Presseinformation

20. Januar 2011

Studie zur Fitness der NÖ Schüler vorgestellt

Sobotka: Sport erhöht die geistige Leistungsfähigkeit

Kinder, die regelmäßig Sport betreiben und ein ideales Körpergewicht aufweisen, sind mental stärker und psychisch fitter. Das geht aus einer aktuellen Studie des Institutes für Präventiv- und angewandte Sportmedizin hervor, die den Gesundheitszustand der niederösterreichischen Schülerinnen und Schüler systematisch erhoben hat. Der Initiator der Untersuchung, Landeshauptmann-Stellvertreter Mag. Wolfgang Sobotka, und Dr. Andrea Podolsky, Leiterin des Institutes für Präventiv- und angewandte Sportmedizin am Landesklinikum Krems, präsentierten heute, 20. Jänner, den Endbericht der Studie bei einer Pressekonferenz in St. Pölten.

„Die erhobenen Daten tragen wesentlich dazu bei, einerseits die gesundheitsbezogene Fitness der niederösterreichischen Bevölkerung zu fördern und andererseits den Bereich der Prävention im Land Niederösterreich auf jene Aktivitäten zu konzentrieren, die laut Studie auch nachhaltige Ergebnisse bringen", betonte Sobotka.

Im Hinblick auf die wichtigsten Ergebnisse der Untersuchung meinte Sobotka, dass Kinder, die in jüngeren Jahren übergewichtig waren, auch im fortgeschrittenen Alter eine schlechtere Gesundheitsprognose haben. „Kinder in urbanen Bereichen sind öfters in Sportvereinen aktiv und bewegen sich daher mehr als Jugendliche im ländlichen Raum", so Sobotka. Ein Mindestumfang von drei Wochenstunden Schulturnen bringe eine Leistungsverbesserung auch in anderen Fächern und solle daher für Schüler aller Altersstufen angestrebt werden. Langfristig müsse jeden Tag eine Stunde Bewegung möglich sein, meinte der Landeshauptmann-Stellvertreter abschließend.

„Mädchen machen weniger Bewegung als Burschen und erreichen im Durchschnitt in keinem Alter den empfohlenen Bewegungsumfang von einer Stunde pro Tag", sagte Andrea Podolsky. „Burschen erfüllen im Schnitt bis zum 14. Lebensjahr die Bewegungsempfehlung und liegen später etwas darunter."

Insgesamt wurden in der Zeit zwischen November 2008 und Ostern 2010 rund 2.000 Schüler im Alter zwischen 9 und 20 Jahren in ganz Niederösterreich untersucht. Die teilnehmenden Schüler haben von der Untersuchung profitiert, da sie Informationen über ihre gesundheitlichen Stärken und Schwächen erhalten haben, sowie Empfehlungen dazu, welchen Beitrag sie selbst zur Optimierung ihres Fitnesszustandes leisten können, führte Andrea Podolsky weiter aus.

Nähere Informationen: Büro LH-Stv. Sobotka, Mag. (FH) Eberhard Blumenthal, Telefon 02742/9005-12221, e-mail eberhard.blumenthal@noel.gv.at, http://www.gesundesnoe.at/.

E-Mail: presse@noel.gv.at

Presseinformation

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung
Landesamtsdirektion – Pressedienst
www.noe.gv.at/presse
E-Mail: presse@noel.gv.at
E-Mail: presse@noel.gv.at