Gesundheitsfolgenabschätzung (GFA) zur täglichen Bewegungseinheit für Schüler:innen in Österreich bis zur 8. Schulstufe

Endbericht (Langfassung)

Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln von Gesundheitsförderung 21+

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK), Stubenring 1, 1010 Wien

Vertreten durch:

Judith delle Grazie
Gabriela Wamprechtsamer

Im Auftrag durchgeführt von:

FH JOANNEUM University of Applied Sciences

Autorinnen und Autoren:

Bianca Fuchs-Neuhold
Madlene Movia
Sandra Macher
Helmut Simi

Fachliche Begleitung durch die Gesundheit Österreich GmbH:

Gesundheit Österreich GmbH

Fonds Gesundes Österreich

Gabriele Antony (Geschäftsbereich Österreichisches Bundesinstitut für Gesundheitswesen)
Verena Zeuschner (Projektleitung, Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich)

Verlags- und Herstellungsort: Wien

Copyright Titelbild: © fotografixx

Wien, September 2021

Alle Rechte vorbehalten:

Jede kommerzielle Verwertung (auch auszugsweise) ist ohne schriftliche Zustimmung des Medieninhabers unzulässig. Dies gilt insbesondere für jede Art der Vervielfältigung, der Übersetzung, der Mikroverfilmung, der Wiedergabe in Fernsehen und Hörfunk, sowie für die Verbreitung und Speicherung in elektronische Medien wie z. B. Internet oder CD-Rom.

Zitiervorschlag:

Fuchs-Neuhold, Bianca; Movia, Madlene; Macher, Sandra & Simi, Helmut (2021): Gesundheitsfolgenabschätzung (GFA) zur täglichen Bewegungseinheit für Schüler:innen in Österreich bis zur 8. Schulstufe. BMSGPK, Wien.

Die vorliegende GFA unterstützt die Umsetzung der österreichischen Gesundheitsziele und trägt zur nationalen Umsetzung der gesundheitsbezogenen Nachhaltigkeitsziele der Agenda 2030 bei.

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung 5

Executive Summary 7

Hintergrund 9

Aktuelle Entwicklungen zur täglichen Bewegungseinheit in Österreich 11

Das „3-Säulen-Modell“ als Zielszenario 12

Bevölkerungs- und Settinganalyse bis zur 8. Schulstufe 16

Zielsetzung und Methodik der GFA 23

Sichtungs- und Planungsphase 25

Bewertungsphase 25

Recherche und Analyse von Literatur 27
Online-Survey 28
Fokusgruppendiskussionen 28
Bewertungsworkshops 29

Berichtslegung und Ableitung von Empfehlungen 29

Ergebnisse 30

Auswirkungsanalyse 31

Individuelle Gesundheit 31
Soziale und kommunale Netzwerke 39
Lebens- und Arbeitsbedingungen (Setting Schule) 50
Systemebene und umweltrelevante Faktoren 57
Exkurs: Setting Kindergarten 62
Ausgewählte Bewegungsinitiativen aus Österreich 65
Weitere Ergebnisse der Online-Umfrage 67

Gesamtbewertung und Empfehlungen 75

Fazit 86

Tabellenverzeichnis 88

Abbildungsverzeichnis 89

Literaturverzeichnis XC

Anhang C

Zusammenfassung

Hintergrund

Im aktuellen Regierungsprogramm 2020-2024 wurde die „Ausweitung von Bewegung und Sport im Rahmen des schulischen Unterrichts“ festgehalten und konkret erwähnt, dass eine tägliche Bewegungseinheit im österreichischen Schulsetting realisiert werden soll (Bundeskanzleramt Österreich, 2020). Im Zuge dessen wurde im Herbst 2020 vom Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung (BMBWF) und dem Bundesministerium für Kunst, Kultur, öffentlichen Dienst und Sport (BMKÖS) eine Projektarbeitsgruppe mit der Erarbeitung eines Konzepts zur „Täglichen Bewegungseinheit“ betraut.

Im Auftrag des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) wurde basierend auf dem erarbeiteten Konzept eine Gesundheitsfolgenabschätzung (GFA) zur Einführung der „Täglichen Bewegungseinheit“ für Schüler:innen in Österreich bis zur 8. Schulstufe, von der FH JOANNEUM GesmbH, Institut für Gesundheits- und Tourismusmanagement, durchgeführt. Ziel der GFA war es, unter besonderer Berücksichtigung gesundheitlicher Chancengerechtigkeit, mögliche Auswirkungen auf die Einflussfaktoren der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen im Pflichtschulalter systematisch zu analysieren und zu bewerten. Darüber hinaus wurden Empfehlungsansätze generiert, die zielgerichtet Optimierungsmöglichkeiten des geplanten Vorhabens aufzeigen.

Methodik

Die Methodik der GFA orientierte sich am standardisierten Ablaufschema (Sichtung, Planung, Bewertung, Berichtslegung und Empfehlungen, Monitoring und Evaluation; Amegah et al., 2013). Die Suche und Analyse internationaler und nationaler Literatur, die Durchführung einer österreichweiten Onlineumfrage sowie vier Online-Fokusgruppendiskussionen bildeten die Basis der Bewertung der Gesundheitsauswirkungen. Die Bewertung der Gesundheitsauswirkungen und eine Sammlung von Empfehlungen wurden gemeinsam mit relevanten Akteur:innen im Rahmen von zwei Online-Bewertungsworkshops erarbeitet.

Ergebnisse und Empfehlungen

Es konnten, ausgehend von der Annahme einer qualitätsvollen Umsetzung des geplanten Vorhabens, generell positive Folgen auf die individuelle Gesundheit von Schüler:innen, auf soziale und kommunale Netzwerke, auf Lebens- und Arbeitsbedingungen im Schulsetting

sowie auf Systemebene festgestellt werden. Vor allem die substanziellen positiven Auswirkungen auf individueller Ebene bei Kindern im Pflichtschulalter wurden bestätigt.

Besonders zu berücksichtigende Faktoren für die weitere Planung des Vorhabens stellen die Themen Chancengerechtigkeit und die Förderung von (potenziell) benachteiligten Schüler:innen und Schulen dar. Des Weiteren wurden häufig Aspekte der Verbindlichkeit/Freiwilligkeit der Bewegungsangebote, der Sicherstellung einer qualitätsvollen Umsetzung inklusive der Aus- und Fortbildung von Pädagog:innen und Bewegungscoaches, der Organisation und strukturellen Unterschiede der jeweiligen Schultypen und –standorte sowie das Vorhandensein ausreichender Bewegungsinfrastruktur als herausfordernde Faktoren genannt. Auf system- und umweltrelevanter Ebene wurden die nachvollziehbare Auswahl der Pilotregionen, eine langfristig flächendeckende Ressourcenplanung sowie auf lange Sicht eine Integration von zusätzlichen Unterrichtseinheiten Bewegung und Sport pro Woche für Schüler:innen als auch eine verstärkte Fokussierung des elementarpädagogischen Bereichs (z.B. erste Bildungseinrichtungen wie Kindergärten und Kindergruppen) als bedeutsam angesehen.

Schlussfolgerung

Im Rahmen der GFA konnte gezeigt werden, dass die Auswirkungen des geplanten Vorhabens auf die Gesundheit der Schüler:innen in Österreich bis zur 8. Schulstufe als positiv eingeschätzt wurden. Zusätzliche Impulse für Optimierungsmöglichkeiten konnten durch das Sammeln von Empfehlungen sichtbar gemacht werden. Für den elementarpädagogischen Bereich empfiehlt sich eine integrierte Diskussion zur Umsetzung einer täglichen Bewegungseinheit. Dieser Bereich sollte in einem weiterführenden Prozess separat beleuchtet werden.

Schlüsselwörter

Gesundheitsfolgenabschätzung, GFA, Bewegung, Schule

Executive Summary

Background

The current government program 2020-2024 stated the "expansion of physical activity and sport as part of school education". It mentioned that a daily physical activity unit should be realized in the Austrian school setting (Federal Chancellery Austria, 2020). In autumn 2020, the Federal Ministry of Education, Science and Research (BMBWF) and the Federal Ministry of Arts, Culture, Public Service and Sport (BMKÖS) entrusted a project working group with the development of a concept for the "Daily Physical Activity Unit".

On behalf of the Federal Ministry of Social Affairs, Health, Care, and Consumer Protection (BMSGPK), a health impact assessment (HIA) on the realization of the "Daily Physical Activity Unit" for pupils in Austria up to 8th grade was carried out. FH JOANNEUM GesmbH, Institute for Health and Tourism Management, was entrusted with its implementation. The HIA aimed to systematically analyze and evaluate possible effects on factors influencing the health of compulsory school-aged children and adolescents. A particular focus was on health equity. In addition, recommendations were generated to identify the potential for optimization in terms of the planned program.

Methods

The methodology of the HIA was based on its standardized process (review, planning, assessment, reporting and recommendations, monitoring and evaluation; Amegah et al., 2013). Basis of the HIA was the analysis of international and national literature, the implementation of an Austria-wide online survey, and four online focus group discussions. In two online workshops, the assessment of health impacts and a collection of recommendations were developed with relevant stakeholders.

Results and Recommendations

Based on the assumption of a high-quality implementation of the planned project, generally favorable effects on the individual health of pupils, social and communal networks, living and working conditions in the school setting, and system-level could be determined. Especially the substantial positive effects on the individual level of compulsory school-aged children were confirmed.

The topics of equal opportunities and the promotion of disadvantaged pupils and schools are significant factors to consider for further program planning. Frequently mentioned challenging factors were aspects of the compulsory/voluntary nature of the physical activity unit and the high-quality implementation, including the training of teachers and physical activity coaches. Also, the organization and structural differences of the school types and locations and the availability of sufficient physical activity infrastructure should be considered before implementation. On the system- and environmental level, key outcomes were the comprehensible selection of pilot regions, sustain resource planning, and, in the long term, the integration of additional exercise and sport lessons for pupils and a stronger focus on elementary education.

Conclusion

Based on the assumption of a high-quality implementation of the planned project, the HIA shows positive effects on the health of pupils in Austria up to the 8th grade. Other suggestions in terms of optimizations were pointed out through recommendations. An integrated discussion on implementing a daily physical activity unit is recommended for the elementary education sector. This area should be examined more separately in a further process.

Keywords

Health impact assessment, HIA, physical activity, school

Hintergrund

Am 10. Juli 2009 wurde zwischen dem Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur (BMUKK), dem Bundesministerium für Landesverteidigung und Sport (Sportministerium) und der heutigen Sport Austria GmbH - ehemals Österreichischen Bundes-Sportorganisation (BSO) die Rahmenvereinbarung zur *„Zusammenarbeit von Schule und Sport bei Angeboten von Bewegung, Spiel und Sport in österreichischen Schulen"* unterzeichnet, welche ein breites Angebot an außerschulischen Bewegungs-, Spiel-, und Sportmöglichkeiten für alle Schüler:innen zugänglich machen sollte (BMUKK, BMLVS & Sport Austria Bundes-Sportorganisation, 2009).

Im Zuge des Regierungsprogramms 2008-2013 wurde die Einbeziehung von Sportorganisationen in den Schulalltag als bedeutender Baustein für die Umsetzung einer „täglichen Bewegungseinheit" hervorgehoben. Zudem soll durch die Fortsetzung der Zusammenarbeit zwischen Vereinen und Schulen, welche sich in den letzten Jahren im Zuge der Bewegungsoffensive in Volksschulen entwickelt hat, „zur Bekämpfung festgelegter nachteiliger Entwicklungen der körperlichen Fähigkeiten und im Gesundheitszustand" der Volksschulkinder in Österreich beitragen (BMUKK, BMLVS & Sport Austria Bundes-Sportorganisation, 2009).

Basierend darauf wurden zusammenfassend folgende Rahmenvereinbarung beschlossen, indem *„außerunterrichtliche Angebote zu Bewegung, Spiel und Sport"* in Qualität und Quantität realisiert werden, sodass der Zugang zu diesen für alle Schüler:innen ermöglicht wird (BMUKK, BMLVS & Sport Austria Bundes-Sportorganisation, 2009):

- Kooperationsbeziehungen zwischen Schulen und Sportvereine
- Schulen und Sportvereine verfolgen eigenständige Ziele
- Dem hohen Stellenwert von Bewegung und Sport Rechnung tragen („Fit für Österreich Charta")
- Eltern und Erziehungsberechtigten Möglichkeiten aufzeigen, wie sie die motorische Entwicklung ihrer Kinder fördern können

Um den Prozentsatz an jenen Kindergarten- und Schulkindern in Österreich zu erhöhen, welche die österreichischen Bewegungsempfehlungen erfüllen, initiierte die österreichische Sport Austria im Jahr 2012 die Kampagne „Tägliche Turnstunde". Durch eine breite öffentliche Beteiligung wurde die „Tägliche Turnstunde" in das Regierungsprogramm 2013-

2018 aufgenommen. Basierend darauf wurde 2013 *„ein 10-Punkte-Programm für den Ausbau von Bewegung und Sport“* erarbeitet. In der Regierungsklausur 2014 wurde die Bedeutung von Bewegung für die kindliche Entwicklung und schulische Leistungsfähigkeit im Zuge eines *„Sechs Punkte-Programms“* hervorgehoben (Sport Austria Bundes-Sportorganisation, 2015).

Schließlich verankerte der Beschluss des Nationalrats vom 25. Februar 2015 die tägliche Bewegungseinheit an ganztägigen Schulen, welcher Gesetzesänderungen im Schulorganisationsgesetz (SchOG), im Schulunterrichtsgesetz (SchUG) und Bundes-Schulaufsichtsgesetz (BSchAufsG) bewirkte (Sport Austria Bundes-Sportorganisation, 2015).

Im Bericht des Sportausschusses wurde der Entschließungsantrag 487/A(E) zur *„Sicherstellung von ausreichend Sport und Bewegung an unseren Schulen“* mit folgender Begründung beschlossen:

> *„Junge Menschen sollen verstärkt für Sport und Bewegung begeistert werden. Die Bewegung unserer Kinder und Jugendlichen soll von klein auf gefördert werden, wobei notwendiges Know-how und kompetentes Personal besonders über eine enge Kooperation mit Sportvereinen sichergestellt werden soll. Dazu ist etwa die Steigerung der Auslastung der Sportinfrastruktur an Bildungseinrichtungen und die Ausweitung der Kooperationsmöglichkeiten etwa durch den Abschluss von Rahmenvereinbarungen zwischen Bildung und Sport anzustreben. Ein ausreichendes Grundangebot muss aber auch von unseren Schulen selbst angeboten werden. Primäres Ziel bleibt weiterhin die bundesweite Umsetzung einer täglichen Bewegungseinheit für alle Kinder in öffentlich finanzierten Betreuungseinrichtungen vom Kleinkind bis zum Ende der Schulpflicht unter Einbindung gemeinnütziger Sportvereine. Durch Zusammenarbeit der Universitäten, Pädagogischen Hochschulen, Bundes-Sportakademien und den Bildungssystemen des Sports muss auch die Ausbildung der Pädagoginnen und Pädagogen im Bereich Sport und Bewegung aufgewertet werden. Der Stellenwert von Bewegung speziell in der Ausbildung der Kindergartenpädagogen sowie der Volkschullehrerinnen und Volksschullehrer soll erhöht werden. Der Steigerung von Bewegung und Sport soll nach Möglichkeit als Unterrichtsprinzip auch in anderen Unterrichtsfächern mehr Raum gegeben werden.“ (487/A(E), 2018)*

An die Bundesregierung, insbesondere an den Bundesminister für Öffentlichen Dienst und Sport erging die Bitte, zur weiterführenden Förderung der Bewegungsinitiativen in den

Schulen und zum Ausbau der täglichen Bewegungseinheiten für alle Kinder und Jugendlichen im Pflichtschulalter. Dies solle in Kooperation mit dem Bundesminister für Bildung, Wissenschaft und Forschung und der Bundesministerin für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz sowie den Bundesländern und dem organisierten Sport erfolgen (Österreichische Parlamentsdirektion, 2018).

Aktuelle Entwicklungen zur täglichen Bewegungseinheit in Österreich

Im aktuellen Regierungsprogramm 2020-2024 wurde die „Ausweitung von Bewegung und Sport im Rahmen des schulischen Unterrichts“ festgehalten und konkret erwähnt, dass die tägliche Bewegungseinheit in Österreich realisiert werden soll (z.B. mit Sportvereinen). Weitere Punkte des Breitensports / Vereins- und Freizeitsports des Regierungsprogramms 2020-2024 sind folgende:

- Mehr Bewegungsangebote integriert in den Alltag in Kindergärten
- Prüfung der Weiterentwicklung der regelmäßigen **Gesundheitsuntersuchungen** bei Pflichtschülerinnen und Pflichtschülern unter den Aspekten der körperlichen Voraussetzungen für schulischen Wettkampfsport und methodische Analyse von Entwicklungen des körperlichen Zustands der Kinder und Jugendlichen
- **Schwimmkurse** für alle: ein österreichweites Konzept für Gratisschwimmkurse für alle Menschen ist zu erarbeiten und umzusetzen
- Einführung von **Sporttagen** in der Primarstufe von mindestens vier Tagen und in der Sekundarstufe I und II von mindestens je zwei Wochen, wobei eine davon dem Wintersport gewidmet werden muss
  (Bundeskanzleramt Österreich, 2020, S. 207)

Im Herbst 2020 wurde vom Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung (BMBWF) und dem Bundesministerium für Kunst, Kultur, öffentlichen Dienst und Sport (BMKÖS) eine Projektarbeitsgruppe mit dem Thema „Tägliche Bewegungseinheit“ ins Leben gerufen. Die Arbeitsgruppe wird von einem Consulting-Unternehmen (ICG) extern prozesstechnisch begleitet, die Koordination erfolgt durch die Sport Austria (ehem. Österreichische Bundes-Sportorganisation – BSO).

Zielsetzung des Projektes ist die Vorlage eines Konzepts für eine flächendeckende Umsetzung der „täglichen Bewegungseinheit“ an Österreichs Schulen und Kindergärten an politische Entscheidungsträger/-innen. Dabei erfolgt die Koordination durch die Sport Austria und wird extern prozesstechnisch von der Integrated Consulting Group (ICG) begleitet.

Ausgehend von einer breiten Stakeholderbeteiligung aus unterschiedlichsten Bereichen wurden mehrere mögliche Szenarien mit unterschiedlichen organisatorischen und inhaltlichen Maßnahmen zur Erreichung der Österreichischen Bewegungsempfehlungen für Kinder und Jugendliche ausgearbeitet.

Für das Zielszenario der täglichen Bewegungseinheit, dem „3-Säulen-Modell“, wurde im Auftrag des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) ab April 2021 eine GFA als zusätzliche Entscheidungsunterstützung durchgeführt. Durch Beteiligungsmethoden soll das Wissen von Betroffenen nutzbar gemacht werden und eine Einschätzung der Auswirkungen der vorgeschlagenen Maßnahmen auf die Gesundheit, unter besonderer Berücksichtigung von Effekten in Hinblick auf gesundheitliche Ungleichheiten, getätigt werden. Dadurch ermöglicht die GFA eine Entscheidung auf verbesserter Informationsbasis zu treffen.

Die Gesundheitsfolgenabschätzung (GFA) ist ein Instrument zur systematischen Analyse und Bewertung geplanter (politischer) Vorhaben. Untersucht werden dabei Auswirkungen auf die Gesundheit spezifischer Bevölkerungsgruppen (Amegah et al., 2013).

Das „3-Säulen-Modell“ als Zielszenario

Die tägliche Bewegungseinheit, integriert in einem 3-Säulen-Modell, zielt auf die Schaffung von ausreichenden Bewegungsmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche. Speziell im Setting Schule sollen Schüler:innen die Gelegenheit bekommen die **Bewegungsempfehlungen von mindestens 60 Minuten pro Tag** (Fonds Gesundes Österreich, 2020a) zu erreichen. Basierend darauf umfasst das „3-Säulen-Modell – Bildung, Gesundheit und Sport“ drei Bereiche, deren Umsetzung ab dem Schuljahr 2021/22 begonnen werden soll (ICG, 2021):

Säule 1: Kulturwandel zu Bewegung (und gesunder Ernährung)

Ein gesellschaftlicher Kulturwandel soll zu mehr Bewegung motivieren: Das Bildungsprinzip „Bewegung und gesunde Ernährung“ wird in allen Bereichen der Schule forciert (z.B. bewegte Pause, Einbau von Bewegungsteilen in anderen Unterrichtsfächern, Installation von Bewegungskoordinator:innen, Förderung der „Aktiven Mobilität“ im Schulsetting, evtl. Schulbücher etc.). Angesprochen dabei sind die Eltern, Lehrende und die Pädagogischen Hochschulen, um in den Aus- und Fortbildungen diesen Wandel auf Seiten der Bildung zu begleiten. Dabei kann auf positive Erfahrungen vorhandener Konzepte/ Projekte im Bildungsbereich und in Zusammenarbeit mit dem Sport zurückgegriffen werden.

Säule 2: Quantitative Ausweitung zusätzlicher Bewegungsangebote

Etablierung von Bewegungscoaches – Fokus Bildung: Unter Bewegungscoaches sind alle **externen und qualifizierten** Personen zu verstehen, die **alleine außerhalb des Unterrichts ein zusätzliches Bewegungsangebot an Schulen zur Verfügung stellen dürfen**. Diese sind durch die Absolvierung eines **Curriculums** qualifiziert, welches einen **sportbezogenen und einen pädagogischen Schwerpunkt** aufweist (Umfang im ECTS-System festzulegen).

Etablierung einer zentralen Koordinationsstelle, Vereinheitlichung der Qualitätsstandards – Fokus Sport: Eines der Ziele des 3-Säulen-Modells ist die Vereinheitlichung der Qualitätsstandards für die Durchführung externer Angebote an Schulen in Kooperation mit den bereits bisher bewährten Anbietern, z.B. aus dem organisierten Sport. Die Erfassung und Auswertung dieser Angebote sollen von einer zentralen Stelle geleitet werden. In weiterer Folge übernimmt diese Stelle auch die **zentrale Koordination**, sodass die Schulen beim Abschluss solcher Kooperationsvereinbarungen auch eine einheitliche Anlaufstelle haben.

Säule 3: Ergänzende, auf den individuellen Bedarf der Schüler:innen abgestimmte Angebote im Unterricht Bewegung

Aus dem Bereich der nicht zu den Pflichtgegenständen gehörenden Stundenkontingenten steht im **Semesterzyklus für diejenigen Schüler:innen, die aus unterschiedlichen Gründen Bewegungsförderung in Anspruch nehmen sollen, ein Stundenkontingent zur Verfügung**. Ein Indikator, gebildet aus BMI, Schularzt-Untersuchung und Bewegungskompetenzen, informiert Schüler:innen und Erziehungsberechtigte über die Notwendigkeit freiwillige bewe-

gungsbezogene Zusatzmaßnahmen zu setzen. Die Schüler:innen sollen durch diese ergänzenden Angebote auch zu mehr Bewegung in ihrer Freizeit motiviert werden. Je nach dienstrechtlichen Entwicklungen können diese Stunden entweder von Lehrer:innen oder auch von Bewegungscoaches durchgeführt werden.

Mit der Umsetzung des „3-Säulen-Modells soll bereits im Schuljahr 2021/22 begonnen werden. Hierbei stehen folgende Maßnahmen im Fokus:

Umsetzung der täglichen Bewegungseinheit an Schulen in ausgewählten Pilotregionen

- Aktive Einbindung der Pilotgemeinden, -städte und -regionen in die Gestaltung der Maßnahmen zur Verbesserung des Bewegungsverhaltens an den Pilotschulen
- Ausweitung des Bewegungsangebotes in den Pilotschulen zur Erreichung der empfohlenen 60 Minuten täglicher Bewegungszeit, angepasst an die individuellen Bedürfnisse der Schüler:innen
- Nominierung von Lehrer:innen als Bewegungskoordinator:innen (mit entsprechender Berücksichtigung von Werteinheiten) in den Pilotschulen, um den Erfahrungsaustausch und die Learnings aus dem Pilotprojekt zu sichern
- Wissenschaftliche Evaluierung der Wirkungen des 3-Säulen-Modells in den Pilotregionen zur Ableitung von Schlussfolgerungen für eine bundesweite Umsetzung

Ausweitung der von externen Bewegungscoaches geleiteten Bewegungsangebote

- Öffnung der Schulsportstätten für Angebote von Sportvereinen für Kinder und Jugendliche
- Erhöhung der Förderung für die bundesweite Bewegungsinitiative „Kinder gesund bewegen 2.0“
- Entwicklung von Ausbildungsstandards für externe Bewegungscoaches
- Verbesserung der rechtlichen Rahmenbedingungen für den Einsatz externer Bewegungscoaches (Zugang, Haftung etc.)

Unterstützung eines Kulturwandels zu Bewegung

- Umsetzung von Bewegungsinterventionen im Schulalltag außerhalb des Unterrichts Bewegung und Sport (z.B. Einbau von Bewegungsteilen, z.B. 2x5 Minuten, in anderen Unterrichtsfächern, bewegte Pause etc.)

- Durchführung einer breit angelegten Medienkampagne, um bei allen Altersgruppen wieder die Lust an regelmäßiger Bewegung zu fördern
- Verstärkung der Bedeutung von Bewegung in der Aus- und Weiterbildung von Lehrer:innen und Elementarpädagog:innen

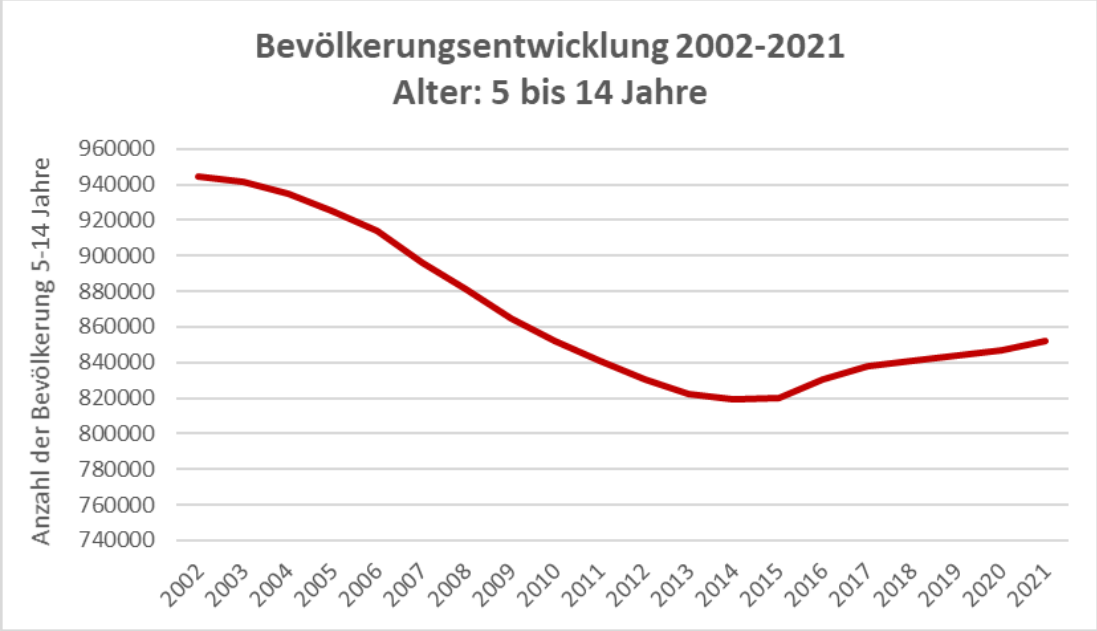
Einrichtung einer zentralen Koordinationsstelle als Ansprechpartner für Gebietskörperschaften, Schulen und Sportvereinen

- Schaffung/Anpassung der organisatorischen Strukturen zur adäquaten Einbindung der Stakeholder aus den Gebietskörperschaften und aus den Bereichen Bildung, Gesundheit und Sport
- Übernahme von Koordinations- und Serviceaufgaben, wie
    - Erste:r Ansprechpartner:in und Koordinationsstelle für Fragen in Zusammenhang mit Bewegungsangeboten für Kindergärten und Schulen
    - Aufbau und Führung einer Datenbank über alle externen Bewegungsangebote (Schaffung von Transparenz über das Angebot)
    - Entwicklung und Überwachung von Qualitätsstandards für die externen Anbieter:innen von Bewegungsangeboten
    - Mittelfristig auch Zurverfügungstellung von (digitalen) Bewegungsangeboten und Informationen

Bevölkerungs- und Settinganalyse bis zur 8. Schulstufe

Im Jahr 2021 gab es in Österreich zu Jahresbeginn 851.733 Kinder im Alter zwischen 5 und 14 Jahren. Ab 2002 bis inklusive 2014 nahm die Anzahl der Kinder im Alter zwischen 5 und 14 Jahren leicht ab. Seit 2015 bis 2021 kann eine Trendwende erkannt werden – somit betrug der prozentuale Anstieg an Kindern in der Altersgruppe zwischen 5 und 14 Jahren seit dem Jahr 2015 in etwa 4 Prozentpunkte.

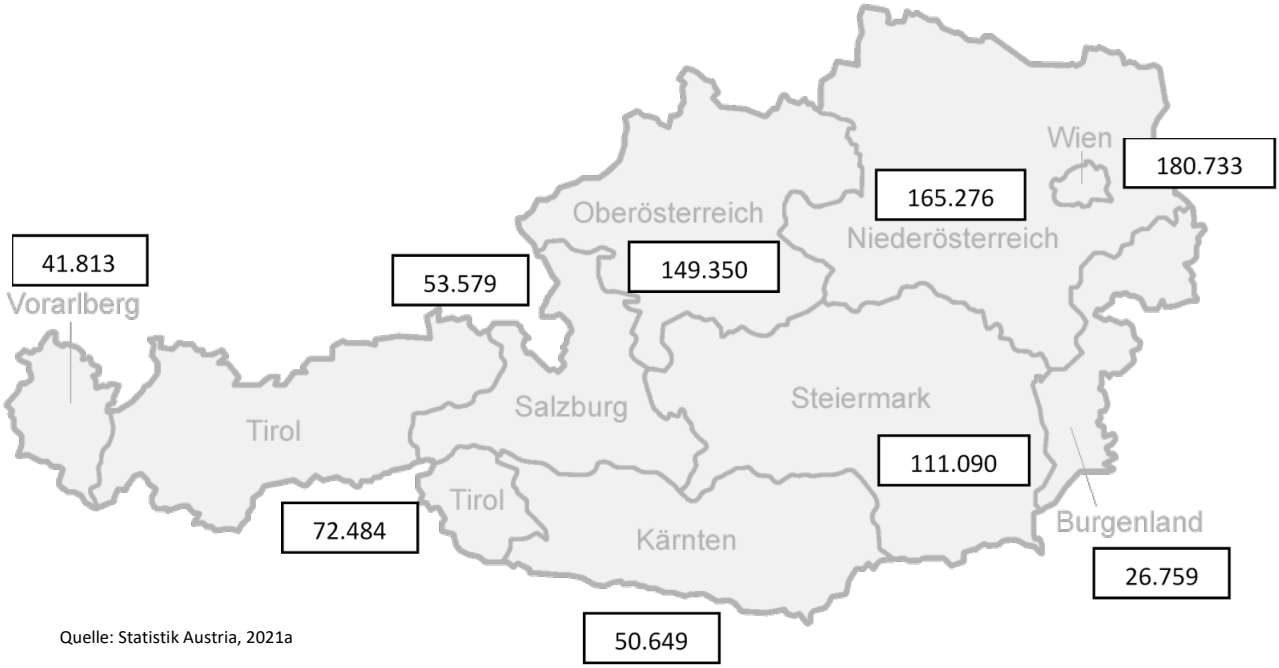
Abbildung 1: Bevölkerungsentwicklung 2002-2021, Alter: 5 bis 14 Jahre



Quelle: (Statistik Austria, 2021a)

In Anbetracht der absoluten Anzahl an Kindern und Jugendlichen im Alter zwischen 5 und 14 Jahren kann ein deutliches Ost-West-Gefälle erkannt werden. Bundesländer, die im Osten Österreichs angesiedelt sind, zeigen einen höheren Anteil an 5- bis 14-Jährigen auf. Das Bundesland Burgenland erweist sich jedoch als Ausreißer, hier ist der Anteil an 5- bis 14-Jährigen mit 26.759 Kindern- und Jugendlichen am geringsten. Grund dafür ist, dass das Burgendland bundesweit die geringste Einwohner:innenzahl aufweist (296.010 Personen).

Abbildung 2: Absolute Zahlen der 5- bis 14-Jährigen in den Bundesländern, eigene Darstellung nach Statistik Austria, 2021a



Quelle: Statistik Austria, 2021a

Die beiden folgenden Tabellen stellen die Verteilung der Schüler:innen bundes- bzw. landesweit in Österreich dar. Zusätzlich wurde eine Unterteilung auf die vier Schultypen vorgenommen: Volksschule, Mittelschule, Sonderschule und AHS-Unterstufe. In der Sekundarstufe I erweist sich die Mittelschule als der am häufigsten besuchte Schultyp, der von rund 207.007 Schüler:innen aktuell besucht wird.

Tabelle 1: Schulen und Schüler:innen nach Schultypen

	Anzahl Schulen*	Anzahl Schüler:innen**
Volksschulen	3.014	347.529
Mittelschulen	1.125	207.007
Sonderschulen	281	11.634
AHS-Unterstufe	283	122.588
Gesamt:	4.703	688.758

*2019/20, **2020/21, Quelle: (Statistik Austria, 2021b)

Die nachfolgende Tabelle bezieht sich auf Schüler:innenzahlen des Schuljahres 2020/2021, sortiert nach Schulen und Bundesländern.

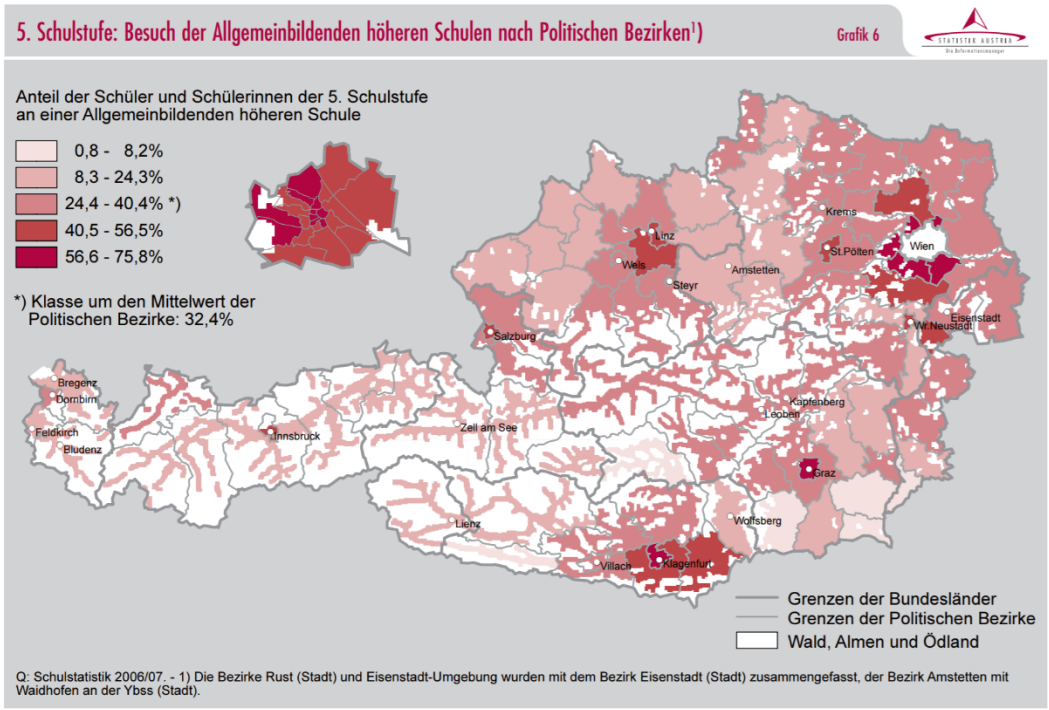
Tabelle 2: Schulen, Schüler:innen nach Schultypen und Bundesländern, Schuljahr 2020/21.

Schultyp	Burgenland	Kärnten	NÖ	OÖ	Salzburg
Volksschulen	10.483	20.380	66.059	62.628	21.832
Mittelschulen	6.838	12.042	39.019	41.401	13.596
Sonderschulen	355	346	3.674	1.275	1.677
AHS-Unterstufe	3.508	8.205	22.774	16.629	7.285
Schultyp	**Steiermark**	**Tirol**	**Vorarlberg**	**Wien**	
Volksschulen	44.675	29.556	17.308	74.608	
Mittelschulen	28.092	20.500	11.905	33.614	
Sonderschulen	538	1.109	1.346	3.547	
AHS-Unterstufe	15.731	7.487	4.002	36.967	

Quelle: (Statistik Austria, 2021b)

Die Wahl der Schultypen scheint von der regionalen Verfügbarkeit abhängig zu sein. Die nachfolgende Abbildung zeigt beispielsweise, dass im urbanen Raum der Anteil an Schüler:innen, welche eine AHS in der 5. Schulstufe besuchen, deutlich höher ist als im ruralen Raum.

Abbildung 3: Schüler:innen der 5. Schulstufe (AHS) nach politischen Bezirken



Quelle: (Statistik Austria, 2021b)

Gesundheit und Wohlbefinden bei Kindern und Jugendlichen

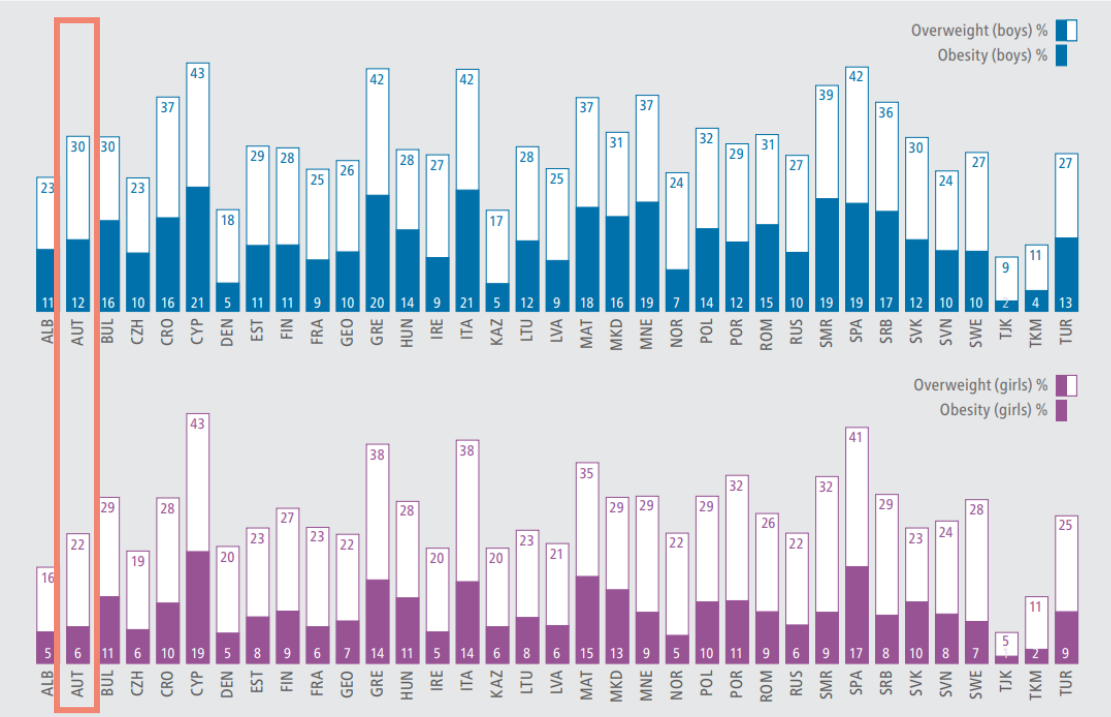
- Fast 90% der Schüler:innen im Alter zwischen 10 und 14 Jahren bewerten ihren subjektiven Gesundheitszustand als ausgezeichnet oder gut.
- Die am häufigsten genannten wiederkehrenden Beschwerden sind Gereiztheit und schlechte Laune sowie Einschlafschwierigkeiten.
- 19% aller Schüler:innen geben an, eine chronische Krankheit oder eine Behinderung zu haben.
- Innerhalb eines Jahres hat sich ca. die Hälfte aller Schüler:innen schwer verletzt, sodass medizinische Versorgung notwendig war.
- Die durchschnittliche Lebenszufriedenheit der Schüler:innen beträgt 7,8 auf einer Skala von 0 bis 10.

- 12% der Buben und 24% der Mädchen zeigen Merkmale einer depressiven Verstimmung.
- Das Vertrauen in die eigenen Kompetenzen, gewünschte Handlungen erfolgreich selbst ausführen zu können (Selbstwirksamkeitserwartung) steigt bei Buben mit dem Alter, wohingegen sie bei Mädchen bis zur 9. Schulstufe konstant ist und erst in der 11. Schulstufe etwas zunimmt (Felder-Puig et al., 2019)

Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen

- Laut der **Childhood Obesity Surveillance Initiative** (COSI-Studie der WHO) sind in Österreich 17,1% der Buben im Alter von **8-9-jährigen Kinder** übergewichtig, 5,7% adipös und 2,8% extrem adipös. In Summe ergibt dies einen Prozentsatz von **25,6% der österreichischen Buben**. Die Zahlen der Mädchen sind ähnlich, 17,4% sind übergewichtig, 4,6% adipös und 2,8% extrem adipös. Gesamt betrachtet sind **24,8% der österreichischen Mädchen** von Übergewicht und Adipositas betroffen (Bundesministerium für Gesundheit und Frauen [BMGF], 2017).
- Laut der HBSC-Studie sind in der Altersklasse der **10- bis 14-Jährigen 20% der Buben** und **13% der Mädchen übergewichtig** oder **adipös.** Hierbei ist jedoch zu beachten, dass diese Daten auf Basis von Selbstberichten erhoben wurden und somit die Bestimmung des BMI nicht valide ist (Felder-Puig et al., 2019).
- Die nachfolgende Grafik zeigt, dass bereits **30%** der **6- bis 9-jährigen Buben** in Österreich **übergewichtig** sind, davon leiden 12% an Adipositas. Bei den **Mädchen** derselben Altersklasse sind **22% übergewichtig** und davon 6% von Adipositas betroffen. Der WHO-Durchschnitt an übergewichtigen Buben liegt bei rund 29% und bei Mädchen bei rund 26% (Felder-Puig et al., 2019).

Abbildung 4: Übergewicht und Adipositas bei Kindern im Alter von 6-9 Jahren



Quelle: (World Health Organization, 2018a)

Gesundheits- und Risikoverhalten von Kindern und Jugendlichen

- <u>Bewegung:</u>
  27% Buben und **17% der Mädchen** im Alter von **11 und 13 Jahren** erreichen die Bewegungsempfehlungen von mindesten 60 Minuten Bewegung pro Tag (Mayer et al., 2020).
- <u>Ernährung:</u>
  36% der Buben und **43% der Mädchen** essen täglich min. einmal **Obst** und **27% der Buben** sowie **38% der Mädchen** konsumieren pro Tag mindestens einmal **Gemüse**. Der tägliche Konsum von **Süßigkeiten** liegt bei **Buben bei rund 23%** und bei **Mädchen bei 29%.** 20% aller Kinder konsumieren mehrmals wöchentlich stark fette und Speisen mit hohem Kaloriengehalt (Kebab, Burger, Pizza, etc.) (Felder-Puig et al., 2019).
- <u>Rauchen:</u>
  Die Rate der Raucher:innen, welche täglich **Zigaretten** konsumieren, beträgt bei **Buben und Mädchen ca. 4%** (Felder-Puig et al., 2019)**.**

- Soziale Medien:
  9% aller Kinder – etwas mehr Mädchen als Buben – weisen eine auffällige Nutzung von sozialen Medien auf (Felder-Puig et al., 2019).
- Beziehungen zu Mitschüler:innen und Lehrer:innen:
  80% der Schüler:innen empfinden die **Beziehungen zu ihren Mitschüler:innen** als **sehr gut oder gut** und für **60%** der Schüler:innen trifft dies auf die **Beziehungen zu ihren Pädagog:innen** bzw. Lehrer:innen (Felder-Puig et al., 2019).
- Handgreiflichkeiten:
  44% der Buben und **15% der Mädchen** waren innerhalb eines Jahres in min. eine **Rauferei** verwickelt (Felder-Puig et al., 2019).

Überblick des Unterrichtsfachs „Bewegung und Sport" im österreichischen Bildungssystem

Im Zuge der verpflichtenden und ergänzenden Unterrichtsfächer „Bewegung und Sport" sollen Schüler:innen dazu befähigt werden, unterschiedliche Sportarten und Bewegungsformen auszuüben. Das Erwerben von Fach-, Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenzen ist entscheidend, um die für Bewegung und Sport essenziellen motorischen, sozialen und personellen Ressourcen entwickeln zu können (BGBl. Nr. 134/1963, 2012/BGBII. II Nr. 303/2012).

Die wichtigste Aufgabe von Schulen in Bezug auf die Bewegungs- und Sportförderung besteht jedoch darin, Freude an Bewegung, auch im Sinne von gemeinsamen Sporttreiben, zu vermitteln und den Schüler:innen eine geeignete Strategie zur Bewältigung von Belastungen näherzubringen. Das Unterrichtsfach soll die Basis lebenslänglichen Sporttreibens sein und die Notwendigkeit körperlicher Betätigung für eine gesunde Lebensführung aufzeigen (BGBl. Nr. 134/1963, 2012/BGBII. II Nr. 303/2012).

Um einen Überblick über die derzeitigen gesetzlichen Rahmenbedingungen in Österreich bezüglich des Unterrichtsfachs „Bewegung und Sport" zu erhalten, wird im Anhang ein tabellarischer Überblick mit dem Fokus auf die Lehrpläne der Primar- und Sekundarstufen I gegeben (siehe Anhang).

Zielsetzung und Methodik der GFA

Das Ziel der vorliegenden GFA ist die Identifizierung und Analyse möglicher Auswirkungen auf die Gesundheit und deren Einflussfaktoren durch die Maßnahme „Einführung der täglichen Bewegungseinheit in Form eines 3-Säulen-Modells für Kinder und Jugendliche im Pflichtschulalter der 1.- 8. Schulstufe inkl. sonderpädagogischer Einrichtungen."

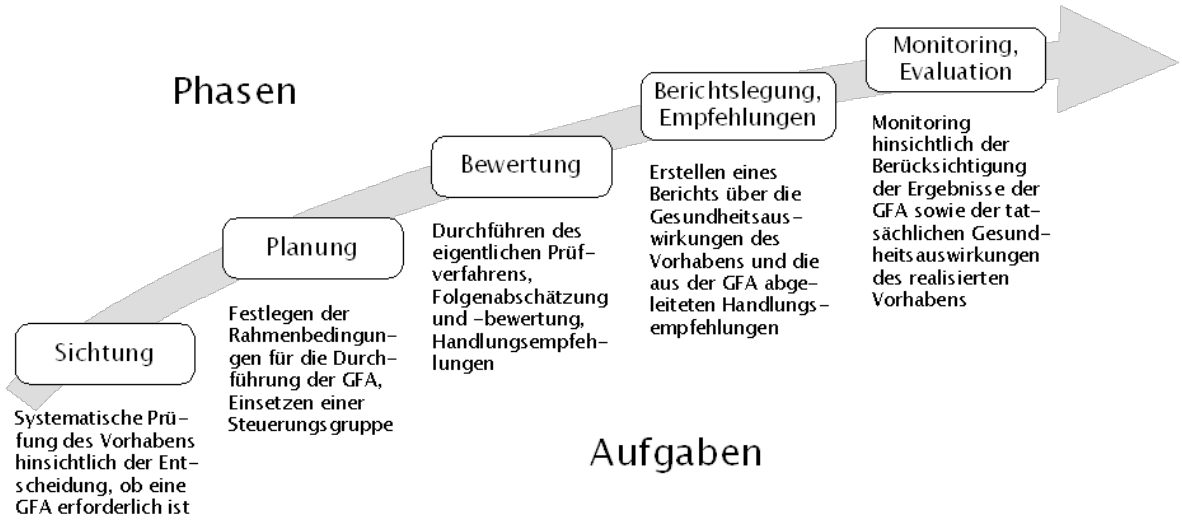
Diese GFA bietet eine qualitative Abschätzung und systematische Aufbereitung der Gesundheitsauswirkungen hinsichtlich der Einführung einer täglichen Bewegungseinheit für Kinder und Jugendliche (in Form des 3-Säulen-Modells) im Vergleich zur Nullvariante (= Status Quo). Im Sinne der gesundheitlichen Chancengerechtigkeit soll den spezifischen Bedürfnissen von besonders zu berücksichtigenden Bevölkerungsgruppen im Bewegungskontext (z.B.: Kinder aus sozioökonomisch benachteiligten Familien, Mädchen, Kinder mit körperlicher und intellektuellen/ kognitiven Beeinträchtigungen eingeschränkter) besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden.

Die vorliegende GFA gibt einen Überblick über die positiven sowie negativen Auswirkungen der täglichen Bewegungseinheit im Pflichtschulbereich – anhand des priorisierten Umsetzungskonzepts – auf die österreichische Schullandschaft und deren betroffenen Personen. Detaillierte Betrachtungen der Szenarien oder organisationalen und gesetzlichen Rahmenbedingungen können im Rahmen dieser GFA nicht geleistet werden, aber als Anregung für zukünftige Projekte herangezogen werden. Weitere **Nicht-Ziele** des Projektes sind:

- Analyse der Auswirkungen von mehr als zwei Umsetzungsszenarien
- Analyse der gesetzlichen und organisationalen Machbarkeit des Umsetzungsszenarios (bspw. budgetäre oder personelle Rahmenbedingungen)
- Analyse der Auswirkungen auf das Setting Kindergarten
- Monitoring und Evaluation (Phase 5 der GFA-Methodik)

Das Projektdesign der GFA richtet sich nach den Phasen der GFA-Methodik: Sichtung – Planung –Bewertung und Ableitung von Empfehlungen (Amegah et al., 2013).

Abbildung 5: Ablaufschema einer GFA



Quelle: GÖG/ÖBIG

Bei einer GFA können unterschiedliche Tiefen oder Intensitäten des Prüfverfahrens gewählt werden. Unterschieden wird zwischen „Schreibtisch-GFA“, „kompakte GFA“ und „umfassende GFA“, wobei die GFA auf Grundwerten basiert, wie die der Partizipation, welche bei allen Varianten empfohlen wird (Amegah et al., 2013).

Die vorliegende GFA wird als kompakte GFA eingestuft. Das GFA-Projektteam wurde durch weitere Organisationen (GFA-Kernteam), bestehend aus Vertreter:innen des BMSGPK, der GÖG/ÖBIG und des FGÖ begleitet, die folgende Aufgaben wahrgenommen haben:

- Strategische Beratung
- Unterstützung bei der Auswahl der Teilnehmer/-innen für das GFA-Beratungsgremium
- Inhaltlicher Input und Rückmeldungen zur wissenschaftlichen Evidenz
- Inhaltliche Inputs zur GFA-Methodik und Beteiligungsprozedere

- Regelmäßige Abstimmungstreffen (online)
- Unterstützung bei der Konzeption von Mailings für die verschiedenen Zielgruppen (bspw. Kontaktadressen)

Entscheidungen wurden letztlich – in Abstimmung und unter Berücksichtigung der Einschätzung des GFA-Kernteams – vom Auftraggeber, dem BMSGPK, getroffen.

Sichtungs- und Planungsphase

Das Ziel der Sichtungs- und Planungsphase umfasste die Definition des Umfanges und die Grenzen der GFA, Kommunikationsform sowie der Rollenverteilungen im Zuge eines Planungsworkshops. Eine erste Sichtung und Abschätzung zur Machbarkeit und Sinnhaftigkeit einer GFA Umsetzung zum Thema „Tägliche Bewegungseinheit“ wurde bereits im Vorfeld getätigt und dahingehend beauftragt.

In der Planungsphase wurde ein GFA-Beratungsgremium etabliert zur Besprechung grundsätzlicher Rahmenbedingungen wie etwa der Priorisierung von Themenfeldern, der Schwerpunktlegung (Konzept, Setting, Zielgruppen, Methodik, Zeitplan), der Festlegung des Zielszenarios. Das GFA-Beratungsgremium bestand aus Mitgliedern des GFA-Kernteams sowie aus der eingangs erwähnten Projektarbeitsgruppe zum Thema „Tägliche Bewegungseinheit“. Die Ergebnisse der Projektarbeitsgruppe „Tägliche Bewegungseinheit“ stellten die Grundlage für die Vorgehensweise der GFA dar (siehe Kapitel „Hintergrund“). Daher wurden die zentralen Ergebnisse des Konzepts zur täglichen Bewegungseinheit gesichtet sowie zentrale Inhalte der GFA aufbereitet und mit dem GFA-Beratungsgremium am 08.04.2021 besprochen. In diesem halbtägigen Planungsworkshop wurden aus den bisher vorliegenden Erkenntnissen Themenfelder priorisiert, auf denen die GFA schwerpunktmäßig fokussiert und Verweise auf relevante Literatur, Studien und Informationsquellen gesammelt.

Bewertungsphase

Das Ziel der Bewertungsphase umfasste die Analyse der Faktoren mit potenziellen Gesundheitsauswirkungen. Im Zuge dessen wurde eine selektive Literaturrecherche in einschlägigen Datenbanken (PubMed, Cochrane, Spolit, Science Direct) durchgeführt. Des Weiteren wurden folgende Datenerhebungsmethoden zur Identifizierung und Analyse möglicher Auswirkungen auf die Gesundheit angewendet (siehe Tabelle 1):

Tabelle 3: Methoden zur Erhebung potenzieller Gesundheitsfolgen

Methode	Zielgruppen	Inhalte
Literatursynthese	Kinder und Jugendliche	Determinantenorientierte Recherche
Online-Survey	Schulleitung, Lehrer:innen, Administration, Eltern(-vertretung)	Einschätzungen zu Auswirkungen und Konzept
Fokusgruppe 1	Fachinspektor:innen für Bewegung und Sport	Auswirkungen und Diskussion des Szenarios
Fokusgruppe 2	Schulleitungen	Auswirkungen und Diskussion des Szenarios
Fokusgruppe 3	Lehrer:innen	Auswirkungen und Diskussion des Szenarios
Fokusgruppe 4	Eltern (-vertretung)	Auswirkungen und Diskussion des Szenarios
2x Bewertungsworkshop	(Fach-)Expert:innen	Abschätzung der Gesundheitsfolgen und Ableitung von Empfehlungen

Darstellung: FH JOANNEUM

Die finale Version des Zielszenarios „3-Säulen-Modell“ lag mit Juni 2021 dem GFA-Projektteam vor. Daher konnte der Schwerpunkt der Fokusgruppendiskussionen und des Bewertungsworkshops konkret auf das Zielszenario gelegt werden. Die Literaturrecherche und die Online-Umfrage zielten hingegen allgemein auf die Einführung einer täglichen Bewegungseinheit für Kinder im Pflichtschulalter ab. Die Abschätzung der zusammengeführten Ergebnisse aus Literatur, Daten und relevanten Informationen basiert auf einem qualitativen Herangehen und auf Einschätzungen von Expert:innen und relevanten Akteur:innen, welche die Sicht der Betroffenen vertreten können. Empfehlungen und Impulse resultieren aus den Diskussionsbeiträgen von den Teilnehmer:innen der Fokusgruppen und der Bewertungsworkshops.

Im Rahmen dieser GFA wird unter dem Terminus „Tägliche Bewegungseinheit“ eine qualitätsvolle Umsetzung des „3- Säulen-Modells“ verstanden. Diese Annahme wurde auch in der Bewertungsphase vorausgesetzt, sodass sich die nachfolgenden Auswirkungen der täglichen Bewegungseinheit auf eine qualitativ gute Umsetzung der drei Säulen beziehen. Kann dies im Laufe der Implementierung nicht gewähr-

leistet werden, so sind die zu erwartenden Gesundheitsfolgen bzw. die Auswirkungen des „3-Säulen-Modells“ auf die Gesundheit von Kindern im Pflichtschulalter neu zu bewerten.

Recherche und Analyse von Literatur

Die Literaturrecherche diente als fachlich-fundierte Informationsbeschaffung für das Vorhaben. Dadurch konnte die Problemdarstellung untermauert, die Forschungsfrage literaturgestützt beantwortet und der aktuelle Forschungsstand gebündelt werden. Die Suche beinhaltete nationale wie auch internationale Erkenntnisse bzw. Evaluationsergebnisse, die einen hilfreichen Vergleich mit dem aktuellen Thema der „täglichen Bewegungseinheit“ boten. Des Weiteren wurden auch die Rechercheergebnisse der Projektarbeitsgruppe „Tägliche Bewegungseinheit“ der Sport Austria mitberücksichtigt. Die Suche und Aufbereitung von weiteren Studien, Case Studies, Best Practice Beispielen und Daten basieren vorwiegend auf einer selektiven Literaturrecherche in einschlägigen Datenbanken (PubMed, Cochrane, SPOLIT, Science Direct) sowie bereits aufbereitete Ressourcen der WHO zum Thema „Promoting Physical Activity in the Education Sector“ (World Health Organization, 2018b) und der österreichischen Ergebnisse der Health Behaviour of School-aged Children Studie (HBSC) (Felder-Puig et al., 2019).

Bei den ausgewählten Studien wurde auf einen hohen Qualitätsstandard geachtet. Dabei wurden primär Studientypen wie Systematic Reviews und randomisierte kontrollierte Studien (randomized controlled trials = RCT’s) ausgewählt. Bei einwandfreiem Inhalt, Methodik und Durchführung wurden auch Längs- und Querschnittstudien sowie nationale Programme, Berichte und Artikel in die Literatursynthese miteinbezogen. Die Literaturrecherche wurde zwischen April und Mai 2021 durchgeführt. Die Suche wurde dabei auf englische und deutschsprachige Publikationen limitiert.

Passende Literatur wurde in eine Excel-Auswertungstabelle eingefügt und von der für die Literatur zuständigen Person gescreent und zusammengefasst. Die Quellen wurden nach Autor:innen, Titel, Studientyp, Inhalt und Anmerkungen gegliedert. Nach Zuteilung zu einer der vier Gesundheitsdeterminanten bewertete das GFA-Projektteam einzeln die Relevanz der gefundenen Quellen. Im Anschluss daran wurden alle Literaturquellen durchbesprochen und eine gemeinsame Entscheidung bezüglich In- oder Exklusion der Quelle getroffen.

Online-Survey

Das Erhebungsinstrument der Online-Umfrage wurde in einem ersten Schritt vom GFA-Projektteam erstellt. Danach wurde mündliches und schriftliches Feedback des erweiterten GFA-Kernteams sowie des GFA-Beratungsgremiums eingeholt. Zudem wurden zwei Pre-Tests durchgeführt. Das Feedback wurde fortlaufend eingearbeitet. Die finale Umfrage umfasste insgesamt 38 Fragen, welche in das Online-Umfragetool „Lime-Survey“ eingepflegt wurden. Der Link zur Umfrage war im Zeitraum 28. Mai 2021 bis 21. Juni 2021 zugänglich. Die Streuung des Umfragelinks erfolgte über das GFA-Beratungsgremium, den GIVE-Newsletter, den Jugendrotkreuz-Newsletter, über den Verteiler von Styria vitalis an steirische Pflichtschulen und über Social-Media-Kanäle. Die Auswertung der erhobenen Daten wurde vom GFA-Projektteam der FH JOANNEUM mit den Programmen SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) und Microsoft Excel durchgeführt. Insgesamt wurden 712 vollständig ausgefüllte Fragebögen in die Auswertung miteinbezogen.

Fokusgruppendiskussionen

Auf Basis der Ergebnisse der Onlineumfrage wurden vier zielgruppenspezifische Online-Fokusgruppen durchgeführt um vertiefende Informationen zu den Auswirkungen des „3-Säulen-Modells“ auf die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu erhalten. Dabei wurden folgende Personengruppen beteiligt:

- Fachinspektor:innen für Bewegung und Sport (n=10)
- Schulleiter:innen / Direktion / Administration (n=10)
- Eltern / Erziehungsberechtigte / Elternvertreter:innen (inkl. erhobene Aussagen derer Kinder / Schüler:innen) (n=8)
- Lehrer:innen / Pädagog:innen (n=8)

Die Diskussionen fanden zwischen 15. und 22. Juni 2021 statt und wurden über die Online-Plattform Microsoft Teams abgehalten. Den Teilnehmer:innen wurde die Projekthistorie, der Ablauf einer GFA und das Umsetzungsszenario des 3-Säulen-Modells vorab als Information zugesendet und zu Beginn der Diskussion präsentiert. Daraufhin wurden die möglichen Auswirkungen auf die Zielgruppen (Schüler:innen, Pädagog:innen, Eltern, usw.) diskutiert und Optimierungsempfehlungen für die tägliche Bewegungseinheit bzw. das 3-Säulen-Modell gesammelt. Die Hauptaussagen und Diskussionspunkte der Gespräche wurden in einem Ergebnisprotokoll festgehalten und im Anschluss an die Teilnehmer:innen ausgesendet. Die

anonym zusammengefasste Auswertung der Fokusgruppen erfolgte über Mitschriften des Projektteams sowie über die virtuellen Aufzeichnungen, denen vorab zugestimmt wurde.

Von einer face-to-face Durchführung der Interviews wurde abgesehen, um die Sicherheit der Teilnehmenden während der Pandemie zu gewährleisten. Um die Meinungen der Kinder abzudecken, erhielten Eltern und Erziehungsberechtigte Leitfragen, die sie ihren Kindern vorab stellen konnten. Auf eine Fokusgruppe mit Schüler:innen zwischen 6 und 15 Jahren wurde verzichtet, da bereits diesbezügliche schriftliche Rückmeldungen von Schülervertreter:innen zur Verfügung standen.

Bewertungsworkshops

Die Ergebnisse der Literaturrecherche, der Fokusgruppendiskussionen sowie der Online-Umfrage, wurden zum Zweck der Bewertungsworkshops in einer Bewertungstabelle gesammelt dargestellt. Gemeinsam mit dem Beratungsgremium, Expert:innen aus den Bereichen Gesundheit, Bildung und Sport sowie Betroffenen, wurden im Zuge der Workshops die gesundheitlichen Auswirkungen hinsichtlich aller relevanten Determinanten bewertet. Der erste dreistündige Workshop fand am 29. Juni 2021 statt, ein weiterer zweistündiger Workshop wurde am 7. Juli 2021 durchgeführt. Die gesammelten Ergebnisse wurden anonym analysiert und in den vorliegenden Bericht integriert.

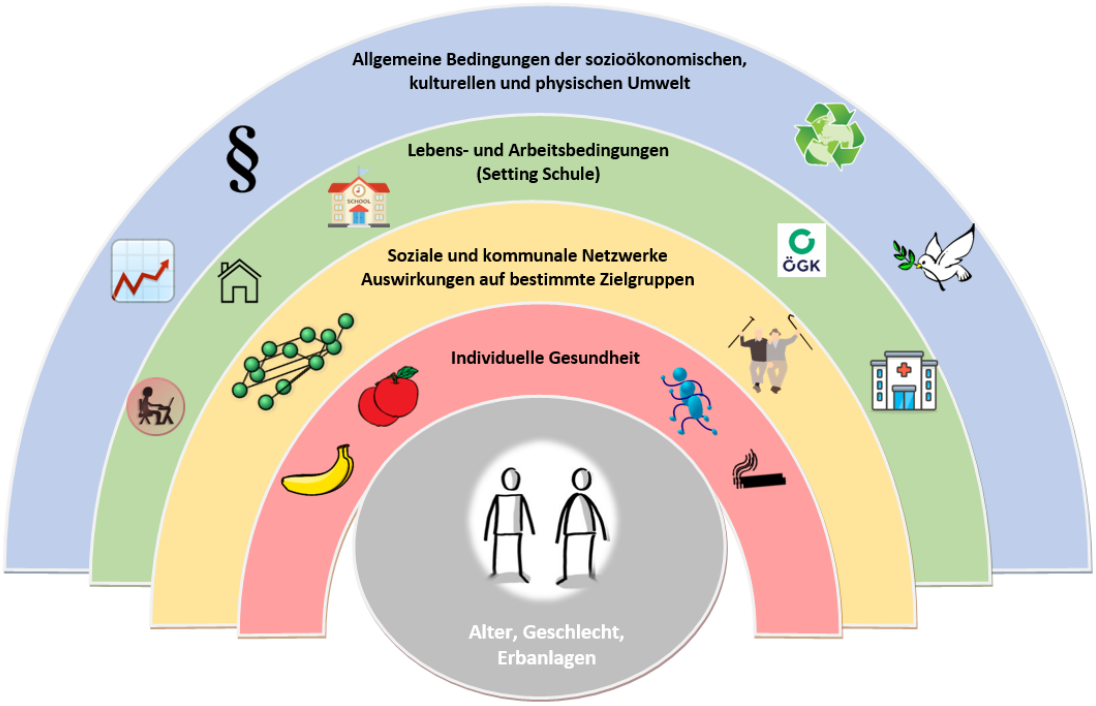
Berichtslegung und Ableitung von Empfehlungen

Die Inhalte und Empfehlungen des Kurzberichtes sowie jene der vorliegenden GFA-Langversion wurden in einem ersten Schritt vom GFA-Projektteam der FH JOANNEUM verfasst. Bei beiden Berichten wurden Feedbackschleifen mit den Auftraggebenden durchgeführt und dahingehend überarbeitet. Die finale Berichtslegung fand mit Ende September 2021 statt. Das Projekt sieht die Phase „Monitoring, Evaluation“ nicht vor, da der Fokus auf die qualitative Analyse und Abschätzung der Gesundheitsauswirkungen unter Einbindung relevanter Akteur:innen liegt und Ergebnisse zeitnah vorliegen sollen.

Ergebnisse

Der Ergebnisüberblick basiert auf den identifizierten vier Gesundheitsdeterminanten, die Einfluss auf die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen im Pflichtschulalter haben können (siehe Abbildung 1).

Abbildung 6: Einflussfaktoren auf die Gesundheit



Quelle: Dahlgren, G. & Whitehead, M., 1991; Darstellung: FH JOANNEUM nach Dahlgren, G. & Whitehead, M., 1991

Auswirkungsanalyse

Individuelle Gesundheit

Ergebnisse der Literaturrecherche

Körperlicher Status und körperliche Entwicklung, Bewegung

Studien zeigen, dass die Etablierung einer täglichen Bewegungseinheit bzw. die Förderung von Bewegung im Kindesalter vielfältig positive Auswirkungen auf die Gesundheit und speziell auf folgende primäre Gesundheitsindikatoren haben kann: **Körperzusammensetzung** und **fettfreie Masse**, **kardiometabolische Biomarker**, **körperliche Fitness**, **(soziale) Verhaltensweisen**, **Kognition und akademische Leistungen** sowie **Lebensqualität** (Poitras et al., 2016). Diese Ergebnisse bestätigt der Systematic Review von Janssen & Leblanc (2010) der aerob-basierte Aktivitäten und Kraftübungen empfiehlt. Aber auch nach beispielsweise 20 Minuten Radfahren kann eine kognitive Leistungsfähigkeit nachgewiesen werden (Lambourne & Tomporowski, 2010). Laut den Autor:innen eines systematischen Reviews verbessern sich signifikant die **Problemlösungsfähigkeit** sowie kognitive Exekutivfunktionen bei Kindern, die an regelmäßigen Bewegungsinterventionen (wie aktiver schulischer Unterricht, außerschulische Spiele und Gruppenübungen und das Lernen von gesunden Lebensstilen) teilnehmen (Martin et al., 2018). Bereits eine einzelne Ausdauertrainingseinheit hat positive Effekte auf kognitive **Aufmerksamkeitsaspekte und die Aufmerksamkeitsspanne** (Hillman & Schott, 2013) und die **schulischen Leistungen** (Ericsson & Karlsson, 2012).

Weitere sekundäre Gesundheitsindikatoren, welche sich laut des systematischen Reviews von Poitras et al. (2016) bei einer Förderung der Bewegung im Kindesalter verbessern können sind: **Knochengesundheit**, **Entwicklung der motorischen Fähigkeiten**, **psychische Belastungen** und das **Selbstwertgefühl**. Dabei wird hervorgehoben, dass alle Arten körperlicher Aktivität (sporadisch, kontinuierlich oder kurz) einen gesundheitlichen Nutzen aufweisen. Für die Prävention und Gesundheitsförderung wird eine mäßige bis intensive körperliche Betätigung empfohlen (Poitras et al., 2016). Zahlreiche Studien bestätigten, dass Bewegungsinterventionen in Schulen zu einer signifikanten **Erhöhung der täglichen körperlichen Aktivität** mittlerer und hoher Intensität (5-45 Minuten mehr täglich), einem **verringerten TV-Konsum** (5-60 Minuten weniger täglich) und einer **verbesserten Leistungsfähigkeit** (VO2max 1.6 zu 3,7ml/kg/min) führen (Dobbins et al., 2013; Sacheck et al., 2021).

Eine deutsche Studie zur Leistungsfähigkeit hält fest, dass bereits in der Grundschule die Weichen für das spätere Leben gestellt werden, da in dieser Phase die **sportmotorische Leistungsfähigkeit** entwickelt wird. Augste & Jaitner (2010) bezeichnen übergewichtige Kinder, die nicht am organisierten Sport teilnehmen und ein Bildschirmmedium im eigenen Zimmer besitzen, als Risikogruppe für reduzierte sportmotorische Leistungsfähigkeit, welche langfristig gesehen sportmotorische Defizite haben werden (Augste & Jaitner, 2010). Eine weitere Studie untersuchte die langfristigen Auswirkungen einer täglichen Bewegungs- und Sportstunde mit bedarfsorientiertem motorischen Training auf Schüler:innen (N=220, Interventionsgruppe n=129, Kontrollgruppe n=91). Die Ergebnisse zeigten nach 9 Jahren **sportmotorische Defizite** (beispielsweise Gleichgewichts- und Koordinationsschwierigkeiten) bei 7% der Kinder der Interventionsgruppe mit täglicher Bewegung und bei insgesamt 47% der Kinder der Kontrollgruppe ohne täglicher Bewegung (Ericsson & Karlsson, 2012).

Dass körperliche Fitness bereits im Kindes- und Jugendalter als wichtiger Gesundheitsmarker angesehen wird, zeigen eine randomisiere kontrollierte Studie von sechsjährigen Kindern (Ketelhut et al., 2017) und ein systematisches Review (Ortega et al., 2008). Zusätzlicher Sportunterricht wirkt sich auf die Gesundheit der Kinder und deren **sportmotorischen Fähigkeiten** und **Hämodynamik** (Senkung des Blutdrucks) signifikant positiv aus (Ketelhut et al., 2017). **Kardiorespiratorische und muskuläre Fitness** stehen in Zusammenhang mit **Herz-Kreislauf-Erkrankungen**. Die Verbesserung der muskulären Fitness und **Schnelligkeit** und **Beweglichkeit** wirken sich wiederum positiv auf die **Skelettgesundheit** aus (Ortega et al., 2008). Mehrere österreichische Studien untersuchten die Auswirkungen einer täglichen Bewegungs- und Sporteinheit auf die allgemeinen **sportmotorischen Fähigkeiten** wie **Ausdauer-, Schnelligkeits- und Koordinationsfähigkeit** von Volksschul- und älteren Schulkindern im Gegensatz zu Gleichaltrigen mit regulärem Bewegungs- und Sportunterricht. Die Studien kamen ebenso zum Ergebnis, dass sich die tägliche Bewegungseinheiten positiv auf die erwähnten Fähigkeiten auswirken und empfehlen eine Ausweitung der täglichen Bewegungseinheit auf alle Schulen Österreichs (Holodnik, 2018; Reif, 2019; Röser, 2018).

Im Gegensatz dazu sind laut eines Systematic Reviews nicht alle schulischen Maßnahmen erfolgreich bei der Steigerung des Gesundheitsverhaltens der Schüler:innen und der Vermeidung von Risikofaktoren für chronische Krankheiten. Die Analyse des Reviews enthielt Studien zu Interventionspraktiken wie Aufklärungsgespräche, -materialien und -veranstaltungen, mithilfe verschiedenster Lerntheorien zu körperlicher Aktivität, Ernährungsverhalten, Tabakkonsum und dem allgemeinen Gesundheitsverhalten. Aufgrund der großen Unterschiede in der Qualität der Studien war der Einfluss dieser Maßnahmen auf die untersuchten Faktoren ungewiss (Wolfenden et al., 2017). Im Vergleich dazu berichtet ein systematisches Review über zahlreiche breit-gefächerte Interventionen auf Schulebene, welche

die **nachhaltige Förderung körperlicher Aktivität** und die **Prävention von Suchtverhalten** (Tabak-, Alkohol-, illegalem Substanzkonsum und antisozialem Verhalten) unterstützt (MacArthur et al., 2018).

Mentale und psychische Gesundheit

In erster Linie wirkt sich somit regelmäßige körperliche Bewegung positiv auf die kardiorespiratorische Fitness aus. Laut eines systematischen Reviews hat diese **Verbesserung der kardiorespiratorischen Fitness** positive Auswirkungen auf **Depressionen**, **Angstzustände**, **Stimmungslage** und ist mit einer **besseren schulischen Leistung** bei Kindern und Jugendlichen verbunden (Ericsson & Karlsson, 2012; Ortega et al., 2008). Dieses Ergebnis bestätigten auch 11 von 14 analysierten Längsschnittstudien eines weiteren systematischen Reviews: ausreichend körperliche Aktivität im Kindes- und Jugendalter haben einen positiven Einfluss auf die **Bildungsoutcomes** wie z.B. Notendurchschnitte (Dadaczynski & Schiemann, 2015). Zur Verbesserung der schulischen Leistungen stellten auch die Autor:innen Fritz et al. (2020) die These auf, dass körperliche Bewegung die Gehirnentwicklung, Kognition, Konzentration und schulische Leistung verbessern könnte. Für diese Studie wurde der Sportunterricht in teilnehmenden Schulen von 60 Minuten pro Woche auf 200 Minuten pro Woche (40 Minuten täglich) erhöht. Große Veränderungen könnten in der Verbesserung des Notendurchschnitts und dem Rückgang der Förderquote bei Buben verzeichnet werden, während bei Mädchen keine Veränderungen festgestellt werden konnten.

Es liegen hingegen auch Ergebnisse eines Systematic Reviews vor, die bei Buben und Mädchen keine signifikanten **Verbesserungen schulischer Leistungen durch körperliche Aktivität** zeigen, jedoch **gesundes Schulessen** wiederum einen positiven Effekt auf die **Schulleistung** von Jugendlichen mit Adipositas hat (Martin et al., 2018).

Selbstwertgefühl

Zur Auswirkung täglicher Bewegung auf das Selbstwertgefühl wurden wenige Studien gefunden. Jedoch bestätigt ein systematisches Review die positiven Auswirkungen auf das **Selbstwertgefühl** durch die Erhöhung der kardiorespiratorischen Fitness (Ortega et al., 2008) und eine randomisierte kontrollierte Studie die Korrelation zwischen den sportmotorischen Fähigkeiten und dem allgemeinen Selbstwertgefühl (Ericsson & Karlsson, 2011).

Müdigkeit

Kinder mit niedrigen Vitamin D-Werten und HDL (High-Density-Lipoprotein)-Cholesterin Werten weisen ein erhöhtes Risiko für exzessive Tagesschläfrigkeit auf. Das **Risiko für exzessive Tagesschläfrigkeit** kann durch **körperliche Bewegung** und einen **niedrigen BMI** gesenkt werden (Sung et al., 2021).

Einfluss von Aktiver Mobilität auf die individuelle Gesundheit

Eine Studie untersuchte, im Zuge der europaweiten HBSC-Studie, den Zusammenhang zwischen benutztem Verkehrsmittel auf dem Schulweg und subjektiven wahrgenommene Gesundheitsbeschwerden von Schulkindern. Kinder, die entweder zu Fuß gehen oder mit dem Fahrrad in die Schule fahren berichten signifikant seltener über gesundheitliche Beschwerden, insbesondere psychische Belastungen wie **Depression, Nervosität, Labilität, Schlafprobleme** oder **schlechte Laune**. Auch somatische Beschwerden wie **Kopfschmerzen, Bauch- und Unterleibsschmerzen, Rückenschmerzen** und **Schwindelgefühl** werden häufiger von nicht-aktiven Kindern berichtet. Des Weiteren berichteten Mädchen häufiger von diesen Beschwerden als Burschen. Es kann davon ausgegangen werden, dass sich der Ausbau und die Förderung der aktiven Mobilität von Schulkindern positiv auf die psychische Gesundheit der Kinder auswirken (Kleszczewska et al., 2020). Da das Vorhandensein und die Zugänglichkeit von Grünflächen, Parks und Gehwegen in Schulnähe mit einem erhöhten Bewegungsniveau, einem **reduzierten sitzenden Verhalten** und **erhöhter aktiver Mobilität** verbunden sind, empfehlen die Autor:innen zur Erhöhung der körperlichen Aktivität von Kindern die Gestaltung der Schulumgebung mit Gehwegen, Fahrradspuren, Fußwegen und einem geringen Verkehrsaufkommen (An et al., 2019).

Freizeit

Eine Studie zeigte, dass eine Stunde Sportunterricht das **Aktivitätsniveau** während des Schulvormittags sowohl bei Buben, als auch bei Mädchen signifikant erhöht (Bei Buben um 44,2%; bei Mädchen um 32%). Die Autor:innen dieser Studie halten fest, dass über den Sportunterricht auch das Aktivitätsniveau in der Freizeit angehoben wird (Uhlenbrock et al., 2008). Die langfristige Wirkung einer Bewegungsintervention (Erhöhung des Sportunterrichts von 60 Minuten/Woche auf 200 Minuten/Woche, somit 40 Minuten Sport pro Schultag) bestätigte eine randomisierte kontrollierte Studie. Bei dieser stellte sich heraus, dass Kinder nicht nur während der siebenjährigen Intervention durchschnittlich fast vier Stunden

pro Woche in der Schule und in der Freizeit aktiver waren, sondern auch noch Jahre nach Abschluss des Projekts in ihrer **Freizeit aktiver** sind, als Kinder, die nicht an der Intervention teilgenommen haben (Lahti et al., 2018).

Die GFA hat sich bei der Analyse nicht speziell auf die Auswirkungen der COVID-19 Pandemie auf Kinder und Jugendliche und deren Bewegungsverhalten fokussiert. Da die Bedeutung der Pandemie trotzdem adressiert werden sollte, wurden einige Studien diesbezüglich in die Analyse in Form eines Exkurses miteinbezogen. Um das Thema näher beleuchten zu können, werden jedoch eigene Studien zum Thema benötigt.

Exkurs: Gesundheitliche Auswirkungen von COVID-19 auf das Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen

Durch den ersten COVID-19-Lockdown hat sich die wöchentliche Zeit, die Kinder in Italien- mit sportlichen Aktivitäten verbringen um 2,30 Stunden pro Woche verringert. Im Gegensatz dazu hat sich die Bildschirmzeit der Kinder um 4,85 Stunden pro Tag erhöht (Pietrobelli et al., 2020). Der **Body-Mass-Index (BMI**) wird üblicherweise errechnet, um das Körpergewicht in Bezug zur Körpergröße eines Menschen zu bewerten. Der **SDS** (Standard Deviation Score) gibt an, wieviel ein BMI-Wert unter bzw. über dem alters- und geschlechtsspezifischen BMI-Median liegt. Laut einer österreichischen Längsschnittstudie hat sich der **BMI SDS-Wert** zwischen den sieben bis zehnjährigen Volksschulkindern aus Kärnten durch die COVID-19 Pandemie von durchschnittlich 0,37 auf 0,53 erhöht, speziell Buben tendierten diesbezüglich zu einer größeren Erhöhung. Allein der Anteil an übergewichtigen Kindern im Bundesland Kärnten stieg seit der Pandemie um 3,8% an (Jarnig et al., 2021).

In der Literatur wurde des Öfteren auf den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und psychischer Gesundheit hingewiesen, was sich durch den Einfluss von COVID-19 noch maßgeblich verstärken kann (Okuyama et al., 2021). Speziell durch COVID-19 und das Home-Schooling leiden Jugendliche vermehrt unter **Angstzuständen** und **Depressionen**. Eine chinesische Studie mit 1.794 Jugendlichen (Durchschnittsalter 15 Jahre) hebt die Bedeutung von körperlicher Aktivität und einem guten Ernährungszustand hervor, diese Faktoren vermindern das Risiko für **Depressionen**, **Schlaflosigkeit** und **Angstzuständen**. Aus diesem Grund sollte zur Unterstützung der psychologischen Gesundheit auf regelmäßige körperliche Aktivität bei Kindern und Jugendlichen geachtet werden (Chi et al., 2020).

Ergebnisse der Online-Umfrage

Mehr als 90% der befragten Personen waren sich einig, dass die Einführung der täglichen Bewegungseinheit (sehr) positive Auswirkungen auf folgende Bereiche bei Kindern und Jugendlichen haben kann: Die **kognitive Entwicklung** (94%), **das psychische Wohlbefinden** (94%), den **körperlichen Status und die körperliche Entwicklung** (96%), **Bewegung im Allgemeinen** (96%), die **individuelle Gesundheitskompetenz** (91%) sowie das Interesse der Kinder und Jugendlichen an Sport und Bewegung (91%).

In den Kategorien **Selbstvertrauen, Zielstrebigkeit, Willensstärke, geistiges Durchhaltevermögen, Umgang mit Belastungen (Stressmanagement)** und hinsichtlich der Verringerung gewalttätigen Verhaltens/ **Aggression** gaben **mehr als 80%** der teilnehmenden Personen eine (sehr) positive Auswirkung an. Ebenso waren mehr als 80% der Teilnehmenden der Meinung, dass die Einführung der täglichen Bewegungseinheit auf die **Vermeidung akuter Erkrankungen** (z.B. Grippale Infekte), auf die **Vermeidung von chronischen Erkrankungen**, sowie auf das **Freizeitverhalten und die Freizeitgestaltung** in formalen Organisationen und Vereinen (sehr) positiven Einfluss haben kann.

88% der Befragten gab an, dass die Einführung der täglichen Bewegungseinheit (sehr) positive Auswirkung auf die **aktive Mobilität** der Kinder und Jugendlichen im Alltag haben kann und 76% gaben eine (sehr) positive Auswirkung auf die Erhöhung der aktiven Mobilität in Bezug auf den Schulweg an. Hinsichtlich der Faktoren **Problemlösungsfähigkeit** und **„sich wertvoll und geschätzt fühlen, einen Lebenssinn haben“** waren mehr als 70% der befragten Personen der Meinung, dass die Einführung der täglichen Bewegungseinheit einen (sehr) positiven Einfluss haben kann. Rund 30% gaben hinsichtlich dieser Faktoren neutrale oder keine Auswirkungen an.

Rund 65% der Befragten gaben an, dass die tägliche Bewegungseinheit (sehr) positive Auswirkungen auf das **Ernährungsverhalten** von Kindern und Jugendlichen haben wird. Außerdem bekräftigten rund 65% einen (sehr) positiven Einfluss auf folgende Faktoren: Seltene Verwendung von Computerspielen oder **Spielkonsolen**, **geringerer Konsum von Fernsehsendungen,** [gegebenenfalls] Verringerung des **Suchtverhaltens** (Alkohol, Zigaretten) und Inanspruchnahme von **Gesundheitsleistungen**. Mehr als 30% gaben in diesen Kategorien neutrale oder keine Auswirkungen an. Etwas mehr als die Hälfte der Teilnehmenden (51%) gaben (sehr) positive Auswirkungen in Bezug auf die **Vermeidung von Mobbing** an und 44% gaben diesbezüglich neutrale oder keine Auswirkungen an.

Qualitative Ergebnisse der Online-Umfrage

- Die Befragten empfinden, dass ein mehr an Bewegung in der Schule gewinnbringend für alle ist:
    - Für Lehrer:innen entstehen Vorteile, da Schüler:innen entspannter sind und eine erhöhte Konzentration aufweisen.
    - Schüler:innen könnten dadurch einen verbesserten Stressabbau aufweisen, zudem wird Ausgleich und Gelassenheit in der Schule gefördert.
    - Allgemein: Positive Auswirkung auf Schulklima und schulische Leistungen
- Der 1-stündige Turnunterricht soll durch längere Einheiten ersetzt werden (stressige Phasen mit Umziehen).
- Freude an der Bewegung sollte gefördert werden, anstatt den Leistungsgedanken zu forcieren.
- Bei einer Ausweitung der Stundentafel (Erhöhung der Wochenstunden) könnte es zu Stress kommen, da weniger Zeit für Hausaufgaben und Lernen bleibt.
- Rund um die Einführung der täglichen Bewegungseinheit besteht die Gefahr von Mobbing, da Defizite vor Augen geführt werden. Hier sollte ein positiver Ansatz verfolgt werden.
- Sport soll für Kinder und Jugendliche nicht zur Qual oder zu einer Belastung werden.
- Häufiger Handy- und Computerkonsum sollte durch Bewegung ersetzt werden.

Ergebnisse der Fokusgruppendiskussionen

Zusammenfassend werden die Aussagen aus den Fokusgruppendiskussionen nach Zielgruppe dargestellt.

Fachinspektor:innen

Tägliche Bewegungseinheiten sollen laut Teilnehmer:innen **strukturell verankert** sein, sodass die Bewegungszeit an der Schule durchgeführt wird. Da Projekte wie **KiGeBe 2.0** gut funktionieren, sollte dies österreichweit ausgedehnt werden. Es wird befürchtet, dass durch eine fehlende Verbindlichkeit nicht bewegungsaffine Kinder die freiwilligen Bewegungseinheiten nicht annehmen werden. Eine **fehlende Verbindlichkeit** im Bewegungs- und Sportunterricht existiere bereits jetzt.

Eltern

Die Teilnehmer:innen der Fokusgruppe waren sich einig, dass Bewegung für die Kinder von großer Wichtigkeit ist und **so früh wie möglich** gefördert bzw. die **Freude an Bewegung** vermittelt werden soll. Auch ist bewusst, dass Bewegung förderlich für den Schulerfolg und das Lernen sei. Hingegen empfinden die Teilnehmer:innen den **Indikator BMI** als möglichen **Diskriminierungsfaktor**, da Kinder unter Druck gesetzt und anhand eines Indikators bewertet werden würden. Der Optimierungsgedanke kommt klar hervor und ist verständlich – jedoch wird dieser Punkt als sehr kritisch angesehen. Stattdessen sollten auf andere Aspekte wie **Fehlstellungen, Motorik bzw. (Sitz-)Haltung** eingegangen werden.

Lehrer:innen

Da Kinder unterschiedliche Bedürfnisse haben, braucht es einen **individuelleren Zugang und breite Bewegungsangebote**. Beispielsweise gibt es große Unterschiede im Bewegungsverhalten und -vorlieben zwischen den **Schultypen** Volksschule und Mittelschule/Gymnasium. In Volksschulen ist die Einführung von Bewegung noch „spielerisch“ möglich. Ansonsten wäre ein **Belohnungs-, Anreiz- oder Stärkensystem** vorteilhaft zur Animation älterer Kinder und Jugendlichen.

Schulleitungen

Einige Teilnehmer:innen waren sich einig, dass Schüler:innen intrinsisch zur Bewegung motiviert werden sollen und sehen dahingehend eine **Zwangsverpflichtung als kritisch** an. Des Weiteren spielen Eltern eine große Rolle und sollten stark miteinbezogen werden. Regelmäßige **sportmotorische Tests** sollten in Verbindung mit den **Schulärzt:innenuntersuchungen** durchgeführt werden, um so die Entwicklung der Kinder verfolgen zu können.

„Bewegung ist förderlich für den Schulerfolg und das Lernen.“

(Zitat, Fokusgruppe Eltern)

Soziale und kommunale Netzwerke

Ergebnisse der Literaturrecherche

Familie und Gemeinschaft

Eine Erhöhung des Bewegungsniveaus und die Steigerung der körperlichen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen kann bei schulbasierten Interventionen stark positive Effekte durch die **Einbeziehung der Familie** bzw. **Gemeinschaft** des Kindes hervorgerufen werden (van Sluijs et al., 2007).

Lehrer:innen

Laut Brägger et al. kann sich vermehrte Bewegung während der Schulzeit außerhalb des Sportunterrichts auch positiv auf die Gesundheit von **Lehrkräften** auswirken, da sich Lehrkräfte dadurch mehr bewegen, dies sich wiederrum positiv auf ihre Fitness und Gesundheit auswirkt und sie so als Vorbildfunktion für Kinder wirken. Bewegung und Entspannung können daran beteiligt sein, Probleme, die durch mangelnde körperliche Aktivität entstehen, zu vermindern. Es wird die Bedeutung von selbstbewussten, körperlich fitten und mental starken Lehrkräften in „Bewegten Schulen“ hervorgehoben, die den Schüler:innen zuverlässig in einer komplexen Lebenswelt zur Seite stehen sollen (Brägger et al., 2017).

Ausgewählte Ergebnisse zu besonders zu berücksichtigenden Bevölkerungsgruppen

Mädchen

Da Mädchen allgemein und während des Sportunterrichts weniger körperlich aktiv sind, als Buben (Sacheck et al., 2021). Laut Frömel et al. (2021) machen Mädchen täglich bis zu 500 Schritte weniger und aus diesem Grund sollte die körperliche Aktivität von Mädchen speziell gefördert werden. Eine aktuelle Studie empfiehlt hierbei Fitnesstracker („wearables“) zur **Bewusstseinssteigerung** von Bewegungserhöhung und zur Verbesserung der **Physical Literacy** einzusetzen. Des Weiteren sollten Schulen als Ergänzung zum traditionellen Sportunterricht **hybride und online Sporteinheiten** anbieten (Frömel et al., 2021). Da laut zahlreichen Studien die körperliche Aktivität von Mädchen mit dem Alter weiter abnimmt, sollte

der Fokus auf Mädchen verstärkt Beachtung finden (Nogueira et al., 2014; Sandberg et al., 2021; Senatsverwaltung für Inneres und Sport,, 2018; Sturm et al., 2021).

Studienergebnisse zeigen darüber hinaus, dass präpubertierende Mädchen durch täglich 40 Minuten Sportunterricht nach zwei Jahren einen **höheren Knochenmineralgehalt** und eine **höhere Knochendichte** verzeichnen (Senatsverwaltung für Inneres und Sport,, 2018). Eine 9-monatige schulbasierte Intervention (3 Mal wöchentlicher 10-minüter Capoeira-Kurs) verzeichnete bei den teilnehmenden Mädchen signifikante Verbesserungen der **Knochenqualität** (+4,5% vs. +1,4%), des **Ruhepulses** (-7,2% vs. -1,8%), **Hochsprung-Fähigkeiten** (+13,4% vs. -1,2%), des **maximalen Sauerstoffverbrauchs** (+ 10,6% vs +1,0%) und eine **geringere Erhöhung des Taillenumfangs** (+2,7% vs. +5,6%) (Nogueira et al., 2014). Eine weitere 8-monatige Tanzintervention verminderte signifikant die **Tagesmüdigkeit** der teilnehmenden Schülerinnen und erhöhte signifikant die **Schulzufriedenheit** (Sandberg et al., 2021).

Kinder mit Migrationshintergrund

Kinder mit Migrationshintergrund scheinen besonders gefährdet zu sein, an **Übergewicht** und Adipositas zu leiden und haben signifikant höhere BMI Perzentile, als Kinder ohne Migrationshintergrund (Gualdi-Russo et al., 2014; Kobel, Kettner et al., 2019). In Deutschland beispielsweise verbringen Kinder mit **Migrationshintergrund weniger Zeit mit körperlicher Bewegung** (mit mittlerer Intensität) im Vergleich zu Kindern ohne Migrationshintergrund. Zusätzlich nahm am Wochenende die Zeit bei allen Kindern signifikant ab (Kobel, Kettner et al., 2019). Kinder, speziell Mädchen, mit nordafrikanischen Wurzeln, welche in Europa leben, haben laut einer Studie eine verhältnismäßig höhere Prävalenz für Übergewicht und Adipositas. Allgemein wird empfohlen, **Familien** und Kinder mit Migrationshintergrund mehr Kompetenz hinsichtlich körperlicher Aktivität und gesunder **Ernährung** zu vermitteln, sodass sich Kinder und deren Familien auch am Wochenende körperlich betätigen (Gualdi-Russo et al., 2014).

Übergewichtige Kinder

Janssen & Leblanc (2010) präsentieren in ihrem systematischen Review die zahlreichen positiven Auswirkungen täglicher körperlicher Bewegung normalgewichtiger, wie auch übergewichtiger Kinder. Für stark betroffene Kinder (beispielsweise aufgrund von Übergewicht und Adipositas) können sogar **geringste Arten von körperlicher Bewegung** zu **gesundheitlichen Vorteilen** verhelfen.

In Österreich liegt bereits eine Vielzahl von Initiativen zur Bewegungsförderung von Kindern und Jugendlichen vor. Beispielsweise durch das Projekt „Wie fit bist du“ wurden bereits über 18.000 sportmotorische Testungen bei Volksschulkindern in Oberösterreich durchgeführt. Ein spannendes Ergebnis zeigte: Im Altersverlauf steigt die **Leistungszunahme** bei Kindern (mit Ausnahme der Flexibilität), wobei diese Leistungszunahme bei Kindern mit Übergewicht und Adipositas geringer ausfiel als bei normalgewichtigen Kindern. Aus diesem Grund weisen die Autor:innen auf die Bedeutung hin, speziell Kinder mit höherem Körpergewicht zusätzlich in ihrer **sportmotorischen Entwicklung** zu **unterstützen** (Drenowatz et al., 2021).

Während der Großteil der Studien schulbasierte Bewegungsinterventionen hinsichtlich der Steigerung von körperlicher Aktivität und in Bezug auf Übergewichts-Prävention als hilfreich einstuft, gibt es auch laut dem Systematic Review von Wolfenden et al. (2020) Studien, welche **geringe bzw. keine Einflüsse** auf die **Übergewichts-Prävention** feststellten.

Kinder mit niedrigem sozioökonomischen Status

Eine deutsche Studie während des ersten COVID-19-Lockdowns kam zum Ergebnis, dass das **Spielen im Freien** von Kindern signifikant anstieg, sich jedoch die Häufigkeit von **Indoor-Sport** verringerte. Speziell Kinder mit niedrigem sozioökonomischen Status hatten eine signifikant **höhere Mediennutzung**, waren weniger aktiv im Freien und hatten gleichzeitig mit **geringerer Lernkonzentration** zu kämpfen (Poulain et al., 2021).

Sozioökonomisch benachteiligte Kinder weisen oftmals ein höheres Risiko für **Adipositas** auf. Eine weitere randomisierte kontrollierte Studie untersuchte die Auswirkungen auf das Gewicht, den BMI und den BMI z-score von Schüler:innen (Hollis et al., 2016). Der Z-Score gibt an, um wieviel Standardabweichungen ein gemessener Wert von dem für gleichaltrige Kinder, gleichen Geschlechts erwarteten Wert der Referenzpopulation abweicht (Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie - BIPS, 2021). Die bewegungsbasierte Intervention der Studie umfasste sieben Strategien zur Steigerung der körperlichen Aktivität, die auf folgendes abzielten: Strategien zur Maximierung der körperlichen Aktivität im Sportunterricht, Bewegungspläne für Schüler:innen, erweitertes Schulsportprogramm, körperliche Aktivität in den Schulpausen, Änderung der Schulpolitik, das Engagement der Eltern und die Verbindung zu Sportanbieter:innen der Umgebung. Die Intervention für die 12-13-jährigen Kinder verzeichnete eine signifikante **Verringerung des Gewichts** und des **BMI** nach 12 Monaten und nach 24 Monaten auch des **BMI z-scores**. Diese Intervention führte bei den Kindern bzw. Jugendlichen aus sozioökonomisch benachteiligten Gemeinschaften zu einer **moderaten Verringerung von Adipositas**. Die Autor:innen empfehlen zur Erhöhung

des Engagements zur körperlichen Aktivität und Verhinderung ungesunder Gewichtszunahme somit schulbasierte Interventionen mit mehreren Komponenten (Hollis et al., 2016).

Kinder mit geistiger Einschränkung bzw. psychischen Krankheiten

Kinder mit kognitiven Einschränkungen nehmen (unter anderem bei sportlichen Aktivitäten) weniger am **gesellschaftlichen Leben** teil, als Gleichaltrige ohne Beeinträchtigungen (Carroll et al., 2020).

In Österreich weisen ca. 2,4 bis 7 Prozent der Schulkinder **ADHS** (Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung) auf (Bundesministerium für Gesundheit, 2013). Es konnte festgestellt werden, dass bei hyperaktiven Kindern die Basalganglien, welche wichtig für Bewegung und Aufmerksamkeit sind, kleiner und weniger durchblutet sind. Durch Bewegung können minderaktive Nervenzellen in Schwung gebracht werden und sich somit positiv auf das **Gemüt** der Kinder auswirken (Brägger et al., 2017; Korte, 2010). Eine internationale Studie zur Auswirkung von körperlicher Aktivität auf Kindern mit dieser Störung verzeichnete signifikant positive Effekte. **Angststörungen** und **Depressionen**, **soziale Probleme**, **Denkprobleme** und **aggressives Verhalten konnten signifikant verringert** werden. Auch wurden hyperaktive und **impulsive Symptome** und **Unaufmerksamkeitssymptome** durch regelmäßige körperliche Aktivitäten verringert (Zang, 2019).

Autistischen Kindern, ca. 2,8% der Kinder und Jugendlichen in Österreich (Österreichische Autistenhilfe. Kompetenz- und Therapiezentrum für das Autismus-Spektrum, 2020), werden **spielbasierte Interventionsprogramme** mit Fokus auf **mentale und körperliche Gesundheit** empfohlen. Als Beispiel hierfür eigenen sich besonders Mannschaftssportarten (Yu et al., 2018).

Kinder mit körperlichen Einschränkungen

Menschen mit körperlichen Einschränkungen, die sich körperlich betätigen wollen, benötigen **psychosoziale Faktoren** wie Selbstwirksamkeit und die Absicht und Abwägung von Vor- und Nachteilen. Eine negative Assoziation mit körperlicher Aktivität ist für diese Menschen das Erleben von Barrieren. Effektive Interventionen sollten den Fokus auf Self-Monitoring, Identifizierung von Problemlösung und Handlungsplanung legen (Jaarsma & Smith, 2018).

Ergebnisse der Online-Umfrage

Auswirkungen auf soziale und kommunale Netzwerke bei Kindern und Jugendlichen im Allgemeinen

In den Kategorien **Lebensqualität Zuhause** (Familienklima), **Freundschaften** sowie **Zugehörigkeitsgefühl** waren sich über 80% der befragten Personen einig, dass die tägliche Bewegungseinheit einen (sehr) positiven Einfluss haben kann. In Bezug auf die Entwicklung des **Sozialverhaltens** der Kinder und betreffend der Verringerung von **sozialer Isolation** (Einsamkeit) gaben jeweils 90% der Teilnehmenden eine (sehr) positive Auswirkung an.

Außerdem waren mehr als 60% der Befragten der Meinung, dass die tägliche Bewegungseinheit in Bezug auf folgende Bereiche einen (sehr) positiven Einfluss haben kann: Verringerung von **Diskriminierung**, Verringerung sozialer Benachteiligung, Stärkung des **sozialen Zusammenhalts** in der Familie und im Freundeskreis, Erhöhung der **Lebensqualität in der Gemeinde**, Nachbarschaft, Verringerung sozialer Benachteiligung. Rund 30% der teilnehmenden Personen gaben an, die tägliche Bewegungseinheit hätte eine neutrale oder keine Auswirkung hinsichtlich dieser Kategorien.

Spezielle Auswirkungen im direkten Schulbereich bei Kindern und Jugendlichen

Insgesamt waren sich mehr als 80% der befragten Personen einig, dass die Einführung der täglichen Bewegungseinheit auf folgende Bereiche (sehr) positiven Einfluss haben kann: **Lebensqualität in der Schule** (Schulklima) (89%), **Schulzufriedenheit** (83%), **Beziehungen zu Mitschüler:innen** (81%), Verbesserung der **schulischen Leistungen** (80%) und **Teilhabe** an der Klassengemeinschaft (80%). Rund 10% bis 18% vermuten in diesen Bereichen neutrale oder keine Auswirkungen.

In Bezug auf Beziehungen der Schüler:innen zu Pädagog:innen vermuten 75% (sehr) positive Auswirkungen und 24% beschreiben dahingehend neutrale oder keine Auswirkungen. Außerdem sind 60% der Befragten der Meinung, dass sich (sehr) positive Auswirkungen auf die **Verringerung des Schul- und Leistungsdrucks** ergeben, 37% geben diesbezüglich neutrale oder keine Auswirkungen an. Hinsichtlich **Mitsprachemöglichkeiten** der Schüler:innen im Unterricht bekräftigen 55% (sehr) positive Auswirkungen und 41% vermuten neutrale oder keine Auswirkungen in diesem Bereich.

Auswirkungen auf bestimmte Zielgruppen

Auf die Frage, welche Personengruppen besonders von den Maßnahmen der täglichen Bewegungseinheit betroffen sind, ergab die Online-Umfrage folgende Ergebnisse: Kinder mit **Übergewicht/ Adipositas** (66%), **Kinder aus Migrationsfamilien** (39%), **Mädchen** (37%), **Buben** (33%), Kinder aus Familien mit **geringem Einkommen** (32%), Kinder mit **eingeschränkter Mobilität** (27%), Kinder mit **kognitiven Einschränkungen** (24%), Kinder aus **dicht besiedelten Regionen** (20%), **Pädagog:innen** (20%), **Kinder mit Sinnesbehinderung** (Seh-, Hör- und Wahrnehmung) (18%), Kinder aus **entlegenen Regionen**, wo wenig Infrastruktur besteht (17%), **Eltern/ Erziehungsberechtigte** (14%), **Alleinerziehende Familien** (13%), **Schulleitung/ Verwaltung** (10%).

Qualitative Ergebnisse der Online-Umfrage

Mädchen:

- Mädchen sollen vermehrt **Bezug zu Sport** bekommen.
- Das **Bewegungsangebot** in einigen **Gemeinden** fällt für Mädchen geringer aus als für Buben.
- Mädchen sind tendenziell weniger in **Sportvereinen** als Buben und haben oftmals Komplexe hinsichtlich ihres eigenen Körpers.
- Durch ein verbessertes Körpergefühl könnte eine Reduktion von **Essstörungen** stattfinden, das **Selbstvertrauen**, der **Selbstwert**, **Teamgeist** und **Körperbewusstsein** könnte zudem gesteigert werden.
- Ein Großteil der Mädchen will sportliche Aktivitäten **spielerisch** ausführen und dabei auch genügend Raum haben, sich **austauschen** zu können.

Buben:

- Buben haben einen größeren **Bewegungsdrang** als Mädchen und brauchen die Möglichkeit ihre Energie loszuwerden.

Kinder aus Migrationsfamilien:

- Da Familien mit Migrationshintergrund allgemein weniger am **Dorf- bzw. Stadtleben** teilnehmen, könnte hierbei ein Beitrag zur Integration sowie auch zur Inklusion geleistet werden. Unter anderem könnte durch das **Vereinswesen** und im Zuge des

Spielens eine Steigerung des **Zusammengehörigkeitsgefühls** sowie eine **Sprachverbesserung** gewährleistet sein.

- Es sollte beachtet werden, dass Familien mit Migrationshintergrund oft die **finanziellen Mittel** für Vereinsmitgliedschaften fehlen.
- Kinder aus Migrationsfamilien bewegen sich möglicherweise weniger.
- Kinder aus Migrationsfamilien (v.a. Mädchen) dürfen teilweise bei einigen Sportarten nicht mitmachen.
- Hierbei sollte mit „Fingerspitzengefühl“ gearbeitet werden.

Kinder mit eingeschränkter Mobilität

- Da Kinder mit eingeschränkter Mobilität **seltener Zugang zu Sport** haben, sollten bei der Planung **Expert:innen** miteinbezogen werden. Außerdem wäre eine spezielle Betreuung von ausgebildeten Coaches von Vorteil.

Kinder mit kognitiven Einschränkungen

- Im Zuge der täglichen Bewegungseinheit könnte **Inklusion** durch gemeinsame Bewegung ohne Leistungsgedanken gewährleistet sein.

Kinder mit einer Sinnesbehinderung (Seh-, Hör- und Wahrnehmung)

- Auf Kinder mit Sinnesbehinderung sollt besonders Rücksicht genommen werden, auch hier sollten **Expert:innen** miteinbezogen werden.
- Dies könnte für Pädagog:innen, je nach Turn-Gruppengröße, aufwändiger sein, deshalb wären speziell ausgebildete Personen oder Coaches von Vorteil.

Kinder mit Übergewicht/Adipositas

- Es sollte darauf geachtet werden, dass Kinder mit Übergewicht/ Adipositas nicht ausgegrenzt oder stigmatisiert werden. Zudem brauchen sie besondere Aufmerksamkeit da sie bei Bewegungseinheiten im Klassenverband teilweise nicht mitmachen können.
- Die Mitarbeit des **Elternhauses** scheint hier besonders wichtig zu sein. Spaß, Freude und Motivation an Bewegung in der Gruppe sollte ohne Leistungsdruck gewährleistet sein.
- Gründe für Demotivation könnten Scham oder Schmerz sein – hier sollte angesetzt werden.

Kinder aus Familien mit geringem Einkommen

- Das Angebot **kostenloser Sportmöglichkeiten** sollte in der Schule gewährleistet sein. Zudem sollte das Angebot so forciert werden, dass auch Schüler:innen aus Familien mit geringem Einkommen an Vereinssport teilnehmen können.
- Sport könnte für Kinder aus Familien mit geringem Einkommen eine Gelegenheit bieten, **Anerkennung** zu erhalten.

Kinder aus entlegenen Regionen, wo wenig Infrastruktur (Dienstleistungen und Einrichtungen) besteht

- Kinder aus entlegenen Regionen, mit **wenig Infrastruktur** können aufgrund der großen Distanzen verschiedene Sportarten nicht ausprobieren. Diese Kinder hätten durch ein verstärktes, facettenreicheres Angebot in der Schule die Möglichkeit Neues kennenzulernen.

Kinder aus dicht besiedelten Regionen

- In dicht besiedelten Gebieten haben Kinder privat nicht immer die Möglichkeit sich ausreichend zu bewegen, u.a. da **weniger Grünflächen** vorhanden sind. Zudem bieten Wohnungen nicht die gleichen Bewegungsmöglichkeiten wie Häuser mit Garten.

Pädagog:innen

- Einige Pädagog:innen brauchen selbst einen ersten **Anstoß zu mehr Bewegung**. Außerdem sollte die Methodentheorie diesbezüglich erweitert werden.
- Die **Bindung zu Schüler:innen** sowie die Gesprächsbasis könnte dadurch verbessert werden. Außerdem könnten Schüler:innen während des Unterrichts entspannter sein und sich besser konzentrieren.
- Pädagog:innen sollten für einen **Mehraufwand** an Bewegungseinheit **gerecht entlohnt** werden, ansonst könnte es zur Last werden.
- Es gilt mehr Arbeitsplätze sowie auch mehr Stunden dafür bereit zu stellen.

Schulleitung/ Verwaltung

- Eine sinnvolle Strategie für den Einbau von derartigen Bewegungseinheiten in den klassischen Unterricht zu erarbeiten, stellt eine große Herausforderung für die **Verwaltung** dar. Es wird vermutet, dass dies von der derzeitigen Verwaltung nicht flächendeckend gewährleistet werden kann.
- Eine genaue Planung der **Auslastung der Turnsäle** und Sporthallen sollte gegeben sein.

Eltern/ Erziehungsberechtigte

- Anregungen zu mehr Bewegung und Bewegungsvorschläge werden an das **Elternhaus** weitergegeben.
- Gut ausgelastete Kinder und Jugendliche, können sich dadurch konzentrierter Aufgaben widmen und sind entspannter.
- Eltern und Erziehungsberechtigte sind sich uneinig bezüglich der verbrachten Zeit an der Schule. Einerseits sollte **Schulsport nicht zu Lasten der Freizeit** der Kinder stattfinden, es sollte Zeit für individuellen Sport zuhause bleiben. Andererseits macht den Kindern Bewegung in der Gruppe Spaß, deswegen bleiben Kinder gerne eine Stunde länger in der Schule, was für Eltern akzeptabel ist. Außerdem wird es als positiv angesehen, wenn Kinder genug Sport in der Schule machen und so auf Sportvereine verzichtet werden kann (Geldfaktor, fixe Trainingszeiten und Veranstaltungen am Wochenende).

Alleinerziehende Familien

- Positive Auswirkung von Bewegung könnten sich aufgrund von Ausgeglichenheit und Lernerfolg der Kinder ergeben. Dies könnte zu **Stressreduktion** bei Eltern führen, da Bewegung bereits in den Schulalltag integriert wird und nicht zusätzlich stattfinden muss.
- Alleinerziehende Eltern müssen meist viel Arbeiten, hier bleibt wenig Zeit für Sport, zusätzlich fehlen meist die **finanziellen Mittel für Vereine oder Sportausrüstung**.

Ergebnisse der Fokusgruppendiskussionen

Eltern

Die Schule gilt für sie als der Ort, an dem alle Zielgruppen erreicht werden können und **Vielfalt** aufgezeigt werden kann. Die Teilnehmer:innen waren der Meinung, dass durch die Freiwilligkeit von Bewegungsangeboten nur wenige Kinder mit besonderen Bedürfnissen teilnehmen werden. Durch eine **Verpflichtung von kostenlosen Bewegungsangeboten** könnte ein integrativer Prozess erreicht werden. Da der BMI mit dem sozioökonomischen Status zusammenhängt, besteht bei einem Elternteil die Sorge, dass die **sozioökonomische Schere** weiter geöffnet wird. Auch ein Förderunterricht des Fachs „Bewegung und Sport“ wird kritisch gesehen, es solle gut durchdacht und spezifisch sein, sodass **Mobbing** unter Kindern vorgebeugt werden kann. Für Kinder mit besonderen Bedürfnissen sollen eigens Angebote erarbeitet werden und bei Mannschaftsspielen solle versucht werden, unsportlichere Kinder bewusst zu integrieren. **Bewegung vor dem Unterricht**, mit speziellen Programmen, könnte eine gute Lösung sein, jedoch sollte sich der Lärmpegel während dieser Bewegungseinheiten in Grenzen halten um andere Mitschüler:innen und das Lehrpersonal nicht zu stören.

Schüler:innen

Die Eltern der Fokusgruppendiskussion befragten ihre Kinder zum geplanten Vorgehen des 3-Säulen-Modells. Die Kinder kritisierten, dass in vielen Schulen **sportartengetrennte Angebote für Mädchen und Buben** existieren, denn auch Mädchen würden beispielsweise gerne Fußball spielen. Das Ziel wäre eine Auflösung von **Geschlechterstereotypen** und das gemeinsame „Reinschnuppern“ von Buben und Mädchen in neue Sportarten. Bewegung im Freien wird als sehr anregend empfunden. Der **Förderunterricht** für das Fach „Bewegung und Sport“ würde gut angenommen werden, jedoch besteht auch laut Kindern die Chance, dass vereinzelte Schüler:innen geärgert oder ausgelacht werden würden.

Fachinspektor:innen

Den befragten Fachinspektor:innen ist wichtig, dass die gesundheitlichen Vorteile von Bewegung den Menschen in Österreich (darunter speziell Eltern, Lehrer:innen etc.) bewusst gemacht wird, um so einen **Kulturwandel** hervorzurufen und Menschen sich freiwillig mehr

bewegen wollen und Freude daran finden. Lehr:innen und Eltern sollten diesbezüglich einbezogen werden, da die Schule als **Ort des Lernens** gesehen wird und Bildungsprozesse an oberster Stelle stehen. Freiwillige Bewegungsangebote würden nur von willigen und sportaffinen Kindern angenommen werden, Kinder aus einem „bewegungsunaffinen“ Elternhaus würden nicht zur Bewegung animiert und quasi übersehen werden. **Ausgrenzung** kann nur vermieden werden durch mehr **Bewegung für alle in der Klasse**. So könnte auch auf Kinder mit geistigen oder körperlichen Einschränkungen eingegangen werden. Des Weiteren wurden von bisherigen Erfahrungen mit Bewegungscoaches berichtet, dass es dafür **spezielle Ausbildung** braucht, um auf Kindern mit Einschränkungen eingehen zu können.

Lehrer:innen

Die befragten Lehrer:innen empfehlen **Konzepte für sozioökonomisch benachteiligten Familien und Familien mit Migrationshintergrund** zu bedenken. Bei dieser Zielgruppe soll auch auf **die Geschlechter- und Kulturunterschiede** geachtet werden. Mädchen bspw. aus muslimischem Kulturkreis benötigen andere Anreizsysteme zur Bewegung als Buben. Auf der anderen Seite fällt Lehrer:innen auf, dass Mädchen ohne Migrationshintergrund auch gerne mit Buben Bewegung und Sport machen, sodass der Bewegungs- und Sportunterricht nicht ständig getrennt stattfinden müsste. Da Kinder oftmals Probleme mit **Körperhaltung und Körperspannung** aufweisen, wird empfohlen auch hier darauf verstärkt einzugehen.

Schulleitung

Unverbindliche Übungen haben den Vorteil, dass durch Freundschaften auch nicht sportaffine Schüler:innen das Bewegungs- und Sportangebot nutzen würden. Für das Projekt sollten **Eltern und Erziehungsberechtigte** einbezogen und informiert werden, warum Bewegung und Sport wichtig für ihre Kinder (aber auch für sie selbst) ist. Auf der anderen Seite wird angemerkt, dass Kinder täglich bereits zu lange in der Schule sind und dass durch eine Verlängerung der Schulzeit die Entspannung der Kinder (im Setting Volksschule) zu kurz kommt und durch Hausübungen und Lernen der **Schuldruck** steigen könnte.

„Ausgrenzung kann nur durch mehr Bewegung für alle in der Klasse vermieden werden, so werden auch Kinder mit geistigen oder körperlichen Einschränkungen zu mehr Bewegung gebracht.“

(Zitat, Fokusgruppe Fachinspektor:innen)

Lebens- und Arbeitsbedingungen (Setting Schule)

Ergebnisse der Literaturrecherche

Die Schule und die Nachbarschaft sind die Orte, an denen Kinder und Jugendliche am zweithäufigsten körperlich aktiv sind. Somit ist das Setting Schule maßgeblich am Maß der körperlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen beteiligt und kann Möglichkeiten, Bewusstsein und Anreize schaffen, sodass Kinder auch zuhause körperlicher aktiv sind (Kelso et al., 2021). Ein aktueller systematischer Review unterstreicht die Möglichkeiten der Schule, die körperliche Aktivität der Schüler:innen zu steigern. Diese trägt zu 40% der körperlichen Aktivität von Kindern bei. **Bewegungsinterventionsprogramme** und eine **erhöhte Sportausstattung** in Schulen führen bei Kindern zu einem Anstieg der körperlichen Aktivität mittlerer Intensität um rund 5% (Pulido Sánchez & Iglesias Gallego, 2021). Ebenso unterstreicht ein weiterer systematischer Review die Wichtigkeit einer umfangreichen Sportgeräte und -gesamtausstattung in den Schulen, um die Möglichkeiten zu körperlicher Aktivität und die Ermutigung zu dieser in den Pausen zu fördern (Ridgers et al., 2012).

Neben der Sportausstattung beeinflusst auch die **Arbeits- bzw. Schulumgebung die Gesundheit von Kindern und Lehrpersonal**. Stehtische reduzieren **sitzende Tätigkeiten** und die **Förderung des Treppensteigens** stellt einen wichtigen Faktor zur Reduktion von sitzendem Verhalten dar (Zhu et al., 2020).

Durch Bewegungsprogramme und die Vermittlung von Gesundheitswissen in Form von kindgerechten Spielen und Übungen kann die **Gesundheitskompetenz** von Kindern signifikant gesteigert werden (Knisel et al., 2020). Schulen und Projekte, die im Sinne der **Selbstbestimmungstheorie** (SDT) aufbereitet werden (Beispiel SELF-FIT – Self-determined Exercise and Learning) ermöglichen Kindern die Befriedigung der psychologischen Grundbedürfnisse Kompetenz, Autonomie und Verbundenheit, was die langfristige Motivation, das Verhalten und das Wohlbefinden verbessern kann (Ha et al., 2017; Jonsson et al., 2017). Ein erhöhtes Gesundheitswissen im Sinne von Verständnis, Bewertung und Anwendung gesundheitsbezogener Information könnte langfristige Wirkungen auf das Gesundheits- und Bewegungsverhalten der Kinder und Jugendliche haben (Knisel et al., 2020). **Mädchen** verzeichneten durch einen erweiterten Sportunterricht als Intervention auf Basis dieser Selbstbestimmungstheorie einen niedrigeren BMI (Sturm et al., 2021).

Eine Möglichkeit, die körperliche Aktivität von Schulkindern zu steigern, sind Bewegungsprogramme, die vor dem täglichen Schulbeginn angeboten werden. Ein Beispiel dafür ist

das amerikanische Projekt „Build Our Kid's Success (BOKS)", das den Kindern ein 40-minütiges Online-Bewegungsprogramm anbietet, welches sie vor (oder auch nach) der Schule ausführen können. Die Kinder, die daran teilnahmen verzeichneten einen höheren Wert der **täglichen Schrittzahl** (716 vs. 1204 Gesamtschritte) und der **Minuten mit täglicher Bewegung mittlerer und höherer Intensität** (17,4 vs. 27,0 Minuten) (Cradock et al., 2019).

Im Gegensatz dazu kam ein systematischer Review zum Ergebnis, dass derzeitige schulische Bemühungen in Form von Bewegungsinterventionen keinen signifikanten positiven Einfluss auf die tägliche körperliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen haben. Die Autor:innen der Studie halten jedoch fest, dass das Setting Schule sowie Bewegungsprogramme sehr wohl Einfluss auf die Reduzierung von körperlicher Inaktivität und Übergewicht bei Kindern haben können (Love et al., 2019). Diese Ergebnisse wurden in die Analyse aufgenommen und zeigen, dass nicht immer signifikante Ergebnisse durch Schulinterventionen gegeben sind, es letztendlich jedoch auf die Umsetzung der Interventionen und die Methodik und die Qualität der Studien ankommt.

Health Promoting Schools

Das von der WHO entwickelte Rahmenprogramm für gesundheitsfördernde Schulen (Health Promoting Schools - HPS) unterstützt Schulen dabei, einen Beitrag zur Bewegungsförderung von Kindern und Jugendlichen zu leisten. Der Fokus liegt dabei speziell auf:

- Der Förderung der Gesundheit und das Lernen mit allen ihr zur Verfügung stehenden Maßnahmen
- Der Einbeziehung von Expert:innen des Gesundheits- und Bildungswesens, Eltern, Gesundheitsdienstleister und Gemeindevertreter:innen
- Der Förderung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens der Schüler:innen
- Der Förderung der Gesundheit des Schulpersonals, der Familien und der Kinder
- Dem gesunden Umfeld, schulischer Gesundheitserziehung mit Schul-/Gemeindeprojekten und der Förderung der psychischen Gesundheit (World Health Organization, 2021)

Die gesundheitsfördernden Schulen (HPS) können laut der WHO die Gesundheitskompetenz und individuellen Lebensstile der Kinder fördern (World Health Organization, 2021), den **BMI reduzieren**, **körperliche Aktivität** und **Fitness-Levels erhöhen**, das **Ernährungsverhalten verbessern** und **Mobbing vermindern** (Langford et al., 2014). Da die Umsetzung der

gesundheitsfördernden Schulen individuell gestaltbar ist, existieren auch Studien zu HPS-Schulen, welche die Förderung des Gesundheitsverhaltens von Schüler:innen nicht bestätigen (Beck et al., 2021).

Ergebnisse der Online-Umfrage

Auswirkungen auf das (Lehr-) Personal

In Bezug auf die Auswirkungen auf das (Lehr-) Personal waren mehr als 85% der befragten Pädagog:innen bzw. Lehrer:innen der Meinung, dass die tägliche Bewegungseinheit auf folgende Bereiche (sehr) positive Auswirkungen haben kann: **Pädagogische Qualität im Bewegungsbereich**, Motivation **neue Ideen in den Unterricht** zu integrieren, Schulleben/ Soziales Lernen (**Schulklima**) und **Qualität der Bewegungseinheiten**. Außerdem waren mehr als 70% der befragten Pädagog:innen bzw. Lehrer:innen der Ansicht, dass die Einführung der täglichen Bewegungseinheit (sehr) positiven Einfluss auf die **Zufriedenheit am Arbeitsplatz**, auf **Aus- und Weiterbildung** des Schulpersonals, die **Unterrichtsgestaltung** sowie die **Schulqualität** (z.B. Organisationsebene, Lehr- und Lernebene, Partnerschaften und Kooperationen, Schulkultur) haben kann.

61% gaben hinsichtlich **individueller Fördermöglichkeiten** eine (sehr) positive Auswirkung an und 37% waren der Meinung, dass dieser Faktor neutrale oder keine Auswirkungen hat. In Bezug auf den **Personalbedarf** waren 54% der Meinung, dass sich (sehr) positive Auswirkungen dahingehend ergeben werden, 24% gaben neutrale oder keine Auswirkungen an und 14% schilderten (sehr) negative Auswirkungen in diesem Bereich. Auffallend war außerdem, dass bezugnehmend auf den Faktor des **persönlichen Mehraufwandes** 45% neutrale oder keine Auswirkungen angaben, 30% (sehr) positive Auswirkungen und 20% (sehr) negative Folgen vermuten.

Auswirkungen auf Eltern/ Erziehungsberechtigte und Elternvertreter:innen

Insgesamt gaben 80% der befragten Eltern/ Erziehungsberechtigten oder Elternvertreter:innen an, dass sich die tägliche Bewegungseinheit (sehr) positiv auf die **familiäre Zufriedenheit** und auf das **Freizeitverhalten in der Familie** auswirken kann. Rund 20% vermuten neutrale oder keine Auswirkungen dahingehend. 72% gaben (sehr) positive Auswirkungen in Bezug auf die **individuelle Erholungszeit** an und 23% bekräftigten diesbezüglich neutrale oder keine Auswirkungen.

In Bezug auf den Faktor **Kooperation und Kommunikation mit Pädagog:innen** vermuten 51% der Befragten (sehr) positive Auswirkungen und 43% bekräftigten neutrale oder keine

Folgen. 46% der Teilnehmenden waren der Meinung, dass sich die tägliche Bewegungseinheit (sehr) positiv auf die Erhöhung der schulinternen **Betreuungszeit** auswirken kann und 38% beschrieben diesbezüglich neutrale oder keine Auswirkungen. Im Hinblick auf **Haushaltsausgaben** (z.B. Erhöhter Bedarf an Sportbekleidung) vermuten 49% neutrale oder keine Auswirkungen, 21% (sehr) positive und 24% (sehr) negative Folgen.

Raum und Infrastruktur im Schulsetting

Mehr als 70% der befragten Personen waren der Meinung, dass eine tägliche Bewegungseinheit eine (sehr) positive Auswirkung auf **Pausenräume/-höfe, freie Außenflächen/ Spielanlagen** und eine **bewegungsfreundliche Schulraumgestaltung** haben kann. Darunter gaben auch rund 20% der teilnehmenden Personen neutrale oder keine Auswirkungen in den genannten Bereichen an. 67% der Befragten waren der Meinung, dass die Einführung der täglichen Bewegungseinheit auf Bewegungsräume und Sporthallen einen (sehr) positiven Einfluss haben kann und 16% gaben in dieser Kategorie neutrale oder keine Auswirkungen an.

In der Kategorie **Klassenraumgestaltung** war **mehr als die Hälfte** der befragten Personen (51%) der Ansicht, die tägliche Bewegungseinheit hätte **neutrale oder keine Auswirkungen** darauf. 44% gab einen (sehr) positiven Einfluss an.

Qualitative Ergebnisse der Online-Umfrage

- Die **Gemeinde** sollte mit ins Boot geholt werden, damit beispielsweise mehr (Generationen-) Spielplätze gebaut werden.
- Die **aktive Mobilität** sollte gefördert werden - gezielte Aktionen der Öffentlichkeit und Sicherheitskonzepte für den Schulweg sollten dies begleiten. Außerdem braucht es Rahmenbedingungen, Infrastruktur und einen Willen der Politik.
- Zudem sollte die **infrastrukturelle Gesundheitsförderung** forciert werden, z.B. Bewegliche Stühle, Sitzhaltung.
- Im Sinne einer idealen Umsetzung sollten differenzierte Bewegungsangebote geschnürt werden, wie beispielsweise unterschiedliche Wahlmöglichkeiten oder ausreichend räumliche Angebote (Sportplatz, Turnhallen, Schwimmbäder, aber auch spezielle Angebote und die Natur). Pädagog:innen benötigen laut der Eltern und Erziehungsberechtigten Anweisungen bezüglich Wander-, Wald-, Schwimmtagen und Abenteuerausflügen. Leider fehle ihnen diesbezüglich der Anreiz.
- Die Pausen sollen in bewegter Form stattfinden (längere Pausen müssen geschaffen werden).

- Bewegungscoaches sollten sehr gut ausgebildet sein, damit eine hohe Qualität der Bewegungseinheiten gewährleistet wird.
- Mangelnde Räumlichkeiten stellen derzeit eine große Herausforderung dar. Turnsäle sind oftmals überbelegt, Klassenzimmer und Schulhöfe oftmals zu klein. Ein Zugang zu mehr Sportstätten sollte gegeben sein. Andererseits existieren bereits Schulen, die dafür ausgestattet sind (großer Schulhof), Pädagog:innen dieser Schulen sehen daher keine Probleme in der Umsetzung der täglichen Bewegungseinheit. Bei zukünftigen **Schulneubauten** muss dies berücksichtigt werden.
- Bezüglich **Verletzungsgefahr** herrschen verschiedene Meinungen, einerseits müsse am Schulhof und in Gängen auf Sicherheit geachtet werden. Andererseits sollten Kinder nicht übervorsichtig behandelt werden (Beispiel Baum mit Weichmatten umranden „Kinder müssen lernen, dass ihnen gewisse Dinge wehtun und sie verletzen können“).

Ergebnisse der Fokusgruppendiskussionen

Eltern

Einige der Eltern und Erziehungsberechtigten würden eine **Erweiterung der Stundentafel** als gut bewerten, da viele Vollzeit berufstätig sind und die **Betreuung der Kinder** durch Freizeitpädagog:innen eine Entlastung wäre. Gleichzeitig würden die Kinder verpflegt werden, Lernen und sich aktiv bewegen. Des Weiteren soll die Motivation für freiwillige Bewegungseinheiten durch **Anreizsysteme** gefördert werden (Beispiel anhand des Lesepasses). Laut ihnen sollte niemand zur Bewegung gezwungen werden. Die **Schulpausen** sollten länger gestaltet werden und als Auflockerung und Bewegungsansporn dienen. Externe Bewegungscoaches werden von Eltern befürwortet, um eine **Abwechslung von Sportarten** angeboten zu bekommen. Man solle bereits im **Kindergarten** und in der Schule mit der Vorstellung verschiedenster Sportarten an verschiedensten Orten (Schulhof, Klasse, Parcours im Turnsaal…) beginnen.

Fachinspektor:innen

In der Fokusgruppendiskussion der Fachinspektor:innen wurde über die **Ausbildungen** im Bildungsbereich diskutiert. Diese sollen maßgeblich verbessert werden, die Hebel dafür sollte die Politik ansetzen. Volksschullehrer:innen besuchen in der Ausbildung weniger Lehrveranstaltungen/Stunden zu Bewegung und Sport. Diese sollen bereits in der Ausbildung

mit Bewegungsaffinität „infiziert werden“. Außerdem soll das **Bewusstsein der Lehrer:innen** gesteigert werden. Bewegungscoaches benötigen daneben eine pädagogische Ausbildung (um die Klasse gut und sinnvoll unterrichten zu können), **Fortbildungen und ein Rechtssicherheitstraining**. Dabei entstand die Idee einer gemeinsamen Ausbildung für Lehrer:innen und Bewegungscoaches.

Schulleitungen

Die Teilnehmer:innen der Fokusgruppe Schulleitung erzählten bereits von verschiedensten Angeboten und Freigegenständen mit externen Vereinen, einer bewegten Pause, dem Wahlfach „Vitalität & Ökologie“ (Sport & Ernährung) und Sportkoordinator:innen für mehrere Bewegungsprojekte. Je mehr Bewegung die Kinder machen könnten, desto besser. Andererseits gibt es bereits viele Verpflichtungen für die Schulen, die Umsetzung der täglichen Bewegungseinheit wird somit auch als **Herausforderung in organisatorischen Belangen** gesehen. **Infrastruktur** würde oftmals weitgehen fehlen und Turnsäle seien voll ausgelastet sowie der organisatorische Aufwand der Stundenplanerstellung sei sehr groß. Somit werden externe Personen, wie Bewegungscoaches begrüßt, die entsprechendes Know-How benötigen und eine breite Palette an Sportarten vorstellen sollen. Der Vorschlag einer **Abgrenzung zwischen Bewegungs- und Sporteinheiten** wurde zudem eingebracht. Des Weiteren könnten „Bewegungskarten“ als Maßnahme eingeführt werden, wenn Kinder eine Pause bzw. kurze Auflockerungsübung während des Unterrichts benötigen.

Lehrer:innen

Den Lehrer:innen der Fokusgruppendiskussion war unklar, wie das 3-Säulen-Modell in der Schule durchgeführt werden kann, wenn die Einheiten nicht in der Stundentafel ersichtlich sind. Des Weiteren machten sie auf die Unterschiede von Volksschule und Unterstufe aufmerksam. Bewegungs- und Sportunterricht würde sich stark in beiden Settings voneinander unterscheiden und sollte individuell auf die **Schultypen** ausgerichtet sein, jedoch allenfalls am Vormittag untergebracht werden. Des Weiteren sollen Kinder auf diverse Weise erreicht werden, da Kinder unterschiedliche Bedürfnisse haben. Außerdem solle unbedingt die Thematik aufgegriffen werden, dass Jugendliche ab der Unterstufe an Motivation für Bewegung verlieren. Hinsichtlich **personeller Ressourcen** ist es ein wichtiger Punkt, dass wenn Bewegungscoaches anwesend sind, Lehrer*innen nicht anwesend sein müssen.

Probleme hinsichtlich der **Infrastruktur** wurden genannt, mehrere Schulen nutzen oftmals eine Sporthalle. Als Lösung für dieses Problem könnte pro Stockwerk ein zusätzlicher Raum

für Bewegung reserviert werden. Des Weiteren solle die Raumg**estaltung ergonomisch und gesundheitsfördernd** für Kinder sein, beispielsweise sollen Tische und Stühle zur Größe der Kinder passen.

Bewegte Pausen gelten als gutes Beispiel für das 3-Säulen-Modell. Beispielsweise wurde die Motivation zum Tischtennisspielen im Werkunterricht gesteigert, weil die Kinder einen Tischtennisschläger bauten.

„Räumliche Infrastruktur müsste zum Großteil verbessert werden. Mehrere Schulen greifen auf einen Turnsaal zu."
(Zitat, Fokusgruppe Schulleitung und Lehrer:innen)

Systemebene und umweltrelevante Faktoren

Ergebnisse der Literaturrecherche

Mangelnde körperliche Aktivität wirkt sich auch auf volkswirtschaftliche und ökonomische Bereiche aus. Die Auswirkungen körperlicher Inaktivität von Kindern kann aus gesundheitsökonomischer Sicht oftmals erst durch die Berechnungen von Erwachsenen-Daten analysiert werden. Aus diesem Grund werden volkswirtschaftliche und ökonomische Bereiche des Lebens in die Analyse mit aufgenommen. Aus gesundheitsökonomischer Sicht sind laut Mayer et al. (2020) die **Kosten durch mangelnde körperliche Aktivität** beträchtlich, da teils sehr häufig langwierige chronische Erkrankungen auftreten, welche zu **direkten Behandlungskosten** führen. Nicht nur direkte Kosten werden in die Analysen miteinberechnet, sondern auch indirekte, die beispielsweise durch **Arbeitsunfähigkeit** der Person selbst bzw. der deren Angehörigen entstehen. Die genaue Analyse der gesellschaftlichen Kosten im Zusammenhang mit mangelnder körperlicher Aktivität ist aufgrund methodischer Gegebenheiten oft limitierend. Nichtsdestotrotz wurden für das Jahr 2017 die Kosten in Österreich auf rund 248 Mio. Euro geschätzt.

Nach einer Schätzung von Ding et al (2016) für das Jahr 2013 wurden die Kosten für die **Krankheiten, die durch Bewegungsmangel** entstehen wie beispielsweise koronale Herzkrankheiten, Herzinfarkt, Diabetes mellitus Typ 2, Brustkrebs und Dickdarmkrebs, berechnet. Global liegen die Kosten für Bewegungsmangel bei rund 53,8 Mrd. internationalen Dollar. Diese vorsichtige Schätzung wurde unter anderem auf Österreich ausgelegt und kommt zum Schluss, dass in Österreich die Kosten, die durch mangelnde körperliche Aktivität entstehen auf 0,47% der Gesundheitsausgaben geschätzt werden können (Ding et al., 2016). Laut Statistik Austria betrugen die Gesundheitsausgaben im Jahr 2020 rund 43.181 Mio. Euro (Statistik Austria, 2021c). Berechnet man den laut Ding et al. präsentierten Anteil von 0,47% liegen die Kosten der Gesundheitsausgaben, die durch mangelnde körperliche Aktivität entstehen in Österreich bei fast 203 Mio. Euro im Jahr 2020 (Ding et al., 2016).

Auswirkungen auf das Gesundheitssystem

Mögliche Kosten für körperliche Inaktivität können nicht erst im Erwachsenenalter entstehen, sondern bereits **übergewichtige und adipöse Kinder** nehmen in Deutschland im Durchschnitt höhere Kosten für **Gesundheitsdienstleistungen** in Anspruch, als normalgewichtige Kinder (Wenig, 2012). Bei einem adipösen Kind belaufen sich die Ausgaben auf jährlich rund

680 Euro, während die Kosten bei einem normalgewichtigen Kind bei rund 402 Euro jährlich liegen. Die Aufteilung der Kosten von Gesundheitsdienstleistungen von übergewichtigen und adipösen Kindern ist wie folgt: 22% Ärzt:innen, 29% für Therapeut:innen, 41% Krankenhäuser und 8% für stationäre Rehabilitationskosten. Indirekte Kosten können beispielsweise durch den **Produktivitätsverlust der Eltern** entstehen, welche aufgrund der Pflege der Kinder und durch Besuche von Gesundheitsdienstleister:innen dem Erwerb nicht nachgehen können (Breitfelder et al., 2011).

Hingegen kam eine deutsche Kohortenstudie über den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Gesundheitskosten von Kindern zu keinem signifikanten Ergebnis, ob Kinder, die geringer körperlich aktiv sind, eine höhere Inanspruchnahme von Gesundheitsanbieter:innen haben. Jedoch belaufen sich die **direkten und indirekten Gesundheitskosten** von Kindern, die mehr als sieben Stunden pro Woche körperliche Aktivität mittlerer bis hoher Intensität machen, durchschnittlich auf 17€ monatlich weniger, als Kinder, die unter 7 Stunden pro Woche aktiv sind. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass solche Berechnungen im Kindesalter möglicherweise zu früh sind, um signifikante präventive Effekte auf die Inanspruchnahme des Gesundheitswesens und die Kosten dafür zu erkennen. Die Autor:innen Idler et al. (2015) halten fest, dass Krankheiten, die auf mangelnde körperliche Aktivität zurückzuführen sind, erst später im Leben auftreten können. Dies unterstreicht die Wichtigkeit der Erforschung von **langfristigen Auswirkungen körperlicher Inaktivität** (Fonds Gesundes Österreich, 2020 zit. nach Idler et al., 2015).

Erwerbstätigkeit/Arbeitsunfähigkeit

Die Regelmäßigkeit und Ausführung körperlicher Aktivität im Kindesalter kann sich, wie bereits durch mehrere Studien bestätigt, auf das Erwachsenenalter auswirken. Nicht nur aktive Kinder profitieren als Erwachsene von körperlicher Fitness, auch wirtschaftlich betrachtet ist die **Produktivität** von gesunden Erwachsenen ein wichtiger Faktor (Fonds Gesundes Österreich, 2020b). Insgesamt 57 Mio. Euro ergeben die Kosten durch **verlorene Produktivität** im Zusammenhang mit **vorzeitigen Todesfällen**. Ausgenommen davon sind die Kosten von Produktivitätsverlusten aufgrund von Krankenständen, Präsentismus, Absentismus und informellen Pflegetätigkeiten, was die eigentlichen Kosten der verlorenen Produktivität weiter erhöhen würde. 2017 war der Grund für knapp 22 Prozent der österreichischen **Krankenstände** von Frauen und Männern Beschwerden des Muskel-Skelett-Systems, speziell chronische Rückenschmerzen, was gleichzeitig ein Indiz für körperliche Inaktivität sein kann. Durch **Arbeitsunfähigkeit** entstehen weiters indirekte Kosten für die betroffenen Personen und Angehörige, wirtschaftliche Kosten für Arbeitgeber*innen, sowie Kosten die die Volkswirtschaft, die Sozialversicherungen und somit die Gesellschaft generell tragen (Leonie &

Böheim, 2018 zit. nach Fonds Gesundes Österreich, 2020). Andere Berechnungen des SportsEconAustria schätzen diese Kosten auf rund 1,6 bis 2,4 Mrd. Euro jährlich, was 0,5 bis 0,7 Prozent des **Bruttoinlandsprodukts** entspricht (Alt et al., 2015). Eine weitere Berechnung kommt auf insgesamt 2,8 Mrd. Euro, welche aus den Gesamtkosten, die aus den **volkswirtschaftlichen Kosten entgangener Produktivität** aufgrund vermehrter Krankenstände und Frühpensionierungen, entstehen (Helmenstein et al., 2013).

Geschätzte Kosten der täglichen Bewegungseinheit

SportsEconAustria veröffentlichte im Jahr 2013 eine Studie zu den ökonomischen Aspekten der täglichen Turnstunde. Die Einführung dieser würde kurzfristig zu einer Erhöhung des Bruttoproduktionswertes von 359,67 Mio. Euro führen und gleichzeitig eine Erhöhung der **Bruttowertschöpfung** um 279,72 Mio. Euro abzeichnen. Außerdem könnte man eine Steigerung von 0,11 Prozent des österreichischen BIP und von 3,16 Prozent des sportbezogenen BIP erreichen. Insgesamt könnten durch die Implementierung der täglichen Turnstunde rund 6.500 **Arbeitsplätze bzw. Jahresbeschäftigungsplätze geschaffen werden**. Die bereits beschriebenen Kosten aufgrund der Inaktivität von Erwachsenen könnten langfristig durch die Einführung der täglichen Bewegungseinheit (damals „Turnstunde") gesenkt werden. Aus langfristiger Perspektive spricht SportsEconAustria von der Erhöhung des **Aktivitätsniveaus** um sechs Prozentpunkte, von derzeit 42 Prozent auf knapp 48 Prozent. Langfristig gesehen könnten 25.900 Arbeitsplätze geschaffen bzw. abgesichert werden. Wirtschaftlich würden einige Sektoren von der Einführung der tägl. Turnstunde und der damit verbundenen Erhöhung des Aktivitätsniveaus der Menschen mitprofitieren, speziell das Beherbergungs- und Gaststättenwesen, das Unterrichtswesen, Sport, Kultur und Unterhaltungsbranche, sowie Einzelhandel und die Reparatur von Gebrauchsgütern. Der Effekt eines langfristigen Interventionsprogramms zur Bekämpfung von Bewegungsmangel und Übergewicht an Schulen könnte sich laut SportsEconAustria in rund 3 bis 5 Prozent weniger übergewichtiger Kinder resultieren und in weiterer Folge geschätzte Einsparungen von Folgekosten in Höhe von rund 25 bis 410 Mio. Euro (Helmenstein et al., 2013). In Deutschland würden durch Bewegungsprogramme in Schulen, die ca. 10 Prozent der 6-17-Jährigen erreichen, 83 Mio. Euro eingespart werden (Senatsverwaltung für Inneres und Sport, 2016).

Ergebnisse der Online-Umfrage

Sozioökonomische Faktoren

Es wurde erfragt, welche Auswirkungen auf allgemeine sozioökonomische Faktoren durch eine Einführung der täglichen Bewegungseinheit erwartet werden können. Jeweils 76% der befragten Personen war der Meinung, dass die tägliche Bewegungseinheit eine (sehr) positive Auswirkung auf **Bildung und Ausbildung im Allgemeinen** (Kinder und Jugendliche, Pädagog:innen, Personen aus Sportvereinen- und Organisationen) haben kann.

65% gaben eine (sehr) positive Auswirkung auf den Umgang mit **Diversität/ Diskriminierung** an und 31% neutrale oder keine Auswirkungen. Mehr als 50% der Befragten waren sich einig, dass die tägliche Bewegungseinheit (sehr) positiven Einfluss auf die **ökonomische Aktivität** (mehr Konsum z.B. Kauf von Sportkleidung, Weiterbildungskosten von Pädagog:innen), **auf Chancengerechtigkeit** und auf die **Entlastung des Gesundheitssystems** haben kann. Rund 40% gaben diesbezüglich neutrale oder keine Auswirkungen an.

Umweltrelevante Faktoren und Infrastruktur

Jeweils 83% der befragten Personen gaben eine (sehr) positive Auswirkung an, wenn es um folgende Faktoren ging: Verwendung von **Grünraum- und Wasserflächen** und/ oder Nutzung anderer **Freizeitangebote und Freizeitinfrastruktur** (inkl. Parks und Spielplätze), sowie Nutzung von Radwegen und Gehwegen. Mehr als die Hälfte der Teilnehmenden (über 50%) waren sich einig, dass die Einführung der täglichen Bewegungseinheit (sehr) positive Auswirkungen auf die **Sicherheit von Schulwegen** und eine **Verbesserung der Luftqualität** haben kann. Rund 40% waren der Meinung, dass neutrale oder keine Auswirkungen dadurch entstehen werden.

Außerdem gaben fast die Hälfte der Teilnehmenden an, dass durch die tägliche Bewegungseinheit eine **Lärmreduzierung** (46%) sowie eine **Verkehrsberuhigung** (48%) stattfinden kann. Die andere Hälfte der Befragten (ca.47%) ist der Meinung, dass neutrale oder keine Auswirkungen diesbezüglich entstehen.

Ergebnisse der Fokusgruppendiskussionen

Eltern

Eltern und Erziehungsberechtigte äußerten sich zur **aktiven Mobilität**, welche ihnen ein besonderes Anliegen ist. Durch **Berücksichtigung der Standorte** (ob Stadt oder Land) sollten sich nicht nur die Schulen selbst für den aktiven Transport und sicheren Schulweg einsetzen, sondern auch **Gemeinden und politisch Verantwortliche**.

Fachinspektor:innen

Für die Bewegungsförderung fehle laut der Fachinspektor:innen die **finanzielle Unterstützung**. Während große Sportveranstaltungen und Stadien unterstützt werden, liegt der Fokus zu wenig auf der Bewegung von Kindern. Des Weiteren wurden die wenigen Bewegung- und Sporteinheiten diskutiert, besonders in Volksschulen gäbe es nur zwei Wochenstunden, bei denen es sich meist um Doppelstunden handelt. Unter anderem wurde auch bei dieser Diskussion das **infrastrukturelle Problem im städtischen Bereich** angesprochen. Die jetzigen Turnsäle würden nicht für mehr Bewegungseinheiten ausreichen. Hier entstehe ein weiterer Kostenpunkt, um die tägliche Bewegungseinheit **qualitativ gut und bundesweit** umzusetzen.

Lehrer:innen

Der **Transport der Kinder** ist laut Lehrpersonal ein großes Thema. Kinder sind oft auf öffentliche Verkehrsmittel und Busverbindungen angewiesen, das sich einerseits auf die aktive Mobilität auswirken kann, andererseits es Probleme bezüglich Stundenpläne geben kann, da Kinder aufgrund fester Buszeiten abhängig sind. Die Aktive Mobilität sollte dennoch gefördert und gesteigert werden und ein möglicher **außerfamiliärer Transport** zu Bewegungsangeboten vorhanden sein.

Schulleitung

Die Implementierung von täglicher Bewegung in die Stundenpläne wird laut den Schulleitungen organisatorisch schwierig, besonders in Mittelschulen und den AHS.

„Sportbasierte Schulprojekte scheitern oftmals an der Begründung „Kosten“ und aus diesem Grund bin ich froh, heute hier an dieser Fokusgruppe teilnehmen zu dürfen“
(Zitat Fokusgruppe Schulleitung)

Exkurs: Setting Kindergarten

Um einen umfassenderen Überblick über die Auswirkungen von Bewegung auf Kinder zu bekommen, wurden Studien zum Setting Kindergarten und Kindern unter sechs Jahren in die Literaturrecherche miteinbezogen. Regelmäßige Bewegung sollte Kindern laut der Fokusgruppen-Teilnehmer:innen nicht erst im Schulalter ermöglicht werden, sondern bereits im Kindergarten verankert sein. In diesem Kapitel werden kurz Auswirkungen von täglicher Bewegung auf Kinder im Kindergartenalter dargestellt.

Die Gesundheit und Bewegung für Kindergartenkinder ist im österreichischen „Bildungs-RahmenPlan“ verankert. Ein frühes Bewegungsverhalten unterstützt Kinder nicht nur beim Kennenlernen ihrer Empfindungen, ihrer Grenzen, Bedürfnisse, der Umwelt und ihres Körpers, sondern prägt auch das Verhalten bis ins Erwachsenenalter. Im Kindergartenalter entwickeln Kinder ihre fein- und grobmotorischen Fertigkeiten und entwickeln ihr Körpergefühl und Körperbewusstsein essenziell weiter (Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung, 2009).

Kindergartenkinder ab dem 3. Lebensjahr sollten laut den österreichischen Bewegungsempfehlungen täglich mindestens drei Stunden körperlich aktiv sein und davon mindestens 60 Minuten bei mittlerer bis hoher Intensität (Fonds Gesundes Österreich, 2020b).

In Baden-Württemberg wurde das kindergartenbasierte Gesundheitsförderungsprogramm „Join the Healthy Boat“ durchgeführt. Das Programm enthält Maßnahmen, um Kinder mit einem gesunden Lebensstil vertraut zu machen. Dabei wird besonders Wert auf viel Bewegung, Vermeidung von Bildschirmmedien, respektvolles Miteinander und eine ausgewogene Ernährung gelegt. Eine randomisierte kontrollierte Studie verzeichnete nach einem Jahr bei Kindern, die an diesem Projekt teilnahmen, eine signifikante Erhöhung der Tage mit ausreichend körperlicher Bewegung (3,1 vs. 2,5 Tage), signifikante Steigerung der Ausdauerleistung und positive Effekte auf die BMI Perzentile der Kinder (Kobel, Wartha et al., 2019).

Bereits im Kindergarten sollte auf den sozialen Status der Familien Acht genommen werden. Das Sportengagement wird laut Schmiade & Mutz (2012) über familiäre Sozialisationsprozesse vererbt, denn Familien mit geringer formaler Bildung und geringem Einkommen nehmen seltener an organisierten Sportangeboten teil als Kinder aus privilegierteren Familien. Dabei sind die Eltern die entscheidenden Impulsgeber, denn Kinder entscheiden sich im Kindergartenalter noch nicht aktiv für organisierten Sport. Die Eltern entscheiden aufgrund ihrer eigenen Einstellungen, Werthaltungen und den vorhandenen Ressourcen, was und wieviel in die Bewegungsförderung ihrer Kinder investiert wird. Die Analyse der Autor:innen hat gezeigt, dass die Teilnahme von Vorschulkindern in Deutschland sozial selektiv ist. Kinder aus sozioökonomisch gut ausgestatteten Elternhäusern, deren Eltern selbst sportlich sind, nehmen mit größerer Wahrscheinlichkeit selbst an Kindersportprogrammen teil. Aus diesem Grund wird hervorgehoben, dass speziell Bewegungs- und Sportangebote für Kinder aus weniger privilegierten Familien angeboten werden.

Bereits im Kindergarten können Bewegungsinterventionen dazu beitragen, die körperliche Aktivität hoher und mittlerer Intensität signifikant zu steigern, während die Werte von Kindern, die keine Bewegungsintervention bekamen, stagnierten bzw. sogar gesunken sind (Craemer et al., 2014).

Ein systematischer Review unterstreicht die Wichtigkeit der Einbeziehung der Eltern. Durch mittleres bis hohes elterliches Engagement können positive Veränderungen des Gewichtsstatus von Kindern verzeichnet werden. Auch Studien zu SCT (Social Cognitive Theory) und SLT (Social Learning Theory) verzeichneten positive Auswirkungen und signifikante Veränderung in Hinblick auf den Gewichtsstatus, Verhaltensänderung und Ernährungsverhalten (Nixon et al., 2012).

Neben der Erhöhung der körperlichen Bewegung können unterstützende Eltern auch signifikant zur Verringerung der Bildschirmzeit und Verringerung des sitzenden Verhaltens beitragen (French et al., 2021).

Hinsichtlich der Gesundheitsdeterminante Umwelt kann festgehalten werden, dass Kinder in Umgebungen mit Bäumen und Sträuchern körperlich aktiver sind, als in abgegrenzten Umgebungen mit wenig Vegetation (Boldemann et al., 2006).

Der Umstieg vom Kindergarten zur Schulzeit verändert das Bewegungsverhalten von Kindern signifikant. Kindergartenkinder führen signifikant mehr Schritte pro Tag durch als Schulkinder. Ein Grund dafür ist die verbrachte Zeit in der Schule, welche sich Großteils um sitzendes Verhalten handelt (Sigmund et al., 2009).

Nationale Projektbeispiele für Kindergärten

AKTIV – GESUND des Instituts für Verkehrswesen, BOKU Wien

„Aktives und gesundes Mobilitätsmanagement für Wiener Kindergärten und Schulen“

Maßnahmen: Online Informations- und Vernetzungsportal

Unterstützung von Verantwortlichen in Kindergärten und Schulen mit geringem Aufwand geeignete Angebote zu identifizieren, Förderung von Akteur:innen aus den Bereichen Mobilität, Bildung und Gesundheit. (Universität für Bodenkultur Wien)

PEDIBUS

„Gemeinsam zu Fuß zur Schule und zum Kindergarten“

Attraktives gestalten von Zufußgehen und gleichzeitig den Kindern einen sicheren Fußweg zu Kindergarten und Schule durch engagierte Eltern und Pädgagog:innen zu ermöglichen. Der Schulweg wird als „Buslinie“ dargestellt und Kinder können bei festgelegten und beschilderten Haltestellen zu bestimmten Zeiten „zusteigen“.

Durchführung: Initiative von Schulen und Eltern, Informationsmaterial und Unterstützung bei der Durchführung durch Klimabündnis Österreich. (Klimabündnis Österreich)

Ausgewählte Bewegungsinitiativen aus Österreich

Im Rahmen des 3-Säulen-Modells wurden die „Bewegte Schule“ (www.bewegteschule.at) und „KiGeBe 2.0“ (www.fitsportaustria.at) als Konzepte angeführt und integriert. Im Folgenden wird ein kurzer Überblick über die zwei Initiativen gegeben.

Bewegte Schule

Bewegte Schule bietet im Rahmen ihrer verzahnten Handlungsfelder die Möglichkeit aller in den Bildungsinstitutionen agierenden Personen zu achten und dadurch den genannten Defiziten entgegenzusteuern *(Leitner et al., 2016)*.

„Schule in Bewegung zu bringen, heißt für uns, Schule zu verändern durch eine kind-, lehr- und lerngerechte Rhythmisierung des Unterrichts, durch bewegendes und bewegtes Lernen, durch bewegte Pausen, durch bewegende, beteiligende und damit gesundheitsfördernde Organisationsstrukturen, durch Öffnung der Schule nach außen, durch vernetztes Denken.“ (Leitner et al., 2016)

Zielgruppe:

Kindergarten- und Schulkinder (Bewegter
Kindergarten – Bewegte Schule)

KiGeBe 2.0

Das Programm Kinder gesund bewegen 2.0 ist ein bundesweites Programm zur Bewegungsförderung für Kinder im Kindergarten, in der Volksschule und in Sportvereinen. Umgesetzt wird dies durch die Sport-Dachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNTION, denen österreichweit bis zu 14.000 Sportvereine angehören. Die Koordination liegt bei Fit Sport Austria (FSA), der gemeinnützigen GmbH der Sport-Dachverbände (ASKÖ, ASVÖ, SPORTUNION, Fit Sport Austria, 2019).

Zielgruppe: Kinder im Alter von 2 bis 10 Jahren (Unabhängig vom Leistungsniveau, sozialem Milieu und der kulturellen Herkunft in den Settings Kindergärten und Volksschulen) (ASKÖ, ASVÖ, SPORTUNION, Fit Sport Austria, 2019).

Ziel: Angebot an Bewegung und Sport in vielfältiger, spaß- und freudbetonter Art und Weise für Kinder, um sie zu lebenslanger körperlicher Aktivität zu motivieren. Alle Bewegungsangebote werden in Form von polysportiven Bewegungseinheiten des betreuenden Sportvereins durchgeführt.
Bewegungsfördernde Einheiten:

- Bewegungseinheiten in einer Gruppe bzw. Klasse
- Bewegungsfeste - im Anschluss an Bewegungseinheiten
- Informationsmaßnahmen - z.B. PädagogInnen-Information (max. 2)
- Feriencamps - im Volksschulbereich im Anschluss an Bewegungseinheiten (ASKÖ, ASVÖ, SPORTUNION, Fit Sport Austria, 2019)

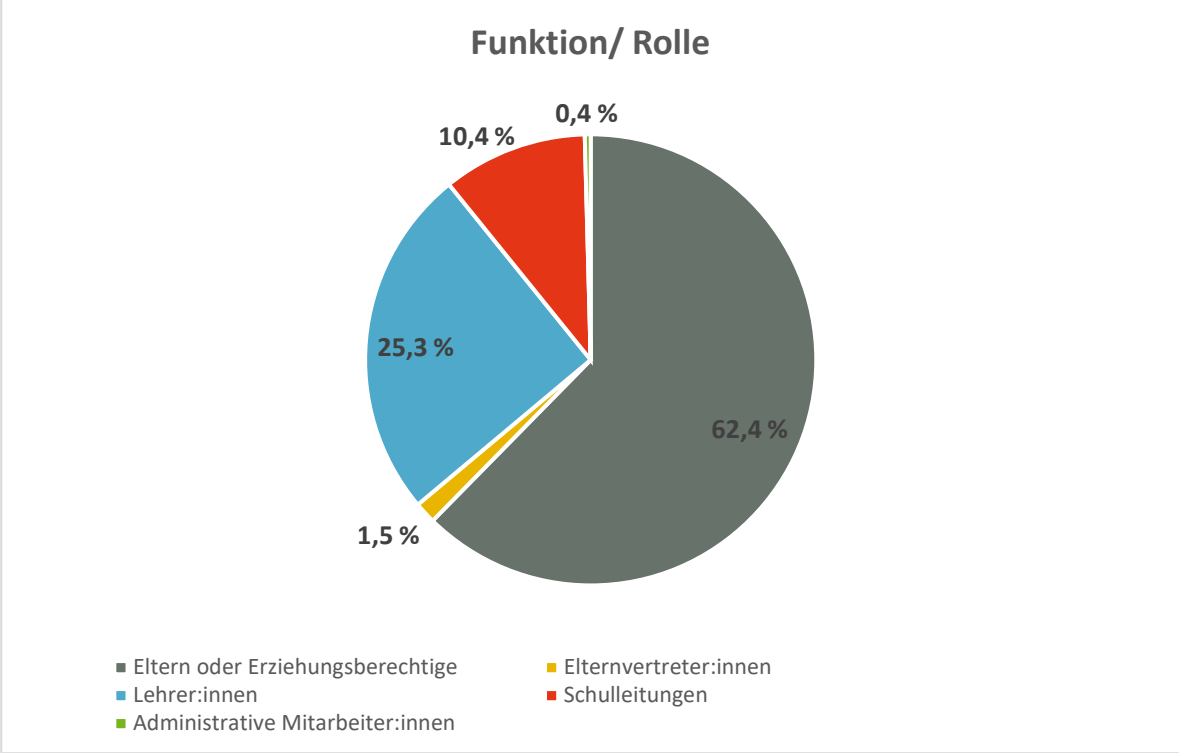
Weitere Ergebnisse der Online-Umfrage

Im Zuge der Online-Umfrage wurden weitere Ergebnisse hinsichtlich der täglichen Bewegungseinheit im österreichischen Pflichtschulbereich generiert.

Demografische Daten

62% der Teilnehmenden sind Eltern oder Erziehungsberechtigte und 36% sind Lehrer:innen/ Pädagog:innen oder in der Funktion einer Schulleitung. Fast die Hälfte der befragten Personen (43%) sind in der Altersgruppe 41 bis 50 Jahre, 29% sind in der Altersgruppe 31 bis 40 Jahre und 19% der Befragten zwischen 51 bis 60 Jahren. Die Mehrheit der befragen Personen ist weiblich (79%), 20% sind männlich und zwei Personen sind divers. Die Mehrheit der Teilnehmenden stammt aus dem Burgenland (62%), gefolgt von Tirol (21%), Steiermark (6%), Niederösterreich (3%), Oberösterreich (3%) und jeweils 1% stammen aus Wien, Kärnten, Salzburg und Vorarlberg. 90% der Teilnehmenden stammen aus dem ländlichen Raum (weniger als 14.000 Einwohner:innen), 6% aus einer österreichischen Landeshauptstadt (Wien, Graz, Bregenz, Klagenfurt, Linz, Eisenstadt, St. Pölten, Salzburg, Innsbruck) und 5% kommen aus dem städtischen Raum mit mehr als 14.000 Einwohner:innen.

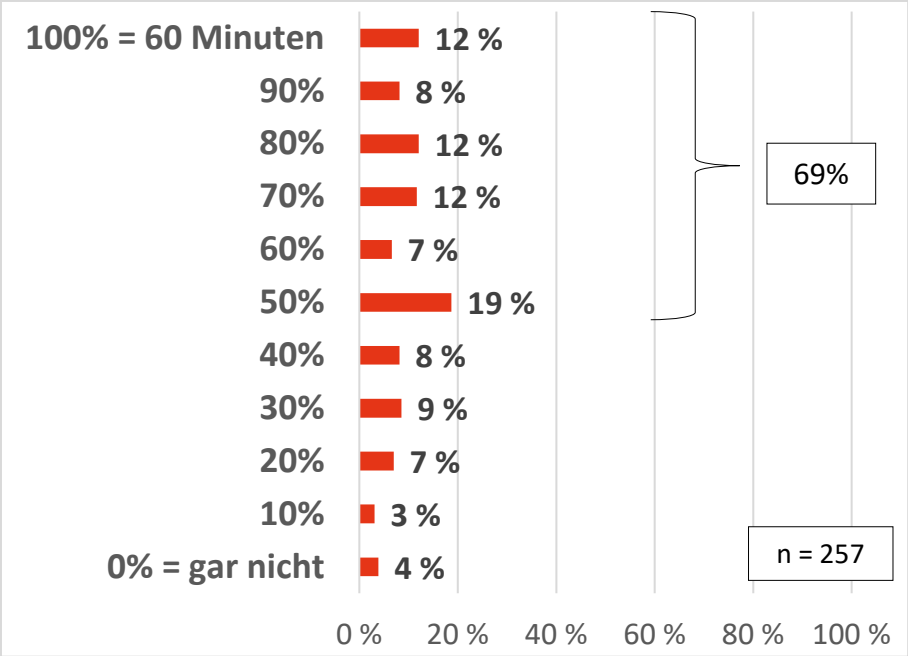
Abbildung 7: Funktion/ Rolle der Teilnehmenden



Abfrage des Status Quo

Im ersten Schritt wurde Pädgog:innen und Lehrer:innen die Frage gestellt, zu wie viel Prozent das genannte Ziel (60 Minuten Bewegung pro Tag) an Ihrer Schule in der Schulzeit (inkl. aktiver Mobilität) derzeit erreicht wird. Es wurde gebeten an die Zeit vor COVID-19 zurückzudenken. 12% der befragten Personen gaben an, dass das Ziel von 60 Minuten Bewegung pro Tag derzeit bereits erreicht wird. Insgesamt waren 69% der Teilnehmenden der Meinung, dass das Ziel zu mindestens 50% (=30 Minuten pro Tag) erreicht wird. 31% gaben an, dass Kinder und Jugendliche an ihrer Schule derzeit 24 Minuten oder weniger in Bewegung sind.

Abbildung 8: Abfrage des Status Quo



Das Konzept der täglichen Bewegungseinheit soll…

Unter anderem wurde das Konzept der täglichen Bewegungseinheit durch vorab definierte Möglichkeiten hinsichtlich Zustimmung oder Ablehnung abgefragt (siehe nachfolgende Abbildungen). Die Ergebnisse zeigen, dass:

- die Mehrheit der Befragten die Integration der täglichen Bewegungseinheit (fünf Unterrichtseinheiten pro Woche) als fixen Bestandteil im Lehrplan befürworten,
- gefolgt von der Durchführung sportartenspezifischer Angebote in Kooperation mit Sportvereinen,
- der Integration von Bewegung im Schulalltag außerhalb des Unterrichts Bewegung und Sport sowie
- der Förderung von aktiver Mobilität auf dem Schul- und Heimweg.

Im Zuge der Online-Erhebung wurde erfragt, wie das Konzept der täglichen Bewegungseinheit umgesetzt werden sollte. Folgende Ergebnisse wurden generiert und in der nachfolgenden Abbildung dargestellt:

Abbildung 9: Das Konzept der täglichen Bewegungseinheit soll…

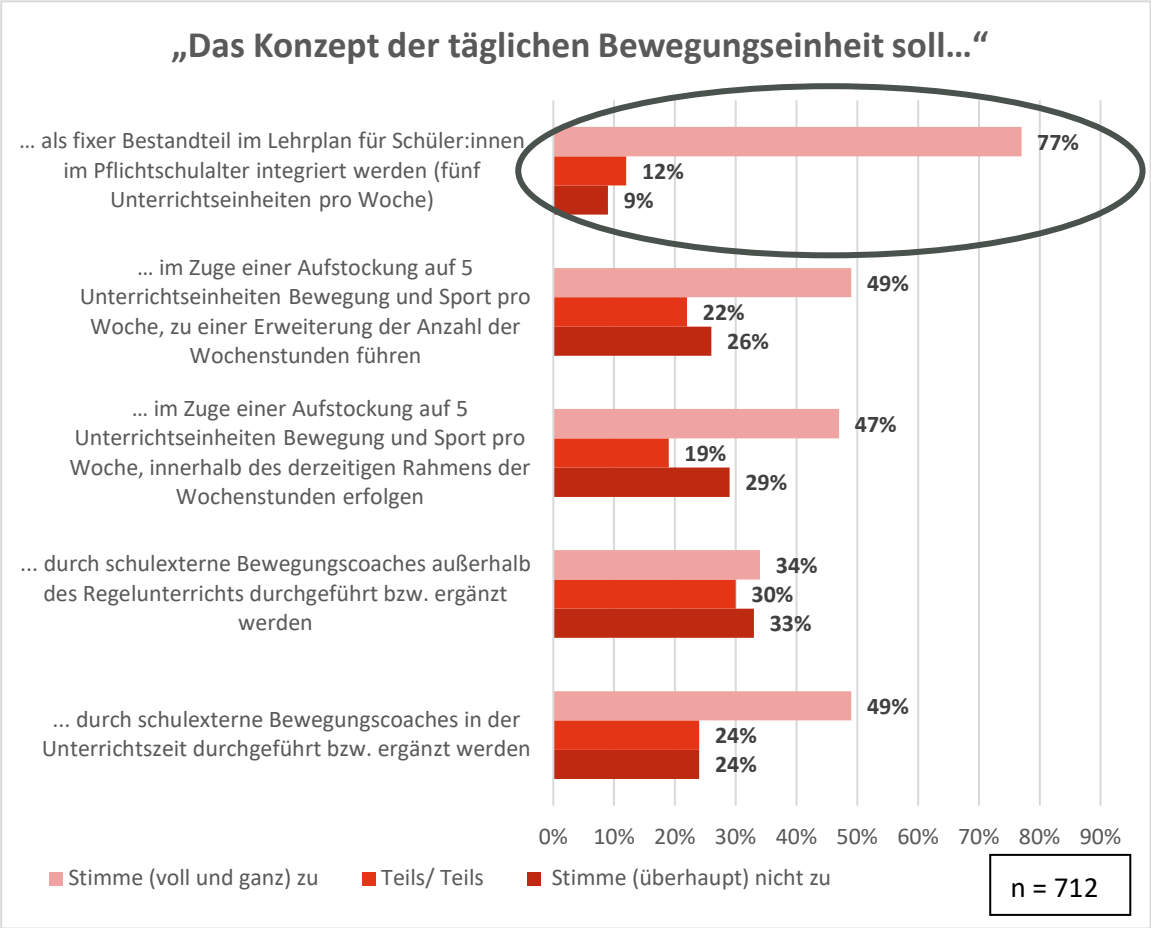
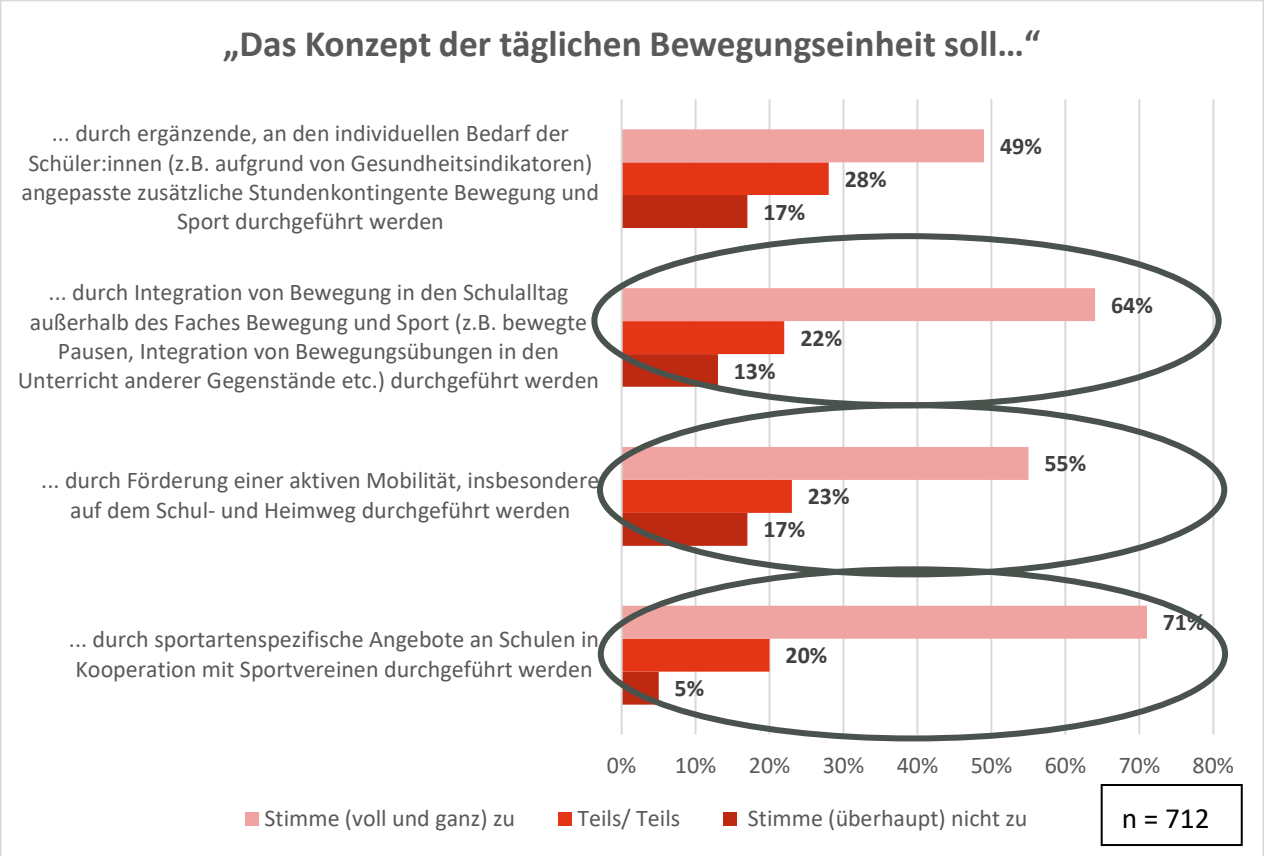


Abbildung 10: Das Konzept der täglichen Bewegungseinheit soll…



Weitere **qualitative Ergebnisse** der Online-Umfrage hinsichtlich des Konzeptes der täglichen Bewegungseinheit wurden wie folgt erfasst:

- Unter den Fragebogenteilnehmer:innen wurde die **tägliche Bewegungseinheit** stark **befürwortet**, vielen ist jedoch nicht klar, wie diese am besten in allen Schulen umgesetzt werden kann.
- **Regionale Ressourcen** (Sportvereine, Sportanlagen wie Hallen, Schwimmbäder, Laufbahnen, Liftanlagen, Mountainbikes-Strecken, ...) sollten genutzt und in den Schulalltag integriert werden. Vormittags sollte eine Stunde Bewegung und Sport durch Pädagog:innen gewährleistet sein, an den Nachmittagseinheiten sollte dies durch Freizeitpädagog:innen, Vereine oder Bewegungscoaches abgedeckt werden.
- Fünf Stunden Bewegung pro Woche könnten eine große Herausforderung sein. Musik oder Zeichenunterricht sowie auch Hauptfächer wie Mathematik oder Deutsch sollte dafür nicht gekürzt werden.

- Vor allem an **Volksschulen** sollten Pädagog:innen mehr Sportunterricht geben.
- In **ländlichen Regionen** sind Bewegungseinheiten außerhalb des Regelunterrichts (der Kernzeit), aufgrund der schlechten Busverbindungen kaum durchführbar. Auch der Transport zu Sporteinrichtungen muss für Kinder gegeben sein.
- Bewegungseinheiten sollten in diesem Zusammenhang für die Familien nicht mehr Kosten bedeuten. Wenn Stunden dazu kommen, sollten Lehrpläne sowie die Unterrichtsqualität evaluiert werden. Hierbei gibt es eventuell Potenzial für Einsparungsmöglichkeiten bzw. Möglichkeiten, auch in den schulischen Alltag mehr Bewegung zu bringen.
- Hinsichtlich externen **Bewegungscoaches** gehen die Meinungen der Befragten auseinander. Einige berichten von positiven, andere von negativen Erfahrungen. Bewegungseinheiten sollten in jedem Fall von gut ausgebildetem Personal abgehalten werden.
- Die **Freude am Sport** sollte geweckt werden, dabei sollte aktiv gegen Mobbing vorgegangen werden. Zudem sollte darauf geachtet werden, dass übergewichtige oder adipöse Kinder oder Kinder mit Handicaps Bewegung positiv erleben. Hierbei scheint ein breites Angebot vorteilhaft zu sein.
- **Qualifizierungslehrgänge** für Pädagog:innen scheinen sehr notwendig. Die Möglichkeit, das Drittfach „Bewegung- und Sport“ nachzuholen, sollte für Pädagog:innen möglich sein.
- Die bestehenden Wochenstunden sollten nicht ausgeweitet werden, stattdessen sollte es ein Angebot für Sporteinheiten geben, welche freiwillig nachmittags genutzt werden können. Diese sollten attraktiv gestaltet werden, damit das Angebot auch angenommen wird.
- Eine gute Möglichkeit für zusätzliche Bewegungseinheiten könnten vor dem Unterricht durch **„bewegtes Ankommen“** und durch bewegte Pausen angeboten werden. Während der Unterrichtszeit könnte sich die Umsetzung Bewegungseinheiten eher schwierig darstellen, da Bewegung zwischendurch oft als „Zeitstehlen“ angesehen wird. Bewegung sollte mehr Bedeutung zugeschrieben werden.
- Die Bewegungseinheiten in der Schule sollten dem Vereinssport nicht im Weg stehen. Zusätzlich wird eine Erweiterung der Wochenstunden als kontraproduktiv angesehen.
- **Freiwillige Angebote** wie Tanz, Fußball, Ballspiele, Staffelspiele, Jonglieren etc. sollte vorhanden sein.

- Eine weitere Möglichkeit wäre, ein weiteres Schulmonat im Sommer anzubieten in dem Sport forciert wird. Dies wäre eine Entlastung für die Familien und eine gute Basis für die Kinder.
- Es wird dafür plädiert, Bewegungseinheiten fix in den Lehrplan zu integrieren, damit Bewegung wirklich für alle Schüler:innen gewährleistet ist.
- Beispiele aus Volksschulen zeigen, dass kurze Pausen zwischen den einzelnen Stunden gestrichen werden können, um eine halbe Stunde große Bewegungspause (vorwiegend im Freien) zu gewährleisten.

Weitere förderliche und hinderliche Faktoren zur Umsetzung der täglichen Bewegungseinheit

Auf die Frage ob **ganztägige Schulangebote** (insbesondere die verschränkte Form) mit dem **Vereinswesen** (insb. Sportvereinswesen) in Widerspruch stehen bzw. ob diese miteinander konkurrenzieren, konnten folgende Antworten generiert werden: 20% stimmen (voll und ganz) zu, 37% teils-teils und 43% stimmen (überhaupt) nicht zu. Qualitative Antworten und Empfehlungen der teilnehmenden Personen beziehen sich auf folgende Bereiche:

- Schulangebote sollten verpflichtend sein und Sport im Vereinswesen sollte freiwillig sein.
- Eine schulische (erzwungene) Veranstaltung kann eine Mitgliedschaft in einem Verein nicht ersetzen (Freiwilligkeit, Zusammenhalt im Verein, gemeinsame Veranstaltungen außerhalb der Vereinstätigkeit mit den Mitgliedern des Vereins).
- Vor allem auf **Leistungssportler:innen** sollte geachtet werden. Das Training am Nachmittag im Verein sollte mit den Schulzeiten zusammenpassen. Für diese Schüler:innen sollte eine Freiwilligkeit für zusätzliche Bewegungseinheiten in der Schule gewährleistet sein.
- Wenn in der Schule bereits unterschiedliche Möglichkeiten der Sport-Ausübung angeboten werden, dann können andere Freizeitaktivitäten, wie z.B. das Erlernen eines Instrumentes nach der Schule am späteren Nachmittag stattfinden.
- Tägliche Bewegung ist eine Investition in unser Gesundheitssystem, es betreffe laut der Teilnehmer:in somit jeden von uns.

Integration des Sportvereinswesens im Schulalltag

Zudem wurde erfragt, ob das **Sportvereinswesen**, derzeit gut in den Schulalltag integriert wird. Daraufhin antworteten mehr als die Hälfte (54%), dass sie dem (überhaupt) nicht zustimmen, 32% antworteten mit teils-teils und 13% stimmten (voll und ganz) zu. Qualitative Antworten der Online-Umfrage wurden wie folgt erfasst:

- Abhängig davon, welche Sportvereine in den jeweiligen Orten bzw. Städten ansässig sind, wäre dies eine gute Möglichkeit für ein **gesundes Freizeitverhalten** zu sorgen.
- Es ergeben sich einige Vorteile, einerseits sind gut ausgebildete Personen tätig, welche auf diese Weise Mädchen und Buben viele verschiedene Sportarten zeigen können, andererseits werden Lehrer:innen und Eltern dadurch entlastet.
- Auf diese Weise könnten Vereine über ihre Tätigkeiten informieren und Mitglieder "anwerben".

Räumliche, personelle oder materielle Ressourcen

Auf die Frage, welche zusätzlichen räumlichen, personellen oder materiellen Ressourcen bei der Umsetzung von Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten und -Aktivitäten hilfreich wären, wurden die schriftlichen Antworten der Befragten folgendermaßen zusammengefasst:

- Die tägliche Bewegungseinheit sollte in jedem Fall **kostenlos** möglich sein. Auch die Wege zu den jeweiligen Einrichtungen (Tennishalle im Winter, Judozentrum etc.) sollten kostenlos sein und auch hinsichtlich der Distanz machbar sein.
- In jedem Fall sollten genügend **Turnsäle, Außenanlagen** sowie die richtige Indoor- und Outdoorausrüstung, z.B. Tischtennistische, vorhanden sein. Das Fehlen von räumlichen Ressourcen stellt derzeit an vielen Schulen ein Problem dar.
- Des Weiteren könnten **ehrenamtliche Helfer:innen** von Vorteil sein.
- Eine gut ausgebaute öffentliche **Busverbindung** scheint essenziell.
- **Gut geschultes Personal** sowie eine ausreichende Anzahl an Sportpädagog:innen sollte gewährleistet sein.

Es wurde außerdem erhoben, ob das **Sportvereinswesen**, zukünftig stärker in den Schulalltag integriert werden soll. Hier stimmten 62% (voll und ganz) zu, 24% teils-teils und 14% stimmten (überhaupt) nicht zu.

Auf die Frage welche Vorteile sich ergeben könnten, wenn die tägliche Bewegungseinheit **nicht eingeführt** wird, antwortete der Großteil der Teilnehmenden, dass keine Vorteile, diesbezüglich entstehen würden. Einzelne Stimmen von Befragten beziehen sich folgende Bereiche:

- Die Anzahl der Wochenstunden steigt nicht und es könnte weniger (Stunden-) Belastung auf Lehrer:innen zukommen. Außerdem hätten Kinder mehr Freizeit und mehr Lernzeit zur Verfügung.

Zusätzliche Anregungen in Bezug auf förderliche Faktoren für die tägliche Bewegungseinheit, wurden wie folgt zusammengefasst:

- Das Elternhaus bzw. die Familien sollte durch gezielte Information zur Mitarbeit aufgefordert werden. Auswirkungen auf die Gesundheit und das Freizeitverhalten können nur durch **verstärkte Elternarbeit** erzielt werden. Außerdem sollten Kinder dazu motiviert werden, Bewegung in den normalen Alltag zu integrieren.
- Der Schwerpunkt sollte auf mehr **Sport in der Natur** gelegt werden. Es sollte gewährleistet sein, dass Kinder und Jugendliche Spaß und Freude an Bewegung haben. Außerdem sollen **Achtsamkeitsübungen, Meditation und Entspannung** durch Sportarten wie Yoga und Qi Gong den Schüler:innen nähergebracht werden.

Gesamtbewertung und Empfehlungen

Zur Beurteilung potenzieller Auswirkungen der „Täglichen Bewegungseinheit“ auf die Gesundheit wurden Unterteilungen nach den vier Gesundheitsdeterminanten vorgenommen:

- Auswirkungen auf Ebene der individuellen Gesundheit
- Auswirkungen auf Ebene der sozialen und kommunalen Netzwerke
- Auswirkungen auf Lebens- und Arbeitsbedingungen im Schulsetting
- Auswirkungen aus system- und umweltrelevanter Ebene

Für die Gesamtbewertung der gesundheitlichen Folgen, die durch die Einführung einer täglichen Bewegungseinheit in den jeweiligen Teilbereichen zu erwarten sind, wurden alle Erhebungen sowie die Ergebnisse der Literaturrecherche mit einbezogen und in drei Kategorien - *positiv, neutral oder negativ* - eingeteilt. Die folgenden Resultate gehen stets von der Annahme einer qualitätsvollen Umsetzung des 3-Säulen-Modells aus.

Die Einzelbewertungen der identifizierten Auswirkungen wurde gemeinsam von den Teilnehmer:innen des Bewertungsworkshops diskutiert und dokumentiert. Die Bewertung der Gesundheitsfolgen erfolgte aufgrund von Mehrheitsentscheidungen der Teilnehmenden im Zuge der Bewertungsworkshops. Empfehlungen und Impulse stammen aus einzelnen Diskussionsbeiträgen von Teilnehmer:innen der Fokusgruppen sowie der Bewertungsworkshops und wurden vom GFA-Projektteam in diesem Bericht zusammenfassend dargelegt.

Individuelle Gesundheit

Die Auswirkungen des Vorhabens auf die individuelle Gesundheit von Kindern im Pflichtschulalter wurden als **positiv**/neutral/negativ eingeschätzt.

Folgende gesundheitliche Auswirkungen wurden auf Ebene der individuellen Gesundheit identifiziert und bewertet (siehe nachfolgende Tabelle):

Tabelle 4: Faktoren individueller Gesundheit der Bewertungstabelle

Faktoren individueller Gesundheit der Bewertungstabelle			
Kognitive Lernfähigkeit	++	Vermeidung von Mobbing	~
Psychisches Wohlbefinden	++	Individuelle Gesundheitskompetenz	++
Selbstvertrauen	++	Ernährungsverhalten	~
Zielstrebigkeit, Willensstärke	++	Bewegung	++
Problemlösungsfähigkeit	++	Umgang mit Belastungen (Stressmanagement)	++
Durchhaltevermögen (geistig)	++	Verringerung gewalttätigen Verhaltens/Aggressionen	++
Sich wertvoll oder geschätzt fühlen, einen Lebenssinn haben	+	Interesse an Sport/Bewegung	++
Körperlicher Status und körperliche Entwicklung (Fitness, Motorik, gesundes Körpergewicht, Gleichgewicht, Blutdruck)	++	Seltenere Verwendung von Computerspielen oder Spielkonsolen	+
Vermeidung akuter Erkrankungen (Grippale Infekte) oder Unfälle	++	Geringerer Konsum von Fernsehsendungen	+
Vermeidung chronischer Erkrankungen	++	Verringerung des Suchtverhaltens (Alkohol, Zigaretten)	+
Inanspruchnahme von Gesundheitsleistungen	+	Erhöhung der „aktiven Mobilität“ im Alltag	+
Erhöhung der „aktiven Mobilität“ in Bezug auf den Schulweg	++	Freizeitverhalten (freie Zeitgestaltung)	+
Freizeitgestaltung in formalen Organisationen/Vereinen	++		

Legende: ++: stark positive Auswirkungen auf die Gesundheit, +: positive Auswirkungen auf die Gesundheit, ~: neutrale/keine Auswirkungen auf die Gesundheit, –: negative Auswirkungen auf die Gesundheit, —: stark negative Auswirkungen auf die Gesundheit

Empfehlungen und Impulse für das Vorhaben

Freude an Bewegung als oberste Priorität

Im Vordergrund sollte die Freude an regelmäßiger Bewegung stehen. Hierbei sollen bedürfnisorientierte Konzepte entwickelt bzw. angeboten werden, die eine gute Auswahl an Bewegungsspielen und nicht-wettbewerbsorientierten Aktivitäten beinhalten, die das psychische Wohlbefinden, das Selbstvertrauen, den sozialen Zusammenhalt und die gegenseitige Wertschätzung der Kinder positiv beeinflussen.

Individuelle Gesundheit und Inklusion

Dahingehend soll zur Förderung der individuellen Gesundheit Augenmerk auf die Berücksichtigung motivationaler Faktoren (bspw. „Nudging“), dem Verzicht von Mannschafts-Auswahlverfahren, Fair-Play sowie kultur- und geschlechtssensiblen Gegebenheiten, gelegt werden. Zudem bedarf es weiterer Überlegungen und Konzeptionierungen wie vor allem besonders zu berücksichtigende Gruppen (nicht-bewegungsaffine Kinder, Kinder mit körperlichen und kognitiven Beeinträchtigungen etc.) motiviert bzw. adäquat inkludiert werden, um die positiven Auswirkungen auf deren Gesundheit nochmals zu verstärken.

Soziale und kommunale Netzwerke

Die Auswirkungen des Vorhabens auf die sozialen und kommunalen Netzwerke von Kindern im Pflichtschulalter wurden als **positiv**/neutral/negativ eingeschätzt. Besonders zu berücksichtigende Faktoren in diesem Bereich stellen Chancengerechtigkeit bzw. die Förderung von benachteiligten Schüler:innen und Schulen dar.

Folgende gesundheitliche Auswirkungen wurden auf Ebene der sozialen und kommunalen Netzwerke identifiziert und bewertet (siehe nachfolgende Tabelle):

Tabelle 5: Faktoren soziale und kommunale Netzwerke der Bewertungstabelle

Faktoren soziale und kommunale Netzwerke der Bewertungstabelle			
Lebensqualität Zuhause (Familienklima)	++	Freundschaften	++
Entwicklung des Sozialverhaltens der Kinder	++	Verringerung von sozialer Isolation, Einsamkeit	++
Zugehörigkeitsgefühl	++	Verringerung von Diskriminierung	+
Verringerung sozialer Benachteiligung	+	Sozialer Zusammenhalt in der Familie und im Freundeskreis	+
Lebensqualität in der Gemeinde/Nachbarschaft	+		
Auswirkungen auf bestimmte Zielgruppen			
Mädchen	++	Buben	+
Kinder aus Migrationsfamilien	++	Kinder mit eingeschränkter Mobilität	~
Kinder mit kognitiven Einschränkungen	~	Kinder mit Sinnesbehinderung (Seh-, Hör- und Wahrnehmung)	~
Kinder mit Übergewicht/Adipositas	++	Kinder aus Familien mit geringem Einkommen	++
Eltern/Erziehungsberechtigte	+	Schulleitung/Verwaltung	+
Alleinerziehende Familien	++	Pädagog:innen	+
Kinder aus entlegenen Regionen, wo wenig Infrastruktur besteht	++	Kinder aus dicht besiedelten Regionen	+

Legende: ++: stark positive Auswirkungen auf die Gesundheit, +: positive Auswirkungen auf die Gesundheit, ~: neutrale/keine Auswirkungen auf die Gesundheit, –: negative Auswirkungen auf die Gesundheit, —: stark negative Auswirkungen auf die Gesundheit

Empfehlungen und Impulse für das Vorhaben

Sozialverhalten und Mitsprache

Das 3-Säulen-Modell birgt großes Potential zur positiven Beeinflussung der Entwicklung des Sozialverhaltens von Kindern und auch das soziale Umfeld (Familie, Freunde) könnte davon profitieren. Somit kann das Vorhaben speziell auch Diskriminierungstendenzen im Bewegungs- und Sportbereich an Schulen vorbeugen und Inklusion fördern. Der Kooperationsgedanke mit der Kombination aus Spaß, Freude, Freiwilligkeit, Mitbestimmung und Unterstützung kann als motivierender Impuls für Kinder dienen.

Besonders betroffene Gruppen

Es bedarf eines sensiblen Umgangs mit Indikatoren, die zur Einschätzung des Förderbedarfs an Bewegung bei Kindern herangezogen werden sollen (bspw. wurde der Body-Mass-Index als Indikator für Förderbedarf als kritisch erachtet). Des Weiteren braucht es adäquate Kommunikationsstrategien (bspw. ein Fördersystem für betroffene Kinder soll zielgruppengerecht angeboten und kommuniziert werden) sowie Ausbildungskonzepte (bspw. Peer-Ansätze, Fokus auf Geschlechtersensibilität, spezielle Ausbildung für den Umgang mit besonders betroffenen Kindern), um flächendeckend alle Kinder für mehr Bewegung zu motivieren und einer Stigmatisierung entgegenzuwirken. Hierbei könnten Strategien und Alternativen für Kinder mit Defiziten im Bereich Körperbild zum Schutz vor Beschämung und Mobbing erarbeitet werden, beispielsweise durch das Angebot von Bewegungs-Wahlmöglichkeiten für übergewichtige Kinder. Um sozioökonomisch benachteiligte Kinder und deren Familien gleiche Chancen bieten zu können, sollen alle Elemente des 3-Säulen-Modell kostenneutral für alle Kinder im Pflichtschulalter angeboten werden. Zudem wird die Miteinbeziehung von Akteur:innen aus Bezirken und Gemeinden bzw. die Nutzung kommunaler Netzwerke (bspw. Vereine) als wichtiger Faktor erachtet, sodass Kinder und Jugendliche eine Vielfalt verschiedener Bewegungs- und Sportarten kennenlernen und die Infrastruktur zur Ausübung dieser (auch im öffentlichen Raum) angeboten werden kann.

Lebens- und Arbeitsbedingungen (Setting Schule)

Die Auswirkungen des Vorhabens auf Lebens- und Arbeitsbedingungen wurden als **positiv**/neutral/negativ eingeschätzt.
Besonders zu berücksichtigende Faktoren in diesem Bereich stellen Verbindlichkeit, Organisation und Bewegungsinfrastruktur dar.

Folgende gesundheitliche Auswirkungen wurden auf Ebene der Lebens- und Arbeitsbedingungen im Schulsetting identifiziert und bewertet (siehe nachfolgende Tabelle):

Tabelle 6: Faktoren Lebens- und Arbeitsbedingungen der Bewertungstabelle

Faktoren Lebens- und Arbeitsbedingungen der Bewertungstabelle			
Setting Schule (Schüler:innen)			
Lebensqualität in der Schule (Schulklima)	++	Schulzufriedenheit	++
Beziehung zu Mitschüler:innen	++	Beziehungen der Schüler:innen zu Pädagog:innen	+
Mitsprachemöglichkeit der Schüler:innen im Unterricht	++	Verbesserung der schulischen Leistung	++
Verringerung des Schul-/Leistungsdrucks	~	Teilhabe an der Klassengemeinschaft	~

Legende: ++: stark positive Auswirkungen auf die Gesundheit, +: positive Auswirkungen auf die Gesundheit, ~: neutrale/keine Auswirkungen auf die Gesundheit, –: negative Auswirkungen auf die Gesundheit, —: stark negative Auswirkungen auf die Gesundheit

Setting Schule (Lehrer:innen/System)			
Zufriedenheit am Arbeitsplatz	+	Aus- und Weiterbildung des Schulpersonals	++
Motivation neue Ideen in den Unterricht zu integrieren	++	Persönlicher Mehraufwand	~
Personalbedarf	~	Unterrichtsgestaltung	++
Schulleben/Soziales Lernen (Schulklima)	++	Individuelle Fördermöglichkeiten	+
Qualität der Bewegungseinheiten	++	Schulqualität (z.B. Organisations-ebene, Lehr- und Lernebene, Partnerschaften und Kooperationen, Schulkultur)	+
Pädagogische Qualität im Bewe-gungsbereich	+		
Setting Schule (Eltern/System)			
Familiäre Zufriedenheit	++	Freizeitverhalten in der Familie	++
Kooperation/Kommunikation mit Pädagog:innen	+	Erhöhung der schulinternen Betreuungszeit	~
Haushaltsausgaben (z.B. erhöhter Bedarf an Sportbekleidung)	~	Lebensqualität am Arbeitsplatz	+
Individuelle Erholungszeit	++		
Setting Schule (Raum und Infrastruktur)			
Pausenhöfe, Sporthallen	+	Bewegungsräume/Sporthalle	+
Pausenräume/-hof	++	Freie Außenflächen/Spielanlagen	+
Klassenraumgestaltung	+	Bewegungsfreundliche Schulraumgestaltung	+

Legende: ++: stark positive Auswirkungen auf die Gesundheit, +: positive Auswirkungen auf die Gesundheit, ~: neutrale/keine Auswirkungen auf die Gesundheit, –: negative Auswirkungen auf die Gesundheit, —: stark negative Auswirkungen auf die Gesundheit

Empfehlungen und Impulse für das Vorhaben

Aus-/ Fort- und Weiterbildung

Die pädagogische Qualität im Bewegungsbereich kann durch das Vorhaben erhöht werden, indem bspw. Inhalte der Aus- und Fortbildung von Pädagog:innen, Strategien zur Vermeidung von Mobbing sowie zur Schaffung von Anreizsystemen und Methoden zur Bewegungsförderung sowohl innerhalb als auch außerhalb des Unterrichts Bewegung und Sport beinhalten. Auch die Ausbildung im Volksschulbereich sollte fokussiert werden und hinsichtlich Bewegungs- und Sportinhalte ausgebaut werden. Für die Ausbildung von Bewegungscoaches sind pädagogisches Wissen bzw. Didaktik wichtig, um auf verschiedene Bedürfnisse der Kinder eingehen zu können. Auch ein gegenseitiges Lernen zwischen Pädagog:innen und Bewegungscoaches kann angedacht werden (z. B. zur Steigerung von Motivation und Initiative der beiden Gruppen). Des Weiteren wurde erwähnt, auch Sportstudierende zur Unterrichtsgestaltung hinzuzuziehen.

Strukturelle, finanzielle und personelle Rahmenbedingungen

Aufgrund einer möglichen Erhöhung der schulinternen Betreuungszeit ist es notwendig sich mit strukturellen, personellen und individuellen Rahmenbedingungen auseinanderzusetzen. Eine Aufstockung des Lehrer:innenpersonals, Sportinfrastruktur wie Turnhallen, Sportausrüstungen, Pausenzeitgestaltung, Transportwesen (Buspläne, Abholservices) etc. müssen dahingehend berücksichtigt und abgestimmt werden. Darüber hinaus ist mit unterschiedlichen Rahmenbedingungen in städtischen und ländlichen Gebieten zu rechnen. Diese regionale Diversität könnte ein Hindernis bzw. Mehraufwand für Schulen bzw. Pädagog:innen bedeuten und sollte - um negative Folgen hinsichtlich Akzeptanz und Umsetzbarkeit zu vermeiden - berücksichtigt werden.

Verbindlichkeit vs. Freiwilligkeit

Hinsichtlich der freiwilligen oder verpflichtenden Umsetzung der täglichen Bewegungseinheit wäre eine Lösungsstrategie, ein Hybrid-System- aus sowohl freiwilligen als auch verpflichtenden Teilen - zu konzipieren und umzusetzen. Durch eine

freiwillige Umsetzung des Vorhabens würde der Effekt der täglichen Bewegungseinheit für Kinder, die von mehr Bewegung stärker profitieren würden, möglicherweise nicht erreicht werden. Darüber hinaus können bereits im Rahmen der schulautonomen Form Angebote im Kontext Bewegung und Sport frei gestaltet werden. Zudem sollte das Vorhaben Anlass geben, um Mitsprachemöglichkeiten der Schüler:innen für Bewegung und Sport im Schulsetting zu fördern. Außerdem sollten die Angebote kostenlos sein, um familiäre Haushaltsausgaben nicht zu belasten.

Schulärzt:innensystem

Um die Kindergesundheit im Schulsetting weiter zu denken könnte auch das Schulärzt:innensystem einen Beitrag zum gegenständlichen Vorhaben leisten (bspw. Feststellung von Fehlhaltungen etc.).

Frühe Förderung

Um Bewegung bereits so früh wie möglich bei Kindern zu fördern, wird empfohlen, dass Maßnahmen und Konzepte bereits im elementarpädagogischen Bereich (z.B. erste Bildungseinrichtungen wie Kindergärten und Kindergruppen) verankert werden.

System- und umweltrelevante Faktoren

Die Auswirkungen des Vorhabens auf system- und umweltrelevanter Ebene wurden als **positiv**/neutral/negativ eingeschätzt.
Besonders zu berücksichtigende Faktoren in diesem Bereich stellen die Auswahl der Pilotregionen zur Umsetzung des 3-Säulen-Modells sowie die zukünftig flächendeckende Finanzierung dieses dar.

Folgende gesundheitliche Auswirkungen wurden auf system- und umweltrelevanter Ebene identifiziert und bewertet (siehe nachfolgende Tabelle):

Tabelle 7: Faktoren Systemebene und umweltrelevante Faktoren der Bewertungstabelle

Faktoren Systemebene und umweltrelevante Faktoren der Bewertungstabelle			
Systemebene			
Bildung und Ausbildung (Kinder und Jugendliche, Pädagog:innen, Personen aus Sportvereinen und -organisationen)	+	Erwerbstätigkeit/Beschäftigung (z.B. externe Bewegungscoaches)	++
Umgang mit Diversität/Diskriminierung	+	Ökonomische Aktivität/mehr Konsum (z.B. Kauf von Sportkleidung, Weiterbildungskosten von Pädagog:innen)	++
Chancengerechtigkeit	++	Entlastung des Gesundheitssystems	++
Umweltrelevante Faktoren			
Verwendung von Grünraum- und Wasserflächen und/oder Nutzung anderer Freizeitangebote und Freizeitinfrastruktur (inkl. Parks und Spielplätze)	++	Nutzung von Rad- und Gehwegen	++
Verbesserung der Luftqualität	++	Lärmreduzierung	+
Verkehrsberuhigung	+	Sicherheit von Schulwegen	~

Legende: ++: stark positive Auswirkungen auf die Gesundheit, +: positive Auswirkungen auf die Gesundheit, ~: neutrale/keine Auswirkungen auf die Gesundheit, –: negative Auswirkungen auf die Gesundheit, —: stark negative Auswirkungen auf die Gesundheit

Empfehlungen und Impulse für das Vorhaben

Aktive Mobilität

Um aktive Mobilität im Rahmen des Vorhabens zu fördern, bedarf es gezielte Überlegungen zu Verkehrsberuhigung und Erhöhung der Sicherheit an Schulwegen. Akteur:innen, welche Einfluss auf die Verkehrsinfrastruktur haben, sowie auch Eltern sollen hinsichtlich der Förderung einer aktiven Mobilität im Kindesalter sensibilisiert bzw. in Aktivitäten zur Förderung aktiver Mobilität einbezogen werden. Dabei wurden Beispiele wie Pedibus, Fahrradkooperationen, zu Fuß mit Nachbar:in oder Großeltern / älterer Menschen und die Andockung an gesundheitsförderlichen Projekten in Gemeinden / Bezirken genannt.

Infrastruktur

Infrastrukturelle Rahmenbedingungen, wie die Schaffung von Bewegungsräumen sollen in Kooperation mit Gemeinden/Bezirken diskutiert werden. Hierbei soll auch die Förderung von Bewegung im Freien mitbedacht werden.

Pilotregionen

Um förderliche als auch hinderliche Faktoren des 3-Säulen-Modells im Laufe der ersten Umsetzungsphase zu generieren, wird empfohlen, Pilotregionen systematisch nach vorab definierten Kriterien auszuwählen, um ein repräsentatives Abbild des österreichischen Pflichtschulsettings zu erhalten (städtische/ländliche Gebiete, Schultyp und -größe, Lage und Infrastruktur, besonders zu berücksichtigende Gruppen). Hierbei können Zielindikatoren zur nachfolgenden standardisierten Evaluation festgelegt werden.

Ressourcenallokation

Um das 3-Säulen-Modell flächendeckend als bundesweit einheitliches Modell umzusetzen, bedarf es einer Ressourcenallokation auf personeller und finanzieller Ebene. Gut etablierte bundesländerspezifische Maßnahmen sollen im Rahmen der Modellumsetzung berücksichtigt und so Synergien gezielt genutzt werden.

Fazit

Im Rahmen der GFA wurden potenzielle Folgen hinsichtlich des Vorhabens einer geplanten Einführung der täglichen Bewegungseinheit bzw. des 3-Säulen-Modells auf Einflussfaktoren der Gesundheit bei Kindern im Pflichtschulalter, speziell auf besonders zu berücksichtigende Zielgruppen, qualitativ abgeschätzt. Basierend auf den Erhebungen sowie der Literaturrecherche konnten **primär positive Auswirkungen** auf die individuelle Gesundheit von Schüler:innen, auf soziale und kommunale Netzwerke, auf Lebens- und Arbeitsbedingungen im Schulsetting sowie auf Systemebene identifiziert werden. Herausforderungen, besonders zu berücksichtigende Aspekte und offene Fragen in Bezug auf das Vorhaben, die im Rahmen der Bewertungsphase in den Fokus gerückt sind, umfassen folgende Themenbereiche:

- Verbindlichkeit der geplanten Maßnahmen zur täglichen Bewegungseinheit
- Chancengerechtigkeit und Förderung von benachteiligten Schüler:innen und Schulen
- Aus-/Fort- und Weiterbildung des pädagogischen Personals und der Bewegungscoaches
- Auswahl der Pilotregionen
- Ausrollung des Bewegungsprogramms für alle österreichischen Schulen
- Langfristige Ressourcenplanung hinsichtlich Personal und Infrastruktur
- Kurzfristige Lösungsansätze für den elementarpädagogischen Bereich (z.B. Kindergärten und Kindergruppen), der in einem weiteren Prozess umfassend integriert bzw. erweitert werden soll
- Langfristige Lösungsansätze sollen die fixe Integration von 5 Unterrichtseinheiten Bewegung und Sport pro Woche für Schüler:innen im Pflichtschulalter beinhalten

Die Bewertung der Gesundheitsfolgen basieren auf Mehrheitsentscheidungen unter der Annahme, dass das **3-Säulen-Modell qualitätsvoll umgesetzt** wird. Sollte dies in der Umsetzungsphase nicht gewährleistet sein, könnten sich Änderungen hinsichtlich der gesundheitlichen Auswirkungen auf Kinder im Pflichtschulalter ergeben. Empfehlungen und Impulse, die unter anderem diese Bereiche adressieren, resultieren aus einzelnen Diskussionsbeiträgen von den Teilnehmer:innen der Fokusgruppen und der Bewertungsworkshops und wurden vom GFA-Projektteam in diesem Bericht zusammenfassend dargestellt.

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Schulen und Schüler:innen nach Schultypen 18

Tabelle 2: Schulen, Schüler:innen nach Schultypen und Bundesländern, Schuljahr 2020/21. 18

Tabelle 3: Methoden zur Erhebung potenzieller Gesundheitsfolgen 26

Tabelle 4: Faktoren individueller Gesundheit der Bewertungstabelle 76

Tabelle 5: Faktoren soziale und kommunale Netzwerke der Bewertungstabelle 78

Tabelle 6: Faktoren Lebens- und Arbeitsbedingungen der Bewertungstabelle 80

Tabelle 7: Faktoren Systemebene und umweltrelevante Faktoren der Bewertungstabelle 84

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Bevölkerungsentwicklung 2002-2021, Alter: 5 bis 14 Jahre 16

Abbildung 2: Absolute Zahlen der 5- bis 14-Jährigen in den Bundesländern, eigene Darstellung nach Statistik Austria, 2021a 17

Abbildung 3: Schüler:innen der 5. Schulstufe (AHS) nach politischen Bezirken 19

Abbildung 4: Übergewicht und Adipositas bei Kindern im Alter von 6-9 Jahren 21

Abbildung 5: Ablaufschema einer GFA 24

Abbildung 6: Einflussfaktoren auf die Gesundheit 30

Abbildung 7: Funktion/ Rolle der Teilnehmenden 67

Abbildung 8: Abfrage des Status Quo 68

Abbildung 9: Das Konzept der täglichen Bewegungseinheit soll… 69

Abbildung 10: Das Konzept der täglichen Bewegungseinheit soll… 70

Literaturverzeichnis

Alt, R., Binder, A., Helmenstein, C., Kleissner, A. & Krabb, P. (Dezember 2015). *Der volkswirtschaftliche Nutzen von Bewegung: Volkswirtschaftlicher Nutzen von Bewegung, volkswirtschaftliche Kosten von Inaktivität und Potenziale von mehr Bewegung*. Wien. SpEA SportsEconAustria Institut für Sportökonomie.

Amegah, T., Amort, F. M., Antes, G., Haas, S., Knaller, C., Perböck, M., Reif, M., Spath-Dreyer, I., Sprenger, M., Strapatsas, M., Türscherl, E., Vyslouzil, M. & Wolschlager, V. (2013). *Gesundheitsfolgenabschätzung. Leitfaden für die Praxis*. Wien.

An, R., Shen, J., Yang, Q. & Yang, Y. (2019). Impact of built environment on physical activity and obesity among children and adolescents in China: A narrative systematic review. *Journal of sport and health science*, *8*(2), 153–169. https://doi.org/10.1016/j.jshs.2018.11.003

Augste, C. & Jaitner, D. (2010). In der Grundschule werden die Weichen gestellt. *Sportwissenschaft*, *40*(4), 244–253. https://doi.org/10.1007/s12662-010-0143-y

Beck, H., Tesler, R., Barak, S., Moran, D. S., Marques, A. & Harel Fisch, Y. (2021). Can Health-Promoting Schools Contribute to Better Health Behaviors? Physical Activity, Sedentary Behavior, and Dietary Habits among Israeli Adolescents. *International journal of environmental research and public health*, *18*(3). https://doi.org/10.3390/ijerph18031183

Bericht des Sportausschusses über den Antrag 487/A(E) der Abgeordneten Tanja Graf, Petra Steger, Kolleginnen und Kollegen betreffend Sicherstellung von ausreichend Sport und Bewegung an unseren Schulen (2018). https://www.parlament.gv.at/PAKT/VHG/XXVI/I/I_00412/fnameorig_724145.html

BMUKK, BMLVS & Sport Austria Bundes-Sportorganisation. (Juli 2009). *Rahmenvereinbarung über die: Zusammenarbeit von Schule und Sport bei Angeboten von Bewegung, Spiel und Sport in österreichischen Schulen*. Wien.

Boldemann, C., Blennow, M., Dal, H., Mårtensson, F., Raustorp, A., Yuen, K. & Wester, U. (2006). Impact of preschool environment upon children's physical activity and sun exposure. *Preventive medicine*, *42*(4), 301–308. https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2005.12.006

Brägger, G., Hundeloh, H., Posse, N. & Städtler, H. (2017). *Bewegung und Lernen: Konzept und Praxis Bewegter Schulen*. Weinheim.

Breitfelder, A., Wenig, C. M., Wolfenstetter, S. B., Rzehak, P., Menn, P., John, J., Leidl, R., Bauer, C. P., Koletzko, S., Röder, S., Herbarth, O., Berg, A. von, Berdel, D., Krämer, U., Schaaf, B., Wichmann, H.-E.

& Heinrich, J. (2011). Relative weight-related costs of healthcare use by children--results from the two German birth cohorts, GINI-plus and LISA-plus. *Economics and human biology*, *9*(3), 302–315. https://doi.org/10.1016/j.ehb.2011.02.001

Bundeskanzleramt Österreich (Hrsg.). (2020). *Aus Verantwortung für Österreich. Regierungsprogramm 2020-2024*. Wien.

Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung. (August 2009). *Bundesländerübergreifender BildungsRahmenPlan für elementare Bildungseinrichtungen in Österreich*. Wien.

Lehrplan der Volksschule, https://www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/lp/lp_vs.html (2012 & i.d.F.v. BGBII. II Nr. 303/2012).

Bundesministerium für Gesundheit. (Juni 2013). *AD(H)S: Aufmerksamkeits-Defizit/Hyperaktivitäts-Störung Bericht*. Wien.

Bundesministerium für Gesundheit und Frauen (Hrsg.). (September 2017). *Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI): Bericht Österreich 2017*. Wien.

Bundesministerium für Kunst, Kultur, öffentlichen Dienst und Sport. (April 2021). *5357/AB XXVII. GP - Anfragebeantwortung*. Wien. https://www.parlament.gv.at/PAKT/VHG/XXVII/AB/AB_05357/imfname_945440.pdf

Carroll, P., Witten, K. & Duff, C. (2020). "How can we make it work for you?" Enabling sporting assemblages for disabled young people. *Social science & medicine (1982)*, 113213. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113213

Chi, X., Liang, K., Chen, S.-T., Huang, Q., Huang, L., Yu, Q., Jiao, C., Guo, T., Stubbs, B., Hossain, M. M., Yeung, A., Kong, Z. & Zou, L. (2020). Mental health problems among Chinese adolescents during the COVID-19: The importance of nutrition and physical activity. *International journal of clinical and health psychology : IJCHP*, 100218. https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.100218

Cradock, A. L., Barrett, J. L., Taveras, E. M., Peabody, S., Flax, C. N., Giles, C. M. & Gortmaker, S. L. (2019). Effects of a before-school program on student physical activity levels. *Preventive medicine reports*, *15*, 100940. https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.100940

Craemer, M. de, Decker, E. de, Verloigne, M., Bourdeaudhuij, I. de, Manios, Y. & Cardon, G. (2014). The effect of a kindergarten-based, family-involved intervention on objectively measured physical activity in Belgian preschool boys and girls of high and low SES: the ToyBox-study. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, *11*(1), 38. https://doi.org/10.1186/1479-5868-11-38

Dadaczynski, K. & Schiemann, S. (2015). Welchen Einfluss haben körperliche Aktivität und Fitness im Kindes- und Jugendalter auf Bildungsoutcomes? *Sportwissenschaft*, *45*(4), 190–199. https://doi.org/10.1007/s12662-015-0381-0

Ding, D., Lawson, K. D., Kolbe-Alexander, T. L., Finkelstein, E. A., Katzmarzyk, P. T., van Mechelen, W. & Pratt, M. (2016). The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases. *The Lancet*, *388*(10051), 1311–1324. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30383-X

Dobbins, M., Husson, H., DeCorby, K. & LaRocca, R. L. (2013). School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6 to 18. *The Cochrane database of systematic reviews*(2), CD007651. https://doi.org/10.1002/14651858.CD007651.pub2

Drenowatz, C., Hinterkörner, F. & Greier, K. (2021). Physical Fitness and Motor Competence in Upper Austrian Elementary School Children-Study Protocol and Preliminary Findings of a State-Wide Fitness Testing Program. *Frontiers in sports and active living*, *3*, 635478. https://doi.org/10.3389/fspor.2021.635478

Ericsson, I. & Karlsson, M. K. (2011). Effects of increased physical activity and motor training on motor skills and self-esteem. An intervention study in school years 1 through 9. *International journal of Sport Psychology*, 1–19.

Ericsson, I. & Karlsson, M. K. (2012). Motor skills and school performance in children with daily physical education in school--a 9-year intervention study. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, *24*(2), 273–278. https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2012.01458.x

Felder-Puig, R., Teutsch, F., Ramelow, D. & Maier, G. (2019). *Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülerinnen und Schülern: Ergebnisse des WHO-HBSC-Survey 2018* (Stand: Mai 19). Bundesministerium Arbeit Soziales Gesundheit und Konsumentenschutz.

Fonds Gesundes Österreich (Hrsg.). (2020a). *Österreichische Bewegungsempfehlungen*. Wien.

Fonds Gesundes Österreich (Hrsg.). (2020b). *Österreichische Bewegungsempfehlungen*. Wien.

French, S. A., Fan, Y., Kunin-Batson, A. S., Berge, J. M., Kohli, N., Lamm, R. Z. & Sherwood, N. E. (2021). Three-Year Changes in Low-Income Children's Physical Activity: Prospective Influence of Neighborhood Environment and Parent Supportive Behavior. *The Journal of Pediatrics: X*, *6*, 100066. https://doi.org/10.1016/j.ympdx.2021.100066

Fritz, J., Cöster, M. E., Rosengren, B. E., Karlsson, C. & Karlsson, M. K. (2020). Daily School Physical Activity Improves Academic Performance. *Sports (Basel, Switzerland)*, *8*(6). https://doi.org/10.3390/sports8060083

Frömel, K., Vašíčková, J., Skalik, K., Svozil, Z., Groffik, D. & Mitáš, J. (2021). Physical Activity Recommendations in the Context of New Calls for Change in Physical Education. *International journal of environmental research and public health*, *18*(3). https://doi.org/10.3390/ijerph18031177

Gualdi-Russo, E., Zaccagni, L., Manzon, V. S., Masotti, S., Rinaldo, N. & Khyatti, M. (2014). Obesity and physical activity in children of immigrants. *European journal of public health*, *24 Suppl 1*, 40–46. https://doi.org/10.1093/eurpub/cku111

Ha, A. S., Lonsdale, C., Lubans, D. R. & Ng, J. Y. Y. (2017). Increasing students' physical activity during school physical education: rationale and protocol for the SELF-FIT cluster randomized controlled trial. *BMC public health*, *18*(1), 11. https://doi.org/10.1186/s12889-017-4553-8

Helmenstein, C., Kleissner, A., Maidorn, S., Majer, D., Michael Anneliese & Radlherr, A. (Februar 2013). *Eine tägliche Turnstunde an Österreichs Schulen: ökonomische Aspekte*. Wien. SpEA SportsEconAustria.

Hillman, C. H. & Schott, N. (2013). Der Zusammenhang von Fitness, kognitiver Leistungsfähigkeit und Gehirnzustand im Schulkindalter. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, *20*(1), 33–41. https://doi.org/10.1026/1612-5010/a000085

Höfner-Harttila, G. (März 2021). *Sport Austria: Erstmals arbeiten drei Ministerien an täglicher Bewegungseinheit.* Sport Austria. https://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20210322_OTS0037/sport-austria-erstmals-arbeiten-drei-ministerien-an-taeglicher-bewegungseinheit

Hollis, J. L., Sutherland, R., Campbell, L., Morgan, P. J., Lubans, D. R., Nathan, N., Wolfenden, L., Okely, A. D., Davies, L., Williams, A., Cohen, K. E., Oldmeadow, C., Gillham, K. & Wiggers, J. (2016). Effects of a 'school-based' physical activity intervention on adiposity in adolescents from economically disadvantaged communities: secondary outcomes of the 'Physical Activity 4 Everyone' RCT. *International journal of obesity (2005)*, *40*(10), 1486–1493. https://doi.org/10.1038/ijo.2016.107

Holodnik, C. T. (Mai 2018). *Auswirkungen einer täglichen Bewegungs- und Sporteinheit auf die sportmotorische Leistungsfähigkeit und den Gewichtsstatus bei Tiroler Volksschulkindern*. Innsbruck. Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft.

ICG. (2021, 22. Juni). *3-Säulen-Modell_2021-06-22_GFA.*

Idler, N., Teuner, C. M., Hunger, M., Holle, R., Ortlieb, S., Schulz, H., Bauer, C.-P., Hoffmann, U., Koletzko, S., Lehmann, I., Berg, A. von, Berdel, D., Hoffmann, B., Schaaf, B., Heinrich, J. & Wolfenstetter, S. B. (2015). The association between physical activity and healthcare costs in children--results from the GINIplus and LISAplus cohort studies. *BMC public health*, *15*, 437. https://doi.org/10.1186/s12889-015-1721-6

Jaarsma, E. A. & Smith, B. (2018). Promoting physical activity for disabled people who are ready to become physically active: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, *37*, 205–223. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.08.010

Janssen, I. & Leblanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, *7*, 40. https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-40

Jarnig, G., Jaunig, J. & van Poppel, M. N.M. (2021). *Changes in cardiorespiratory fitness and body mass index due to COVID-19 mitigation measures in Austrian children aged 7 to 10 years.* https://doi.org/10.1101/2021.04.09.21255185

Jonsson, L., Berg, C., Larsson, C., Korp, P. & Lindgren, E.-C. (2017). Facilitators of Physical Activity: Voices of Adolescents in a Disadvantaged Community. *International journal of environmental research and public health*, *14*(8). https://doi.org/10.3390/ijerph14080839

Kelso, A., Reimers, A. K., Abu-Omar, K., Wunsch, K., Niessner, C., Wäsche, H. & Demetriou, Y. (2021). Locations of Physical Activity: Where Are Children, Adolescents, and Adults Physically Active? A Systematic Review. *International journal of environmental research and public health*, *18*(3). https://doi.org/10.3390/ijerph18031240

Ketelhut, S., Ketelhut, K., Hacke, C. & Ketelhut, R. G. (2017). Daily Physical Activity Improves Vascular Function and Motor Skills in Children. *Journal of Sports Science*, *5*(2). https://doi.org/10.17265/2332-7839/2017.02.002

Kleszczewska, D., Mazur, J., Bucksch, J., Dzielska, A., Brindley, C. & Michalska, A. (2020). Active Transport to School May Reduce Psychosomatic Symptoms in School-Aged Children: Data from Nine Countries. *International journal of environmental research and public health*, *17*(23). https://doi.org/10.3390/ijerph17238709

Klimabündnis Österreich. *Pedibus – Mit Freude, sicher und gesund zu Fuß unterwegs*. https://www.klimabuendnis.at/pedibus

Knisel, E., Rupprich, H., Wunram, A., Bremer, M. & Desaive, C. (2020). Promotion of Elementary School Students' Health Literacy. *International journal of environmental research and public health*, *17*(24). https://doi.org/10.3390/ijerph17249560

Kobel, S., Kettner, S., Hermeling, L., Dreyhaupt, J. & Steinacker, J. M. (2019). Objectively assessed physical activity and weight status of primary school children in Germany with and without migration backgrounds. *Public health*, *173*, 75–82. https://doi.org/10.1016/j.puhe.2019.05.009

Kobel, S., Wartha, O., Lämmle, C., Dreyhaupt, J. & Steinacker, J. M. (2019). Intervention effects of a kindergarten-based health promotion programme on obesity related behavioural outcomes and BMI percentiles. *Preventive medicine reports*, *15*, 100931. https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.100931

Korte, M. (2010). *Wie Kinder heute lernen. Was die Wissenschaft über das kindliche Gehirn weiß.* Deutsche Verlags-Anstalt.

Lahti, A., Rosengren, B. E., Nilsson, J.-Å., Karlsson, C. & Karlsson, M. K. (2018). Long-term effects of daily physical education throughout compulsory school on duration of physical activity in young adulthood: an 11-year prospective controlled study. *BMJ open sport & exercise medicine*, *4*(1), e000360. https://doi.org/10.1136/bmjsem-2018-000360

Lambourne, K. & Tomporowski, P. (2010). The effect of exercise-induced arousal on cognitive task performance: a meta-regression analysis. *Brain research*, *1341*, 12–24. https://doi.org/10.1016/j.brainres.2010.03.091

Langford, R., Bonell, C. P., Jones, H. E., Pouliou, T., Murphy, S. M., Waters, E., Komro, K. A., Gibbs, L. F., Magnus, D. & Campbell, R. (2014). The WHO Health Promoting School framework for improving the health and well-being of students and their academic achievement. *The Cochrane database of systematic reviews*(4), CD008958. https://doi.org/10.1002/14651858.CD008958.pub2

Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie - BIPS. (2021). *Z-Score-Standardisierung*. https://www.bips-institut.de/forschung/software/mets-score/z-score-standardisierung.html

Leonie, T. & Böheim, R. (2018). *Fehlzeitenreport 2018: Krankheits- und unfallbedingte Fehlzeiten in Österreich - Präsentismus und Absentismus*. https://ideas.repec.org/b/wfo/wstudy/61487.html

Love, R., Adams, J. & van Sluijs, E. M. F. (2019). Are school-based physical activity interventions effective and equitable? A meta-analysis of cluster randomized controlled trials with accelerometer-assessed activity. *Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity*, *20*(6), 859–870. https://doi.org/10.1111/obr.12823

MacArthur, G., Caldwell, D. M., Redmore, J., Watkins, S. H., Kipping, R., White, J., Chittleborough, C., Langford, R., Er, V., Lingam, R., Pasch, K., Gunnell, D., Hickman, M. & Campbell, R. (2018). Individual-, family-, and school-level interventions targeting multiple risk behaviours in young people. *The Cochrane database of systematic reviews*, *10*, CD009927. https://doi.org/10.1002/14651858.CD009927.pub2

Martin, A., Booth, J. N., Laird, Y., Sproule, J., Reilly, J. J. & Saunders, D. H. (2018). Physical activity, diet and other behavioural interventions for improving cognition and school achievement in children and

adolescents with obesity or overweight. *The Cochrane database of systematic reviews*, *3*, CD009728. https://doi.org/10.1002/14651858.CD009728.pub4

Mayer, S., Felder-Puig, R., Gollner, E. & Dorner, T. E. (2020). Bewegungsverhalten, Kosten mangelnder körperlicher Aktivität und Bewegungsförderung in Österreich [Exercise Behavior, Costs of Physical Inactivity, and Physical Activity Promotion in Austria]. *Gesundheitswesen (Bundesverband der Arzte des Offentlichen Gesundheitsdienstes (Germany)*, *82*(S 03), S196-S206. https://doi.org/10.1055/a-1219-7701

Nixon, C., Douthwaite, W., Summerbell, C. D. & Moore, H. (2012). *A systematic review to identify behavioural models underpinning school-based interventions in pre-primary and primary settings for the prevention of obesity in children aged 4-6 years.*

Nogueira, R. C., Weeks, B. K. & Beck, B. R. (2014). An in-school exercise intervention to enhance bone and reduce fat in girls: the CAPO Kids trial. *Bone*, *68*, 92–99. https://doi.org/10.1016/j.bone.2014.08.006

Okuyama, J., Seto, S., Fukuda, Y., Funakoshi, S., Amae, S., Onobe, J., Izumi, S., Ito, K. & Imamura, F. (2021). Mental Health and Physical Activity among Children and Adolescents during the COVID-19 Pandemic. *The Tohoku journal of experimental medicine*, *253*(3). https://doi.org/10.1620/tjem.253.203

Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Castillo, M. J. & Sjöström, M. (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: a powerful marker of health. *International journal of obesity (2005)*, *32*(1), 1–11. https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0803774;

Österreichische Autistenhilfe. Kompetenz- und Therapiezentrum für das Autismus-Spektrum. (2020). *Häufigkeit*. https://www.autistenhilfe.at/autismus/haeufigkeit/

Österreichische Parlamentsdirektion. (2018, 30. November). *Entschließung betreffend Sicherstellung von ausreichend Sport und Bewegung an unseren Schulen: 412 der Beilagen XXVI. GP - Ausschussbericht NR - Entschließungstext*. Wien. https://www.parlament.gv.at/PAKT/VHG/XXVI/I/I_00412/fname_724146.pdf

Pietrobelli, A., Pecoraro, L., Ferruzzi, A., Heo, M., Faith, M., Zoller, T., Antoniazzi, F., Piacentini, G., Fearnbach, S. N. & Heymsfield, S. B. (2020). Effects of COVID-19 Lockdown on Lifestyle Behaviors in Children with Obesity Living in Verona, Italy: A Longitudinal Study. *Obesity (Silver Spring, Md.)*, *28*(8), 1382–1385. https://doi.org/10.1002/oby.22861

Poitras, V. J., Gray, C. E., Borghese, M. M., Carson, V., Chaput, J.-P., Janssen, I., Katzmarzyk, P. T., Pate, R. R., Connor Gorber, S., Kho, M. E., Sampson, M. & Tremblay, M. S. (2016). Systematic review of the

relationships between objectively measured physical activity and health indicators in school-aged children and youth. *Applied physiology, nutrition, and metabolism = Physiologie appliquee, nutrition et metabolisme*, *41*(6 Suppl 3), S197-239. https://doi.org/10.1139/apnm-2015-0663

Poulain, T., Meigen, C., Sobek, C., Ober, P., Igel, U., Körner, A., Kiess, W. & Vogel, M. (2021). Loss of childcare and classroom teaching during the COVID-19-related lockdown in spring 2020: A longitudinal study on consequences on leisure behavior and schoolwork at home. *PloS one*, *16*(3), e0247949. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247949

Pulido Sánchez, S. & Iglesias Gallego, D. (2021). Evidence-Based Overview of Accelerometer-Measured Physical Activity during School Recess: An Updated Systematic Review. *International journal of environmental research and public health*, *18*(2). https://doi.org/10.3390/ijerph18020578

Reif, A. (2019). *Evaluation einer erhöhten Anzahl an Sport- und Bewegungseinheiten: Untersuchung der sportmotorischen Fähigkeiten und des Selbstwertgefühls in allgemeinbildenden höheren Schulen* [Dissertation]. Universität Wien, Wien.

Ridgers, N. D., Salmon, J., Parrish, A.-M., Stanley, R. M. & Okely, A. D. (2012). Physical activity during school recess: a systematic review. *American journal of preventive medicine*, *43*(3), 320–328. https://doi.org/10.1016/j.amepre.2012.05.019

Röser, A. (2018). *Einfluss der täglichen Bewegungs- und Sporteinheit auf die sportmotorische Leistungsfähigkeit bei Tiroler Volksschulkindern (1. Schulstufe) in Abhängigkeit des Geschlechts* [Diplomarbeit]. Leopold-Franzens-Universität Innsbruck, Innsbruck.

Sacheck, J. M., Wright, C. M., Amin, S. A., Anzman-Frasca, S., Chomitz, V. M., Chui, K. K., Duquesnay, P. J., Nelson, M. E. & Economos, C. D. (2021). The Fueling Learning Through Exercise Study Cluster RCT: Impact on Children's Moderate-to-Vigorous Physical Activity. *American journal of preventive medicine.* Vorab-Onlinepublikation. https://doi.org/10.1016/j.amepre.2021.01.002

Sandberg, E., Möller, M., Särnblad, S., Appelros, P. & Duberg, A. (2021). Dance intervention for adolescent girls: Effects on daytime tiredness, alertness and school satisfaction. A randomized controlled trial. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, *26*, 505–514. https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2020.09.001

Schmiade, N. & Mutz, M. (2012). Sportliche Eltern, sportliche Kinder. *Sportwissenschaft*, *42*(2), 115–125. https://doi.org/10.1007/s12662-012-0239-7

Senatsverwaltung für Inneres und Sport (Hrsg.). (September 2016). *Bewegung fördern zahlt sich aus: Zum ökonomischen Nutzen von Bewegungsförderung*. Berlin.

Senatsverwaltung für Inneres und Sport,. (2018). *Gesundheitlicher Nutzen von Sport und Bewegung*. Berlin.

Sigmund, E., Sigmundová, D. & El Ansari, W. (2009). Changes in physical activity in pre-schoolers and first-grade children: longitudinal study in the Czech Republic. *Child: care, health and development*, *35*(3), 376–382. https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2009.00945.x

Sport Austria Bundes-Sportorganisation. (2015). *Gesetzliche Regelungen*. https://www.sportaustria.at/de/schwerpunkte/soziales-und-gesellschaftspolitik/sport-und-schule/gesetzliche-regelungen/

Statistik Austria. (2021a). *Bevölkerung nach Alter und Geschlecht*. https://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/bevoelkerung/bevoelkerungsstruktur/bevoelkerung_nach_alter_geschlecht/index.html

Statistik Austria. (2021b). *Schulbesuch*. http://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/bildung/schulen/schulbesuch/index.html

Statistik Austria. (2021c, 16. Juni). *Gesundheitsausgaben in Österreich laut System of Health Accounts (SHA) - Schnellschätzung 2020*. Wien. http://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/gesundheit/gesundheitsausgaben/055358.html

Sturm, D. J., Bachner, J., Renninger, D., Haug, S. & Demetriou, Y. (2021). A cluster randomized trial to evaluate need-supportive teaching in physical education on physical activity of sixth-grade girls: A mixed method study. *Psychology of Sport and Exercise*, *54*(2), 101902. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101902

Sung, M., Rhie, S., Kim, J. H., Lee, S. W., Ha, E. K., Jee, H. M., Yoo, E.-G., Chae, K. Y. & Han, M. Y. (2021). Assessment of vitamin D, exercise, and lipid profile associated with excessive daytime sleepiness in school children. *Sleep medicine*, *77*, 51–57. https://doi.org/10.1016/j.sleep.2020.11.017

Uhlenbrock, K., Thorwesten, L., Sandhaus, M., Fromme, A., Brandes, M., Rosenbaum, D., Dieterich, S. & Völker, K. (2008). Schulsport und Alltagsaktivität bei neun- bis elfjährigen Grundschülern. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, *59*(10), 228–233.

Universität für Bodenkultur Wien. *AKTIV-GESUND zu Kindergarten und Schule*. https://boku.ac.at/rali/verkehr/aktiv-gesund-zu-kindergarten-und-schule

van Sluijs, E. M. F., McMinn, A. M. & Griffin, S. J. (2007). Effectiveness of interventions to promote physical activity in children and adolescents: systematic review of controlled trials. *BMJ (Clinical research ed.)*, *335*(7622), 703. https://doi.org/10.1136/bmj.39320.843947.BE

Wenig, C. M. (2012). The impact of BMI on direct costs in children and adolescents: empirical findings for the German Healthcare System based on the KiGGS-study. *The European journal of health economics : HEPAC : health economics in prevention and care*, *13*(1), 39–50. https://doi.org/10.1007/s10198-010-0278-7

Wolfenden, L., Barnes, C., Jones, J., Finch, M., Wyse, R. J., Kingsland, M., Tzelepis, F., Grady, A., Hodder, R. K., Booth, D. & Yoong, S. L. (2020). Strategies to improve the implementation of healthy eating, physical activity and obesity prevention policies, practices or programmes within childcare services. *The Cochrane database of systematic reviews*, *2*, CD011779. https://doi.org/10.1002/14651858.CD011779.pub3.

Wolfenden, L., Nathan, N. K., Sutherland, R., Yoong, S. L., Hodder, R. K., Wyse, R. J., Delaney, T., Grady, A., Fielding, A., Tzelepis, F., Clinton-McHarg, T., Parmenter, B., Butler, P., Wiggers, J., Bauman, A., Milat, A., Booth, D. & Williams, C. M. (2017). Strategies for enhancing the implementation of school-based policies or practices targeting risk factors for chronic disease. *The Cochrane database of systematic reviews*, *11*, CD011677. https://doi.org/10.1002/14651858.CD011677.pub2

World Health Organization. (2018a). *COSI Factsheet - Childhood Obesity Surveillance Initiative: Highlights 2015-17*. https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/372426/WH14_COSI_factsheets_v2.pdf

World Health Organization (Hrsg.). (2018b). *Promoting physical activity in the education sector: Current status and success stories from the European Union Member States of the WHO European Region.*

World Health Organization. (2021). *What is a Health Promoting School?* https://www.who.int/health-promoting-schools/overview/en/

Yu, C. C. W., Wong, S. W. L., Lo, F. S. F., So, R. C. H. & Chan, D. F. Y. (2018). Study protocol: a randomized controlled trial study on the effect of a game-based exercise training program on promoting physical fitness and mental health in children with autism spectrum disorder. *BMC psychiatry*, *18*(1), 56. https://doi.org/10.1186/s12888-018-1635-9

Zang, Y. (2019). Impact of physical exercise on children with attention deficit hyperactivity disorders: Evidence through a meta-analysis. *Medicine*, *98*(46), e17980. https://doi.org/10.1097/MD.0000000000017980

Zhu, X., Yoshikawa, A., Qiu, L., Lu, Z., Lee, C. & Ory, M. (2020). Healthy workplaces, active employees: A systematic literature review on impacts of workplace environments on employees' physical activity and sedentary behavior. *Building and Environment*, *168*, 106455. https://doi.org/10.1016/j.buildenv.2019.106455

Anhang

Lehrpläne österreichischer Volksschulen

Die gesetzliche Grundlage der Lehrpläne österreichischer Volksschulen bildet das BGBl. Nr. 134/1963 in der Fassung BGBl. II Nr. 303/2012 vom 13.September 2012 (BMBWF, o.J.).

Stundenplan der 1.-4 Schulstufe

In den ersten beiden Schulstufen (ST) sind pro Woche jeweils drei Stunden, in den Schulstufen drei und vier jeweils zwei Stunden Bewegung und Sport vorgesehen. Es gibt keine verbindlichen Übungen zum Thema Bewegung und Sport. Betreffend der unverbindlichen Übungen, stehen im Bereich Bewegung und Sport bei Ermächtigung für schulautonome Lehrplanbestimmung ein bis zwei Wochenstunden in allen vier Schulstufen zur Verfügung, während im Vergleich zu „keinen“ schulautonomen Lehrplänen zwei Wochenstunden für Bewegung und Sport zur Verfügung stehen. Ein Gesamtüberblick der Wochenstunden im Kontext Bewegung und Sport der Schulstufen 1-4 wird in der folgenden Tabelle (1) dargestellt (BMBWF, o.J.).

Tabelle 1.: Stundenplan der Volksschule 1.-4. Schulstufe und Wochenstunden, Schwerpunkt Bewegung und Sport

Wochenstunden Schulfach Bewegung und Sport					
	1. Schulstufe	2.Schulstufe	3.Schulstufe	4.Schulstufe	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	3	3	2	2	10
Unverbindliche Übung (Ermächtigung für schulautonome Lehrplanbestimmungen (LB))	(1)–2	(1)–2	(1)–2	(1)–2	(1)–2
Unverbindliche Übung (soweit keine schulautonomen LB)	2	2	2	2	8

Gesamt	5	5	4	4	10

Quelle: Basierend auf Lehrplan der Volksschule (BMBWF, o.J.). BGBl. Nr. 134/1963 in der Fassung BGBl. Nr. 303/2012 vom 13.September 2012. Download von https://www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/lp/lp_vs.html

Lehrpläne der österreichischen Mittelschulen

Nach positiver Absolvierung der Volksschule ist es jedem Kind gestattet, eine Mittelschule (MS) zu besuchen, welche mit dem Schuljahr 2020/21, als Pflichtschule aller 10- bis 14-Jährigen, die Neue Mittelschule (NMS) ablöst (BMBWF, o.J.). Die gesetzliche Grundlage der Lehrpläne für Mittelschulen bildet das BGBl. II Nr. 185/2012 (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Neben den Sonderformen der Musik-Mittelschulen und der Sport-Mittelschulen, sieht der MS-Lehrplan vier mögliche Schwerpunktbereiche vor:

1. Sprachlich-humanistisch-geisteswissenschaftlich
2. Naturwissenschaftlich-mathematisch
3. Ökonomisch-lebenskundlich
4. Musisch-kreativ

„Darüber hinaus können weitere autonome Schwerpunktsetzungen an den jeweiligen Schulstandorten vorgenommen werden“ (BMBWF, o.J.).

Stundentafel der 1.-4. Klasse (schulautonome Lehrplanbestimmung)

In der ersten bis vierten Klasse sind bei schulautonomer Lehrplanbestimmung 13-19 Stunden Bewegung und Sport pro Woche vorgesehen (siehe Tabelle 2) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 2.: Stundentafel, schulautonome Lehrplanbestimmung

Klassen- u. Wochenstunden Pflichtgegenstand Bewegung und Sport

	1. Klasse*	2. Klasse*	3. Klasse*	4. Klasse*	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	o.A.	o.A.	o.A.	o.A.	13-19

*in Übereinstimmung mit dem allgemeinen Bildungsziel können zusätzliche Freigegenstände und unverbindliche Übungen im Hinblick auf Bedürfnisse, Interessen, Begabungen und Neigungen der Schülerinnen und Schüler implementiert werden

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Stundentafel der 1. - 4. Klasse mit sprachlichem, humanistischem und geisteswissenschaftlichem Schwerpunkt (keine schulautonome Lehrplanbestimmung)

Soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen stehen im Pflichtfach Bewegung und Sport in der ersten Klasse vier Stunden pro Woche, und in den zweiten bis vierten Klasse jeweils 3 Stunden pro Woche zur Verfügung (In Summe 13, siehe Tabelle 3) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 3.: Stundentafel mit sprachlichem, humanistischem und geisteswissenschaftlichem Schwerpunkt

Klassen- u. Wochenstunden Pflichtgegenstand Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	4	3	3	3	13

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Stundentafel der 1. - 4. Klasse mit naturwissenschaftlichem und mathematischem Schwerpunkt (keine schulautonome Lehrplanbestimmung)

Soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen, stehen im Pflichtfach Bewegung und Sport in der ersten Klasse vier Stunden pro Woche, und in den zweiten bis vierten Klasse jeweils 3 Stunden pro Woche zur Verfügung (In Summe 13, siehe Tabelle 4) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 4.: Stundentafel mit naturwissenschaftlichem und geisteswissenschaftlichem Schwerpunkt

Klassen- u. Wochenstunden Pflichtgegenstand Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	4	3	3	3	13

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Stundentafel der 1. - 4. Klasse mit ökonomischen und lebenskundlichem Schwerpunkt (keine schulautonome Lehrplanbestimmung)

Soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen stehen im Pflichtfach Bewegung und Sport in der ersten Klasse vier Stunden pro Woche, und in den zweiten bis dritten Klasse jeweils 3 Stunden pro Woche und in der vierten Klasse vier Stunden pro Woche zur Verfügung (In Summe 14, siehe Tabelle 5) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 5.: Stundentafel mit ökonomischen und lebenskundlichem Schwerpunkt

Klassen- u. Wochenstunden Pflichtgegenstand Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	4	3	3	4	14

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Stundentafel der 1. - 4. Klasse mit musisch-kreativen Schwerpunktbereichen (keine schulautonome Lehrplanbestimmung)

Soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen, stehen im Pflichtfach Bewegung und Sport in der ersten Klasse vier Stunden pro Woche, und in den zweiten bis vierten Klassen jeweils 3 Stunden pro Woche zur Verfügung (In Summe 14, siehe Tabelle 6) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 6.: Stundentafel mit musisch-kreativen Schwerpunktbereich

Klassen- u. Wochenstunden Pflichtgegenstand Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	4	3	3	3	13

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Stundentafel der 1. - 4. Klasse ohne Führung eines Schwerpunktbereiches (keine schulautonome Lehrplanbestimmung)

Soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen, stehen im Pflichtfach Bewegung und Sport in der ersten Klasse vier Stunden pro Woche, in den zweiten bis dritten Klassen jeweils 3 Stunden pro Woche und in den vierten Klassen vier Stunden pro Woche zur Verfügung (In Summe 14, siehe Tabelle 7) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 7.: Stundentafel ohne Schwerpunktbereich

Klassen- u. Wochenstunden Pflichtgegenstand Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	4	3	3	4	14

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Freigegenstände und unverbindliche Übungen

Um die Entfaltung der Schüler:innen entsprechend ihrer persönlichen Interessen zu fördern, muss ein breites Angebot an Freigegenständen und unverbindlichen Übungen, „insbesondere aus dem naturwissenschaftlich-technischen, musisch-kreativen, sprachlichen, sportlichen und spielerisch-forschenden Bereich“ angeboten werden. „Für besonders begabte, interessierte bzw. vorgebildete“ Schüler:innen besteht die Möglichkeit einen Unterrichtsgegenstand mit gesonderten Anforderungen zu führen, dies kann mit einem Zusatz in der Gegenstandsbezeichnung gekennzeichnet werden (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Stundentafel 1.-4. Klasse unter besonderer Berücksichtigung der musischen Ausbildung (Musikmittelschule)

Der Lehrplan für Mittelschulen unter besonderer Berücksichtigung der musischen Ausbildung (Musikmittelschulen) ist im Art. 1 §1 Z. 2 Anlage 2 des BGBl. II Nr. 185/2012, in der Fassung BGBl. II Nr. 379/2020, beschrieben) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Ermächtigung für schulautonome Lehrplanbestimmungen:

In Summe sind im Lehrplan der Musikmittelschulen 11-19 Wochenstunden für das Schulfach Bewegung und Sport, verteilt auf alle 4 Schulstufen, vorgesehen (Tabelle 8) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 8.: Lehrplan der Musikmittelschule

Wochenstunden Schulfach Bewegung und Sport					
	1.Klasse	2.Klasse	3.Klasse	4.Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand	3	3	3	2	11

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Stundentafel 1.-4. Klasse unter besondere Berücksichtigung der sportlichen Ausbildung (Sportmittelschule)

Der Lehrplan für Mittelschulen unter besonderer Berücksichtigung der sportlichen Ausbildung (Sportmittelschulen) ist im Art. 1 § 1 Z. 3 Anlage 3 des BGBl. II Nr. 185/2012, in der Fassung BGBl. II Nr. 379/2020, beschrieben (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Ermächtigung für schulautonome Lehrplanbestimmungen: In Summe sind im Lehrplan für Sportmittelschulen 28-30 Wochenstunden für das Schulfach Bewegung und Sport (einschließlich speziellem Konditions- und Skitraining), verteilt auf alle vier Schulstufen, vorgesehen (Tabelle 9) (Art. 1§ 1 Z. 3 Lehrpläne der Mittelschulen, 2020) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen:

Tabelle 9: Lehrplan der Sportmittelschulen

Wochenstunden Schulfach Bewegung und Sport (einschl. speziellem Konditions- u. Skitraining)					
	1.Klasse	2.Klasse	3.Klasse	4.Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand	8	7	7	7	29

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Stundentafel der 1. - 4. Klasse unter besonderer Berücksichtigung der skisportlichen Ausbildung (für schulautonome Lehrplanbestimmung)

Obwohl in diesem Kapitel die erwünschte Wochenstundenanzahl im Bereich Bewegung und Sport klar überschritten wird, sollen die folgenden Beschreibungen zur Ergänzung für den Gesamtüberblick dienen. Bei schulautonomen Lehrplanbestimmungen stehen im Pflichtfach Bewegung und Sport (inklusive Konditions- u. Skitraining) in den ersten bis vierten Klassen 46-48 Wochenstunden zur Verfügung (Tabelle 10) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 10.: Stundentafel unter Besonderer Berücksichtigung der skisportlichen Ausbildung (schulautonome Lehrplanbestimmung)

Klassen- u. Wochenstunden Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Summe Wochenstunden
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport (incl. Konditions- u. Skitraining	o.A.	o.A.	o.A.	o.A.	46-48

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Stundentafel der 1. - 4. Klasse unter besonderer Berücksichtigung der skisportlichen Ausbildung (keine schulautonome Lehrplanbestimmung)

Gibt es keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen, so stehen im Pflichtfach Bewegung und Sport (inklusive Konditions- u. Skitraining) in den ersten bis zweiten Klassen 12 Stunden pro Woche, in den dritten Klassen 11 Stunden pro Woche und in den vierten Klassen 12 Stunden pro Woche (Gesamtwochenstunden 47) zur Verfügung (Tabelle 11) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 11.: Stundentafel unter Besonderer Berücksichtigung der skisportlichen Ausbildung (keine schulautonome Lehrplanbestimmung)

Klassen- u. Wochenstunden Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Summe Wochenstunden
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport (incl. Konditions- u. Skitraining	12	12	11	12	47

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Stundentafel der 1. - 4. Klasse für den Unterricht in slowenischer Sprache welche in Mittelschulen mit deutscher Unterrichtssprache eingerichtet sind

Bei schulautonomen Lehrplanbestimmungen stehen im Pflichtfach Bewegung und Sport in den ersten bis vierten Klassen 11-19 Wochenstunden zur Verfügung (Tabelle 12) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 12.: Stundentafel mit schulautonome Lehrplanbestimmung

Klassen- u. Wochenstunden Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Summe Wochenstunden
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	o.A.	o.A.	o.A.	o.A.	11-19

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Gibt es keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen, stehen im Pflichtfach Bewegung und Sport in den ersten bis vierten Klassen 12 Stunden pro Woche zur Verfügung (Tabelle 13). Dasselbe gilt für Mittelschulen dieser Art mit den Schwerpunkten Naturwissenschaften und Mathematik, mit ökonomischen und lebenskundlichen Schwerpunkten und ohne Schwerpunkte mit Ausnahme des musisch-kreativen Schwerpunktes, wo in

Summe 10 Stunden Bewegung und Sport in der Stundentafel verankert sind (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Tabelle 13.: Stundentafel ohne schulautonome Lehrplanbestimmung (ohne und mit Schwerpunkten (Ausnahme musisch-kreativer Schwerpunkt)

Klassen- u. Wochenstunden Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Summe Wochenstunden
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	3	3	3	3	12

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne der Mittelschulen (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021). BGBl. II Nr. 185/2012 Download von RIS – Lehrpläne der Mittelschulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Was die Freigegenstände und unverbindlichen Übungen betrifft wären im Kontext Bewegung und Sport die Unterrichtsfächer „Darstellendes Spiel“ (2-8 Wochenstunden) noch zu erwähnen) (Rechtsinformationssystem des Bundes, 2021).

Lehrpläne der österreichischen Sonderschulen

Die Lehrpläne der Allgemeinen Sonderschule sind im §3 Abs. 1 Z. 1 des BGBl. Nr. 134/1963 in der Fassung BGBl. II Nr. 135/2000 in der Anlage C/1 beschrieben (BGBl.II, 2000). Für den Pflichtgegenstand Bewegung und Sport sind **für die Grundstufen I und II** (1. bis 4. Schulstufe) lt. Stundentafel 12 Stunden verankert (siehe Tabelle 14) und für die **Sekundarstufe I** (5. bis 8. Schulstufe) 9-12 Stunden verankert (siehe Tabelle 15) (RIS, o.J.).

Die Lehrpläne der Sonderschule für gehörlose, blinde und schwerstbehinderte Kinder, den Lehrplan für die Sondererziehungsschule, der Lehrplan für das Berufsvorbereitungsjahr bzw. Sonderschulsparten ohne eigenen Lehrplan näher wurden nicht detailliert dargestellt.

Tabelle 14: Stundentafeln der Grundstufen I und II der Allgemeinen Sonderschule

Klassen- u. Wochenstunden Bewegung und Sport					
	1.Klasse	2.Klasse	3.Klasse	4.Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung Sport	3	3	3	3	12
Unverbindliche Übungen Bewegung Sport (Ermächtigung für schulautonome Lehrplanbestimmungen)	(1)2	(1)2	(1)2	(1)2	4-8
Unverbindliche Übung Bewegung Sport **(**soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen)	1	1	1	1	4

Quelle: Basierend auf Lehrplan der Allgemeinen Sonderschulen, Anlage C1 (o.J.). Download von RIS Dokument (bka.gv.at)

Schulstufen und Wochenstunden: -Einzelne Pflichtgegenstände können durch schulautonome Lehrplanbestimmungen „pro Schulstufe um höchstens eine Wochenstunde, insgesamt um höchstens zwei Wochenstunden erhöht bzw. verringert werden“. Nicht möglich ist jedoch die gänzliche Streichung eines Unterrichtsgegenstandes oder das Verringern des Stundenausmaßes im Pflichtgegenstand „Bewegung und Sport“ (§3 Abs. 1 Anlage C1 Lehrpläne der Volksschule und der Sonderschulen, 2000).

Tabelle 15: Stundentafeln der Sekundarstufe I (5. Bis 8. Schulstufe) der Allgemeinen Sonderschule

Wochenstunden Schulfach Bewegung und Sport					
	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand (Ermächtigung für schulautonome Bestimmungen)	o.A.	o.A.	o.A.	o.A.	9-12
Pflichtgegenstand (soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen)	3	3	3	3	12
Unverbindliche Übung und Freigegenstände Bewegung Sport (soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen)	o.A.	o.A.	o.A.	o.A.	2-8

Quelle: Basierend auf Lehrplan der Allgemeinen Sonderschulen, Anlage C1 (o.J.). Download von RIS Dokument (bka.gv.at)

Unverbindliche Übungen und Freigegenstände:

Um die Entfaltung der Schüler:innen entsprechend ihrer persönlichen Bedürfnisse, Interessen und Neigungen zu fördern, muss ein breites Angebot an Freigegenständen und unverbindlichen Übungen, angeboten werden. Sie soll eine Vertiefung oder Ergänzung eines Pflichtgegenstandes darstellen (§3 Abs. 1 Anlage C1 Lehrpläne der Volksschule und der Sonderschulen, 2000).

Lehrpläne der Allgemeinbildenden höheren Schulen in Österreich (Unterstufe Gymnasium, Realgymnasium, wirtschaftkundliches Realgymnasium)

Die gesetzliche Grundlage der Lehrpläne der allgemeinbildenden höheren Schulen (AHS) bildet das BGBl. Nr. 88/1985 (RIS, 2021).

Auf die Lehrpläne mit besonderer Berücksichtigung (z.B. musische- u. sportliche Ausbildung, mit dritter lebender Fremdsprache, Bundesgymnasium für Slowen:innen) wurde im Endbericht nicht näher eigegangen.

Gymnasium (Unterstufe)

Ermächtigung für schulautonome Lehrplanbestimmungen (Pflichtgegenstände):

In Summe sind in der **AHS Unterstufe des Gymnasiums** 13-19 Wochenstunden (1. bis 4. Klasse) Bewegung und Sport vorgesehen (Tabelle 16) (RIS, 2021).

Soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen sind 14 Wochenstunden (1. bis 4. Klasse) für das Schulfach „Bewegung und Sport in der AHS Unterstufe des Gymnasiums vorgesehen (Tabelle 16) (RIS, 2021).

Tabelle 16: Stundenplan der AHS Unterstufe des Gymnasiums (Unterstufe)

Wochenstunden Schulfach Bewegung und Sport					
	1.Klasse	2.Klasse	3.Klasse	4.Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport (schulautonome Lehrplanbestimmung)	o.A.	o.A.	o.A.	o.A.	13-19
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport	4	4	3	3	14

(keine schulautonome Lehrplanbestimmung)					

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: Gesamte Rechtvorschrift für Lehrpläne – allgemeinbildende höhere Schulen (RIS, 2021) Download von RIS – Lehrpläne – allgemeinbildende höhere Schulen – Bundesrecht konsolidiert, Fassung vom 24.08.2021 (bka.gv.at)

Realgymnasium und Wirtschaftskundlichen Realgymnasiums (Unterstufe)

Ermächtigung für schulautonome Lehrplanbestimmungen (Pflichtgegenstände):

In Summe sind in der AHS Unterstufe des Realgymnasiums und Wirtschaftkundlichen Realgymnasiums 13-19 Wochenstunden (1. bis 4. Klasse) Bewegung und Sport vorgesehen (Tabelle 18) (RIS, 2021).

Soweit keine schulautonomen Lehrplanbestimmungen bestehen sind 14 Wochenstunden (1. bis 4. Klasse) für das Schulfach „Bewegung und Sport in der AHS Unterstufe des Realgymnasiums und Wirtschaftskundlichen Realgymnasiums vorgesehen (Tabelle 18) (RIS, 2021).

Tabelle 18: Stundenplan der AHS Unterstufe des Realgymnasiums und Wirtschaftskundlichen Realgymnasiums

Wochenstunden Schulfach Bewegung und Sport					
	1.Klasse	2.Klasse	3.Klasse	4.Klasse	Gesamt
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport (schulautonome Lehrplanbestimmung)	o.A.	o.A.	o.A.	o.A.	13-19
Pflichtgegenstand Bewegung und Sport (keine schulautonome Lehrplanbestimmung)	4	4	3	3	14

Quelle: Basierend auf Bundesrecht konsolidiert: Gesamte Rechtvorschrift für Lehrpläne – allgemeinbildende höhere Schulen (RIS, 2021) Download von 22.08.2021

Gegenüberstellung der gängigsten Schulformen im Kontext Anzahl der Wochenstunden im Unterrichtsgegenstand Bewegung und Sport (Pflichtgegenstand)

Aus Gründen der Übersichtlichkeit folgt eine tabellarische Gegenüberstellung (Tabelle 19) des unterschiedlichen Ausmaßes der Wochenstundenanzahl im Unterrichtsgegenstand „Bewegung und Sport“.

Tabelle 19: Übersicht- Ausmaß der Wochenstundenanzahl (Pflichtgegenstand) in den verschiedenen Schulformen

Schulform	Volksschule	Mittelschule *	Sonderschule	AHS Unterstufe **
1. Klasse	3	4	3	4
2. Klasse	3	3	3	4
3. Klasse	2	3	3	3
4. Klasse	2	3, 4	3	3

*beinhaltet die vier Schwerpunktbereiche und den Bereich ohne Schwerpunkt bzw. nicht die Sonderformen und Schulformen mit schulautonomen Lehrplanbestimmungen, ** beinhaltet nicht die Schulformen mit schulautonomen Lehrplanbestimmungen