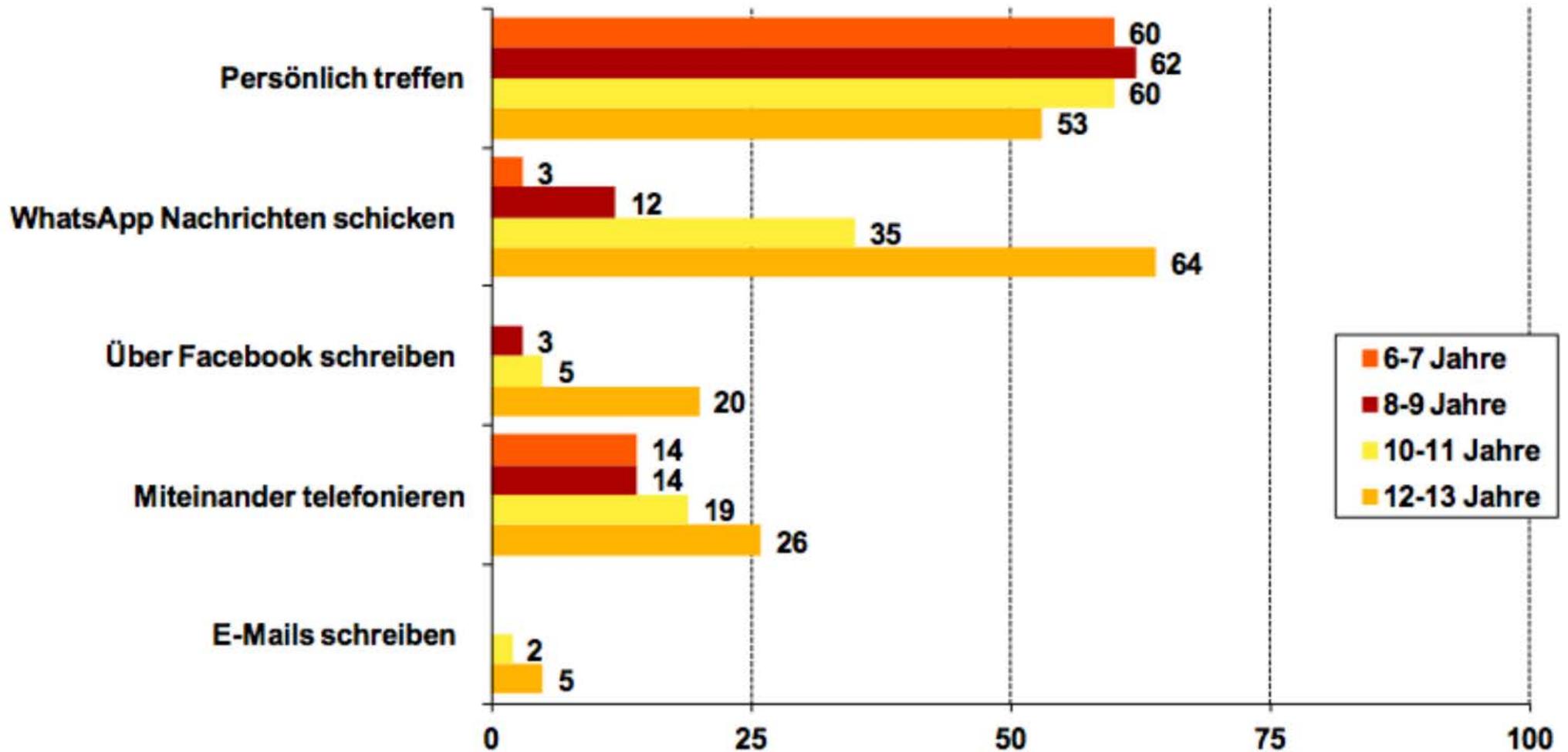


Abbildung 44: Medien als Gesprächsthema (Angaben der Eltern und deren Kinder)

Kontakt zu Freunden 2016

- jeden/fast jeden Tag -



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

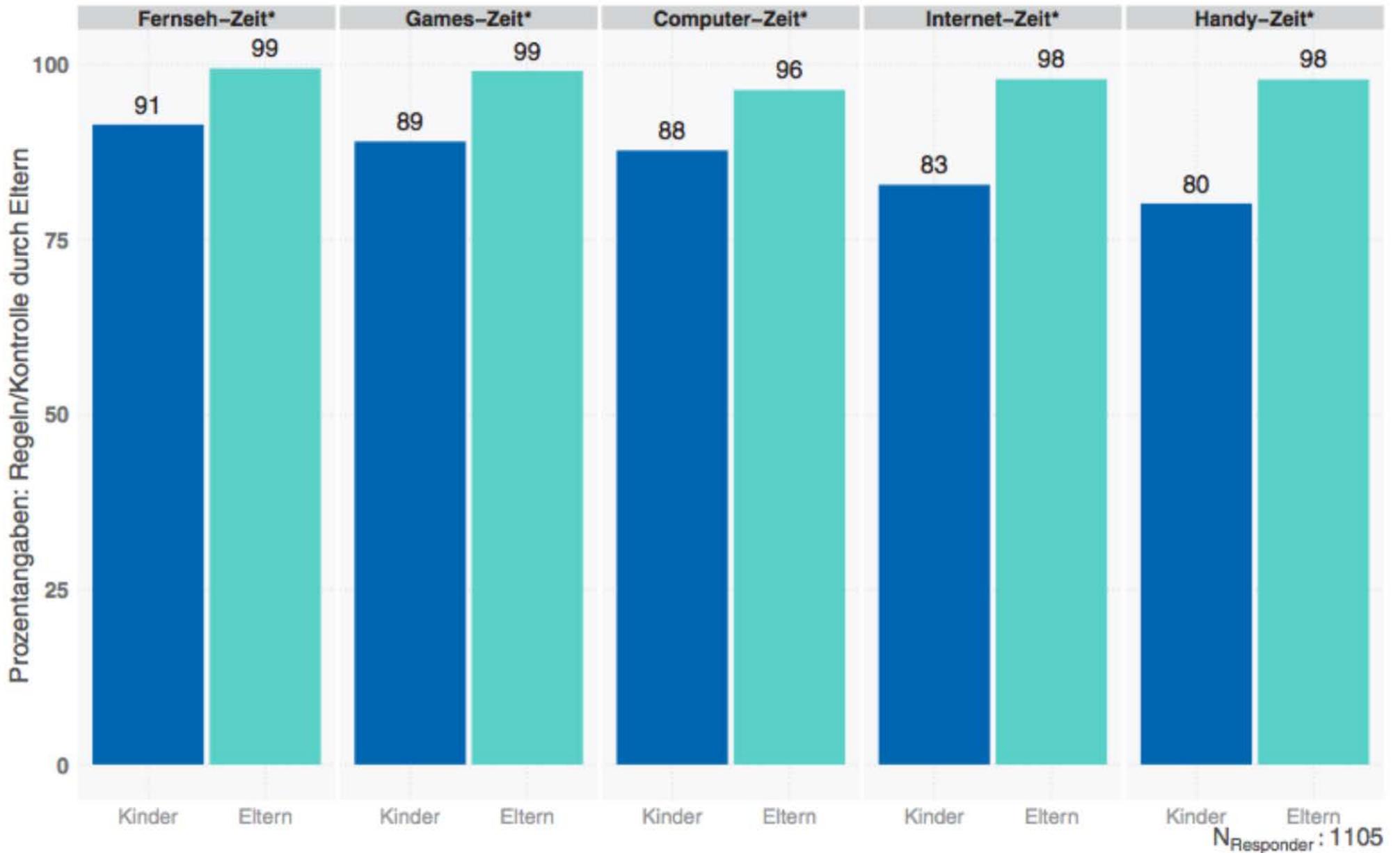


Abbildung 45: Regeln/Kontrolle durch Eltern zu Medien-Zeiten (Angaben der Eltern und deren Kinder, nur Nutzer)

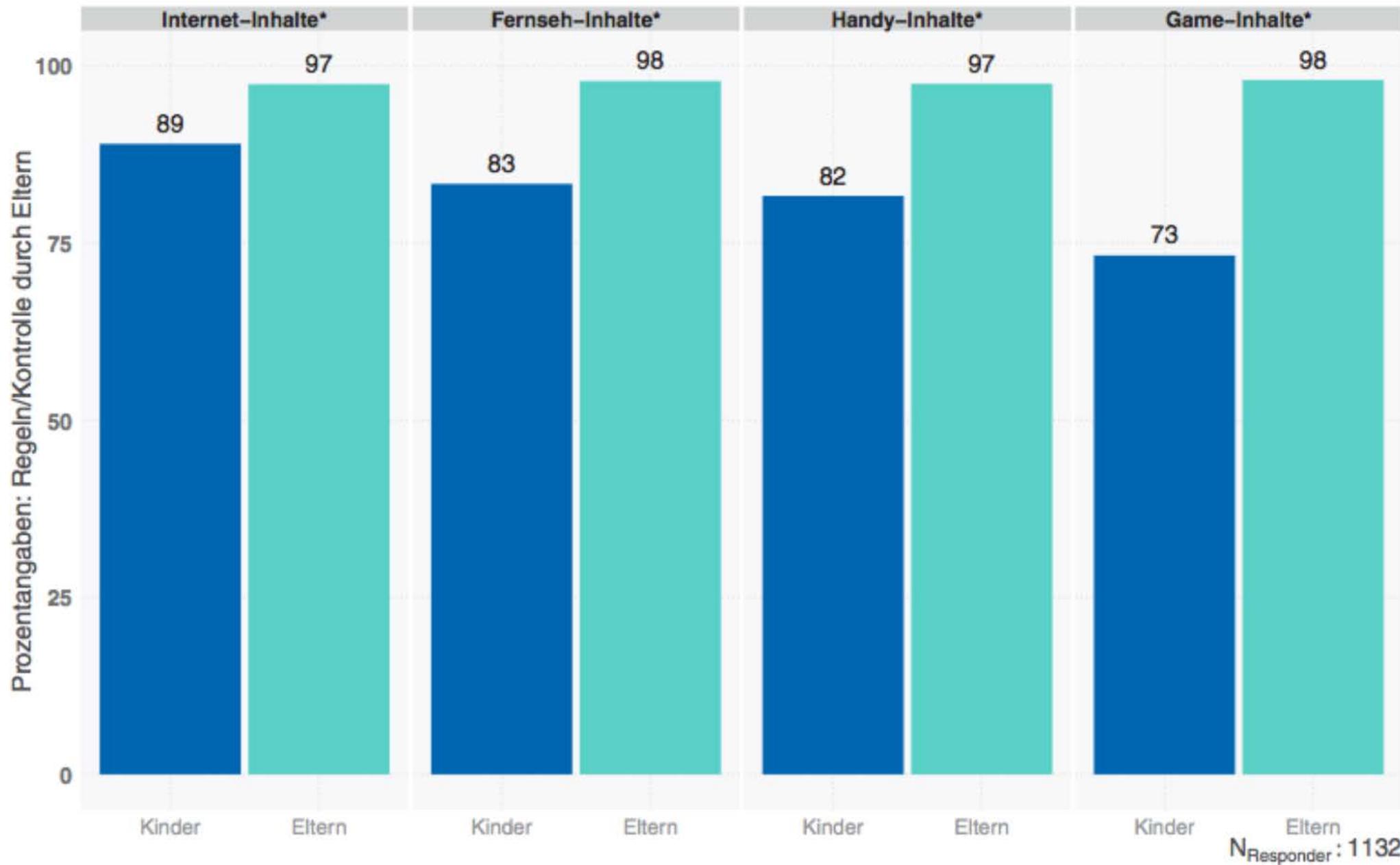


Abbildung 46: Regeln/Kontrolle durch Eltern zu Medieninhalten (Angaben der Eltern und deren Kinder)

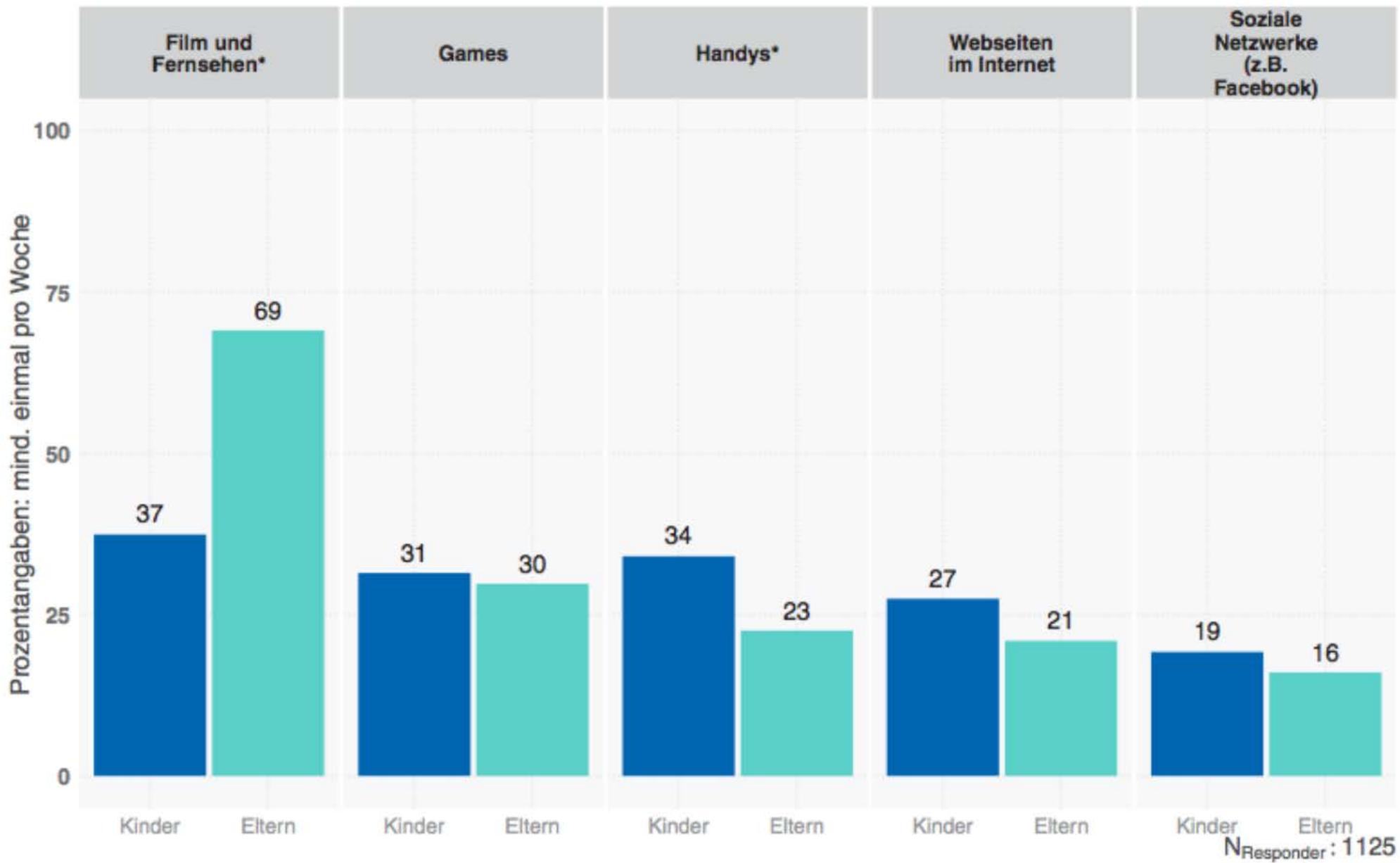


Abbildung 44: Medien als Gesprächsthema (Angaben der Eltern und deren Kinder)

A hand-drawn illustration of a face with thick brown outlines. The face has a small brown dot for a nose and a small black circle for a mouth. A blue speech bubble is positioned in the center of the face, containing the text 'Kennen Sie diese situation auch?'. The background is white with light blue textured areas at the top and bottom corners.

Kennen Sie diese situation auch?