

Grundschüler als Gesundheitsexperten

SCHULE Das Präventionsprojekt der TU München mit der Grundschule Klardorf wird verlängert.

KLARDORF. Die im März 2006 begonnene wissenschaftliche Gesundheitsstudie der TU München „Kinder als Gesundheitsexperten“ wurde auf Grund der positiven Ergebnisse um ein weiteres Jahr verlängert. Projektleiterin Dr. Monika Siegrist legte bei einem Elternabend der Grundschule Klardorf die Ergebnisse vor und erläuterte die zweite Stufe des Feldversuches.

In der zweiten Stufe sollen nun die Ergebnisse vertieft werden. In Zusammenarbeit mit den beteiligten Schulen, Beratungsstellen und anderen Institutionen soll nun ein spezielles Förderprogramm für übergewichtige und adipöse Kinder durchgeführt und evaluiert werden. Dieses Programm umfasst zusätzlich 35 Unterrichtseinheiten und beinhaltet Bewegungs- und Ernährungsberatungsstunden sowie verhaltenstherapeutische Elemente.

Entscheidendes Ziel sei die Eigenverantwortung der Kinder und die Unterstützung bei der dauerhaften Um-



Dr. Monika Siegrist von der TU München leitete die Eltern zu praktischen Übungen an.

Foto: skg

setzung gesundheitsfördernden Verhaltens in der Schule und zu Hause. Parallel dazu soll das bisherige Gesundheitsprojekt bei den Kindern, die bereits einbezogen, um weitere zehn Projektstunden verlängert werden. Ergänzend finden Elternabende und Lehrerfortbildungen statt.

Es schloss sich ein Vortrag von Ernährungswissenschaftlerin Angelika Meindl mit dem Thema „Gesund kochen – trotz Berufstätigkeit“ an. (skg)

GRUNDSCHULKINDER ALS GESUNDHEITSEXPERTEN

► **Teilnehmer:** An dem Projekt „Grundschulkinder als Gesundheitsexperten“ der TU München haben acht bayerische Grundschulen mit 826 Kindern teilgenommen.

► **Ergebnisse:** Erste Erfolge seien laut Projektleiterin Monika Siegrist bereits ein reduzierter Bauchumfang und eine gesteigerte Leistungsfähigkeit bei übergewichtigen und adipösen Kindern. Dies

belege auch ein Fitnesstest, der zu Beginn und am Ende der Studie abgehalten wurde. Bei der Beweglichkeit, der Ausdauer und Koordination seien wesentliche Verbesserungen aufgetreten. Auch wurde die Anzahl der Tage, an denen Kinder mindestens 60 Minuten körperlich aktiv waren im wöchentlichen Durchschnitt von 4,5 auf fünf Tage gesteigert, so Siegrist.