

Kurzbericht zum BMG-geförderten Forschungsvorhaben

Vorhabentitel	Zielgruppenspezifische Bestandsaufnahmen für Bewegungsförderung in Deutschland
Schlüsselbegriffe	Bewegung, Bestandsaufnahme, Etablierte Praxis, Beispiele guter Praxis
Vorhabendurchführung	Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, Department für Sportwissenschaft und Sport
Vorhabenleitung	PD Dr. Peter Gelius (01/2023-07/2023) Dr. Sven Messing (08/2023-06/2024)
Autor(en)/Autorin(nen)	Prof. Klaus Pfeifer Dr. Sven Messing Leonie Birkholz
Vorhabenbeginn	01.01.2023
Vorhabenende	30.06.2024

1. Vorhabenbeschreibung, Vorhabenziele

Ziel des Projekts war die Entwicklung von Bestandsaufnahmen für Bewegungsförderung für drei Zielgruppen, bestehend aus einer Kurzversion (ca. 8-10 Seiten) und einer Langversion (ca. 60-90 Seiten):

- Erwachsene (18-64 Jahre)
- Ältere Erwachsene (ab 65 Jahre)
- Erwachsene mit nichtübertragbaren Erkrankungen

Diese Zielgruppen wurden auf Grundlage der Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung ausgewählt (Rütten & Pfeifer, 2016). Ziel der Bestandsaufnahmen ist es, Expertinnen und Experten aus Politik, Praxis und Wissenschaft einen systematischen Überblick über den aktuellen Stand der Bewegungsförderung in Deutschland über alle relevanten politischen Sektoren hinweg zu ermöglichen.

2. Durchführung, Methodik

Basierend auf der bereits entwickelten Bestandsaufnahme für Kinder und Jugendliche wurde eine strukturierte, methodische Herangehensweise für die Erstellung von sechs Kapiteln entwickelt: In Kapitel 1 wurden die aktuellen Bewegungsempfehlungen der WHO, Deutschlands und weiterer Organisationen für die jeweiligen Zielgruppen synthetisiert. Für Kapitel 2 wurden Daten zur Erfüllung der Bewegungsempfehlungen, Geschlechtsunterschieden, sozioökonomischen Faktoren und den Auswirkungen der COVID-19-Lockdowns analysiert. In Kapitel 3 wurden nationale und internationale Empfehlungen für Bewegungsförderung systematisch zusammengefasst. Kapitel 4 umfasste eine mehrstufige Methodik: eine systematische Online-Recherche nach Beispielen etablierter Praxis und eine ergänzende Online-Umfrage mit Expertinnen und Experten zur Validierung und Erweiterung der Ergebnisse. Kapitel 5 konzentrierte sich auf die kriteriengeleitete Identifikation, Qualitätsbewertung und Beschreibung von Projekten guter Praxis. Für Kapitel 6 fanden eine Sekundäranalyse vorhandener Daten aus Tools wie dem HEPA-PAT oder dem EU HEPA Monitoring Framework sowie weitere systematische Recherchen statt, um politische Ansätze zur Bewegungsförderung zu beschreiben. Das methodische Vorgehen wird in den jeweiligen Langversionen der Bestandsaufnahmen im Detail dargestellt.

3. Gender Mainstreaming

In den drei Bestandsaufnahmen wurden genderspezifische Unterschiede in allen Kapiteln berücksichtigt. Insbesondere wurden geschlechtsspezifische Unterschiede des Bewegungsverhaltens von Frauen und Männern systematisch analysiert (Kapitel 2). In den Kapiteln 3 bis 6 wurden genderspezifische Aspekte in den Ergebnissen berücksichtigt. Beispiele hierfür umfassen in Kapitel 3 (Empfehlungen für Bewegungsförderung) die Empfehlung inklusiver Bewegungsempfehlungen für besonders inaktive Bevölkerungsgruppen (Kapitel 3), die Identifizierung geschlechtsspezifischer Präventionsangebote in Kapitel 4 (etablierte Praxis) und Beispiele guter Praxis für Frauen wie „BIG“ und „Stark durch Bewegung“ (Kapitel 5). Zudem spiegelt sich die Zielgruppenorientierung in politischen Dokumenten wider, etwa im Nationalen Aktionsplan IN FORM (Kapitel 6).

4. Ergebnisse, Schlussfolgerung, Fortführung

Als Ergebnis des Projekts sind drei Bestandsaufnahmen in jeweils einer Kurz- und Langversion für drei Zielgruppen fertiggestellt worden. Diese werden nach Abschluss des Projekts durch das BMG veröffentlicht:

- Kurzversion Erwachsene (18-64 Jahre): 9 Seiten
- Langversion Erwachsene (18-64 Jahre): 88 Seiten
- Kurzversion Ältere Erwachsene (ab 65 Jahre): 9 Seiten
- Langversion Ältere Erwachsene (ab 65 Jahre): 73 Seiten
- Kurzversion Erwachsene mit nichtübertragbaren Erkrankungen: 8 Seiten
- Langversion Erwachsene mit nichtübertragbaren Erkrankungen: 63 Seiten

Weitere Ergebnisse sind zwei wissenschaftliche Publikationen (von denen sich eine aktuell in Begutachtung befindet, die andere in Vorbereitung). Zudem wurden die Ergebnisse des Projekts bislang auf neun internationalen und nationalen Kongressen und Fachveranstaltungen vorgestellt.

Außerdem hat die FAU Erlangen-Nürnberg für das BMG im Sommer 2024 einen Vorschlag zur Nutzung der Bestandsaufnahmen für ein regelmäßiges Monitoring zur Verfügung gestellt.

5. Umsetzung der Ergebnisse durch das BMG

Die Kurz- und Langfassungen der o.g. zielgruppenspezifischen Bestandsaufnahmen werden den Entscheidungsträgern in Bund, Ländern und Kommunen, Fachkreisen und weiteren Mittlern/Akteuren der Bewegungsförderung sowie der Fachöffentlichkeit zur Verfügung gestellt. Sie sollen von den Akteuren insbesondere für die Planungen und Umsetzungen von Aktivitäten im Bereich Bewegungsförderung genutzt werden. Sie stellen auch eine wichtige Grundlage für die Fortführung des sektorübergreifenden Dialogs des Runden Tisches Bewegung und Gesundheit.

6. Verwendete Literatur

BUNDESMINISTERIUM FÜR GESUNDHEIT (2022): Bestandsaufnahme zur Bewegungsförderung bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland (Langversion). Online verfügbar unter <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/details/bestandsaufnahme-zur-bewegungsfoerderung-bei-kindern-und-jugendlichen-in-deutschland-langversion.html>

MESSING S., GELIUS P., ABU-OMAR K., MARZI I., BECK F., GEIDL W., GRÜNE E., TCYMBAL A., REIMERS A. & PFEIFER K. (2023). Developing a policy brief on physical activity promotion for children and adolescents: A study based on the TARGET:PA tool. *Frontiers in Public Health* 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1215746>

RÜTTEN, A. & PFEIFER, K. (2016). Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung. Köln: BZgA.

Beauftragt durch



Bundesministerium
für Gesundheit