

Systematische Förderung von Gesundheitskompetenz durch Bewegung im Kanton Basel-Stadt

BACKGROUND



Bewegungsmangel, Übergewicht
und kardiovaskuläre Risiken
(Guthold et al., 2020; Hauser et al., 2023)



Strukturiertes Monitoring er-
möglicht gezielte Prävention und
Identifikation von Risikogruppen.

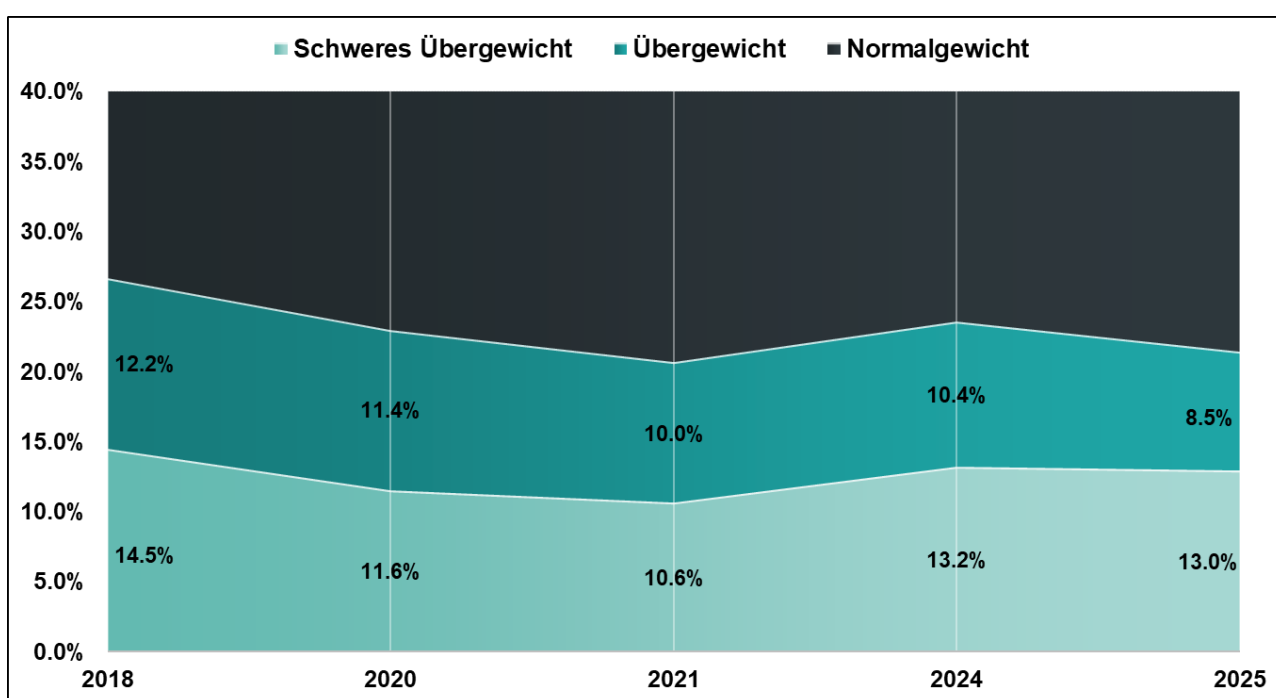


Theoriegeleitete Bewegungsför-
derung stärkt Selbstwirksamkeit.
(Affective-Reflective Theory; Ekkekakis (2018))



Reflektierte Bewegungserfahrung
und objektives Feedback stärken
nachhaltige Gesundheitskompetenz.
(GFCH, 2022a)

STRUKTURELLES MONITORING (SPORTCHECK)



Seit 2014 werden im Kanton Basel-Stadt motorische
Leistungsfähigkeit und BMI in der 1. und 5. Klasse
systematisch erhoben (Vollerhebung Sportcheck).

1. Klasse:
Individuelles Feedback an Eltern zur Sensibilisierung

5. Klasse:
Trendbeobachtung und Identifikation von Risikogruppen

Abbildung: Prävalenz von Übergewicht ($\geq P_{90}$) und Adipositas ($\geq P_{97}$) in der 5. Klasse

Sportcheck 1. Klasse
universelle Prävention



Sportcheck 5. Klasse
Risikoidentifikation



Einladung now!
Trainingsintervention



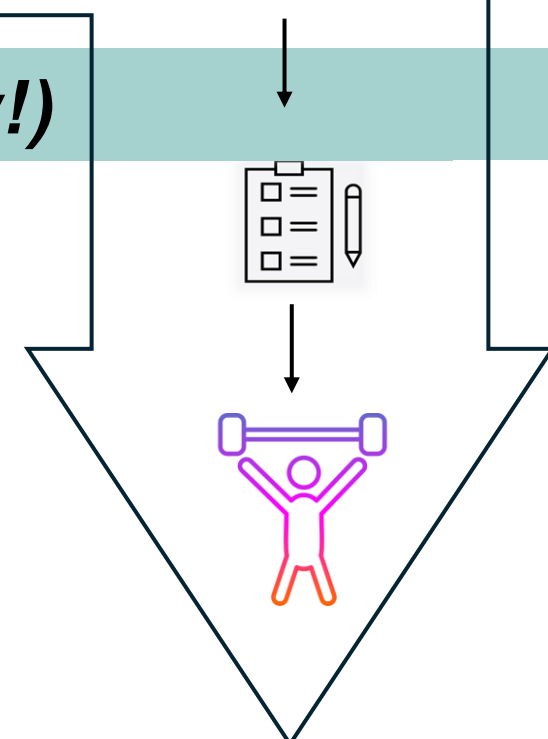
Training und Coaching
(ART-basiert)



INTERVENTION UND EVALUATION (now!)

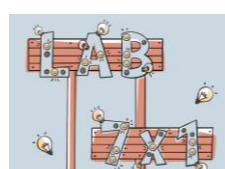
now! - theoriegeleitete Bewegungsintervention (12 Monate), Kombination aus:

- Regelmässigem Training (2x pro Woche à 90 min) im Gross- und Kleingruppensetting
- Coaching und Reflexion mit den Teilnehmenden, Selbstwirksamkeit fördern
- Einbezug vom Familiensystem an regelmässigen Elternabenden
- Wissenschaftliche Evaluation vor, während und nach der Intervention
- Objektivem Feedback der Messergebnisse an die Familien



Nachhaltige Förderung von Gesundheitskompetenz durch strukturiertes Monitoring, gezielte Intervention und Evaluation.

Finanzielle Unterstützung



Kontakt und Projektdetails

✉ now-dsbg@unibas.ch

Universität Basel

Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit

