

„MobiFit“ – Ergebnisse eines Projektes zur Förderung von aktiver Mobilität und Bewegung im Kindergartenalltag

Katharina Koch, Forschung Burgenland GmbH
Alexandra Weghofer, Fachhochschule Burgenland GmbH, Department Gesundheit

Hintergrund

Körperliche Aktivität ist ein wesentlicher Baustein für die kindliche Entwicklung [1]. Gemäß den **österreichischen Bewegungsempfehlungen sollen sich Kinder im Kindergartenalter drei Stunden am Tag bewegen**. Von diesen drei Stunden sollten sich Kindergartenkinder eine Stunde mit mittlerer bis intensiverer Intensität körperlich bewegen [2]. Die Nutzung aktiver Mobilitätsformen, wie Zufußgehen, Rollern oder Radfahren ist eine niederschwellige Art, mehr Bewegung in den Alltag zu bringen und dadurch die eigene Gesundheit zu fördern [3].

Im Projekt „MobiFit“ wurden drei burgenländische Kindergärten zur Förderung von **Bewegung und aktiver Mobilität** begleitet. Die Projektevaluation fokussierte insbesondere die Projektergebnisse und Wirkungen, um Veränderungen durch die Projektaktivitäten zu ermitteln. Einschränkung ist festzuhalten, dass ein unmittelbarer Wirkungszusammenhang aufgrund der komplexen Einflussfaktoren auf das individuelle Bewegungs- und Mobilitätsverhalten mit der gewählten Methodik nicht nachweisbar ist.

Forschungsfrage und Methodik

Forschungsfragen:

- Welche Wirkungen auf individueller und organisationaler Ebene konnten durch die Aktivitäten im Projekt „MobiFit“ erzielt werden?
- Inwieweit konnte das Bewegungs- und Mobilitätsverhalten in den Projektkindergärten verändert werden?

Untersuchungsdesign: Trendstudie mit zwei Erhebungszeitpunkten (Herbst 2020, Mai 2022) – Stichprobe teilweise unterschiedlich

Erhebungsinstrument: Fragebogen zum Bewegungs- und Mobilitätsverhalten sowie zur bewegungs- und mobilitätsbezogenen Gesundheitskompetenz (*eigene Entwicklung in Anlehnung an bestehende Instrumente*); qualitative Vertiefung mittels Reflexionsgespräch mit Kindergartenteams

Datenauswertung: deskriptive Verfahren mittels IBM SPSS Version 26

Bewegungsempfehlungen KINDER 3 – 6 JAHRE



Bundesministerium Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz | Gesundheit Österreich | Fonds Gesundes Österreich

Abb.1: Bewegungsempfehlungen Kindergartenkinder, Quelle: FGO (2020)

Ergebnisse

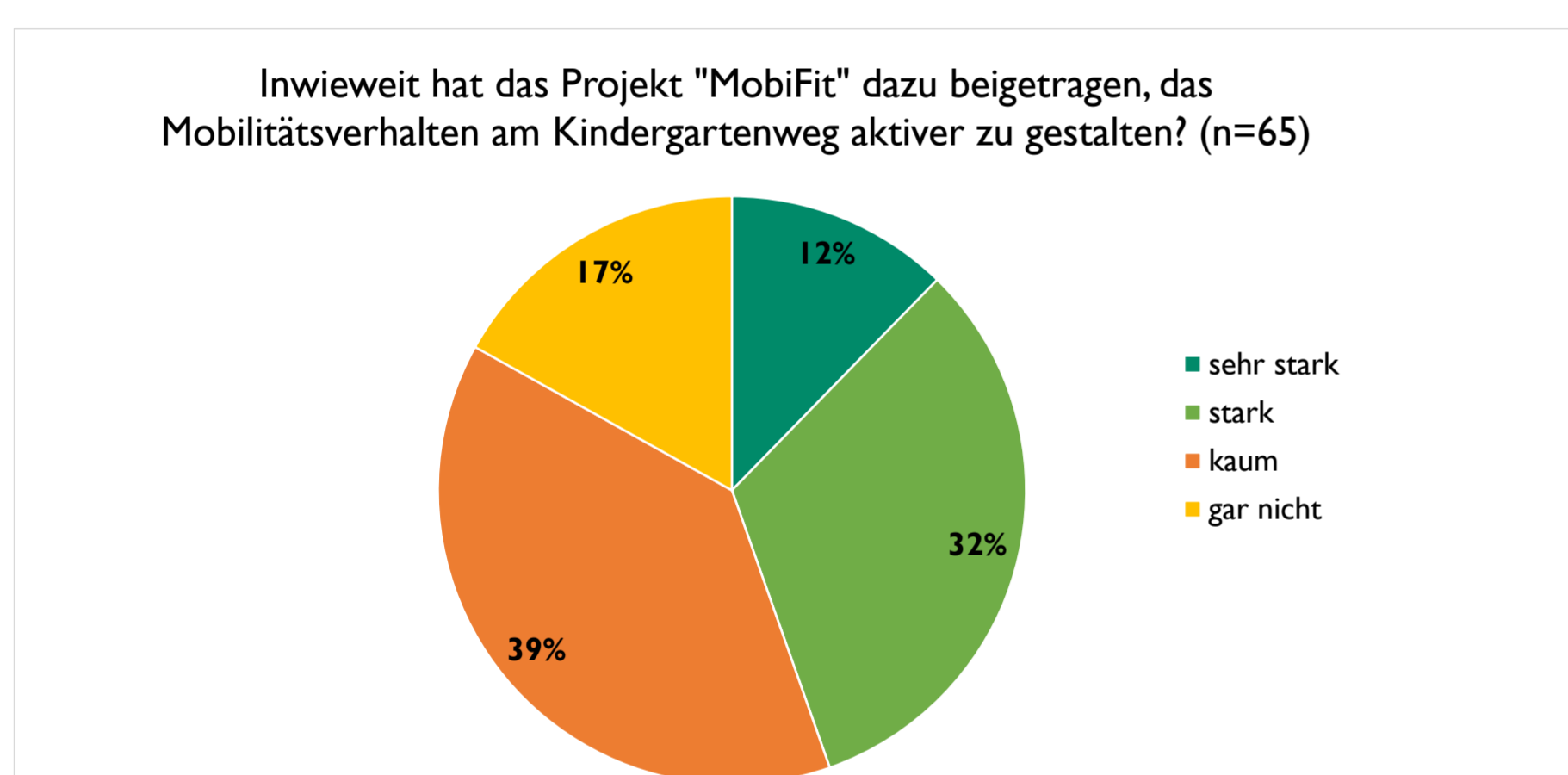


Abb.2: Ergebnisse Elternbefragung – Veränderungen im Mobilitätsverhalten, eigene Erstellung

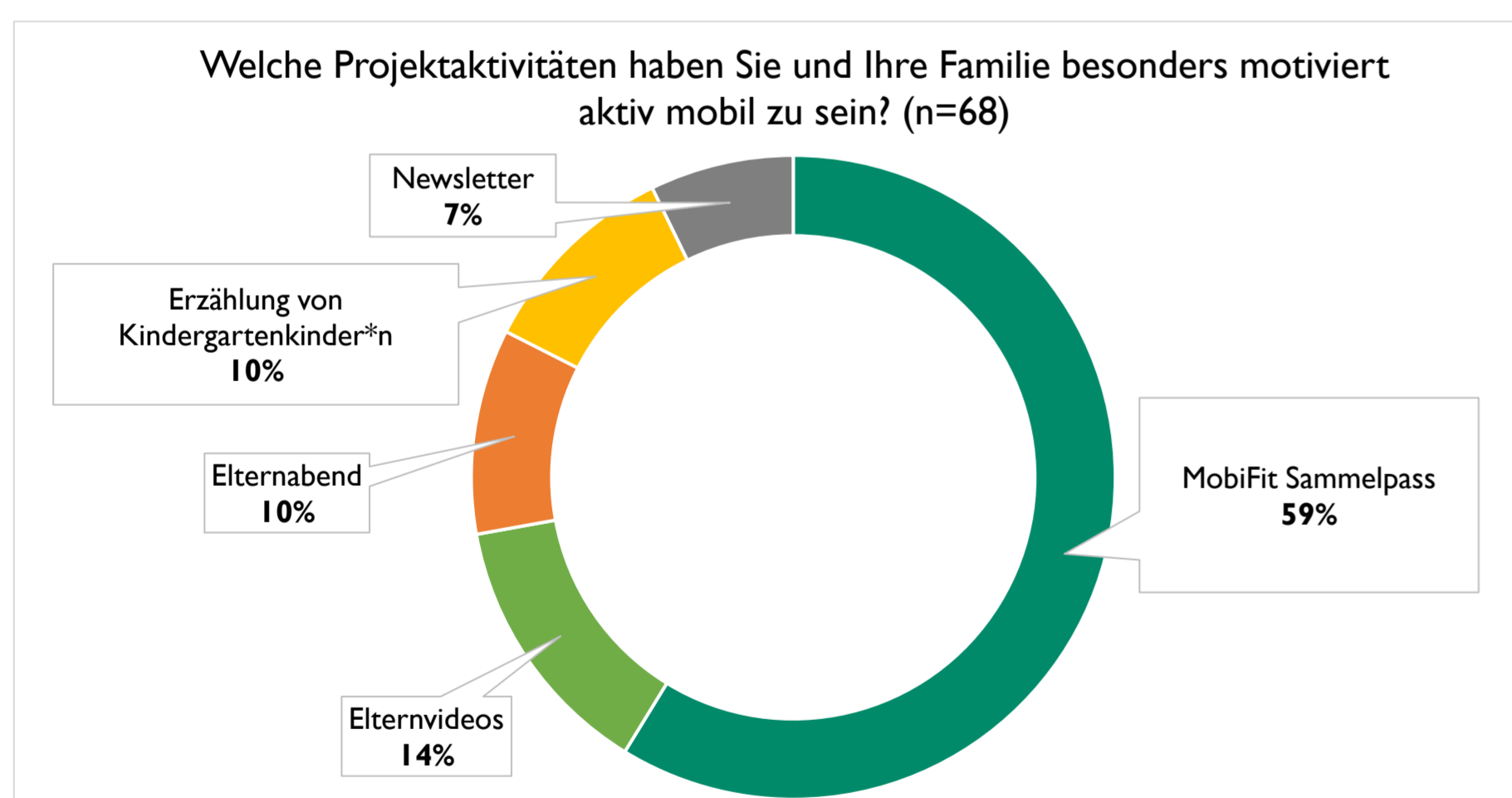


Abb.3: Ergebnisse Elternbefragung – Beurteilung Projektaktivitäten, eigene Erstellung

Pädagog*innenbefragung:

- Rücklauf: 2020: n=17 (≙ 65 %); 2022: n=12 (≙ 46 %)
- Einschätzung des Wissens im **Bereich Bewegung** als „(sehr) gut“: 46 % (Sept. 2020) → **75 %** (Mai 2022)
- Einschätzung des Wissens im **Bereich aktive Mobilität** als „(sehr) gut“: 40 % (Sept. 2020) → **67 %** (Mai 2022)

Elternbefragung:

- Rücklauf: 2020: n=86 (≙ 63 %); 2022: n=73 (≙ 54 %)
- **Aktivere Gestaltung des Mobilitätsverhaltens** am Kindergartenweg bei **45 % der Eltern**, häufigste Mobilitätsform am Kindergartenweg:
 - zu Fuß: 19 % (Sept. 2020) → **36 %** (Mai 2022)
 - Fahrrad, Roller, E-Bike: 8 % (Sept. 2020) → **26 %** (Mai 2022)
 - Auto: 68 % (Sept. 2020) → **34 %** (Mai 2022)
 - (Sammel-)Bus: 6 % (Sept. 2020) → **3 %** (Mai 2022)

Reflexionsgespräche:

- Sensibilisierung und Bewusstseinsbildung bei Kindergartenkindern für das Thema aktive Mobilität
- Verbesserung von **Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit** sowie Steigerung von **Experimentierfreude** und **Kreativität** bei **Kindergartenkindern**

Fazit

- ✓ **einfache und niederschwellige Anreizmaßnahmen** (bspw. Sammelpass) zur Förderung der aktiven Mobilität und Motivation
- ✓ **fertig gestaltete Materialien** für die Themenbearbeitung zur Unterstützung des Kindergartenpersonals
- ✓ **Sensibilisierung und Wissensaufbau** in den Bereichen Bewegung und aktive Mobilität bei den Zielgruppen erzielt
- ✓ **Hürden** für Projektumsetzung: fehlende zeitliche Ressourcen, Covid-19-bedingte Beschränkungen

Referenzen

- [1] Griebler, R., Winkler, P. & Bengough, T. (2016). Österreichischer Kinder- und Jugendgesundheitsbericht. Ergebnisbericht. Wien: Bundesministerium für Gesundheit (BMG).
- [2] Fonds Gesundes Österreich (FGÖ). (Hrsg.). (2020). Österreichische Bewegungsempfehlungen (Wissensband 17). Wien.
- [3] Fonds Gesundes Österreich (FGÖ). (Hrsg.). (2018). Aktive Mobilität – Argumentarium KOMPAKT. Intersektorale Argumente zur Förderung Aktiver Mobilität in Österreich. Wien.