

schulen in bewegung

Präsentation

erftprävent

Arbeitskreis 4:

Schulen in Bewegung

Referenten:

Klaus Menge
AOK Rheinland/Hamburg

Dr. Lothar Klaes
Wissenschaftliches Institut der Ärzte
Deutschlands (WIAD) gem. e.V.



Bergheim, den 27. Mai 2009

Inhalt

- I. Grundlagen und Trends der letzten Jahre
- II. Prävention bei der AOK Rheinland/Hamburg
- III. Schulen in Bewegung
 - Das Angebot
 - Ergebnisse



I.

Grundlagen und Trends der letzten Jahre

Weshalb sollen bzw. müssen sich Kinder und Jugendliche bewegen:

- Erkundung der Umwelt
- Lernen von motorischen Fähigkeiten
- Testen der eigenen körperlichen Grenzen im Vergleich mit Gleichaltrigen
- Verschaffen von Lusterlebnissen
- Einübung, Verhältnisse einzuschätzen, Ängste auszuhalten und Mut aufzubringen
- ...



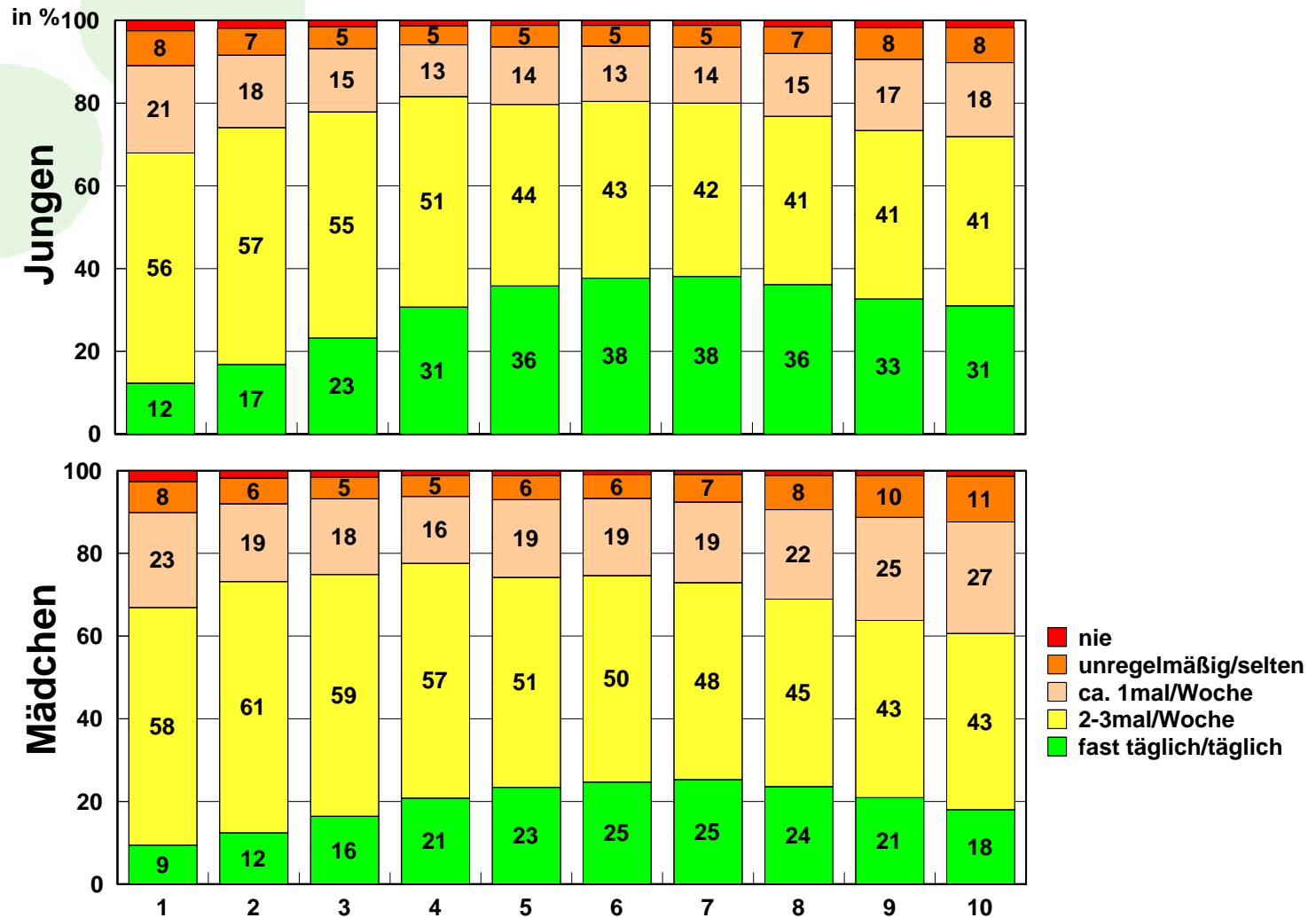
Bewegungsmangel ist mitverantwortlich für die Entstehung vieler chronischer Krankheiten Quelle: RKI), z.B.

- Adipositas
- Hypertonie
- Diabetes mellitus Typ II
- Koronare Herzkrankheiten
- Osteoporose
- Störungen des Stütz- und Halteapparates
- Depression
- Bestimmte Krebsarten (z.B. Brust- und Dickdarmkrebs)

Bewegungsmangel und Übergewicht nehmen zu

- Kinder und Jugendliche bewegen sich heute weniger oft und weniger ausdauernd als in früheren Jahren (mehr dazu unter III).
- Mit zunehmendem Jugendalter treiben Jungen und Mädchen immer weniger Sport.
- Eine der gravierenden Folgen des Bewegungsmangels ist eine Zunahme von Übergewicht und Adipositas bereits im Kindes- und Jugendalter.

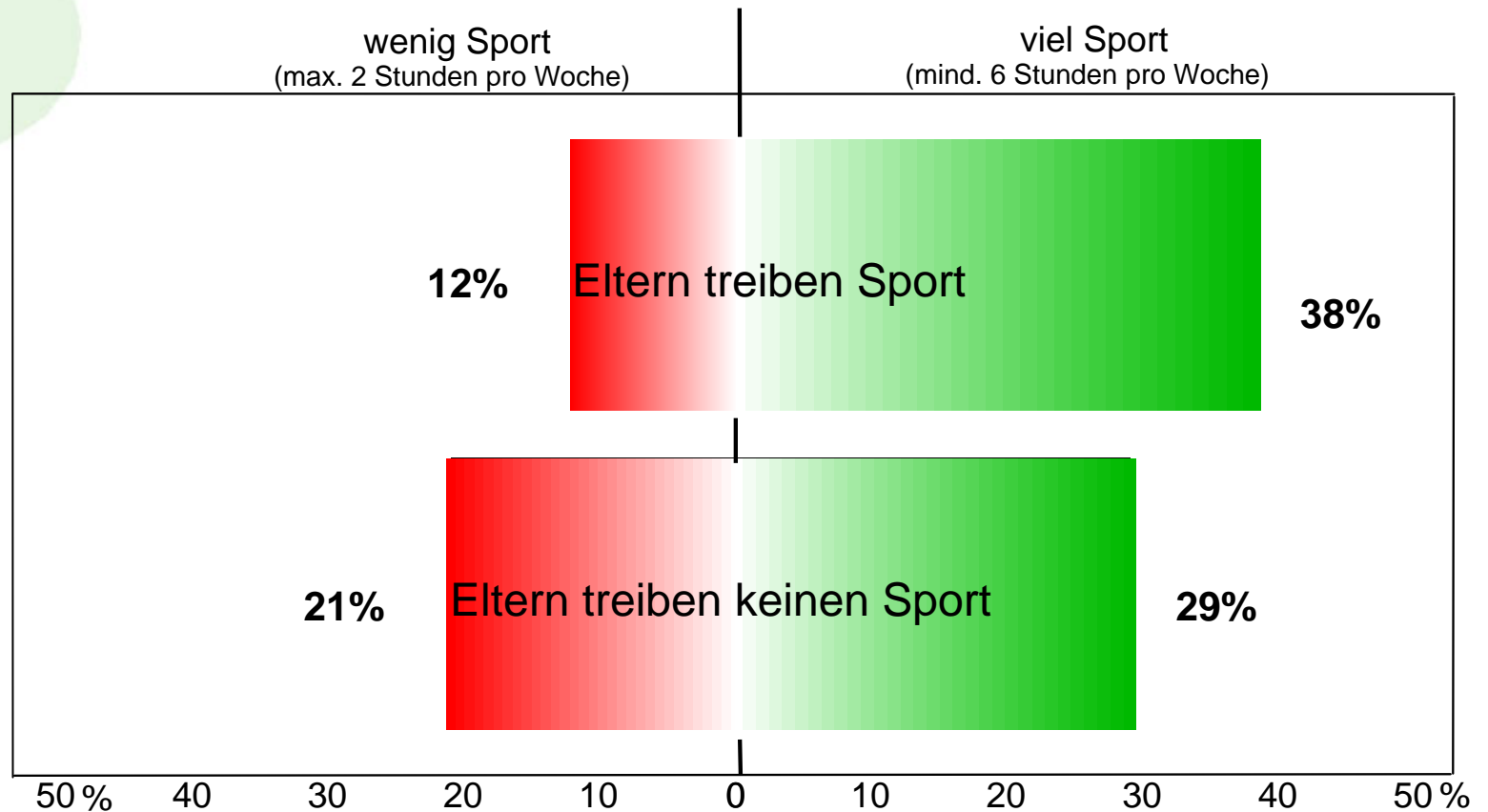
Mit zunehmendem Jugendalter treiben Jungen und Mädchen immer weniger Sport (Sportpensum nach Schuljahrgängen)



(Quelle: Fitnesslandkarte Niedersachsen)

Kinder, deren Eltern aktive Sportler sind, treiben deutlich mehr Sport als Kinder inaktiver Eltern

Sportpensum von Kindern/Jugendlichen
in Abhängigkeit von Geschlecht, Alter und Elternsport



Zahlen und Fakten zum Übergewicht weltweit

(Quelle: WHO 2006)

- Weltweit leben laut WHO über 300 Millionen Menschen mit Adipositas (Body Mass Index von 30 und mehr).
- Die Häufigkeit (Prävalenz) der Adipositas in Europa hat sich in den letzten beiden Jahrzehnten verdreifacht.
- Etwa 14 Millionen übergewichtige Kinder, davon 3 Millionen adipös, leben in Europa.
- Bereits heute ist Adipositas in verschiedenen Teilen Europas für bis zu 8% der Gesundheitskosten und 10-13% der Todesfälle verantwortlich.
- In den USA sind 66% der erwachsenen Bevölkerung entweder übergewichtig oder adipös (WANG, 2007).

Zahlen und Fakten zum Übergewicht von Kindern und Jugendlichen für Deutschland

(Quelle: RKI (KiGGS) 2007)

- **15%** aller Kinder und Jugendlichen (3 - 17 Jahre) sind übergewichtig (BMI > P90)
 - davon leiden **6,3%** unter Adipositas (BMI > P97)
- In Zahlen: In Deutschland leben ca. **1,9 Millionen** übergewichtige Kinder und Jugendliche
 - davon sind **800.000** adipös
- Die Zahl der übergewichtigen und adipösen Kinder ist in den letzten 15 Jahren um etwa **50%** angestiegen

Folgekosten der Adipositas in Deutschland

- Allein die durch Adipositas hervorgerufenen Kosten liegen bei 6% aller Krankheitskosten, d.h bei ca. 15-20 Milliarden Euro pro Jahr, davon ca. 1 Milliarde für die Behandlung adipöser Kinder (Quelle: Bundesärztekammer 2007).
- In den USA liegen die geschätzten Kosten bei 117 Milliarden Dollar pro Jahr.
- Sollten sich die Zahlen in Deutschland ähnlich wie in den USA entwickeln, dann werden sich die Kosten in einigen Jahren auf jährlich ca. 50 Milliarden Euro belaufen.



II.

**Prävention bei der AOK
Rheinland/Hamburg**

schulen in bewegung

III.

**Ein Präventionsangebot der
AOK Rheinland/Hamburg
und der
AOK Westfalen-Lippe**

Die Partner



**AOK Rheinland/Hamburg und
AOK Westfalen-Lippe**



**Wissenschaftliches Institut der
Ärzte Deutschlands (WIAD) gem. e.V.**



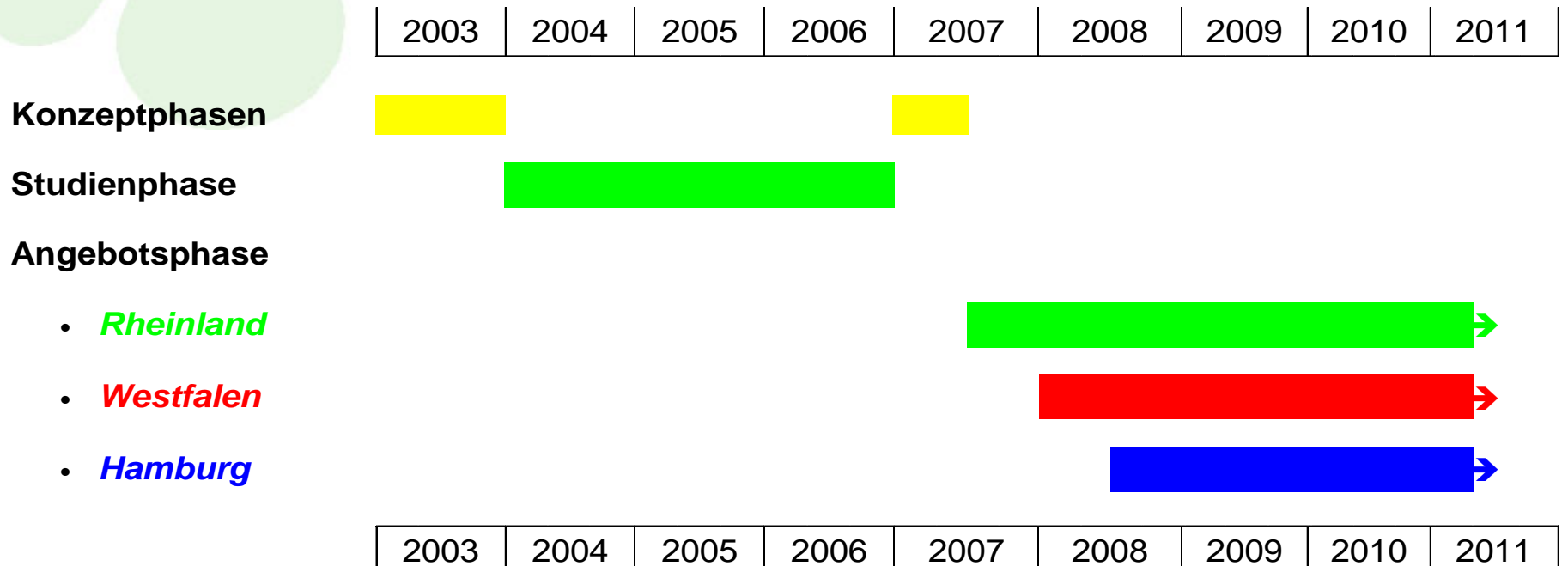
**Deutscher Sportlehrerverband
Nordrhein-Westfalen e.V.**

Frau Schulministerin Sommer begrüßt die flächendeckende Umsetzung von *Schulen in Bewegung* und ermuntert weiterführende Schulen, sich an dem Präventionsangebot zu beteiligen.

**Ministerium für
Schule und Weiterbildung
des Landes Nordrhein-Westfalen**



Projektphasen



Ziele, Konzept und Ablauf (I)

- **Freiwilliges Angebot** an alle weiterführenden Schulen in NRW und ab dem Schuljahr 2008/09 auch in Hamburg
- Basis der Zusammenarbeit: **Kooperationsvereinbarung** zwischen Schule und AOK
- Sportlehrkräfte erhalten eine Handreichung und Informationen zur Durchführung des **Bewegungs-Check-Up** sowie zur Dateneingabe und zum Datenabruf
- Jede Lehrkraft und alle Schülerinnen und Schüler erhalten zugangsgeschützt ihre individuellen Daten mit zahlreichen Vergleichsoptionen auf der Homepage www.schuleninbewegung.de

Ziele, Konzept und Ablauf (II)

- Die Vermittlung der **Ergebnisse** erfolgt i.d.R. im Sportunterricht. Sie ermöglicht eine Auseinandersetzung mit den motorischen Stärken und Schwächen in den Bereichen Ausdauer, Kraft, Dehnfähigkeit, Koordinationsfähigkeit und Schnelligkeit.
- Auf der Basis des Fitnesszustandes und weiterer Informationen zum Bewegungsstatus der einzelnen Schülerinnen und Schüler und der Klasse insgesamt können **gezielte Maßnahmen** (strukturell und individuell) eingeleitet werden.
- Die AOK stellt hierzu ein breites und praxiserprobtes **Unterstützungsangebot** für die Umsetzung von Interventionen in der Schule zur Verfügung (Testmaterialien, Arbeitsmappe mit Anregungen und Unterrichtshilfen für den Sportunterricht, Fortbildungsangebot u.a.m.).

Ziele, Konzept und Ablauf (III)

Diese Maßnahmen zielen auf eine **Verbesserung des Bewegungsstatus** mittels

- **Sensibilisierung und Motivation** von Lehrkräften, Eltern sowie Schülerinnen und Schülern, erkannte Defizite zu beheben und individuelle Ressourcen zu stärken
- **Steigerung der Motivation** für den schulischen und außerschulischen Sport (in der Freizeit und in Vereinen) und Belebung des Sportunterrichts, etwa durch die Heranführung an weniger vertraute Sport- und Bewegungsformen
- **Vermittlung von positiven Bewegungserfahrungen und von Bewegungsfreude** gerade auch für übergewichtige und eher sportunerfahrene Schülerinnen und Schüler
- **Erfolgskontrolle:** Jährliche Messung und Rückkopplung des Bewegungsstatus zur Überprüfung der Wirksamkeit eingeleiteter Maßnahmen

