

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 10 (2008)
Heft: 5

Artikel: Ein Handshake mit Folgen
Autor: Donzel, Raphael / tranquist, Johan
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991641>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Ein Handshake mit Folgen

Anlässlich des Kongresses «Schule in Bewegung» am 15 und 16. September in Bern hat der Leiter des schwedischen Nationalen Instituts für Gesundheitsförderung bei Kindern Projekte zur Bewegungsförderung in Skandinavien vorgestellt. Im Interview erzählt er über die eingeleiteten Massnahmen und deren Auswirkungen.

Text: Raphael Donzel, Photopress/Romel Janeski

► 5750 Schulen, 289 Gemeinden, 20 Grafschaften, neun Millionen Einwohner, ein ganzes Land in Bewegung. Um die verschiedenen Beteiligten für das Problem Bewegungsmangel und Übergewicht bei Kindern zu sensibilisieren und diese zu ermutigen, sich zu bewegen, hat die schwedische Regierung das Jahr 2001 zum «Nationalen Jahr der physischen Aktivität» ausgerufen. Eine Initiative, die nicht ohne Wirkung geblieben ist.

Laut dem Schwedischen Sportbund ist heute rund die Hälfte der Einwohner zwischen 7 und 70 Jahren Mitglied eines Sportvereins.

Davon sind etwa zwei Millionen aktive Sportler. Ungefähr 650 000 betreiben Leistungssport auf unterschiedlichen Niveaus. Noch stärker dominiert der Sport bei den Jugendlichen: Von den 7- bis 15-jährigen sind gut zwei Drittel der Jungen und die Hälfte der Mädchen Mitglieder eines Sportvereins. Zudem ist etwa jeder zehnte Jugendliche in diesem Alter auch neben dem organisierten Sport sportlich aktiv. Im Laufe eines Jahres finden im Sport fast sieben Millionen Trainingsstunden statt. Das heisst, an einem gewöhnlichen Tag nehmen gut 140 000 Jugendliche an organisierten Sportaktivitäten teil.



«mobile»: Zahlen, die sich sehen lassen, Herr Tranquist. War also 2001 das Jahr null in Bezug auf Sport- und Bewegungsförderung in Schweden? Johan Tranquist: «Wir haben damals die Grundlagen für die nachfolgenden Erfolge geschaffen. Beschlossen wurden die Pläne in Sachen Bewegungsförderung bereits 1999 durch das Nationale Institut des öffentlichen Gesundheitswesens. Dieses «Nationale Jahr der Bewegung» hat ein positives Echo bei zahlreichen Zielgruppen ausgelöst.

Welches waren die direkten Auswirkungen? Allgemein gesagt, wurde dadurch erst ermöglicht, «Bewegung und Sport» auf die Tagesordnung der politischen Instanzen, der Medien und der Bevölkerung zu setzen. In Schweden sind sich inzwischen wohl alle des Nutzens und der positiven Auswirkungen auf die Gesundheit der Kinder bewusst. Mehrere Arbeitsgruppen decken heute vier Tätigkeitsfelder ab: Gesundheit, Arbeitsplatz, Schule und Vorschule und schliesslich der Unterricht. Mehrere Massnahmen sind in diesen vier Bereichen eingeleitet worden, und es wurde wichtige Lobbyarbeit betrieben, um Veränderungen, auch auf dem politischen Parkett, zu bewirken.

Konkret: Welche Aktionen zur Bewegungsförderung wurden eingeleitet? Eine davon ist der «Handshake with Sport», eine der Massnahmen durch die schwedische Regierung nach 2001. Diese Initiative erlaubt es, den Vereinssport voranzubringen. Über einen Zeitraum von vier Jahren, zwischen 2003 und 2007, wurden insgesamt 100 Millionen Euro zur Verfügung gestellt, welche durch die Lottereeinnahmen generiert werden konnten. Das Ziel bestand darin, die Vereine zu ermutigen, ihr Angebot anzupassen und die Türen für neue Mitglieder zu öffnen, neue Aktivitäten für Mädchen vorzuschlagen – die Förderung des Tanzes ist ein Erfolgsbeispiel in diesem Zusammenhang. Zudem wurde es möglich, die Kosten für jene zu reduzieren, die mit einer Sportart beginnen wollten, Suchtprobleme zu bekämpfen und eine bessere Zusammenarbeit zwischen dem organisierten Sport und der Schule zu garantieren.

Gehört die Erfahrung «Handshake with sport» der Vergangenheit an? Ganz und gar nicht. Die neue Regierung unterstützt die Sportorganisationen weiterhin im gleichen Ausmass.

Hat das Jahr 2001 andere Auswirkungen gehabt, zum Beispiel in der Schule? Sicher. Im Jahr 2003 wurden in den Lehrplänen Änderungen vorgenommen. Jede Schule muss heute in der Lage sein, ihren Schülerinnen und Schülern eine tägliche Bewegung anzubieten. Derzeit sind die an der frischen Luft gehaltenen Lektionen – und zwar auf jeder Schulstufe – besonders populär.

Mein Institut, das «Swedish National centre for child health promotion NCF» (Nationales Zentrum zur Gesundheitsförderung bei Kindern), ist ebenfalls eine direkte Folge dieses «nationalen Jahres». Das NCF hat die Aufgabe, die Schulen, die ausserschulische Betreuungsangebote und Freizeitzentren in ihrer Arbeit in Sachen Bewegungsförderung zu unterstützen, das Bewusstsein für gesunde Essgewohnheiten und andere Aktionen zugunsten der Gesundheit bei Kindern und den Jugendlichen zu fördern.

In Schweden konnte das Phänomen des Übergewichts und der Fettleibigkeit bei den Kindern etwas gebremst werden ... In der Tat kann man seit drei Jahren bei der Gruppe der über 10-Jährigen einen Rückgang des Übergewichts feststellen. Es ist ein entscheidender Erfolg!

Wessen Verdienst ist das? Allen an diesem Prozess Beteiligten! Da ist einerseits die Schule, die sich des Nutzens von Bewegung und Sport bewusst ist, die über die notwendigen Kenntnisse verfügt und sie den Kindern im Rahmen des Unterrichts vermittelt. Andererseits die Familie, die besser über die Bedeutung von Bewegung informiert ist und ermutigt wird, diese auch in der Freizeit zu fördern. Und zuletzt die Gemeinden, die erfasst haben, wie wichtig es ist, ein Umfeld zu schaffen, das für physische Aktivitäten günstig ist.

Wie gross ist nun das Risiko, sich auf den Lorbeeren auszuruhen und wieder der Lethargie zu verfallen? Wir haben die Gesamtunterstützung der Regierung und aller schwedischen Nichtregierungsorganisationen. Wir können also weitermachen. Uns ist das Risiko eines Rückfalls bewusst. Bewegung steht in direktem Wettbewerb mit

dem Computer. Sitzende Aktivitäten nehmen zu. Die Folge: Einige Kinder haben ihren Sportclub wieder verlassen. Unsere Aufgabe besteht darin, den «sesshaften» Lebensstil zu bekämpfen, ihn zu knebeln.

Schweden und die Schweiz sind einwohnermässig ähnlich gross, flächenmässig aber ganz und gar nicht. Welches war der Schlüssel zum Erfolg, um Ihre Botschaften über das ganze schwedische Territorium zu befördern? Ich bin seit 1999, also von Beginn weg, in diesem Bereich aktiv. Dadurch konnte ich hervorragende Kontakte zu den politischen Schlüsselstellen, den Gemeinden und den Strukturen des Programms «Sport für alle» knüpfen. Ein solches Netzwerk erlaubt es, schnell zu handeln und Anliegen bei den richtigen Stellen anzubringen. Doch auch dies würde ohne das echte Interesse an der Sache seitens der Regierung nichts bringen. //

› Johan Tranquist besetzt mehrere Funktionen im Rahmen der Bewegungsförderung in Skandinavien: Er ist unter anderem Leiter des schwedischen nationalen Instituts des öffentlichen Gesundheitswesens in Stockholm, Direktor des NCFE und Projektleiter von «Sweden on the move». Kontakt: johan.tranquist@adm.oru.se, www.oru.se

Kooperation als Devise

Welche Rolle soll die Schule bei der Bekämpfung von Übergewicht und Bewegungsmangel bei Kindern spielen? Welches sind die Bedürfnisse der Lehrkräfte und der Familienmitglieder? Was kann die Politik beitragen? Drei Fragen, die anlässlich des Kongresses «Schule in Bewegung» beantwortet werden wollten.



▶ Die Zahl spricht für sich selbst: 22 Prozent der Kinder zwischen 10 und 14 Jahren bewegen sich weniger als eine Stunde täglich. Ein Ergebnis, das sich aus dem Bericht «Sport die Schweiz 2008 – Kinder und Jugendliche» herauskristallisiert hat, der den sportlichen Aktivitäten und Gewohnheiten unseres Nachwuchses gewidmet ist und durch den Soziologen und Psychologen Markus Lamprecht erstmals vor ausgewähltem Publikum präsentiert wurde. Dank dieser Studie, die am 4. November veröffentlicht wird, liegen nun erstmals Resultate über die Intensität der physischen Aktivität der Kinder, die Unterschiede zwischen Geschlechtern, Sprachregionen, Nationalitäten vor und zuletzt auch über die Rolle, die der Sport in der Schule und der freiwillige Sport spielen. «mobile» wird sich in der Ausgabe 6/08 näher mit der Studie beschäftigen.

In einem weiteren Vortrag referierte Dr. Gaudenz Bachmann, Präventivmediziner des Kantons St. Gallen und Leiter des Amtes für Gesundheitsfürsorge, über das immer wichtiger werdende Bewegungs- und Ernährungsverhalten im Kindes- und Jugendalter. Übergewichtige Kinder haben ein hohes Risiko, auch im Erwachsenenalter übergewichtig zu bleiben. Der gesunden Entwicklung der Kinder müsse deshalb mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden. In seiner Präsentation sprach Anton Strittmatter, Leiter der Pädagogischen Arbeitsstelle des Dachverbands Schweizer Lehrerinnen und Lehrer (LCH), über die Sicht der Schule. Laut Strittmatter tragen Bewegung und Sport zur Persönlichkeitsbildung, zur Entwicklung einer gesunden Selbstwahrnehmung und guter Sozialkompetenzen bei. Nun seien Lehrer und Eltern gemeinsam gefordert.

Der zweite Tag stand ganz im Zeichen der Kinder. Auf dem Kunstrasen des Stade de Suisse spielten über 50 Kinder den ganzen Morgen lang Fussball, alles unter der Aufsicht von Sportlegenden wie Boris Becker, Jörg Stiel und Bernhard Russi. Am Vorabend hatten Schülerinnen und Schüler aus Bern unter Anleitung der Fernsehköchin Sarah Wieder eine gesunde Mahlzeit vorbereitet. In den Pausen zwischen Podiumsgesprächen und Mahlzeit stellte der isländische ehemalige Elitesportler Magnus Scheving der Zuhörerschaft seine TV-Sendung vor: «LazyTown» vor – eine in 118 Ländern und 20 Sprachen ausgestrahlte Show, die sich ganz der Gesundheit der Kinder widmet.

Das Fazit des Kongresses, der durch das BASPO, die Cleven-Becker-Stiftung und die Gesundheitsförderung Schweiz organisiert worden war, ist klar: Schulkinder sollen sich ausgewogen ernähren und mehr bewegen. Gute Projekte gibt es einige. Nun müssen die Behörden, Schulen und relevanten Akteure diese noch besser koordinieren. //

› www.schuleinbewegung.ch

**LÖTSCHEG-BASISTUNNEL
BIS ZU 1 STUNDE
SCHNELLER IN FIESCH**

**Ideal für
Gruppen
und Vereine**

**1 Tag schon ab Fr. 42.50
pro Person inkl. Vollpension**

- Unterkunft im Mehrbettzimmer oder Doppelzimmer (Aufpreis)
- Gratis Benützung der Sportinfrastruktur mit Hallenbad und Dreifachturnhalle etc.
- Idealer Ausgangsort zum Bike- und Wandergebiet Aletsch

**SPORT
FERIEN FIESCH**

3984 Fiesch/Wallis
Telefon 027 970 15 15
www.sport-feriencenter.ch
info@sport-feriencenter.ch