



DER ACTIPROS-BAUKASTEN

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Hintergrund



2

- Bewegungsmangel im Kindesalter führt zu nachhaltigen gesundheitlichen Beeinträchtigungen
(Cleland et al., 2012)
- Empfehlung von mind. 60 Minuten körperlicher Aktivität täglich wird nur von wenigen Kindern in Europa erreicht
(Konstabel et al., 2014)
- Schule als Schlüssel zur Bewegungsförderung
(Langford et al., 2014)

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Projekt „ACTIPROS“



3

- Projekt zur Bewegungsförderung über das Setting Schule (**ACT**ivity **PRO**motion via **S**chools)
- Ziel von ACTIPROS: Steigerung der körperlichen Aktivität und Fitness von Kindern im Grundschulalter
- Basiert u.a. auf dem Health Promoting Schools (HPS)-Framework der WHO (Langford et al. 2014)



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



ACTIPROS-Baukasten

Interventionen verteilt auf 6 Handlungsfeldern des WHO HPS



4

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Übersicht der Programme



5

1. [Der laufende Schulbus](#)
2. [Der Fahrrad-Zug zur Schule](#)
3. [Gemeinsam Fit](#)
4. [The Daily Mile](#)
5. [Bewegte Pause](#)
6. [Aktiver Pausenhof](#)
7. [Bewegungsspiele nach der Schule](#)
8. [Sternchen für Bewegung](#)
9. [Fitnessstunde im Studio](#)
10. [Bewegung, Spiel und Spaß](#)
11. [Fitness für Kids](#)
12. [Bewegte Schule](#)



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Der laufende Schulbus



6

Basis: „Walking School Bus program, DOI:10.1542/peds.2010-3486“.

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Der laufende Schulbus im Überblick



7

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	

- Ziel: Körperliche Aktivität
- Alter der Kinder: beliebig
- Dauer: 5 Wochen
- Ort: Schulweg
- Beteiligte Personen: Eltern und Freiwillige
- Materialbedarf: gering
- Kosten: gering
- Nachhaltigkeit: hoch
- Durchführbarkeit: leicht



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Der laufende Schulbus - Inhalte



8

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	

Die Inhalte des Programms

- Gemeinsamer Schulweg zu Fuß montags bis freitags
- Routen basieren auf Wohnadressen der Schüler:innen
- Zur Verfügung gestellt werden: ein Leitfaden für alle Beteiligten, Warnwesten

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Einbindung der Eltern
- ✓ Draußenangebot



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Der Fahrrad-Zug zur Schule

Basis: „Bicycle Trains, DOI:10.1016/j.amepre.2017.05.001“



9

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Der Fahrrad-Zug zur Schule im Überblick



10

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	

- Ziel: Körperliche Aktivität
- Alter der Kinder: beliebig
- Dauer: beliebig (langfristige Intervention)
- Ort: Schulweg
- Beteiligte Personen: Eltern und Freiwillige
- Materialbedarf: gering bis hoch
- Kosten: gering bis hoch
- Nachhaltigkeit: hoch
- Durchführbarkeit: leicht

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0





Der Fahrrad-Zug zur Schule - Inhalte



11

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	

Die Inhalte des Programms

- Gemeinsamer Schulweg mit dem Fahrrad montags bis freitags
- Routen basieren auf Wohnadressen der Schüler:innen
- Zur Verfügung gestellt werden: ein Leitfaden für alle Beteiligten, Warnwesten, ggf. Fahrräder, Helme, Schlösser

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Einbindung der Eltern
- ✓ Draußenangebot

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Gemeinsam Fit

Basis: „SCORES, DOI:10.1249/MSS.0000000000000452“



12

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
X	X	X		X	



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0





Gemeinsam Fit im Überblick



13

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
X	X	X		X	

- Ziel: Körperliche Aktivität, Fitness
- Alter der Kinder: 7-10 Jahre
- Dauer: 1 Schuljahr
- Ort: Schule
- Beteiligte Personen: Lehrer:innen
- Materialbedarf: hoch
- Kosten: ca. 900€
- Nachhaltigkeit: mittel
- Durchführbarkeit: mittel



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Gemeinsam Fit - Inhalte



14

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
X	X	X		X	

Die Inhalte des Programms

- Workshops für Lehrer:innen und Schüler:innen
- Bewegungsaufgaben für die Schüler:innen & Familie
- Gründung eines Schulkomittees
- Richtlinien zur Bewegungsförderung
- Strategien zur Verbesserung der Kooperation zwischen Schule und Kommune
- Zur Verfügung gestellt werden: Bewegungsausstattung

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Einbindung der Eltern
- ✓ Vielseitigkeit
- ✓ Kooperatives Angebot
- ✓ Im Alltag umsetzbar



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



The Daily Mile („Die tägliche Meile“)

Basis: „The Daily Mile, DOI:10.1186/s12916-018-1049-z“



15

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
		X			



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



The Daily Mile im Überblick



16

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
		X			

- Ziel: Körperliche Aktivität, weniger Sitzen, Fitness
- Alter der Kinder: 4-12 Jahre
- Dauer: beliebig (langfristige Intervention)
- Ort: Schule
- Beteiligte Personen: KlassenlehrerInnen
- Materialbedarf: kein
- Kosten: keine
- Nachhaltigkeit: hoch
- Durchführbarkeit: leicht

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0





The Daily Mile - Inhalte



17

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
		X			

Die Inhalte des Programms

- Täglich draußen mit der Klasse 15 Minuten im eigenen Tempo laufen/ rennen
- Registrierung auf der Homepage „The Daily Mile“
- Zur Verfügung gestellt werden: Infomaterialien, Aufkleber, Zertifikate

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Im Alltag umsetzbar
- ✓ Draußenangebot

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bewegte Pause

Basis: „Bizzy Break!“, DOI:10.1123/pes.25.2.300*



18

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
			X		



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0





Bewegte Pause im Überblick



19

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
			X		

- Ziel: Körperliche Aktivität
- Alter der Kinder: beliebig
- Dauer: 10 Wochen
- Ort: Schule
- Beteiligte Personen: Klassenlehrer:innen
- Materialbedarf: gering
- Kosten: gering
- Nachhaltigkeit: hoch
- Durchführbarkeit: leicht



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bewegte Pause - Inhalte



20

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
			X		

Die Inhalte des Programms

✓ Einfache Interventionsvermittlung

- Täglich eine 10-minütige Aktivitätspause im Klassenzimmer
- Übungen zu Beweglichkeit, Dehnung und Training mit Musik begleitet
- Zur Verfügung gestellt werden: Ein Programmposter, eine interaktive Präsentation, Infomaterialien (& bei Bedarf CD-Player bzw. Musik)



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Aktiver Pausenhof

Basis: „Physical Activity Children and the Environment, DOI:10.1016/j.jsams.2015.04.017“



21

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
X	X				



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Aktiver Pausenhof



22

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
X	X				

- Ziel: Körperliche Aktivität, weniger Sitzen
- Alter der Kinder: 4 – 13 Jahre
- Dauer: 16 Wochen
- Ort: Schule
- Beteiligte Personen: Klassenlehrer:innen
- Materialbedarf: hoch
- Kosten: hoch
- Nachhaltigkeit: mittel
- Durchführbarkeit: leicht



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Aktiver Pausenhof



23

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
X	X				

Die Inhalte des Programms

- Beschränkung des sitzenden Verhaltens auf maximal 5 Minuten in den Pausen, bzw. 10 Minuten während der Mittagspause
- Verlängerung der Pausenzeiten um mind. 5 Minuten
- Zur Verfügung gestellt wird: eine Bewegungsausstattung

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Draußenangebot

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bewegungsspiele nach der Schule

Basis: „Food & Fun After School“, DOI: 10.1249/MSS.0b013e3182300128*



24

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0





Bewegungsspiele nach der Schule im Überblick



25

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	

- Ziel: Körperliche Aktivität
- Alter der Kinder: 5 – 11 Jahre
- Dauer: 24 Wochen
- Ort: Nachmittagsbetreuung
- Beteiligte Personen: Mitarbeiter:innen der Nachmittagsbetreuung
- Materialbedarf: gering
- Kosten: gering
- Nachhaltigkeit: hoch
- Durchführbarkeit: leicht



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bewegungsspiele nach der Schule - Inhalte



26

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	

Die Inhalte des Programms

- Bewegungsaktivitäten während der regulären Nachmittagsbetreuung
- Aktives Spielen, kreatives Lernen und praktische Aktivitäten
- Zur Verfügung gestellt werden: ein Leitfaden, Übungsmaterial

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Einbindung der Eltern
- ✓ Vielseitigkeit
- ✓ Im Alltag umsetzbar



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



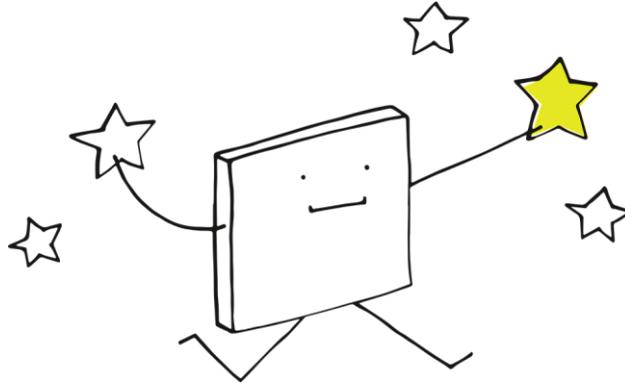
Sternchen für Bewegung

Basis: „Kid's Choice Program, DOI:10.1016/j.appet.2011.01.024“



27

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
		X		X	



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Sternchen für Bewegung im Überblick



28

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
		X		X	

- Ziel: Körperliche Aktivität
- Alter der Kinder: beliebig
- Dauer: 36 Wochen
- Ort: Schule
- Beteiligte Personen: Eltern, Lehrer:innen und Freiwillige
- Materialbedarf: mittel
- Kosten: mittel
- Nachhaltigkeit: mittel
- Durchführbarkeit: leicht



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Sternchen für Bewegung - Inhalte



29

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
		X		X	

Die Inhalte des Programms

- Belohnungspunkte für Bewegungsaktivitäten während der Pausen
- Belohnungstage zum Eintauschen der Punkte gegen kleine Preise

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Einbindung der Eltern

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Fitnessstunde im Studio

Basis: „GoKids, DOI:10.1371/journal.pone.0141584“



30

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0





Fitnessstunde im Studio im Überblick



31

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	

- Ziel: Körperliche Aktivität
- Alter der Kinder: beliebig
- Dauer: 10 Wochen
- Ort: Fitnessstudio
- Beteiligte Personen: Fitnesstrainer:innen
- Materialbedarf: mittel
- Kosten: mittel
- Nachhaltigkeit: mittel
- Durchführbarkeit: mittel



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Fitnessstunde im Studio - Inhalte



32

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
				X	

Die Inhalte des Programms

- 3 Sportstunden wöchentlich nach der Schule im Fitnessstudio
- Gemeinsames Aufwärmtraining
- Fitnessparcours in Kleingruppen

✓ Kooperatives Angebot



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bewegung, Spiel & Spaß

Basis: „Lunchtime Enjoyment Activity and Play, DOI:10.1186/1471-2458-14-164“



33

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
	X				



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bewegung, Spiel & Spaß im Überblick



34

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
	X				

- Ziel: Körperliche Aktivität
- Alter der Kinder: 5 – 12 Jahre
- Dauer: 32 Wochen
- Ort: Schule
- Beteiligte Personen: Klassenlehrer:innen
- Materialbedarf: mittel
- Kosten: gering
- Nachhaltigkeit: mittel
- Durchführbarkeit: leicht



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bewegung, Spiel & Spaß - Inhalte



35

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
	X				

Die Inhalte des Programms

- Verschiedene Gegenstände aus dem Alltag (u.a. Pappn, Rohre, Reifen, Seile) werden als Spielmaterialien auf dem Schulhof platziert
- Zur Verfügung gestellt werden: Spielmaterialien, Leitfaden mit Anregungen für Aktivitäten

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Spaß
- ✓ Draußenangebot



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Fitness für Kids

Basis: „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit, DOI:10.1055/s-0043-101918“



36

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
			X		



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Fitness für Kids im Überblick



37

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
			X		

- Ziel: Fitness
- Alter der Kinder: 1.-3. Klasse
- Dauer: 40 Wochen
- Ort: Sporthalle
- Beteiligte Personen: Lehrer:innen, qualifizierte Trainer:innen
- Materialbedarf: gering
- Kosten: mittel
- Nachhaltigkeit: hoch
- Durchführbarkeit: leicht

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Fitness für Kids - Inhalte



38

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
			X		

Die Inhalte des Programms

- Workshop für Lehrer:innen
- Bewegungsspiele, -geschichten, -lieder, -parcours, psychomotorische Spielformen, Bewegungsformen mit kostengünstigen Alltagsmaterialien und kleine Tänze
- Zur Verfügung gestellt werden: ein Workshop, Teilnahmezertifikate, „Bewegungskatalog“

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Einbindung der Eltern
- ✓ Vielseitigkeit

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0





Bewegte Schule

Basis: „APPLE Schools, DOI:10.1542/peds.2013-2383“



39

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
X				X	X



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bewegte Schule im Überblick



40

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
X				X	X

- Ziel: Körperliche Aktivität
- Alter der Kinder: beliebig
- Dauer: beliebig
- Ort: Schule und außerhalb der Schule
- Beteiligte Personen: Gesundheitsvermittler:innen
- Materialbedarf: gering
- Kosten: gering
- Nachhaltigkeit: mittel
- Durchführbarkeit: leicht



ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bewegte Schule - Inhalte



41

Gesunde Schulpolitik	Physische Schulausstattung	Soziales Schulumfeld	Gesundheitskompetenz	Eltern und Kommune	Gesundheitsdienste
X				X	X

Die Inhalte des Programms

- Richtlinie: mind. 30 Minuten Bewegung täglich
- Gesundheitsvermittler:innen entwickeln einen Aktionsplan für mehr Bewegung an der Schule
- Bewegungsaufgaben für die Schüler:innen & Familien

- ✓ Einfache Interventionsvermittlung
- ✓ Einbindung der Eltern
- ✓ Draußenangebot
- ✓ Im Alltag umsetzbar

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Literaturverzeichnis



42

- Brandes B, Busse H, Sell L, Christianson L, Brandes M. A scoping review on characteristics of school-based interventions to promote physical activity and cardiorespiratory fitness among 6- to 10-year-old children [published online ahead of print, 2021 Dec 16]. *Prev Med.* 2021;155:106920. doi:10.1016/j.ypmed.2021.106920
- Chesham RA, Booth JN, Sweeney EL, et al. The Daily Mile makes primary school children more active, less sedentary and improves their fitness and body composition: a quasi-experimental pilot study. *BMC Med.* 2018;16(1):64. Published 2018 May 10. doi:10.1186/s12916-018-1049-z
- Cleland V, Dwyer T, Venn A. Which domains of childhood physical activity predict physical activity in adulthood? A 20-year prospective tracking study. *Br J Sports Med* 2012;46:595–602.
- Cohen KE, Morgan PJ, Plotnikoff RC, Callister R, Lubans DR. Physical activity and skills intervention: SCORES cluster randomized controlled trial. *Med Sci Sports Exerc.* 2015;47(4):765-774. doi:10.1249/MSS.0000000000000452
- Crouter SE, de Ferranti SD, Whiteley J, et al. Effect on Physical Activity of a Randomized Afterschool Intervention for Inner City Children in 3rd to 5th Grade. *PLoS One.* 2015;10(10):e0141584. Published 2015 Oct 28. doi:10.1371/journal.pone.0141584
- Gortmaker SL, Lee RM, Mozaffarian RS, et al. Effect of an after-school intervention on increases in children's physical activity. *Med Sci Sports Exerc.* 2012;44(3):450-457. doi:10.1249/MSS.0b013e3182300128.
- Hendy HM, Williams KE, Camise TS. Kid's Choice Program improves weight management behaviors and weight status in school children. *Appetite.* 2011;56(2):484-494. doi:10.1016/j.appet.2011.01.024.

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Literaturverzeichnis



43

- Hyndman BP, Benson AC, Ullah S, Telford A. Evaluating the effects of the Lunchtime Enjoyment Activity and Play (LEAP) school playground intervention on children's quality of life, enjoyment and participation in physical activity. BMC Public Health. 2014;14:164. Published 2014 Feb 14. doi:10.1186/1471-2458-14-164
- Konstabel K, Veidebaum T, Verbestel V, et al. Objectively measured physical activity in European children: the IDEFICS study. Int J Obes 2014;38 Suppl 2:S135–43.
- Langford R, Bonell CP, Jones HE, et al. The who health promoting school framework for improving the health and well-being of students and their academic achievement. Cochrane Database Syst Rev 2014;4:Cd008958.
- Mendoza JA, Watson K, Baranowski T, Nicklas TA, Uscanga DK, Hanfling MJ. The walking school bus and children's physical activity: a pilot cluster randomized controlled trial. Pediatrics. 2011;128(3):e537-e544. doi:10.1542/peds.2010-3486.
- Mendoza JA, Haaland W, Jacobs M, et al. Bicycle Trains, Cycling, and Physical Activity: A Pilot Cluster RCT. Am J Prev Med. 2017;53(4):481-489. doi:10.1016/j.amepre.2017.05.001
- Murtagh E, Mulvihill M, Markey O. Bizzy Break! The effect of a classroom-based activity break on in-school physical activity levels of primary school children. Pediatr Exerc Sci. 2013;25(2):300-307. doi:10.1123/pes.25.2.300.
- Vander Ploeg KA, McGavock J, Maximova K, Veugelers PJ. School-based health promotion and physical activity during and after school hours. Pediatrics. 2014;133(2):e371-e378. doi:10.1542/peds.2013-2383.
- Weber KS, Spörkel O, Mertens M, et al. Positive Effects of Promoting Physical Activity and Balanced Diets in a Primary School Setting with a High Proportion of Migrant School Children. Exp Clin Endocrinol Diabetes. 2017;125(8):554-562. doi:10.1055/s-0043-101918.

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Bildnachweise



44

- | | |
|---|--|
| Folie 3: | Folie 24: |
| © Syda Productions - Shutterstock | © Pixabay 160168 |
| Folie 6: | Folie 27: |
| © Healthy Kids Collaborative – Dane Country | © Pixabay 3974182 |
| Folie 9: | Folie 30: |
| © GraphicsRF - Shutterstock | © freepik 12980479 |
| © KanKhem – iStock Photo | Folie 33: |
| Folie 12: | © Pixabay 310223 |
| © Janista – iStock Photo | Folie 36: |
| Folie 15: | © Fitness für Kids – Verein für Frühprävention e.V.; |
| © The Daily Mile Foundation | Happy childhood |
| Folie 18: | Folie 39: |
| © Irish Heart Foundation | © Diego Cervo - Shutterstock |
| Folie 21: | |
| © Pixabay 6906898 | |

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0



Kontakt

Mirko Brandes

Leibniz-Institut für Präventionsforschung und
Epidemiologie – BIPS
Achterstrasse 30

actipros@leibniz-bips.de



www.leibniz-bips.de

ACTIPROS-Toolbox, Version 1.0