

Studie: Bewegung und Ernährung an Schweizer Schulen

Die Resultate der zweiten Studie zu Ernährung und Bewegung bei 22 Kantonen und Lichtenstein sind publiziert.



Die Studie zeigt auf, wie es um das Engagement an den Volksschulen bezüglich Ernährung und Bewegung steht und wie sich dieses seit der ersten Befragung von 2009 entwickelt hat. Das Arbeitspapier 10 von Gesundheitsförderung Schweiz gibt Aufschlüsse über die schulischen Verhältnisse und Massnahmen im Bereich Ernährung, Bewegung und gesundes Körpergewicht, die als Rahmenbedingungen einen wichtigen Einfluss auf das Körpergewicht und den allgemeinen Gesundheitszustand von Kindern und Jugendlichen haben. Die Ergebnisse beziehen sich sowohl auf das Jahr 2013 als auch auf den Vergleich zum Jahr 2009.

Wichtige Ergebnisse

- Im Vergleich zur ersten Erhebung sind die Themen Ernährung, Bewegung und gesundes Körpergewicht etwas seltener an Schweizer Schulen verankert.
- Unverändert stellt die Mehrheit der befragten Schulen finanzielle, personelle oder ideelle Ressourcen für Fördermassnahmen in diesem Bereich zur Verfügung. .
- Im Bereich der Ernährung bieten im Vergleich zur Erhebung von 2009 mehr Schulen Bezugsmöglichkeiten für eine Pausenverpflegung an. Dabei hat im Jahr 2013 die Anzahl der Mensen mit dem Label «Fourchette verte», welches für ausgewogene Mahlzeiten nach dem Prinzip der gesunden Ernährung steht, deutlich zugenommen (von 69 auf 98 Schulen).
- Vier von fünf befragten Schulen haben spezielle Massnahmen zur Förderung des Wassertrinkens, indem sie zum Beispiel gratis Trinkwasser in den Klassenzimmern, in der Mensa oder auf dem Schulgelände bereitstellen.
- Im Bereich der Bewegungsförderung setzen laut Angaben der Schulleitungspersonen fast alle befragten Schulen die obligatorischen Sportlektionen in Form von drei Wochenlektionen um. Mehr als ein Drittel nutzen neben dem regelmässigen wöchentlichen Unterricht dazu Sportlager, Projektwochen oder Sporttage. Zusätzlich bietet etwa die Hälfte aller Schulen freiwilligen Schulsport an, wobei dieser hauptsächlich von Lehrpersonen durchgeführt wird.
- Die Verankerung der Themen Ernährung, Bewegung und gesundes Körpergewicht in den Schulalltag wird durch das Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen (SNGS) bzw. durch die Kantonalen Netzwerke Gesundheitsfördernder Schulen (KNGS) gut unterstützt. Im Jahr 2013 sind 27 % der befragten Schulen in einem solchen Netzwerk aktiv, etwas mehr als im Jahr 2009.
- Der gesunden Schule als ganzheitlichem Ansatz wird mehr Bedeutung zugemessen als den

einzelnen Themen Ernährung und Bewegung.

→ [Die Ergebnisse der Studie](#) (pdf)

Quelle: [Gesundheitsförderung Schweiz](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO