

KURZFASSUNG

Kinder weisen ein sehr komplexes Bewegungsprofil auf. Ein gesundes Kind hat tagsüber viele Möglichkeiten sich zu bewegen. Sport und Spiel sind im Tagesablauf eingebettet und Wege, die zu Fuß, mit dem Tretroller oder mit dem Fahrrad zurückgelegt werden, ermöglichen neben aktiver auch eine selbstständige Mobilität im Alltag von Kindern. Allerdings konnten in den letzten Jahren Bewegungsdefizite, eine stärkere Tendenz zu Übergewicht und eine Abnahme von psychischem Wohlbefinden bei Kindern und Jugendlichen festgestellt werden.

Die vorliegende Arbeit untersucht, welchen Anteil aktive Mobilität (zu Fuß, mit Roller oder Fahrrad unterwegs sein) an der Tagesaktivität bei Kindern im Alter von 11 bis 13 Jahren einnimmt und inwieweit die Wahl des Verkehrsmittels im Zusammenhang mit der physischen Aktivität steht. Gleichzeitig wurde analysiert, ob und wie aktive Mobilität und physische Aktivität das subjektive psychische Wohlbefinden und die kognitive Leistung von Kindern beeinflussen. Dazu wurde eine Erhebung mit Schülern der 1. und 2. Schulstufe einer neuen Mittelschule im ländlichen Raum in Niederösterreich über den Zeitraum von einer Woche durchgeführt. Im Zuge der Erhebung wurden Fitnessstracker und Fragebögen (z.B. Wege- und Aktivitätentagebücher) eingesetzt.

Bei der Zielgruppe konnten signifikante Korrelationen zwischen subjektivem Wohlbefinden und dem Anteil an aktiver Mobilität sowie Wegezweck/-ziel/-begleitung nachgewiesen werden. Wege, die aktiv zurückgelegt werden, tragen maßgeblich zur Erreichung der WHO-Bewegungsempfehlung bei; aktive Mobilität zeigt einen signifikanten Zusammenhang mit der Zielerreichung des WHO-Bewegungskriteriums. Zudem haben Kinder, die einen höheren Bewegungsumfang aufweisen, eine positivere Einstellung zum Leben als weniger aktive Kinder.

Die Ergebnisse dieser Arbeit zeigen die Komplexität der Einflussfaktoren auf das kindliche Wohlbefinden und die Mobilität auf und sollen Anstoß für weitere Forschungsarbeiten sein.