

# Prävention durch Sport

Gesundheitsprävention im Setting nach §20a SGB V





# Gesundheitsprävention im Setting KITA und Schule

## Das Settings KITA und Schule

Je früher Gesundheitsprävention ansetzt, desto länger und stärker beeinflusst eine gesundheitsorientierte Lebensweise Gesundheit und Wohlergehen der Teilnehmer und ihrer Familien. Deshalb macht Gesundheitsprävention mit Kindern in Ihren Lebenswelten KITA und Schule total viel Sinn, weil es extrem lange wirkt und Lebensweisen leichter positiv geändert werden können, wenn sie noch nicht "eingefahren" sind. Es ist eine absolute Stärke der Setting-Prävention in Kita und Schule, diese als ein günstiges Umfeld für das körperliche, geistige und soziale Wohlergehen von Kindern zu gestalten und damit gerade jene Kinder zu erreichen, die aus familiären Gründen durch Kurse und Vereinsangebote nicht erreicht werden können. Speziell auf diese Anforderungen hin wurde BIG konzipiert und umgesetzt. Ziel ist die Vermittlung von Spaß an Bewegung und die Motivation dieses Wissen regelmäßig anzuwenden. Dabei werden die Vorgaben des Präventionsgesetzes zielgruppenadäquat vollumfänglich berücksichtigt und eingehalten.

## BIG – Die Projektstruktur

BIG wird seit 2017 durchgeführt orientiert sich an den Schuljahren und findet vormittags innerhalb des Unterrichts statt. Der Vertrag wird direkt zwischen der Krankenkasse und dem ausführenden Verein bzw. Verband geschlossen. Die übliche Laufzeit liegt bei 3-4 Jahren. Danach soll sich das Projekt selbst tragen und verstetigen.

## BIG – Die Projektumsetzung

Innerhalb eines Schuljahres finden drei BIG-Gesundheitswochen statt. Hierzu kommen speziell qualifizierte Präventionstrainer an die Schulen und üben mit den Teilnehmern in Impulstrainings (je 2 UE) altersgerechte Übungen zur koordinativen und motorischen Förderung. Diese werden in der Folge von den Sportlehrkräften im Unterricht mit eingebaut. Optional unterstützen die Krankenkassen diese Gesundheitswochen mit ergänzenden Ernährungsberatungen. Bei BIG in der KITA kommen die BIG Coaches sechs Wochen in Folge für jeweils 1 UE.

## BIG – Die Projektevaluation

Die Evaluation der Projektergebnisse erfolgt fragebogengestützt mit den Lehrkräften. Zusätzlich werden die Teilnehmer mittels der BIG-App nach Ihren Eindrücken befragt (Smileys).

## BIG – Der Höhepunkt

Als Highlight des BIG-Jahres wird wahlweise ein zentraler Gesundheitstag für mehrere Schulen, ein Schulsportfest oder ein sportlicher Beitrag zu einem Schulfest organisiert

## BIG – Kennzahlen p.a. auf Basis einer dreizügigen Grundschule

12 BIG-Gruppen (=Klassen)  
300 Teilnehmer  
36 BIG-Impulstrainings  
900 Trainingsteilnehmer



# Gesundheitsprävention im Setting Gesunde Kommune



## Das Settings Gesunde Kommune

Kommunen – also Gemeinden, Märkte, Städte, Landkreise üben einen großen Einfluss auf die gesundheitliche Entwicklung der Menschen aus und tragen zu gesundheitsbezogenen Werten, Einstellungen und Verhaltensweisen ihrer Bürger bei. In „Gesunden Kommunen“ wird Gesundheit von den Bürgern erlebt und gelebt. Durch die zielgruppenbezogene Konzeption und Durchführung der Gesundheitspräventionsangebote werden damit auch Bevölkerungsgruppen erreicht, die von präventiven Angeboten bisher kaum profitieren. Die Gesundheit der Bürger wird nachhaltig gestärkt. Speziell auf diese Anforderungen hin wurde GECKO konzipiert und umgesetzt. Ziel ist die Vermittlung von Spaß an Bewegung und die Motivation dieses Wissen regelmäßig anzuwenden. Dabei werden die Vorgaben des Präventionsgesetzes zielgruppen-adäquat vollumfänglich berücksichtigt und eingehalten.

## GECKO – Die Projektstruktur

GECKO orientiert sich an Schuljahren und findet nachmittags im Anschluss an den Unterricht statt. Der Vertrag wird zwischen der Krankenkasse und der Kommune geschlossen, die dann einen Sportverein mit der Durchführung beauftragt. Die übliche Laufzeit liegt bei 3-4 Jahren. Danach soll sich das Projekt selbst tragen und verstetigen.

## GECKO – Die Projektumsetzung

Innerhalb eines Schuljahres finden ca. 40 GECKO-Präventionstrainings im wöchentlichen Turnus außerhalb der Ferien statt. Hierzu kommen speziell qualifizierte Präventionstrainer an die Schulen und üben mit den Teilnehmern in GECKO-Trainings (je 2 UE) altersgerechte Übungen zur koordinativen und motorischen Förderung. Über den GECKO-Newsletter werden die Familien mit einbezogen. Die Teilnahme an den GECKO-Einheiten ist für die Teilnehmer kostenfrei. Ziel von GECKO ist die Vermittlung von Spaß und Freude an der Bewegung sowie die Hinführung der Kinder an die Sportangebote der lokalen Vereine im Sinne der Verstetigung. Üblicherweise gibt es an einer Grundschule 3 GECKO-Gruppen, in denen Teilnehmer ungefähr gleichen Alters zusammen trainieren.

## GECKO – Die Projektevaluation

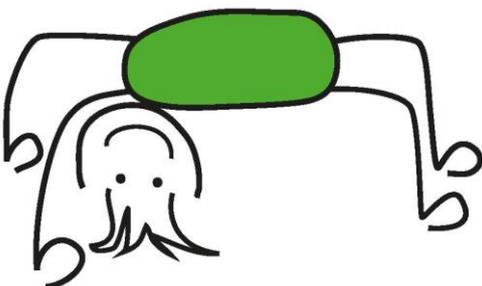
Die Evaluation der Projektergebnisse erfolgt mittels des Münchner Fitnesstests, der jeweils zu Beginn und Ende eines Schuljahres durchgeführt wird. Daraus abgeleitet werden die Übungen auf den Förderbedarf der jeweiligen Trainingsgruppe abgestimmt. Zusätzlich werden die Teilnehmer mittels der GECKO-App nach Ihren Eindrücken befragt (Smileys).

## GECKO – Der Höhepunkt

Als Highlight des GECKO-Jahres findet in zentraler Gesundheitstag für mehrere Schulen statt.

## GECKO – Kennzahlen p.a. auf Basis einer Grundschule

3 GECKO-Gruppen  
45 Teilnehmer  
120 GECKO-Trainings  
1.800 Trainingsteilnehmer



## Prävention durch Sport

In der Kooperation "Prävention durch Sport" haben sich Sportvereine und Verbände aus ganz Deutschland zusammengeschlossen, um auf Basis bereits von Krankenkassen genehmigter Konzepte zur Gesundheitsprävention im Setting nach dem Präventionsgesetz Angebote durchzuführen und als zentraler Ansprechpartner den gesetzlichen Krankenkassen anzubieten. Entwickelt und aufgebaut wurde die Setting-Präventionsprojekte von der SpVgg Roth. Inzwischen haben sich eine ganze Reihe von Sportvereinen und Verbänden der Kooperation angeschlossen.

## Das Präventionsgesetz

Das Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz - PräVG) trat in seinen wesentlichen Teilen am 25. Juli 2015 in Kraft und verbessert die Grundlagen für die Zusammenarbeit von Sozialversicherungsträger, Länder und Kommunen in den Bereichen Prävention und Gesundheitsförderung für alle Altersgruppen und in vielen Lebensbereichen. Ziel ist die Stärkung der Zusammenarbeit der Akteure in der Prävention und Gesundheitsförderung. Dabei soll es zukünftig auch Angebote für Menschen in stationären Pflegeeinrichtungen geben und die Impfprävention soll gezielt gefördert werden. Jährlich sollen mehr als 500 Mio. Euro bereitgestellt werden. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Gesundheitsförderung in den Lebenswelten, sogenannten Settings mit einem Anteil von rund 300 Mio. Euro jährlich. Die Gesundheitspräventionsprojekte BIG und GECKO sind gezielt auf die Anforderungen des Präventionsgesetzes abgestimmt und wurden bereits von verschiedenen Krankenkassen geprüft und gefördert.

## Gesundheitsprävention im Setting

Anders, als bei den Angeboten von Gesundheitspräventionskursen, die immer auf eine individuelle Förderung abzielen, wird in der Settingprävention versucht, die Menschen in einer bestimmten Lebenssituation mitsamt ihrem sozialen Umfeld kollektiv mit gezielten Präventionsangeboten zu erreichen. Dabei sollen die Teilnehmer zu gesundheitsförderndem Verhalten motiviert werden. Hier einige Beispiele für Settings, in denen Gesundheitspräventionsprojekte durchgeführt und von den Krankenkassen finanziert werden können:

- Betrieb/Unternehmen
- KITA (**Projekt BIG**)
- Schule (**Projekt BIG**)
- Gesunde Kommune (**Projekt GECKO**)
- Senioren
- Stadtteil / Quartier

Das Setting wird hierbei zur Erreichung einer bestimmten Zielgruppe genutzt, um dort Angebote der Verhaltensprävention anzubieten. Abläufe beziehungsweise Strukturen im Setting bleiben grundsätzlich unverändert und bilden lediglich den Rahmen der Intervention.

### SpVgg Roth

Prävention durch Sport  
Sandgasse 27, 91154 Roth  
www.spvgg-roth.de  
Andreas Dobler  
0172-8613874  
basketball@spvgg-roth.de

### Ihr lokaler Partner