

**Bewegung, Gesundheit, Leistung:  
Transfer aus der Sportwissenschaft –  
Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur**

13. Juni 2012

**Bewegungsbasierte Gesundheitsförderung  
in Schule, Verein, Betrieb und Klinik**

Univ. - Prof. Dr. Petra Wagner  
Institut für Gesundheitssport und Public Health (IGPH)

Bewegung, Gesundheit, Leistung: Transfer aus der Sportwissenschaft - Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur



### Ausgangsbasis

Veränderungsbedarf zur

- Erhöhung der Produktivität und Leistungsfähigkeit im Unternehmen,
- Verbesserung der Wettbewerbsfähigkeit von Vereinen im Feld Gesundheitssport,
- Optimierung des Ressourceneinsatzes bei Kostenträgern, Kliniken, Partnern des Gesundheitssystems,
- Verbesserung der Entwicklungsbedingungen in Schule, Kommune, Regionen etc.,
- Steigerung der Attraktivität von Produkten und Dienstleistungen

Bewegung, Gesundheit, Leistung: Transfer aus der Sportwissenschaft - Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur



## Zentrales Thema

Förderung von Gesundheit und Lebensqualität:

- Stärkung von Ressourcen
- Vermeidung von Risikofaktoren
- Förderung von körperlicher Aktivität und Sport als Gesundheitsverhalten
- Förderung von gesunden Verhältnissen

➔ Entwicklung, Durchführung und Evaluation von Interventionen



## Forschungsschwerpunkte

Evidenzbasierte  
Interventionsforschung

Methodenentwicklung  
und Diagnostik

Forschungsschwerpunkte

Theoriebasierte  
Modellbildung zu  
Gesundheit und Aktivität

Implementierungs-  
forschung



## Forschungsschwerpunkte

### Evidenzbasierte Interventionsforschung

- Entwicklung spezifischer bewegungs- und gesundheitsfördernder Interventionen,
- Evaluation im Rahmen kontrollierter Feldstudien mit definierten Zielgruppen,
- Mono- und multizentrische Studien in Kooperation mit Leistungserbringern und Kostenträgern im Gesundheitswesen

### Methodenentwicklung und Diagnostik

- Überprüfung, Entwicklung und Anwendung von Diagnose- und Assessmentverfahren als Grundlage für die Spezifizierung von adäquaten Interventionsmaßnahmen für verschiedene Zielgruppen,
- Diagnostik zur Planung und Evaluation individueller Bewegungskonzepte sowie settingspezifischer Interventionen

### Forschungsschwerpunkte

### Theoriebasierte Modellbildung

- Überprüfung des Zusammenhangs von Aktivität und Gesundheit unter Berücksichtigung von Dosis, Moderatoren, Setting, Gesundheitsdimensionen und Wirkungsrichtung,
- Modellbildung zu motivationalen und volitionalen Mechanismen eines körperlich aktiven Lebensstils

### Implementierungsforschung

- Detaillierte Analyse zu den individuellen, organisatorischen und strukturellen Voraussetzungen, die eine erfolgreiche Implementierung bewegungsbezogener Gesundheitsförderungsmaßnahmen begünstigen

Bewegung, Gesundheit, Leistung: Transfer aus der Sportwissenschaft - Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur

5



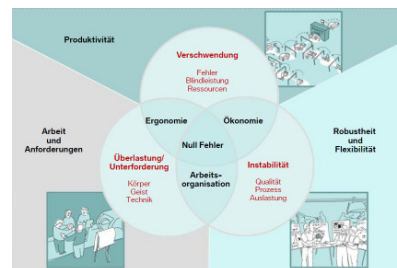
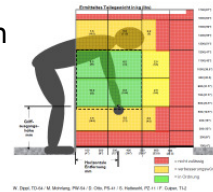
## Projekte (1)

**Projektpartner:** BMW Werk Leipzig

**Projekttitel:** Ergonomie in der Produktion

**Projektziele:**

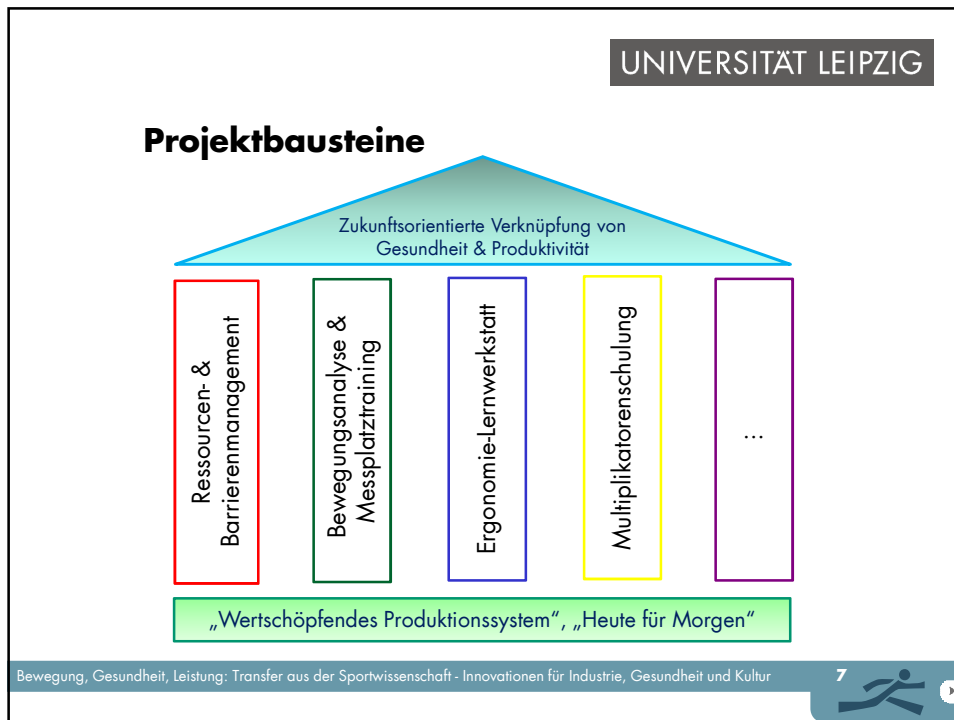
Konzeption von Maßnahmen zur Verbesserung der Ergonomie sowie der Gesundheit und der Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter in der Produktion



Bewegung, Gesundheit, Leistung: Transfer aus der Sportwissenschaft - Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur

6





UNIVERSITÄT LEIPZIG

## Projekte (2)

**Projektpartner:** Deutscher Turner-Bund (DTB) und DAK-Gesundheit

**Projekttitel:** Ressourcenförderung und Prävention bei übergewichtigen und inaktiven Kindern

**Projektziele:** Entwicklung eines integrierten Konzepts zur Bewegungsförderung und nachhaltigen Verhaltensänderung von Kindern im Sportverein




Bewegung, Gesundheit, Leistung: Transfer aus der Sportwissenschaft - Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur

8 

UNIVERSITÄT LEIPZIG

## Projektbausteine:

- Bewegungsprogramm
- Ernährungsprogramm
- Elternschulung
- Multiplikatorenschulung mit Manual
- Medien für Kinder, Eltern und Kursleiter
- Evaluation









Bewegung, Gesundheit, Leistung: Transfer aus der Sportwissenschaft - Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur

9

UNIVERSITÄT LEIPZIG

## Projekte (3)

**Projektpartner:** Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung (bmvb); Sportverbände, Sportvereine

**Projekttitel:** Training älterer RadfahrerInnen

**Projektziele:**  
Förderung von posturaler Kontrolle, Beweglichkeit und Fitness bei älteren RadfahrerInnen. Beeinflussung der Verkehrsmittelwahl und der Verkehrssicherheit (Mobilität im Alter)




Bewegung, Gesundheit, Leistung: Transfer aus der Sportwissenschaft - Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur

10

## UNIVERSITÄT LEIPZIG

### Projektbausteine:

- Trainingsprogramm zur Verminderung altersassoziierter Abbauprozesse (Koordination, Gleichgewicht, Kraft, Ausdauer und Reaktionsvermögen)
- Kursleiterschulung und Entwicklung von Schulungsmaterialien
- Evaluation des Programms



Bewegung, Gesundheit, Leistung: Transfer aus der Sportwissenschaft - Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur

11



## UNIVERSITÄT LEIPZIG

### Projekte (4)

**Projektpartner:** Universitätskinderkliniken Leipzig und Heidelberg; Nationales Centrum für Tumorerkrankungen Heidelberg

**Projekttitel:** Evaluation einer individualisierten Bewegungsintervention für Kinder und Jugendliche unter konventioneller Chemo- und Strahlentherapie

### Projektziele:

Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit, der funktionalen Mobilität, der Haltungskontrolle sowie der Lebensqualität und verschiedener Immunparameter



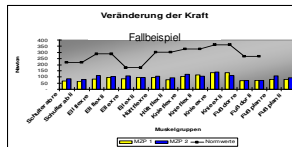
Bewegung, Gesundheit, Leistung: Transfer aus der Sportwissenschaft - Innovationen für Industrie, Gesundheit und Kultur

12

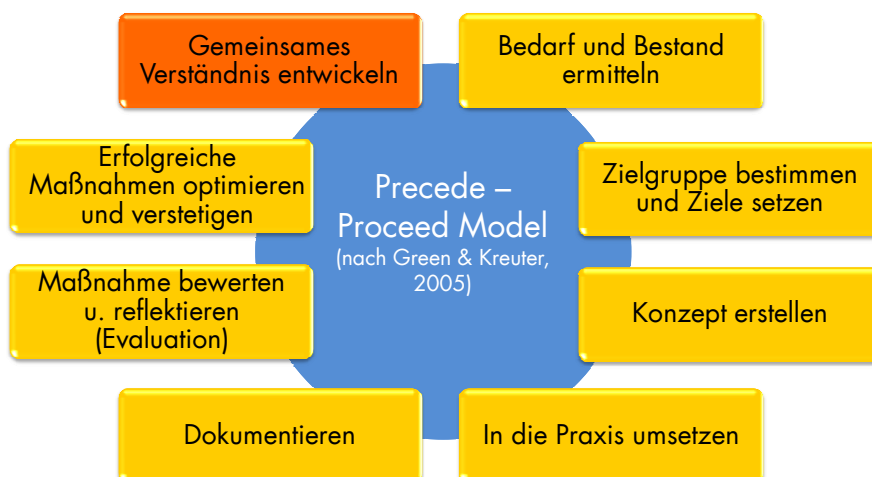


## Projektbausteine:

- Bewegungsprogramm zum Erhalt der körperlichen Funktionsfähigkeit
- Entwicklung eines Trainingsmanuals
- Implementation im Setting Klinik, während Akutversorgung
- Evaluation des Programms



## Typische Vorgehensweise



## Transferleistungen

- Entwicklung von Konzepten zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung in verschiedenen Kontexten (Betrieb, Schule, Kommune, Reha, Kliniken, Tourismus etc.)
- Diagnostische Serviceleistungen, Assessmententwicklung
- Evaluation und Begutachtung von Konzepten, Geräten und Methoden
- Implementierungsberatung (Medien, Netzwerke)



## Kontakt

Univ. - Prof. Dr. Petra Wagner

**Institut für Gesundheitssport und Public Health**

Sportwissenschaftliche Fakultät

Jahnallee 59      04109 Leipzig

Tel.    +49 (0)341 97 31 650

Fax    +49 (0)341 97 31 678

Email [igph@uni-leipzig.de](mailto:igph@uni-leipzig.de)

