

Juliane Mackenbrock, Heike Streicher & Hagen Wulff

Konzeption einer mediengestützten Intervention zur Steigerung der körperlichen Aktivität von Kindern im Grundschulalter: ein Intervention-Mapping-Protokoll

Summary

The increase in the prevalence of overweight and obesity in children and adolescents is explained by a reduction of physical activity. This is favored by an increased consumption of stationary screen media. This problem can be positively influenced by increasing physical activity in the sense of primary prevention. In addition to the negative influence of stationary screen media, portable media such as smartphones or tablets have great potential in the area of health promotion. This leads to the question "How can digital media be used to encourage children to be more physically active and prevent the development of obesity?". With the help of the intervention-mapping-method the question can be answered systematically by an intervention conception. The intervention consists of a project week in the school setting, in which students of the fourth grade go through different digital educational paths on the topic of "sporty world travel" every day with the help of the smartphone or tablet application *Actionbound*. Different school subjects are taken into account in a way that promotes physical activity and are linked through the media support.

Zusammenfassung

Der Anstieg der Prävalenz von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen wird durch eine Reduktion von körperlicher Aktivität erklärt. Begünstigt wird dies durch einen verstärkten Konsum von stationären Bildschirmmedien. Diese Problemstellung kann durch die Steigerung der körperlichen Aktivität im Sinne der Primärprävention positiv beeinflusst werden. Neben dem negativen Einfluss von stationären Bildschirmmedien auf die körperliche Aktivität weisen transportable Medien, wie Smartphones oder Tablets, große

Potenziale im Bereich der Gesundheitsförderung auf. Daraus entsteht die Fragestellung „Wie können digitale Medien eingesetzt werden, um Kinder zu mehr körperlicher Aktivität zu bewegen und die Entstehung von Übergewicht zu verhindern?“. Mit Hilfe der Intervention-Mapping-Methode kann die Fragestellung durch eine Interventionskonzeption systematisch beantwortet werden. Die Intervention besteht aus einer Projektwoche im Setting Schule, bei der Schüler und Schülerinnen der vierten Klasse unterschiedliche digitale Bildungspfade zum Thema „sportliche Weltreise“ mit Hilfe der Smartphone- oder Tablet-Applikation *Actionbound* durchlaufen. Es werden verschiedene Schulfächer auf bewegungsförderliche Art und Weise berücksichtigt und durch die mediale Unterstützung verknüpft.

Schlagworte: Bewegungsförderung, Schule, Projektwoche, mediengestützte Intervention, Smartphone-Applikation, Interventionsplanung