

## **Projekt zur Reduzierung von Sitzzeiten im Schulunterricht – Evaluation von Wirksamkeit und Akzeptanz höhenverstellbarer Tische im Grundschulalter**

**Laufzeit:** 01.06.2017 – 31.05.2018; **Projektförderer:** Eigenmittel

**Projektleitung:** Prof. Dr. Jens Bucksch

**Projektmitarbeiterin:** Anke Tüselmann

**Kooperationspartner:** Universität Bielefeld (UBI), Leibniz – Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie BIPS

**Praxispartner:** Stadt Ludwigsburg

Langandauerndes sedentäres Verhalten wird als eigenständiger Risikofaktor für die physische und psychoemotionale Gesundheit angesehen. Hierbei gilt es die relative Unabhängigkeit von der sportlich aktiv verbrachten Zeitspanne zu beachten. Bereits bei Kindern und Jugendlichen werden lange und ununterbrochene Sitzzeiten beobachtet. Die Schulzeit ist dabei in dieser Zielgruppe eine zentrale Quelle von Sitzzeiten. Nach Erkenntnissen erster Interventionsansätze wird empfohlen verhaltens- (Wissen, Einstellungen, Intention) und verhältnisorientiert (Bereitstellung von Sportgeräten, Möglichkeiten zum Stehen) vorzugehen. In Deutschland fehlen bislang jedoch qualitativ hochwertige Studien in diesem Kontext.

Mit der geplanten Pilotstudie wird die Akzeptanz von Steharbeitsplätzen zur Verringerung sedentären Verhaltens im Klassenraum an einer Ludwigsburger Grundschule erhoben, um Hinweise für die Wirksamkeit verhältnispräventiver Ansätze zu erhalten. Die Studie ist im „mixed methods“-Design angelegt und wird durch folgende Eckpunkte charakterisiert:

- Die quantitative Erhebung erfolgt durch eine quasiexperimentelle Studie im Crossover-Design mit 5 Schulklassen im 3. und 4. Jahrgang.
- Die Interventionsklassen erhalten die Möglichkeit, Steharbeitsplätze während des Unterrichts zu nutzen.
- Sitzendes und Bewegungsverhalten wird objektiv mittels objektiver Messgeräte (ActivPAL und GENEActiv) an drei Zeitpunkten mit und ohne Nutzungsmöglichkeit der Steharbeitsplätze, jeweils über einen Zeitraum von zehn Tagen gemessen
- Abschließend werden Fokusgruppen mit SchülerInnen, Lehrkräften, ggf. Verantwortlichen auf kommunaler Ebene und Eltern durchgeführt, um den Implementierungsprozess zu reflektieren sowie Einstellungen und subjektiven Nutzen der höhenverstellbaren Tische zu evaluieren.