



Absendender Verband:
Landessportbund Berlin

An den (per E-Mail)
Deutschen Olympischen Sportbund
Geschäftsbereich Sportentwicklung
E-Mail: ganter@dosb.de

**INNOVATIONSFONDS BREITENSport/SPORTENTWICKLUNG
2015/2016
BERICHT ZUM GEFÖRDERTEN PROJEKT**

**Dieses Formular wurde für eine elektronische Eingabe an Ihrem Computer erstellt.
Bitte kreuzen Sie zutreffende Kästchen per Mausclick an und füllen Sie die
markierten Textfelder aus. In diesen Textfeldern steht Ihnen für Ihre Angaben
unbegrenzt**

1. Verbandsdaten

Verband: Landessportbund Berlin

Ansprechpartner/in für das Projekt: Christoph Stegemann

Straße, Hausnummer: Jesse-Owens-Allee 2

PLZ: 14053 Ort: Berlin

Telefon: 030 / 30002164

Fax: 030 / 300026164

E-Mail: C.Stegemann@lsb-berlin.de

2. Titel des Projekts und Themengruppe

Titel des Projekts

Präventionssport im Betriebssportverein als Modell für nachhaltige Gesundheitsförderung – Evaluation eines Präventionssportkurses in einem Betriebssportverein hinsichtlich Motivation zu einem nachhaltig sportlich aktiven Verhalten von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern

„Strategien zur Förderung von Ehrenamt und freiwilligem Engagement im Sportverein“

„Betriebliche Gesundheitsförderung“

3. Ziele des Projekts

Konnten die von Ihnen formulierten Ziele des Projekts erreicht werden?

Ziel des Projektes war es, durch eine entsprechend angelegte Untersuchung Erkenntnisse zu gewinnen, inwieweit eine Teilnahme an einem mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT zertifizierten und in einem Betriebssportverein durchgeführten Sportkurs nachhaltige Effekte im Sinne einer über das Kursende hinausgehenden beibehaltenen

körperlichen Aktivität bei Arbeitnehmern¹ bewirkt. Derartige Erkenntnisse wurden durch das durchgeführte Projekt gewonnen, so dass dieses Ziel erreicht werden konnte. Die in diesem Zusammenhang ermittelten Ergebnisse und hieraus abzuleitenden Erkenntnisse sind in Abschnitt 5 „Arbeitsergebnisse und Transfer“ aufgeführt.

Außerdem sollten Erkenntnisse gewonnen werden, inwieweit ein Präventionssportkurs, durchgeführt innerhalb der organisatorischen Rahmenbedingungen eines Betriebssportvereins, dazu geeignet ist, einen vergleichsweise hohen Anteil männlicher Teilnehmer zu erreichen. Auch hierzu wurden durch das Projekt Erkenntnisse gewonnen, so dass auch diese Zielstellung erreicht werden konnte. Die in diesem Zusammenhang ermittelten Ergebnisse sind ebenfalls in Abschnitt 5 „Arbeitsergebnisse und Transfer“ beschrieben.

Wenn nicht, welche Ziele konnten nicht erreicht werden?

1. Ziel war es, Erkenntnisse zu gewinnen, inwieweit bei Arbeitnehmern, die an einem Präventionskurs nach den Kriterien von SPORT PRO GESUNDHEIT und durchgeführt unter dem Dach eines Betriebssportvereins teilnehmen, nachhaltig das Bewegungsverhalten beeinflusst wird. Die ermittelten Erkenntnisse können jedoch nicht wie ursprünglich geplant grundsätzlich auf die Arbeitnehmer bezogen werden, sondern müssen begrenzt werden auf solche Arbeitnehmer, die auch gleichzeitig bereits Mitglied des Betriebssportvereins waren.
2. Ein Kursprogramm mit detailliert aufgeführten Stundenbildern konnte nicht erprobt werden, um es anschließend im Sinne eines Transfers verbandsintern sowie verbandsübergreifend nutzen zu können.

Worauf führen Sie zurück, dass die o. g. Aspekte nicht erreicht werden konnten?

Zu 1: Die für Betriebliche Gesundheitsförderung zuständige Abteilung des Betriebes teilte nach Start des Projektes mit, dass sie das Projekt nicht mittragen wolle. Vor diesem Hintergrund einigten sich die Projektpartner darauf, das Projekt nur auf die Strukturen zu begrenzen, die sich unter dem Dach des Betriebssportvereins befanden. Infolgedessen konnte man sich zur Rekrutierung der Probanden auch nur an die Mitarbeiter wenden, die auch gleichzeitig Mitglied des Betriebssportvereins waren, und nicht grundsätzlich an alle Mitarbeiter des Betriebes.

Zu 2: Begründung dafür, dass dieses Ziel nicht erreicht wurde, ist die Tatsache, dass das Kursprogramm nicht von der Kursleitung zur Weiterverwendung freigegeben wurde. Die Kursleitung wies in diesem Zusammenhang auch darauf hin, dass sie bei der praktischen

¹ Im Folgenden wird auf die Nennung der jeweils weiblichen Schreibweise aus Gründen der Vereinfachung verzichtet. Selbstverständlich sind Frauen immer mit einbezogen.

Umsetzung des vorgegebenen, von ihr erstellten Kursprogramms variieren musste, um situativ auf geänderte Rahmenbedingungen zu reagieren.

4. Projektplanung/Projektmanagement

Konnte der Projektablauf/Arbeitsablauf wie geplant umgesetzt werden?

Ja Nein

Bitte beschreiben Sie den Projektablauf

Das Projekt lief in folgenden Abschnitten ab:

1. 09/2015 – Projektskizze, Planung und Organisation:

In dieser Phase wurde die Projektskizze zwischen den Projektpartnern konkretisiert und hierdurch das weitere Vorgehen geplant und organisiert. Die Projektskizze sah eine Einteilung der zu rekrutierenden Probanden in 3 Gruppen vor:

- Gruppe 1: Mitglieder des Betriebsportvereins, die am Präventionskurs teilnehmen mit zusätzlicher sportmedizinischer Assistenz (Präv.-Kurs m.A.)
- Gruppe 2: Mitglieder des Betriebssportvereins, die am Präventionskurs teilnehmen ohne zusätzliche sportmedizinische Assistenz (Präv.-Kurs o.A.)
- Gruppe 3: Mitglieder des Betriebssportvereins, die nicht am Präventionskurs teilnehmen (Kontrollgruppe).

Als zu erhebende Daten wurden folgende Punkte festgehalten:

- Ermittlung der Alltagsaktivität der Probanden mittels Aktivitätsarmbänder
- Ermittlung des subjektiven Bewegungs- und Gesundheitsverhaltens mittels Fragebögen zum subjektiven Gesundheitszustand, zur Anamnese der Sporthistorie und zur Messung der Bewegungs- und Sportaktivität

Als Erhebungszeitpunkte der zu ermittelnden Daten wurden festgelegt:

- Vor Beginn des Präventionskurses
- Nach Beendigung des Präventionskurses
- Ca. 3 Monate nach Ende des Präventionskurses (Follow Up)

2. 09 – 11/2015 – Rekrutierung:

Zur Rekrutierung der Probanden wurden die Mitglieder des Betriebssportvereins per E-Mail angeschrieben. Insgesamt konnten zum Start der Intervention (Präventionskurs) 33 Probanden rekrutiert werden, die sich wie folgt aufteilten:

Präv.-Kurs m.A.: 10 Probanden

Präv.-Kurs o.A.: 11 Probanden

Kontrollgruppe: 12 Probanden

3. 11/2015 – Erhebungsphase 1:

Im Rahmen einer ca. einstündigen Informationsveranstaltung wurden die Probanden aller drei Gruppen (Präv.-Kurs m.A., Präv. o.A., Kontrollgruppe) über

das Vorhaben informiert. Die Informationsveranstaltung fand in den Räumlichkeiten des zum Betriebssportverein gehörenden Betriebes statt. Außerdem wurden die Erhebungsinstrumente (Fragebögen sowie Aktivitätsarmbänder zur Erfassung der Alltagsaktivität) erläutert. Aufgrund der geringen Beteiligung der Probanden an dieser Informationsveranstaltung fand anschließend ein weiteres Informieren der Probanden statt, indem hierfür jeweils der eigentlich als erste Trainingseinheit des Präventionskurses vorgesehene Termin genutzt wurde. Für die Probanden der Kontrollgruppe wurde ebenfalls ein gesonderter Termin durchgeführt. Die Fragebögen zur Ermittlung der Basisdiagnostik (Erfassung von Alter, Körpergröße, Körpergewicht, BMI, subjektive Einschätzung der Leistungsfähigkeit, sportlich aktiv seit ...) wurden im Rahmen dieser kurzfristig neu festgelegten Termine von den Probanden vor Ort ausgefüllt und anschließend direkt wieder eingesammelt. Außerdem fand eine ausführliche Aufklärung über Handhabung und Funktion der Aktivitätsarmbänder statt.

4. 11/2015 – 03/2016 – Interventionsphase:

Die Intervention bestand in der Durchführung von 2 Präventionskursen an verschiedenen Wochentagen. Beide Kurse wurden von derselben Übungsleiterin mit B-Lizenz „Sport in der Prävention“ geleitet. Die Teilnehmer des Präv.-Kurses m.A., der donnerstags stattfand, erhielten zusätzlich vor jeder Kurseinheit 10-minütige Kurzvorträge. Diese waren thematisch an die Inhalte des Präventionskurses angepasst und sollten die Vorzüge körperlicher Aktivität wie bspw. 10.000 Schritte pro Tag hervorheben und dadurch zu einer zusätzlichen Motivation beitragen. Die Vorträge wurden von Mitarbeitern der Abt. Sportmedizin der Charité gehalten und waren zusammengefasst in Handouts, die an die Probanden ausgegeben wurden. Darüber hinaus wurden die Probanden des Präv.-Kurses m.A. durch über die Aktivitätsarmbänder zu steuernde sog. Wettkämpfe zusätzlich motiviert. Die Probanden des Präv.-Kurses o.A., der montags stattfand, erhielten diese zusätzliche sportmedizinische Assistenz nicht. Ansonsten erfolgte die Durchführung beider Kurse inhaltlich identisch u.a. unter Einsatz üblicher Geräte wie Matten, Gymnastikbälle oder Vibrationsstäbe und nach den geltenden Kriterien von SPORT PRO GESUNDHEIT. Die Dauer einer Kurseinheit lag bei 1 Stunde, die Frequenz bei einer Einheit/Woche. Aufgrund der Feiertage zu Weihnachten sowie wegen zwischenzeitlicher Baumaßnahmen kam es bei beiden Kursen zum Ausfall von 3 Einheiten, die jedoch nachgeholt wurden, so dass jeweils eine Gesamtzahl von 12 Einheiten erreicht wurde. Trainingsort war der Gymnastikraum des Betriebssportvereins, der sich wiederum im Betriebsgebäude befand.

Während der 99-tägigen Interventionsphase wurden die Probanden angehalten, die Aktivitätsarmbänder so viele Stunden wie möglich zu tragen und die ermittelten Aktivitätsdaten mindestens zweimal pro Woche per Smartphone, Tablet oder Computer zu synchronisieren. Die Ermittlung der Alltagsaktivität erfolgte durch die durch das Armband gemessene Schrittzahl des betreffenden Probanden.

5. 03/2016 – 06/2016 – Erhebungsphase 2:

In der Erhebungsphase 2 wurden mittels der bereits in Erhebungsphase 1 verwendeten Fragebögen die Angaben zur Basisdiagnostik (s.o. Erhebungsphase 1) erneut eingesetzt. Die zu diesem Zeitpunkt ermittelten Ergebnisse wurden im Rahmen eines Zwischentreffens der Projektpartner präsentiert und außerdem in einer Informationsveranstaltung den Probanden vorgestellt. Im Rahmen dessen wurden die Probanden außerdem darauf hingewiesen, die Aktivitätsarmbänder weiter zu tragen, um die Alltagsaktivität mit zeitlichem Abstand nach Ende des Präventionskurses weiter erfassen zu können.

6. 06 – 08/2016 – Erhebungsphase 3 und Aufbereitung der Ergebnisse

In dieser Phase wurden ein drittes Mal per Fragebögen Angaben im Sinne der Basisdiagnostik zu den Probanden erfasst. Ebenso erfolgte die Auswertung der Aktivitätsarmbänder zur Erfassung der Alltagsaktivität mit zeitlichem Abstand zum Ende des Präventionskurses.

Wenn nein, an welcher Stelle gab es Engpässe in der Projektdurchführung?

Mit welchen Partnern wurde zusammengearbeitet?

- Humboldt-Universität zu Berlin, Abteilung Sportmedizin
- Sportgemeinschaft Stern MBVD Berlin e.V. (Betriebssportverein der DAIMLER AG, Mercedes-Benz Vertrieb Deutschland)

Wie bewerten Sie die Zusammenarbeit mit den angestrebten Partnern?

Die Zusammenarbeit mit beiden Partnern ist insgesamt als sehr positiv zu bewerten. Durch die Kooperation mit der Abteilung Sportmedizin der Humboldt-Universität zu Berlin war die wissenschaftliche Betreuung, die für ein derartiges Projekt erforderlich ist, gewährleistet. Hier ist insbesondere die wissenschaftliche Erfahrung bei der Erstellung des Studiendesigns, welches für den Ablauf des Projektes von großer Bedeutung war, zu erwähnen. Außerdem hervorzuheben ist die Expertise bzgl. Einsatz geeigneter Erhebungsinstrumente sowie die Erfassung und wissenschaftliche Auswertung der Daten. Die Zusammenarbeit mit dem Partner aus der Wissenschaft wurde auch dadurch begünstigt, dass durch das Projekt zwei Bachelorarbeiten entstehen konnten. Bzgl. der Zusammenarbeit mit der SG Stern MBVD Berlin ist insbesondere hervorzuheben, dass durch entsprechende Werbeaktivitäten durch den Betriebssportverein Arbeitnehmer erreicht und zur Teilnahme motiviert werden konnten. Die Rekrutierung der für dieses Projektvorhaben erforderlichen Probanden ist somit wesentlich auf das Engagement des Betriebssportvereins zurückzuführen.

5. Arbeitsergebnisse und Transfer

Welche der geplanten Arbeitsergebnisse konnten erreicht werden?

Bei der im Folgenden aufgeführten Beschreibung der Ergebnisse der Untersuchung ist zu berücksichtigen, dass sich die Probandenzahl von ursprünglich 33 Probanden auf 21 reduziert hat. Diese Drop-Outs waren entweder auf nicht vollständig ausgefüllte Fragebögen und/oder nicht ausreichend übermittelte Angaben zur über die Aktivitätsarmbänder erfassten Alltagsaktivität zurückzuführen. Die Drop-Outs verteilten sich wie folgt auf die einzelnen Untergruppen:

Präv.-Kurs m.A.: 3 Drop-Outs (10 Teilnehmer zu Beginn, 7 Teilnehmer am Ende)

Präv.-Kurs o.A.: 7 Drop-Outs (11 zu Beginn, 4 am Ende)

Kontrollgruppe: 2 Drop-Outs (12 zu Beginn, 10 am Ende)

Folgende Arbeitsergebnisse konnten erreicht werden:

1. Ermittlung der nachhaltigen Effekte einer Teilnahme von Arbeitnehmern an einem SPORT PRO GESUNDHEIT-Kurs im Betriebssportverein

Die Ergebnisse zu potentiell nachhaltigen Effekten sollten zum einen unter dem Gesichtspunkt betrachtet werden, ob sich das Ausmaß der körperlichen Aktivität der Teilnehmer am Präventionskurs vor, unmittelbar nach sowie mehrere Wochen nach dem Kurs verändert hat. Außerdem sollten die Teilnehmer des Präventionskurses hinsichtlich der körperlichen Aktivität verglichen werden mit den Teilnehmern der Kontrollgruppe.

- a. Körperliche Aktivität der Präventionskursteilnehmer vor, unmittelbar nach und mehrere Wochen nach dem Kurs

Die im Rahmen dieses Projektes durchgeführte Untersuchung kommt zu dem Ergebnis, dass sich die körperliche Aktivität der Teilnehmer an dem Präventionskurs – also sowohl die Gruppe Präv. m.A. als auch der Gruppe Präv. o.A. – im Laufe der Untersuchung nicht statistisch signifikant erhöhte, d.h. die Teilnehmer waren weder unmittelbar nach als auch mehrere Wochen nach dem Kurs nicht auffällig körperlich aktiver als zu Beginn des Präventionskurses. In der Gruppe Präv. m.A., also diejenigen, die zusätzlich zum Kurs noch sportmedizinische Assistenz u.a. durch Kurzvorträge sowie Handouts zu gesundheitssportrelevanten Themen erhielten, konnte jedoch ein positiver Trend zur Steigerung der körperlichen Aktivität festgestellt werden. In diesem Zusammenhang ist zu erwähnen, dass alle Probanden des Präv. m.A., deren Fragebögen ausgewertet werden konnten, angaben, dass sie sich durch die Wissensvermittlung via Handout motiviert fühlten, ihre Leistung zu steigern.

Die Befragungsergebnisse zeigen außerdem, dass die Mehrheit der Teilnehmer an dem Präventionskurs gewillt war, nach dem Ende des Präventionskurses die Sportausübung im Betriebssportverein weiter fortzusetzen entweder durch Verlängerung der Teilnahme in dem Präventionskurs oder durch Teilnahme an einem anderen Sportangebot. Um

möglichst viele Teilnehmer eines Präventionskurses nach Kursende weiterhin zur Sportausübung zu motivieren, erscheint es daher günstig, das Sportangebot nicht nur auf Verlängerung/Fortsetzung des Präventionskurses zu begrenzen, sondern darüber hinaus gehende Angebote zu ermöglichen bzw. entsprechende Strukturen zu schaffen.

b. Vergleich Teilnehmer Präventionskurs mit Kontrollgruppe hinsichtlich ihres Bewegungsverhaltens

Die Annahme, dass eine Teilnahme an dem Präventionskurs dazu führt, dass sich das Bewegungsverhalten im Sinne einer gesteigerten körperlichen Aktivität bei den betreffenden Probanden im Vergleich zur Kontrollgruppe erhöht, konnte anhand der ermittelten Ergebnisse nicht bestätigt werden. Das Bewegungsverhalten war über die gesamte Dauer der Untersuchung in allen Gruppen ähnlich. Konkret heißt dies, dass sowohl bei den Teilnehmern des Präventionskurses als auch der Kontrollgruppe ca. die Hälfte der Probanden eine erhöhte Schrittzahl am Ende der Follow-Up-Phase aufwiesen als zu Beginn des Präventionskurses, bei der jeweils anderen Hälfte konnte jedoch keine Erhöhung der Schrittzahl beobachtet werden.

Insgesamt kann somit festgehalten werden, dass die Teilnahme an dem Präventionskurs nicht zu einer angenommenen nachhaltigen Steigerung der körperlichen Aktivität führte. Allerdings ist hierbei zu berücksichtigen, dass es sich bei allen Probanden um Mitglieder des Betriebssportvereins und somit um Arbeitnehmer handelte, die bereits einen vergleichsweise aktiven Lebensstil praktizierten. Auch bei der Kontrollgruppe handelte es sich um Probanden, die zwar nicht an dem Präventionskurs teilnahmen, aber trotzdem Mitglieder des Betriebssportvereins waren und daher andere Formen der sportlichen Aktivität ausübten.

2. Erreichungsgrad von männlichen Arbeitnehmern

Bei einer Gesamtteilnehmerzahl von 16 Personen an beiden Präventionskursen handelte es sich bei lediglich einer Person um einen männlichen Teilnehmer. Dies entspricht einem prozentualen Anteil von 6,25% und liegt damit deutlich unter dem Anteil von 20% männlicher Teilnehmer, der laut jährlichem Präventionsbericht des GKV-Spitzenverbandes in Präventionsangeboten zum Handlungsfeld Bewegung aktuell beobachtet wird². Allerdings soll an dieser Stelle angemerkt werden, dass dieser männliche Teilnehmer den Präventionskurs bis zum Kursende absolvierte und nicht vorzeitig abgebrach. Dass durch Präventionssportangebote in Betriebssportvereinen nach den Rahmenbedingungen von SPORT PRO GESUNDHEIT vergleichsweise mehr männliche Teilnehmer erreicht werden, kann jedoch durch die im Rahmen des Projektes durchgeführte Untersuchung nicht bestätigt werden.

² Vgl. Medizinischer Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e.V. (MDS), GKV-Spitzenverband (Hrsg.), Präventionsbericht 2015, 2015

Worin besteht Transferpotential des Projekts für andere Verbände?

Die Untersuchung hat gezeigt, dass Teilnehmer eines Präventionskurses, die zusätzlich zu den Praxisinhalten über Kurzvorträge und Teilnehmerunterlagen Informationen zum gesundheitsförderlichen Bewegungsverhalten bekommen, zumindest tendenziell eine gesteigerte körperliche Aktivität aufweisen als ohne die Vermittlung derartiger Informationen. Die entsprechenden Inhalte dieser Teilnehmerunterlagen, die im Rahmen dieses Projektes auf Grundlage sportmedizinischer und sportwissenschaftlicher Expertise entstanden sind und eingesetzt wurden, können auch anderen Verbänden zur Verfügung gestellt werden. (Anmerkung: Die eingesetzten Handouts sind diesem Bericht angehängt. Die Inhalte sind zur Weiternutzung zur Verfügung gestellt. Aufgrund nicht einheitlich geklärter Fragen zum Urheberrecht ist jedoch vor Publizieren der in den Handouts verwendeten Bilder und Grafiken Rücksprache mit dem Verfasser dieses Berichts zu halten.)

Welche Ihrer **Arbeitsergebnisse** eignen sich in besonderer Weise für eine Weitervermittlung an andere Verbände ?

Die Untersuchung kommt zu dem Ergebnis, dass Teilnehmer an dem Präventionskurs motiviert waren, nach Beendigung des Kurses weiter sportlich aktiv sein zu wollen. Die weitere sportliche Aktivität begrenzte sich dabei jedoch nicht auf Fortsetzung bzw. Verlängerung des Präventionskurses, sondern wurde z.T. auch durch Teilnahme in anderen Sport- und Bewegungsangeboten gewünscht bzw. angestrebt. Somit erscheinen Strukturen innerhalb eines Betriebes, die die Ausübung verschiedener Sportangebote ermöglichen, günstig, um möglichst viele Arbeitnehmer zur Ausübung körperlicher Aktivität zu motivieren.

Gestützt wird dies zusätzlich durch die im Rahmen dieser Untersuchung festgestellte Beobachtung, dass im Rahmen der BGF durchgeführte Präventionskurse nicht unbedingt vermehrt Männer ansprechen als vergleichbare Kurse außerhalb des Settings Betrieb. Hier erscheint es ebenfalls sinnvoll zu sein, ein Spektrum an Bewegungsangeboten bereitzuhalten, welches zusätzlich zu Präventionssportkursen im engeren Sinne noch weitere Möglichkeiten zur Sportausübung bietet, die männlichen Motiven zum Sporttreiben mehr entsprechen.

Hierfür erforderliche Strukturen können durch Betriebssportvereine geschaffen werden, wie das Beispiel der SG Stern MBVD Berlin e.V. als in diesem Projekt mitwirkender Kooperationspartner zeigt.

Ein Engagement der Verbände im Bereich der BGF erscheint somit erfolgsversprechender zu sein, wenn Strukturen wie z.B. Betriebssportvereine geschaffen werden können. Denn hierdurch wird ein breiteres Spektrum an Sportangeboten für die Mitarbeiter eines

Betriebes möglich, welches über reine Präventionssportangebote im engeren Sinn hinausgeht.

Gibt es in der **Vorgehens- und Arbeitsweise** in ihrem Projekt Aspekte, die sich in besonderer Weise für eine Weitervermittlung an andere Verbände eignen?

Um die Effekte von Interventionen wie z.B. SPORT PRO GESUNDHEIT-Angeboten ermitteln zu können und anschließend Erkenntnisse zur Wirksamkeit zu erhalten, ist die Zusammenarbeit mit einer wissenschaftlichen Einrichtung sehr zu empfehlen, da so die Erhebung und Auswertung der erforderlichen Daten sichergestellt ist.

Welche der geplanten Arbeitsergebnisse konnten nicht erreicht werden?

1. Durch Durchführung der in diesem Projekt beschriebenen Untersuchung sollten Ergebnisse ermittelt werden, die verdeutlichen, dass die Alltagsaktivität und das Bewegungsverhalten von Arbeitnehmern, die an einem Präventionskurs nach den Kriterien von SPORT PRO GESUNDHEIT teilnehmen, nach dem Kursende erhöht wird und nachhält. Die ermittelten Ergebnisse konnten diese Annahme jedoch nicht bestätigen.
2. Geplant war es außerdem zu verdeutlichen, dass ein SPORT PRO GESUNDHEIT-Kurs im Setting Betrieb von einem vergleichsweise hohen Anteil männlicher Teilnehmer gekennzeichnet ist. Aufgrund des tatsächlich jedoch nur geringen Anteils männlicher Teilnehmer konnte dieses angestrebte Ergebnis nicht erreicht werden.

Worauf führen Sie zurück, dass die o. g. Arbeitsergebnisse nicht erreicht werden konnten?

Zu 1: Bei den Teilnehmern an dem Präventionskurs handelte es sich um Arbeitnehmer, die größtenteils wahrscheinlich bereits einen relativ aktiven Lebensstils pflegten, verbunden mit einer bereits vor dem Kurs vergleichsweise hohen Alltagsaktivität. So gaben 64% der Probanden an, länger als 16 Jahre ihres Lebens sportlich aktiv zu sein, und bei allen handelte es sich aufgrund bereits erwähnter Rahmenbedingungen um Arbeitnehmer, die bereits Mitglied des Betriebssportvereins waren. Aus diesem Grund war es schwierig, hier eine weitere Steigerung der Alltagsaktivität zu erreichen.

Zu 2: Die organisatorisch günstigeren Rahmenbedingungen (keine zusätzlichen Wege, geringer Zeitaufwand), die die Barrieren zur Teilnahme an einem Präventionssportkurs potentiell verringern sollten, scheinen nicht auszureichen, um Männer verstärkt zur Teilnahme zu motivieren. Somit liegt die Vermutung nahe, dass dies eher durch Angebote erreicht wird, die inhaltlich und auch von der Betitelung her weniger dem entsprechen, was

bislang für SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote typisch ist, sondern mehr männliche Motive zum Sporttreiben berücksichtigen.

6. Nutzenbetrachtung und Nachhaltigkeit

Worin besteht der Nutzen für Ihren Verband?

Der Nutzen für unseren Verband besteht in folgendem Erkenntnisgewinn: Betriebssportvereine bieten Strukturen, über die Präventionssportkurse im Betrieb durchgeführt werden können. Um aber möglichst alle Arbeitnehmer anzusprechen, insbesondere auch die bislang weniger aktiven, die vor allem durch derartige Angebote profitieren würden, sollte neben dem Betriebssportverein auch die Geschäftsführung bzw. die für Betriebliche Gesundheitsförderung zuständige Abteilung eines Betriebes als Akteur miteinbezogen werden. Dies gilt es unsererseits bei zukünftigem Engagement im Bereich BGF zu berücksichtigen.

Wie wird die Nachhaltigkeit des Projektes gesichert?

Die Nachhaltigkeit wird dadurch gesichert, dass die durch das Projekt gewonnenen Erkenntnisse zukünftig bei der weiteren Planung von Aktivitäten im Bereich der BGF berücksichtigt werden. Hierzu gehört insbesondere auch die Gestaltung von Angeboten für die Zielgruppe Männer.

Die Ergebnisse der in diesem Projekt durchgeführten Untersuchung sind wissenschaftlich ausgewertet und festgehalten in zwei Bachelorarbeiten im Fach Sportwissenschaft an der Humboldt-Universität zu Berlin. Die Arbeiten können auf Anfrage zur Verfügung gestellt werden. Bitte hierzu vorherige Kontaktaufnahme mit dem Verfasser dieses Berichtes.

7. Öffentlichkeitsarbeit

Wurde das Projekt öffentlich vorgestellt?

Ja Nein

Wenn ja, bitte Belege beifügen.

Wie war die Resonanz in der Öffentlichkeit/in den Medien?

8. Finanzen

Bitte erstellen Sie einen Soll-Ist-Vergleich gem. des Kosten- und Finanzierungsplans Ihres Antrags anhand der Excel-Tabelle. Begründen Sie bitte ggf. Abweichungen.

Resümee/Gesamtbild

Platz für eigene Bemerkungen/Anmerkungen zum Projekt/Rückmeldung an den DOSB

Bzgl. der Schlussbestimmungen (nachfolgender Punkt) bitten wir zu beachten: Die Inhalte der Handouts zu gesundheitsförderlichem Bewegungsverhalten, die im Rahmen dieses Projektes erstellt und eingesetzt wurden und diesem Bericht angehängt sind, sind zur Weiternutzung zur Verfügung gestellt. Aufgrund nicht einheitlich geklärter Fragen zum Urheberrecht ist jedoch vor Publizieren der in den Handouts verwendeten Bilder und Grafiken Rücksprache mit dem Verfasser dieses Berichts zu halten.

Schlussbestimmungen

Wir sind damit einverstanden, dass dieser Bericht und die ergänzenden (digitalen) Dokumente im Rahmen der Kommunikationsarbeit des DOSB (im Internet, der DOSB-Presse etc.) genutzt und veröffentlicht und so anderen Verbänden zugänglich gemacht werden. Wir bitten hierbei jedoch den vorherigen Punkt „Resümee/Gesamtbild – Platz für eigene Bemerkungen zum Projekt/Rückmeldung an den DOSB“ in Bezug auf die Handouts zu beachten.

Name: Christoph Stegemann

Datum: 31.10.2016