



hbsc
HEALTH BEHAVIOUR IN
SCHOOL-AGED CHILDREN
WORLD HEALTH ORGANIZATION
COLLABORATIVE CROSS-NATIONAL STUDY

BEWEGUNGSVERHALTEN

Ergebnisse der HBSC-Studie 2009/10 - 2022

Jens Bucksch

Juliane Möckel | Anne Kaman | Gorden Sudeck | HBSC Studienverbund Deutschland*

Pädagogische Hochschule Heidelberg | Abteilung Prävention und Gesundheitsförderung |
bucksch@ph-heidelberg.de | Website: www.hbsc-germany.de

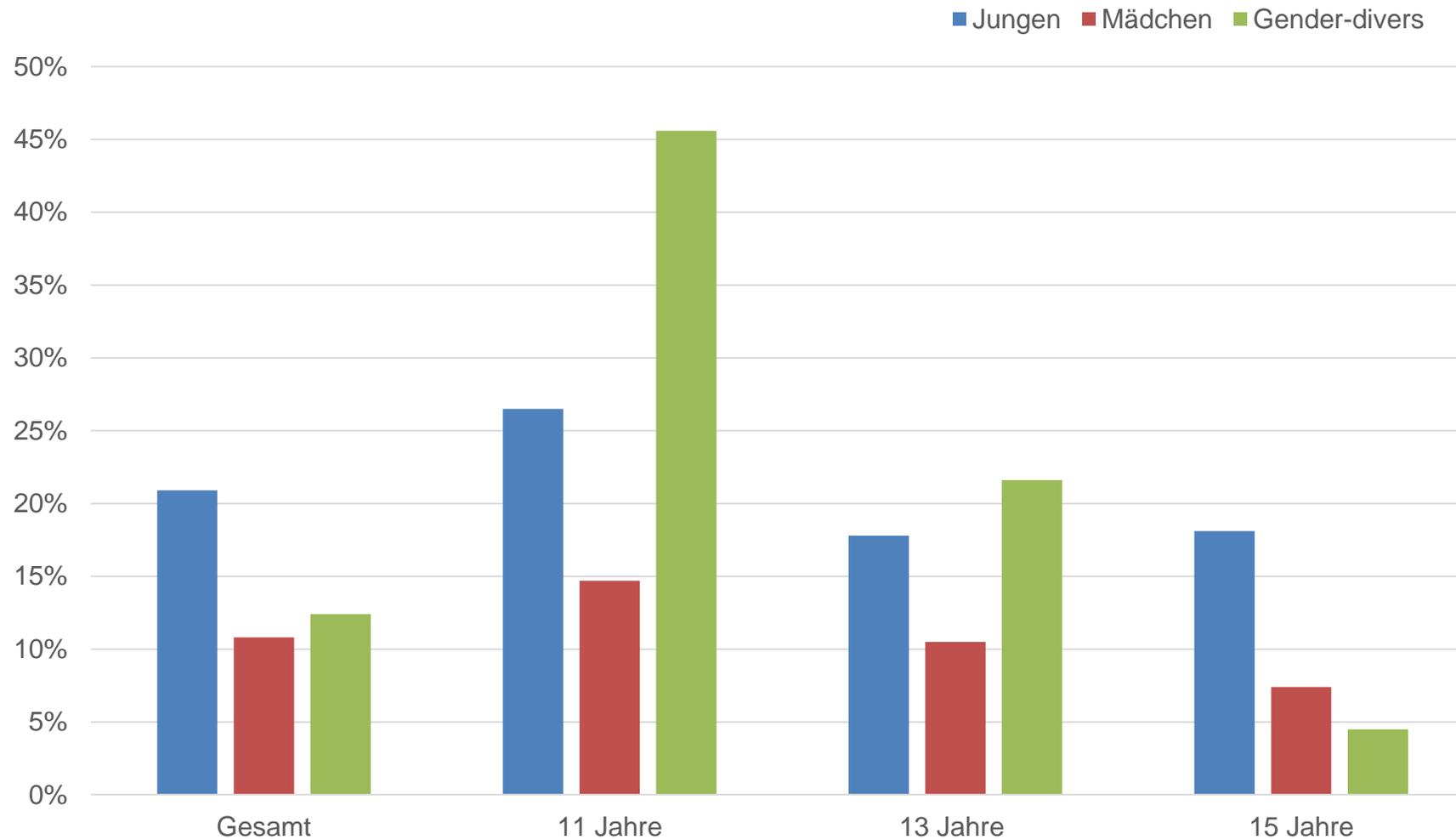
*HBSC Studienverbund: Brandenburgische Technische Universität Cottbus-Senftenberg (Prof. Dr. Ludwig Bilz), Hochschule Heidelberg (Prof. Dr. Jens Bucksch); Hochschule Fulda (Prof. Dr. Katharina Rathmann, Prof. Dr. Kevin Dadaczynski), Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg (Dr. Irene Moor, Co-Leitung), Technische Universität München (Prof. Dr. Matthias Richter, Leitung), Universität Tübingen (Prof. Dr. Gorden Sudeck), Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (Prof. Dr. Ulrike Ravens-Sieberer).

- Bewegung ist zentral für eine gesunde Entwicklung (Dishman et al. 2022)
- In Deutschland erreichen im internationalen Vergleich durchschnittlich weniger Jungen (20,3%) und Mädchen (12,1%) die WHO-Empfehlung (Guthold et al. 2020)
- Zeitliche Trends im Bewegungsverhalten sind nicht eindeutig (Pinto et al. 2023)
- Inwieweit sichtbare Auswirkungen der Covid19-Pandemie insbesondere auf die sportliche Aktivität (Rossi et al. 2021) sich auch postpandemisch zeigen, ist wenig untersucht

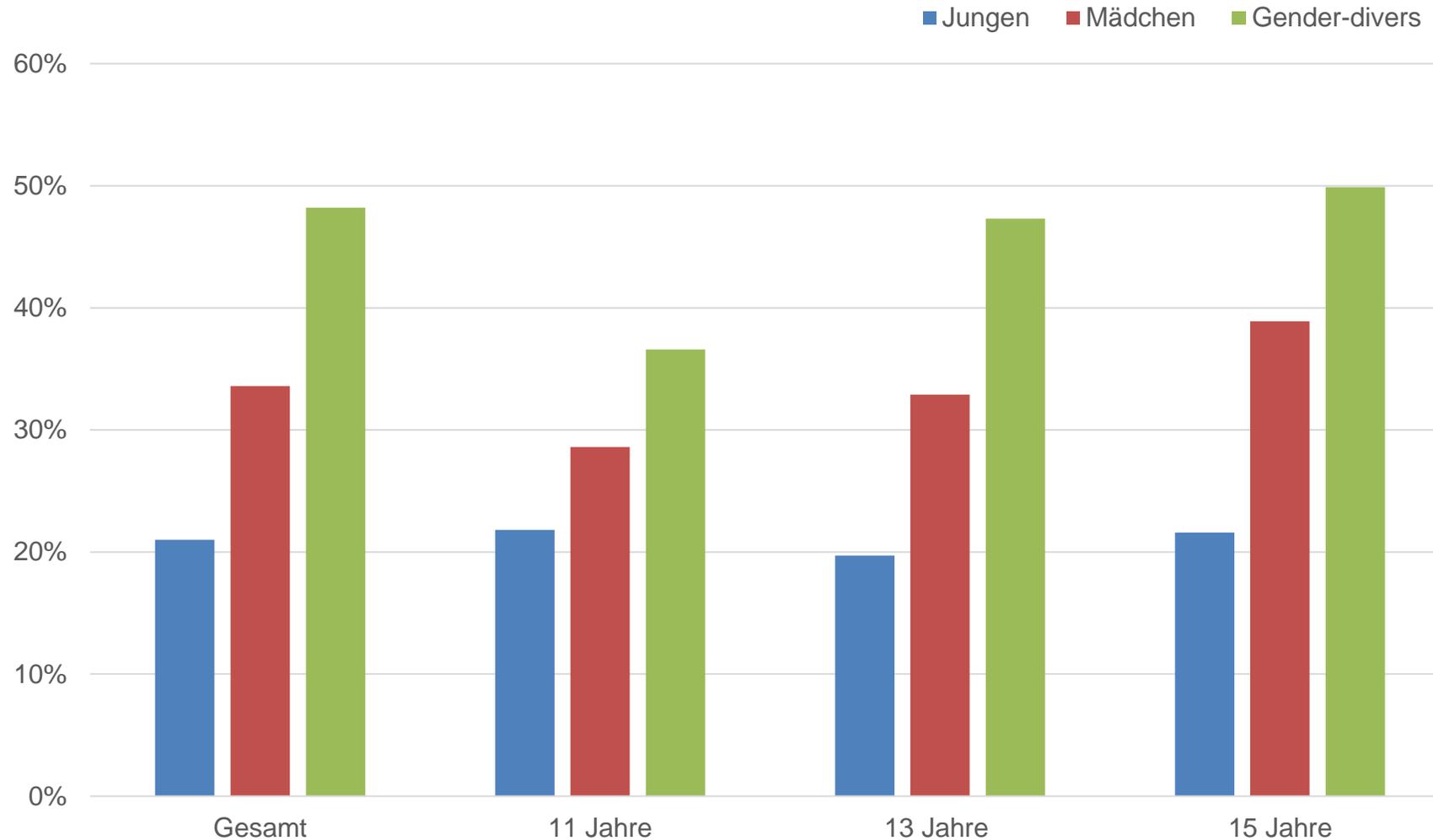
- Wie viele Jugendliche zwischen 11 und 15 Jahren sind aktuell (Jahr 2022) ausreichend körperlich und sportlich aktiv?
- Wie unterscheiden sich die Daten zwischen verschiedenen Geschlechterkategorien und zwischen verschiedenen Altersgruppen?
- Haben sich Veränderungen über die Zeit von 2009/10 bis 2022 eingestellt?

Indikator	Operationalisierung
WHO-Bewegungsempfehlung	Täglich mind. 60 Minuten körperliche Aktivität mit mind. moderater Intensität
Geringe körperliche Aktivität	2 oder weniger Tage mind. 60 Minuten pro Woche körperliche Aktivität mit mind. moderater Intensität
Sportliche Aktivität	Sportliche Aktivitäten an mindestens vier Tagen pro Woche (Häufigkeit)

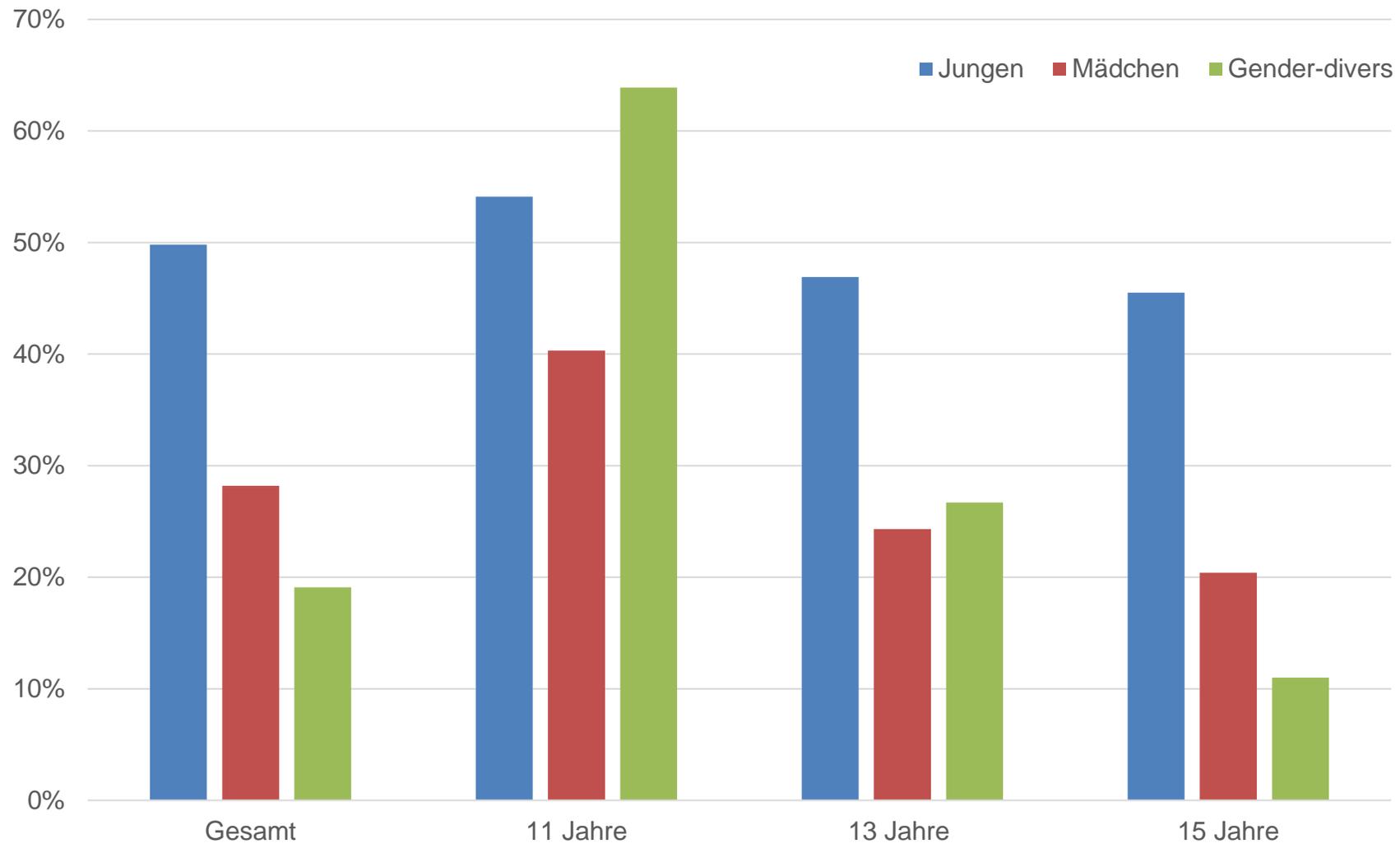
Prävalenz 2022 – WHO-Bewegungsempfehlung (60 min pro Tag)



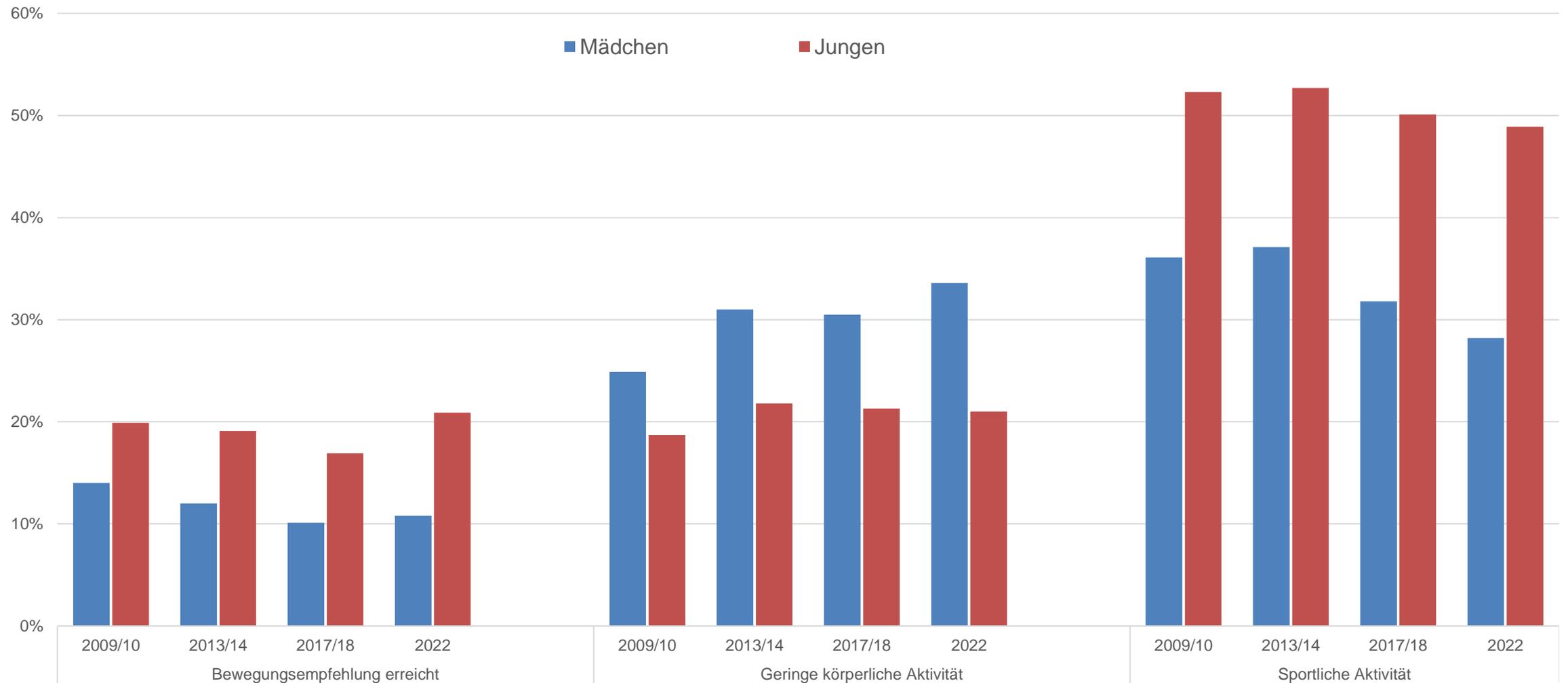
Prävalenz 2022 – geringe körperliche Aktivität 60 min an 0-2 Tagen pro Woche



Prävalenz 2022 – Sportliche Aktivität (4 x pro Woche)



Zeitliche Trends der verschiedenen Indikatoren körperlicher und sportlicher Aktivität



- Alters- und Geschlechterunterschied eindeutig
- Gender-diverse Jugendliche als eine mögliche neue Zielgruppe (Espinoza et al. 2023)
- Veränderung über die Zeit gering; bei Mädchen tendenziell eine negative Entwicklung (Reilly et al. 2022)
- Covid19-Pandemie
 - hat nach den HBSC-Daten nicht zu weiterem Abwärtstrend körperlicher Aktivität beigetragen
 - für den Rückgang sportlicher Aktivität könnte die Negativentwicklung mit Covid19 zusammenhängen (Rossi et al. 2021)

Bewegungsverhalten von älteren Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Ergebnisse der HBSC-Studie 2022 und Zeitverläufe seit 2009/10

Abstract

Hintergrund: Bewegung ist bereits im Kindes- und Jugendalter zentral für die Gesundheit und ein regelmäßiges Monitoring gibt wichtige Hinweise für strategische Entscheidungen für die Bewegungsförderung in Deutschland.

Methode: Mit der aktuellen Erhebungswelle der Health Behaviour in School-aged Children (HBSC-) Studie lässt sich die Prävalenz bei Schülerinnen und Schülern im Alter zwischen 11 und 15 Jahren für die Indikatoren tägliche Bewegungsempfehlung, hohe und geringe körperliche Aktivität sowie die sportliche Aktivität für 2022 berichten. Zudem werden die Daten im Vergleich zu den Erhebungswellen der Schuljahre 2009/10, 2013/14 und 2017/18 im zeitlichen Trend betrachtet.

Ergebnisse: Die Ergebnisse der aktuellen Erhebungswelle zeigen, dass 10,8% der Mädchen und 20,9% der Jungen sowie 12,4% der gender-diversen Jugendlichen die tägliche Bewegungsempfehlung erreichen. Auch für die weiteren Indikatoren bestehen zum Teil große geschlechtsspezifische Unterschiede. Die Gruppe der gender-diversen Jugendlichen gilt es weiter zu untersuchen. Die zeitlichen Veränderungen zwischen 2009/10 und 2022 sind relativ gering. Während von 2009/10 bis 2022 das Bewegungsverhalten bei Mädchen für die verschiedenen Indikatoren leicht abnimmt, zeigen sich bei den Jungen relativ stabile Prävalenzen im gleichen Zeitraum.

Schlussfolgerungen: Insgesamt und auch aufgrund der Auswirkungen der verschiedenen COVID-19-Lockdowns ist und bleibt der Bedarf an effektiven und bevölkerungsbezogenen Maßnahmen der Bewegungsförderung im Kindes- und Jugendalter hoch.

KINDER · JUGENDLICHE · BEWEGUNGSEMPFEHLUNG · KÖRPERLICHE AKTIVITÄT · SPORTLICHE AKTIVITÄT · SCHULEN · HBSC · SURVEY · PRÄVALENZEN · DEUTSCHLAND

1. Einleitung

Bewegung stellt lebensphasenübergreifend einen zentralen Einflussfaktor für die Gesundheit dar. Bereits Kinder und Jugendliche profitieren physisch und psychisch von körperlicher und sportlicher Aktivität für ihre Gesundheit

[1, 2]. Darüber hinaus ist der präventive Effekt des Bewegungsverhaltens für diverse chronische, nicht-ansteckende Erkrankungen (z. B. Diabetes Typ II, Herzinfarkt, Darmkrebs) im Erwachsenenalter nachdrücklich belegt [3]. Ist ein gesundheitsförderliches Bewegungsverhalten bereits bei Kindern und Jugendlichen früh sozialisiert und

Kontakt

Jens Bucksch (Prof. Dr.)
Pädagogische Hochschule Heidelberg
Fakultät für Natur- und
Gesellschaftswissenschaften
Abteilung Prävention und
Gesundheitsförderung

E-Mail: bucksch@ph-heidelberg.de
Tel.: +49 6221 477-334

- Geschlechtersensible Entwicklung von Bewegungsförderungsmaßnahmen (Schlund et al. 2021)
- Hoher Bedarf an bevölkerungsbezogenen Maßnahmen zur Bewegungsförderung
 - Strukturierte Sportangebote in Verein und Schule
 - Allgemeine Förderung von Alltagsaktivitäten in Freizeit und Alltag
- Vielversprechende Lösungsansätze mit der Kombination von Verhaltens- und Verhältnisprävention sowie einer Lebensweltorientierung liegen vor
- Bewegungsförderung in der Lebenswelt Kommune ist konsequent auch mit kommunalpolitischen Entscheidungstragenden weiterzudenken und sollte in übergeordnete Debatten zur Nachhaltigkeit eingebunden werden (Co-Benefit-Modell) (Bucksch & Schlicht 2023)