

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

Kurzfassung



 **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



Gabriele Antony (Geschäftsbereich Österreichisches Bundesinstitut für Gesundheitswesen)

Verena Zeuschner (Projektleitung, Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich)

Verlags- und Herstellungsort: Wien

Copyright Titelbild: © fotografixx

Wien, Juli 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

Executive Summary	5
Hintergrund	7
Das „3-Säulen-Modell“ als Zielszenario.....	8
Zielsetzung und Methodik der GFA	11
Sichtungs- und Planungsphase.....	12
Bewertungsphase und Ableitung von Empfehlungen	12
Ergebnisse	14
Gesamtbewertung gesundheitlicher Folgen auf die individuelle Gesundheit von Kindern im Pflichtschulalter	15
Gesamtbewertung gesundheitlicher Folgen auf soziale und kommunale Netzwerke von Kindern im Pflichtschulalter	17
Gesamtbewertung gesundheitlicher Folgen auf Lebens- und Arbeitsbedingungen im Setting Schule	20
Gesamtbewertung gesundheitlicher Folgen auf system- und umweltrelevanter Ebene.....	22
Zusammenfassung und Fazit.....	24
Tabellenverzeichnis	26
Abbildungsverzeichnis	27
Literaturverzeichnis	XXVIII

Executive Summary

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 Empfehlungen 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-Fokusgruppensitzungen 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 qualitätvollen 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 substantziellen 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 qualitätvollen 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

Hintergrund

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) (Bundeskanzleramt Österreich, 2020, S.207). 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 zum Thema „Tägliche Bewegungseinheit“ ins Leben gerufen. 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 (ehem. Österreichische Bundes-Sportorganisation – BSO) und wird extern prozess-technisch 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 parallel dazu 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 (Ame-gah et al., 2013, S.7).

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, 2020) 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, 22.06.2021):

Säule 1: Kulturwandel zu Bewegung (und gesunder Ernährung)

Durch einen **gesellschaftlichen Kulturwandel** zu „**Bewegung**“ unterstützt, werden das **Bildungsprinzip „Bewegung“ und gesunde Ernährung in allen Bereichen der Schule forciert** (z.B. bewegte Pausen, Einbau von Bewegungsteilen in anderen Unterrichtsfächern, Installation von Bewegungskordinator: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 bewegungsbezogene 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 Bewegungskordinator: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 im Sommer 2021
- 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

Zielsetzung und Methodik der GFA

Das Ziel der 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.“

Die 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 organisationalen und gesetzlichen Rahmenbedingungen oder eine quantitative Einschätzung können im Rahmen dieser GFA nicht geleistet werden, aber als Anregung für zukünftige Projekte herangezogen werden.

Das Projektdesign der GFA richtet sich nach den Phasen der GFA-Methodik: Sichtung – Planung – Bewertung und Ableitung von Empfehlungen (Amegah et al., 2013, S. 14).

Sichtungs- und Planungsphase

Das Ziel der Sichtsungsphase umfasst die Definition des Umfangs und die Grenzen der GFA. Es wurde ein GFA Beratungsgremium etabliert zur Besprechung grundsätzlicher Rahmenbedingungen wie etwa der Priorisierung von Themenfeldern, der Schwerpunktlegerung (Konzept, Setting, Zielgruppen, Methodik, Zeitplan), der Festlegung einer einheitlichen Kommunikationsform sowie der Rollenverteilungen im Zuge eines Planungsworkshops.

Bewertungsphase und Ableitung von Empfehlungen

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 1: Methoden zur Erhebung potenzieller Gesundheitsfolgen (Quelle: FH JOANNEUM)

Methode	Zielgruppen	Inhalte
Literatursynthese	Kinder und Jugendliche	Determinantenorientierte Recherche
Online-Survey	Schulleitung, Lehrer:innen, Administration, Eltern(-vertretung)	Einschätzung 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

Die finale Version des Zielszenarios „3-Säulen-Modell“ lag mit Juni 2021 dem GFA-Projektteam vor. Daher konnte der Schwerpunkt der Fokusgruppendifkussionen 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. 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 gewährleistet werden, so sind die zu erwartenden Gesundheitsfolgen bzw. die Auswirkungen des „3-Säulen-Modells“ auf die Gesundheit von Kindern im Pflichtschulalter neu zu bewerten.

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).

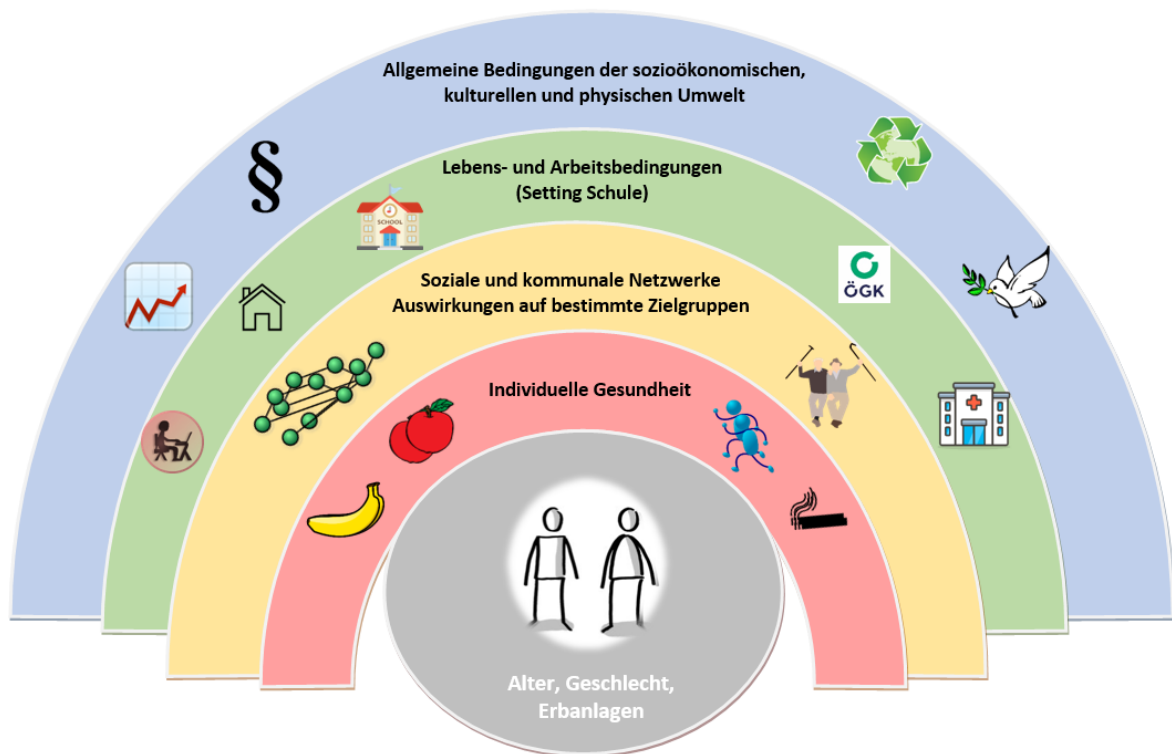


Abbildung 1: Einflussfaktoren auf die Gesundheit (FH JOANNEUM nach Dahlgren, G. & Whitehead, M., 1991)

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 qualitätvollen Umsetzung des 3-Säulen-Modells aus.

Individuelle Gesundheit

- Diverse Studien zeigen, dass die Etablierung einer täglichen Bewegungseinheit bzw. die Förderung von Bewegung im Kindesalter vielfältige positive Auswirkungen auf die Gesundheit hat – sowohl körperlich, psychisch als auch sozial (Poitras et al., 2016).
- Neben **sportmotorischen Fähigkeiten** (Ketelhut et al., 2017; Holodnik, 2018; Röser, 2018), profitieren unter anderem die **kognitive Entwicklung und Problemlösungskompetenz** (Martin et al., 2018), die **Schulleistung** (Ericsson & Karlsson, 2014) und das **psychische Wohlbefinden** (Jonsson et al., 2017).
- Zudem zeigen Untersuchungen den positiven Zusammenhang zwischen Bewegung in der Schule und **der körperlichen Aktivität in der Freizeit** (Lahti et al., 2018; Uhlenbrock et al., 2008).
- **Diesen Ergebnissen stimmen auch Teilnehmer:innen der Fokusgruppendifkussionen und der Online-Umfrage zu. Darüber hinaus gab die Mehrheit der Befragten an, dass die tägliche Bewegungseinheit (sehr) positive Folgen hinsichtlich des Umgangs mit Belastungen (Stressmanagement) sowie gewalttätigem/aggressivem Verhalten haben kann.**

„Bewegung ist förderlich für den Schulerfolg und das Lernen.“ (Zitat, Fokusgruppe Eltern)

Gesamtbewertung gesundheitlicher Folgen auf die individuelle Gesundheit von Kindern im Pflichtschulalter

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

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 tägliche Bewegungseinheit kann sich förderlich auf die soziale Gesundheit im Kindesalter auswirken. Schulbasierte Interventionen mit Einbeziehung der **Familien** bzw. des Umfelds können die körperliche Gesundheit von Kindern und Jugendlichen positiv beeinflussen bzw. wichtige Unterschiede im Bewegungsniveau bewirken (van Sluijs et al., 2007).
- Dies bestätigen auch die Umfrageergebnisse und ergänzen, **dass Faktoren wie das Familienklima, Freundschaften, Entwicklung des Sozialverhaltens, Verringerung von sozialer Isolation (Einsamkeit), Lebensqualität in der Schule (Schulklima), Beziehungen zu Mitschüler:innen und Pädagog:innen** (sehr) positiv davon beeinflusst werden können.

- Diverse Studien bestätigen, dass **Mädchen signifikant weniger körperliche Bewegung** als gleichaltrige Buben durchführen (Frömel et al., 2021; World Health Organization, 2016). Darüber hinaus verbringen beispielsweise in Deutschland lebende **Kinder aus Migrationsfamilien weniger Zeit mit körperlicher Bewegung**, als Kinder ohne Migrationshintergrund (Kobel et al., 2019). Zudem nehmen **Kinder mit kognitiven Beeinträchtigungen** (unter anderem bei sportlichen Aktivitäten) **weniger am gesellschaftlichen Leben** teil, als Gleichaltrige ohne Beeinträchtigungen (Carroll et al., 2020).
- Laut Online-Umfrage sehen die Befragten für die Umsetzung der täglichen Bewegungseinheit 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 Beeinträchtigungen** (24%) als besonders zu berücksichtigende Zielgruppen.
- Allgemein wurde die **Berücksichtigung bzw. die Verbesserung von Chancengerechtigkeit** im Sinne der **Förderung von benachteiligten Schüler:innen und Schulen** bei der Umsetzung der täglichen Bewegungseinheit bzw. des 3-Säulen-Modells als notwendig erachtet.

„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)

Gesamtbewertung gesundheitlicher Folgen auf soziale und kommunale Netzwerke von Kindern im Pflichtschulalter

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.

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)

- Diverse Studien bestätigen, dass die Schule 40% zur körperlichen Aktivität von Kindern beitragen kann. Bewegungsinterventionsprogramme und eine vergrößerte **Sport- und Geräteausstattung** in den Schulen führen zu einer Steigerung der körperlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen im Schulalter (Pulido Sánchez & Iglesias Gallego, 2021).
- Des Weiteren hat die **Arbeits- bzw. Schulumgebung** Auswirkungen auf **sitzendes Verhalten**. Stehtische in der Arbeitswelt reduzieren beispielsweise sitzende Tätigkeiten und auch die Förderung des Treppensteigens ist ein wichtiger Faktor zur Reduktion von sitzendem Verhalten (Zhu et al., 2020).
- **Pädagogische Qualität im Bewegungsbereich**, Schulleben/ Soziales Lernen (**Schulklima**), **Zufriedenheit am Arbeitsplatz**, sowie **Aus- und Weiterbildung** des Schulpersonals kann durch die Umsetzung der täglichen Bewegungseinheit positiv beeinflusst werden.
- Bezugnehmend auf den **persönlichen Mehraufwand des pädagogischen Personals gaben** 45% der Online-Umfrage-Teilnehmer:innen neutrale oder keine Auswirkungen an, 30% (sehr) positive Auswirkungen und 20% vermuten (sehr) negative Folgen.
- Zudem gab die Mehrheit an, dass (sehr) positive Auswirkung auf **Pausenräume/-höfe, freie Außenflächen/ Spielanlagen und eine bewegungsfreundliche Schulumraumgestaltung** zu erwarten sind.
- **Eltern/ Erziehungsberechtigten oder Elternvertreter:innen** stimmten zu, dass sich die tägliche Bewegungseinheit (sehr) positiv auf die **familiäre Zufriedenheit, die individuelle Erholungszeit** und auf das **Freizeitverhalten in der Familie** auswirken kann.

Ergänzend wurden im Zuge der Online-Befragung **Umsetzungsmöglichkeiten der täglichen Bewegungseinheit** abgefragt. Die Ergebnisse zeigen, dass die Befragten folgende Faktoren befürworteten:

- die **Integration der täglichen Bewegungseinheit** (fünf Unterrichtseinheiten pro Woche) als **fixen Bestandteil im Lehrplan** (77%),
- die **Durchführung sportartenspezifischer Angebote in Kooperation mit Sportvereinen** (71%),

- die Integration von **Bewegung im Schulalltag außerhalb des Unterrichts Bewegung und Sport** (64%) sowie
- die Förderung von **aktiver Mobilität auf dem Schul- und Heimweg** (55%) und
- die **Durchführung oder Ergänzung von täglichen Bewegungseinheiten durch externe Bewegungskoches in der Unterrichtszeit** (49%)

Nahezu die Hälfte der Befragten gaben an, dass **ganztägige Schulangebote** (insbesondere die verschränkte Form) nicht mit dem **Vereinswesen (insb. Sportvereinswesen)** in Widerspruch stehen bzw. diese miteinander konkurrieren. Des Weiteren befürworten 62%, dass das **Sportvereinswesen zukünftig stärker in den Schulalltag integriert** werden soll.

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

Gesamtbewertung gesundheitlicher Folgen auf Lebens- und Arbeitsbedingungen im 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.

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 Bewegungskoches sind pädagogisches Wissen bzw. Didaktik wichtig, um auf verschiedene Bedürfnisse der Kinder eingehen zu

können. Auch ein gegenseitiges Lernen zwischen Pädagog:innen und Bewegung-coaches 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. Kindergärten und Kindergruppen) verankert werden.

System- und umweltrelevante Faktoren

- Einige Studien zeigen, dass es durch **Bewegungsprogrammen in Schulen** zu **ökonomischen Einsparungen** kommen kann (Senatsverwaltung für Inneres und Sport, 2016; SpEA SportsEconAustria, 2013).
- Auch mehr als die Hälfte der Teilnehmenden der Online-Erhebung stimmte zu, dass (sehr) positive Auswirkungen auf die **Entlastung des Gesundheitssystems**, auf **Chancengerechtigkeit** sowie die **ökonomische Aktivität** (mehr Konsum z.B. Kauf von Sportkleidung, Weiterbildungskosten von Pädagog:innen) erwartet werden können.
- Die Mehrheit der befragten Personen erwarten (sehr) positive Auswirkungen hinsichtlich Verwendung von **Grünraum- und Wasserflächen** und/ oder der Nutzung anderer **Freizeitangebote und Freizeitinfrastruktur** (inkl. Parks und Spielplätze), die Nutzung und Sicherheit von Rad- und Gehwegen sowie in weiterer Folge eine **Verbesserung der Luftqualität**.

Gesamtbewertung gesundheitlicher Folgen auf system- und umweltrelevanter Ebene

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.

Empfehlungen und Impulse für das Vorhaben

Aktive Mobilität

Um aktive Mobilität im Rahmen des Vorhabens zu fördern, bedarf es gezielter 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.

Zusammenfassung und 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 qualitativ 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: Methoden zur Erhebung potenzieller Gesundheitsfolgen (Quelle: FH JOANNEUM)12

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Einflussfaktoren auf die Gesundheit (FH JOANNEUM nach Dahlgren, G. & Whitehead, M. (1991))
.....14

Literaturverzeichnis

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.

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

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>

Ericsson, I. & Karlsson, M. K. (2014). 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>

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

Frömel, K., Vašíčková, J., Skalík, 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>

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>

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>

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.

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>

- 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>
- Kleiner, K., Berhold, C. & Höger, B. & Stocker, L. (2018). *TBus Tägliche Bewegungs- und Sporteinheit: an Schulen der 1. bis 9. Schulstufe Modellregion Burgenland. Evaluierung und Begleitung*. Abschlussbericht. Wien.
- 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>
- 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>
- 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>
- Öhlknecht, A., Peichler, S. & Ahlstrand, A. & Anttila, P. (k.J.). *Chancengleichheit für alle Jugendlichen - Ein Kooperationsmodell für Sportvereine und Schulen*. Sportunion Steiermark, Metropolia UAS Finnland.
- 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 appliquée, nutrition et métabolisme*, 41(6 Suppl 3), S197-239. <https://doi.org/10.1139/apnm-2015-0663>
- 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>
- 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.
- 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.

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

SpEA SportsEconAustria. (Februar 2013). *Eine tägliche Turnstunde an Österreichs Schulen: ökonomische Aspekte: Studie im Auftrag der Österreichischen Bundes-Sportorganisation*. Wien.
https://www.sportaustria.at/fileadmin/Inhalte/Dokumente/Turnstunde/Studie_Turnstunde_Detail.pdf

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

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>

World Health Organization (Hrsg.). (2016). *Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being: HEALTH BEHAVIOUR IN SCHOOL-AGED CHILDREN (HBSC) STUDY: INTERNATIONAL REPORT FROM THE 2013/2014 SURVEY*. Copenhagen.
https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/303438/HSBC-No.7-Growing-up-unequal-Full-Report.pdf

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>