

Tägliche Bewegungseinheit



Die österreichischen Bewegungsempfehlungen fordern für Kinder und Jugendliche ab sechs Jahren ein Minimum von 60 Minuten körperlicher Aktivität täglich. Für Kindergartenkinder wird ein Minimum von drei Stunden täglich empfohlen.

Die bestehende Datenlage zeigt jedoch, dass ein Großteil der Kinder in Österreich das empfohlene Bewegungsausmaß (noch) nicht erfüllt und die Teilnahme an Sport und Bewegung sozial ungleich verteilt ist. Das Problem der körperlichen Inaktivität kann keine einzelne Organisation oder Institution allein lösen. Dafür braucht es eine starke Zusammenarbeit aller für die Gesundheit unserer Kinder verantwortlichen Akteur:innen.

Bewegung und Sport hat vielfältige positive Auswirkungen:

- 👍 Verbessert die körperliche Fitness
- 👍 Stärkt das Selbstbewusstsein
- 👍 Verbessert die Konzentrationsfähigkeit
- 👍 Fördert die soziale Integration
- 👍 Trägt zum Klimaschutz bei



Die Tägliche Bewegungseinheit basiert auf einem 3-Säulen-Modell, das die körperliche Aktivität erhöht und die motorischen Fähigkeiten in Kindergarten, Volksschule und Sekundarstufe I verbessern soll.

DAS 3-SÄULEN-MODELL

①

Bewegung und Sport wird zu einem integralen Bestandteil des Kindergarten- und Schulalltags.

②

An den Bildungseinrichtungen werden durch Bewegungscoaches angeleitete zusätzliche Sport- und Bewegungseinheiten installiert, damit jede Klasse in Summe auf mindestens vier Bewegungs- und Sporteinheiten pro Woche kommt.

③

Für Kinder und Jugendliche mit Bewegungsdefiziten werden zusätzliche bedarfsorientierte Angebote zur Verfügung gestellt.



LIEBE PÄDAGOG:INNEN!

Für die teilnehmenden Bildungseinrichtungen wurde die Gibmir5 Webapp entwickelt.



- 👍 Spielerische Dokumentation der Bewegungszeiten
- 👍 Motivation, das Ergebnis der Klasse wöchentlich zu verbessern
- 👍 Jahresübersicht aller Aktivitäten im Dashboard
- 👍 Präsentation des Bewegungsprofils der Bildungseinrichtung nach außen
- 👍 Vermittlung von kostenlosen Angeboten, Workshops, Übungen und Bewegungsideen



PILOTPROJEKT ÜBER 2 SCHULJAHRE IN ALLEN BUNDESLÄNDERN START SEPTEMBER 2022

- Gemeinsames Projekt von Bund und Ländern
- Breite Stakeholder Beteiligung
- Wissenschaftliche Begleitung durch externe Evaluation
- Kostenlos für alle teilnehmenden Bildungseinrichtungen

Ziele

- Erhöhung der Bewegungszeit von Kindern und Jugendlichen im Alter von 2-14 Jahren
- Kulturwandel zu Bewegung und Sport in Kindergarten, Volksschule und Sekundarstufe I
- Überprüfung der Umsetzbarkeit des 3-Säulen-Modells

Pilotregionen



Neusiedl, Eisenstadt
Umgebung (B)



Carnica+ (K)



Korneuburg (NÖ)



Oberes Mühlviertel,
Rohrbach, Urfahr
Umgebung (OÖ)



Stadt Salzburg (S)



Leibnitz (Stmk)



Schwaz (T)



Bregenzerwald & Walgau (V)



Kärnten (K)

LIEBE ELTERN!

Bewegung und Sport haben vielfältige positive Auswirkungen auf die Entwicklung Ihrer Kinder. Durch die Einführung der Täglichen Bewegungseinheit wollen wir einen Kulturwandel zu Bewegung und Sport an den österreichischen Bildungseinrichtungen bewirken.

Das bedeutet konkret für Ihr Kind:

- 👍 Mindestens vier Stunden Bewegung und Sport pro Woche
- 👍 Anregungen zur Bewegung während der Pausen
- 👍 Bewegtes Lernen oder kurze Bewegungsimpulse während des Unterrichts
- 👍 Aktive Mobilität (zu Fuß, mit dem Rad oder mit dem Roller)
- 👍 Sportfeste, Outdooraktivitäten uvm.

Darüber hinaus ist es wichtig, dass Sie auch die Freizeit des Kindes und das Familienleben aktiv gestalten. Sei es durch die Mitgliedschaft im Sportverein, durch gemeinsame Outdoor-Aktivitäten oder einfach durch Ihre Vorbildwirkung.



Koordinationsstelle Tägliche Bewegungseinheit
Fit Sport Austria GmbH
Waschhausgasse 2/2. OG, 1020 Wien
Tel: +43/1/504 79 66 - 330
office@bewegungseinheit.at
www.bewegungseinheit.gv.at

 Bundesministerium
Kunst, Kultur,
öffentlicher Dienst und Sport

 Bundesministerium
Bildung, Wissenschaft
und Forschung



 **Tägliche Bewegungseinheit**
bewegungseinheit.gv.at

SPORT AUSTRIA
BUNDES-SPORTORGANISATION



Bundes-Sport GmbH



ASKÖ

ASVO
Allgemeiner Sportverband
Österreichs

SPORT UNION