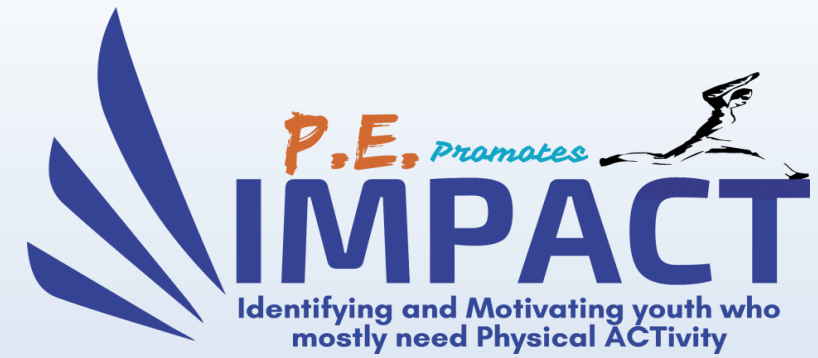


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Identifizieren und Motivieren von Jugendlichen, die meist körperliche ACTivity benötigen (IMPACT)

Final Webinar Juni 2019

Wir sind am Ende einer jährlichen Anstrengung, die wir gemeinsam zum Wohle unserer Studenten gestartet haben!

Unser Ziel war:

Um die Lektion von PE angenehmer, sinnvoller und die Schüler intrinsisch motivierter in PE zu machen,

Um Die Schüler zu motivieren, sich in DER PE zu verbessern

Und deshalb glücklicher in ihrem Leben zu sein!!

Um den Anteil der Schüler zu erhöhen, die außerhalb der Schule körperlich aktiv sind,

Vor allem die Studenten, die es am meisten brauchen!

Wir haben uns sehr bemüht - vielen Dank!

Wir hatten vorhergesagt, dass ein großer Teil unserer Schüler nicht täglich

Während sie sollten, weil es eine Anweisung der Weltgesundheitsorganisation ist

Aber stimmt das?

Was haben wir in den Schulen gefunden, die an unserer Forschung teilgenommen haben?

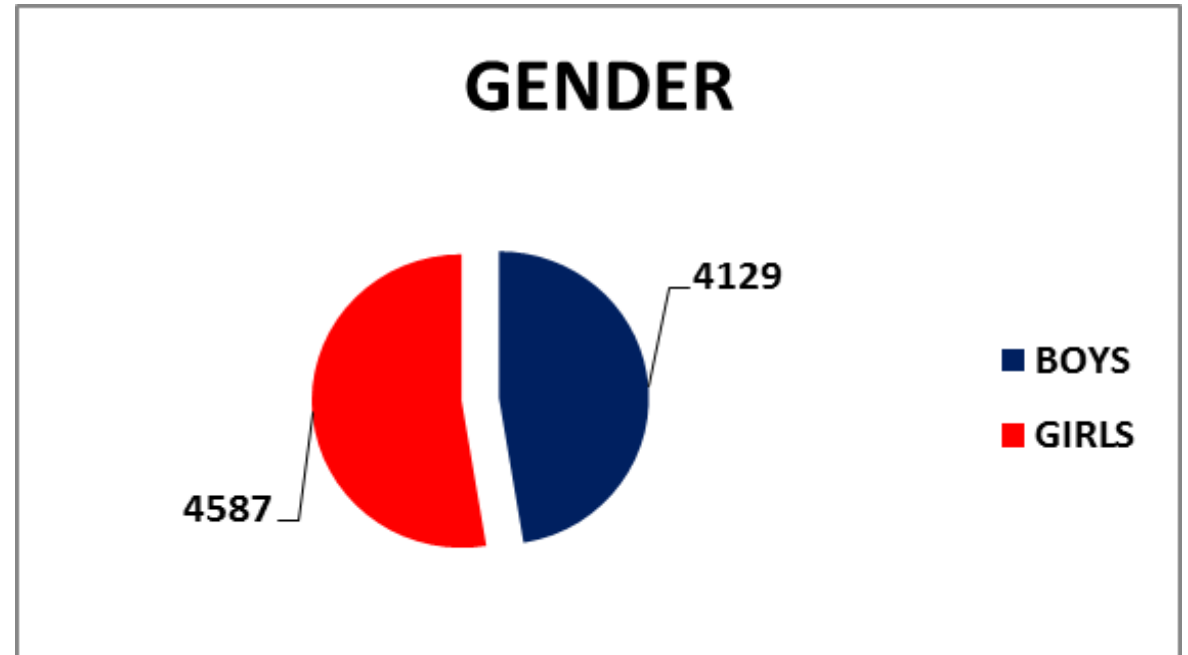
Schüler aus 4 Ländern (n = 8813)

4 countries

country

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	France	798	9,1	9,1	9,1
	Greece	2803	31,8	31,8	40,9
	Italy	2199	25,0	25,0	65,8
	Turkey	3013	34,2	34,2	100,0
	Total	8813	100,0	100,0	

Gender



Age

age_y

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	382	4,3	4,4	4,4
	11	1459	16,6	16,7	21,0
	12	972	11,0	11,1	32,1
	13	1037	11,8	11,8	43,9
	14	1478	16,8	16,9	60,8
	15	1493	16,9	17,0	77,9
	16	1051	11,9	12,0	89,9
	17	649	7,4	7,4	97,3
	18	240	2,7	2,7	100,0
	Total	8761	99,4	100,0	
Missing	System	52	,6		
Total		8813	100,0		

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Stunden pro Woche in außerschulischer körperlicher Aktivität

	Pupils	%	%	Cumulative	
0 hours/week	1082	12,5	12,5	<u>38,9</u>	Extremely low – inactive
0.5 hour/week	906	10,4	22,9		
1 hour/week	1396	16,1	<u>38,9</u>		
2-3 hours/week	2526	29,1	68,0		Moderate – improvement potential
4-6 hours/week	1707	19,6	87,7		
7 hours/week	1072	12,3	100,0		

Stunden pro Woche in außerschulischer körperlicher Aktivität

	<u>Greek Pupils</u>	<u>% Cumulative</u>	<u>4 countries Pup.</u>	<u>% Cumulative</u>	
None	124	4,5	1082	12,5	
0.5 hour/week	217	7,8	906	22,9	
1 hour/week	413	<u>27,2</u>	1396	<u>38,9</u>	Extremely Low
2-3 hours/week	861	58,3	2526	68,0	Moderate - more improvement is needed
4-6 hours/week	673	82,7	1707	87,7	
7 hours/week	480	100,0	1072	100,0	

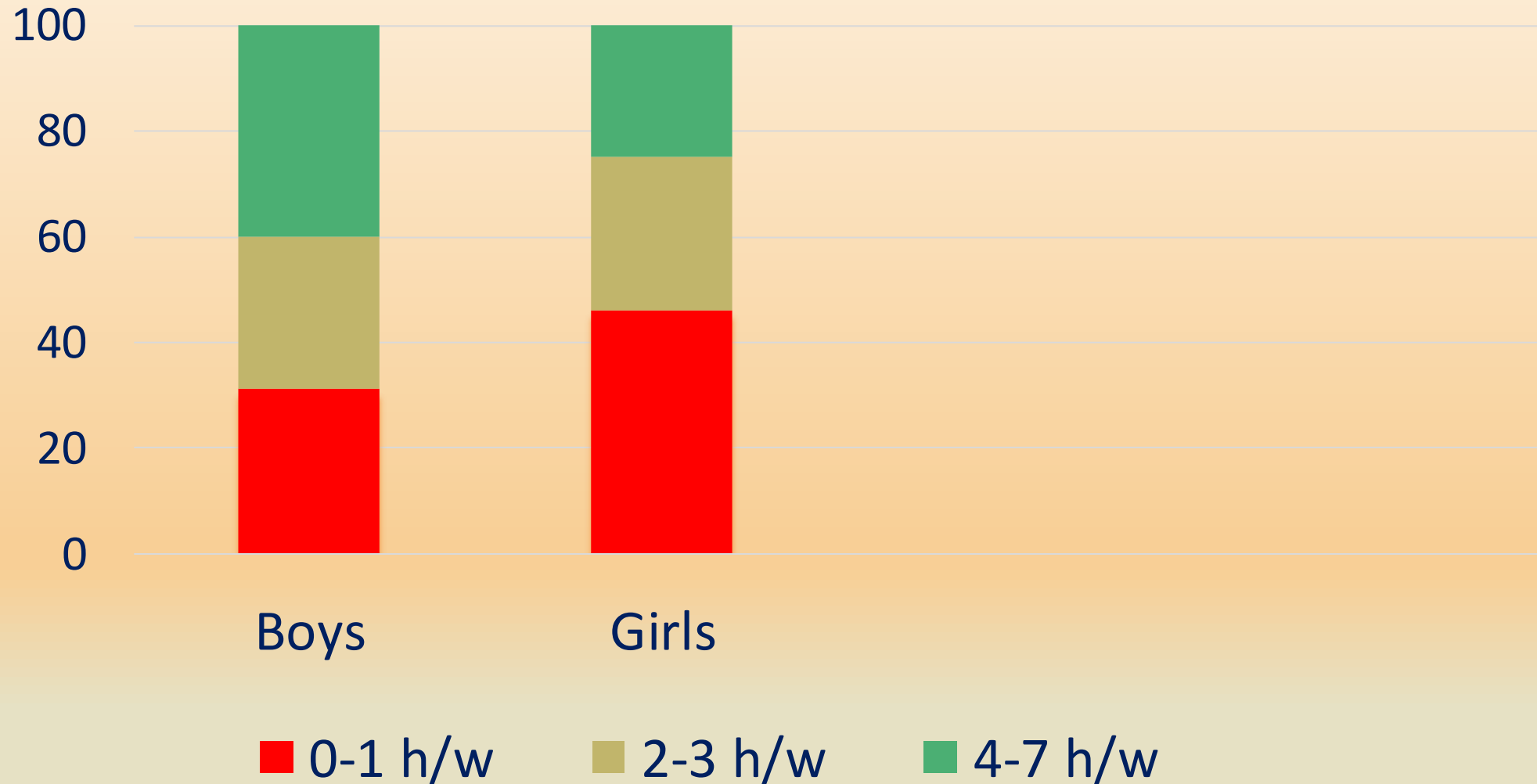
Mit zunehmendem Alter werden sie inaktiver

Hours of out of school exercise/ week	Age				
	<u>10-12 %total</u>		<u>13-15 %total</u>		<u>16-18 %total</u>
None	7,0	→	13,2	→	<u>18,7</u>
0.5 hour/week	16,9		23,9		<u>29,5</u>
1 hour/week	34,5		38,6		<u>46,3</u>
2-3 hours/week.	66,8		67,1		72,0
4-6 hours/week	87,3		87,5		88,7
7 hours/week	100,0		100,0		100,0

Mädchen tun weniger adellos aus der Schule

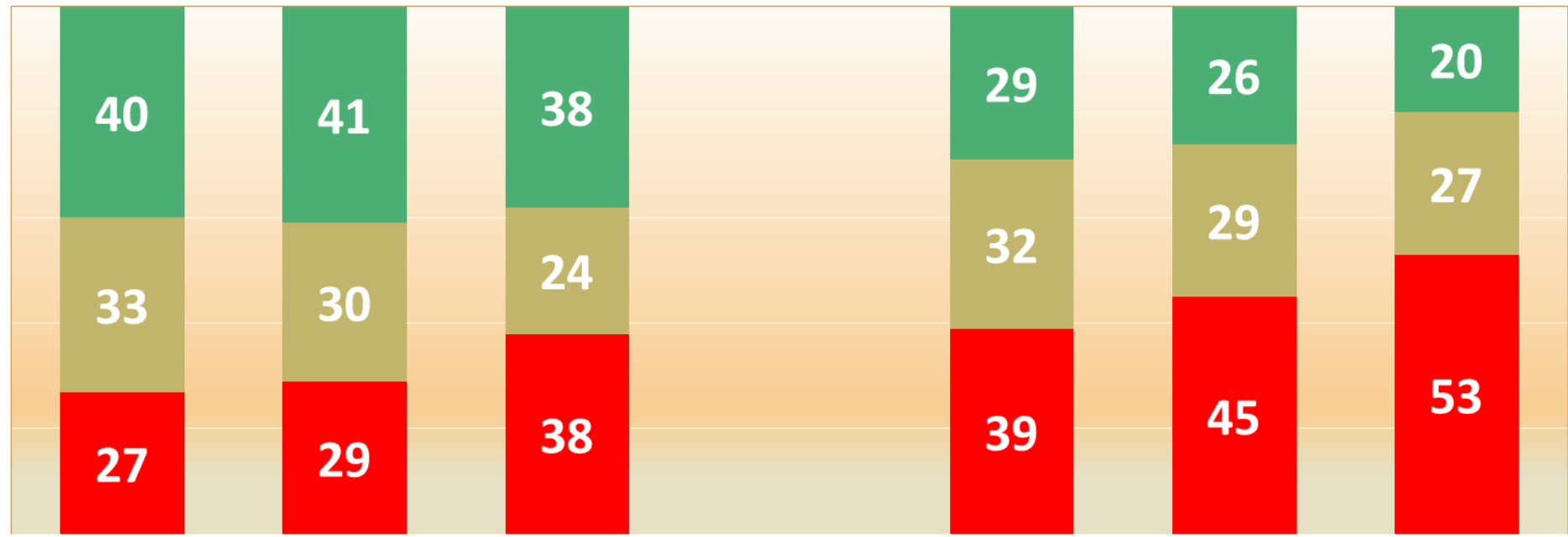
Körperliche Aktivität

% of boys-girls that exercise 0-1 or 2-3 or 4-7 hours/ week



Die Mädchen und Gymnasiasten sind außerhalb der Schule untätiger

% boys/ girls who exercise 0-1 or 2-3 or 4-7 hours/week



Boys 10-12 years Boys 13-15 years Boys 16-18 years Girls 10-12 years Girls 13-15 years Girls 16-18 years

■ 0-1 hr/week ■ 2-3 hr/week ■ 4-7 hr/week

Diese Forschung bestätigte die wichtige Rolle der außerschulischen körperlichen Aktivität für die Motivation in

Auf dem 1. Webinar hatten wir die Vorteile regelmäßiger körperlicher Aktivität für Studenten erwähnt:

im Gesundheitswesen,

in der Lebensqualität,

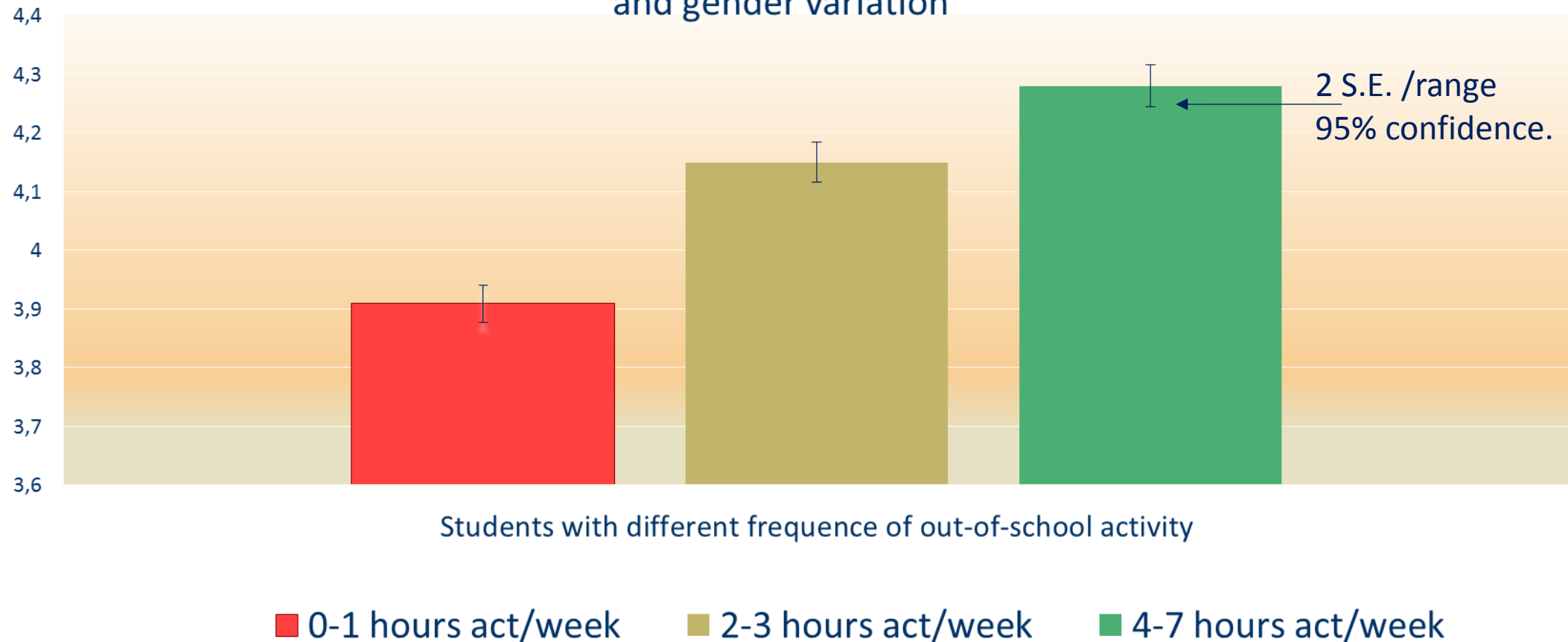
in der psychologischen Entwicklung,

In der Gesamtschulleistung

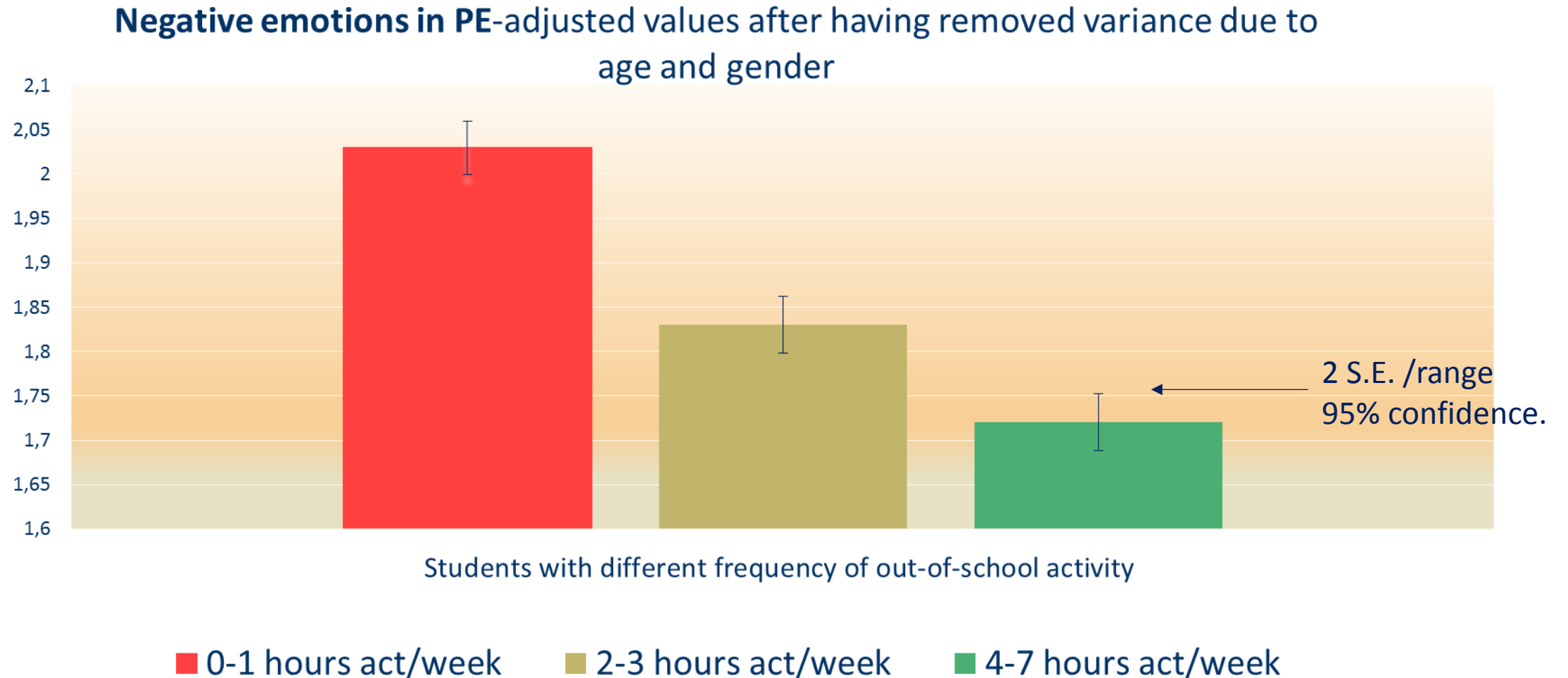
in ihrer Freude an der Schule und vor allem in der Sportstunde.

Je mehr Schüler außerhalb der Schule körperlich aktiv sind, desto mehr genießen sie den Sportunterricht.

Pleasure / Positive feelings in PE - adjusted values after having removed age and gender variation

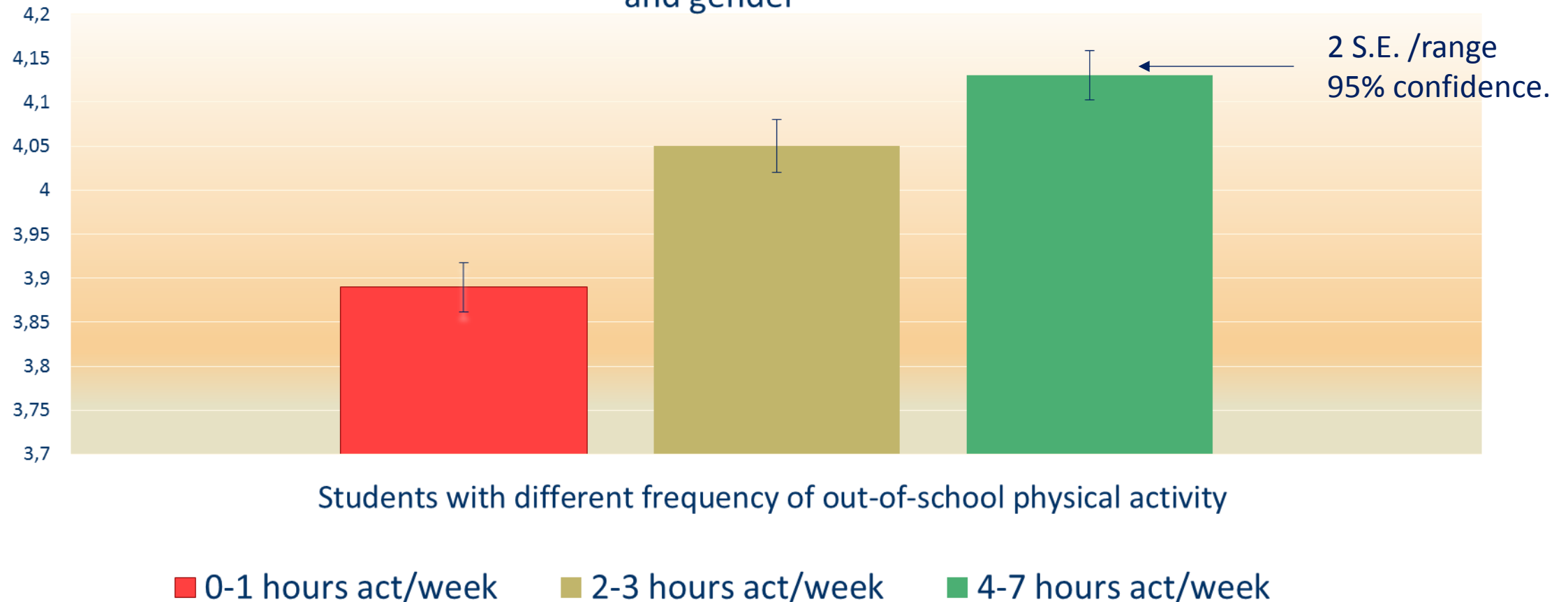


Je mehr Schüler außerhalb der Schule körperlich aktiv sind, desto weniger negative Gefühle haben sie in PE



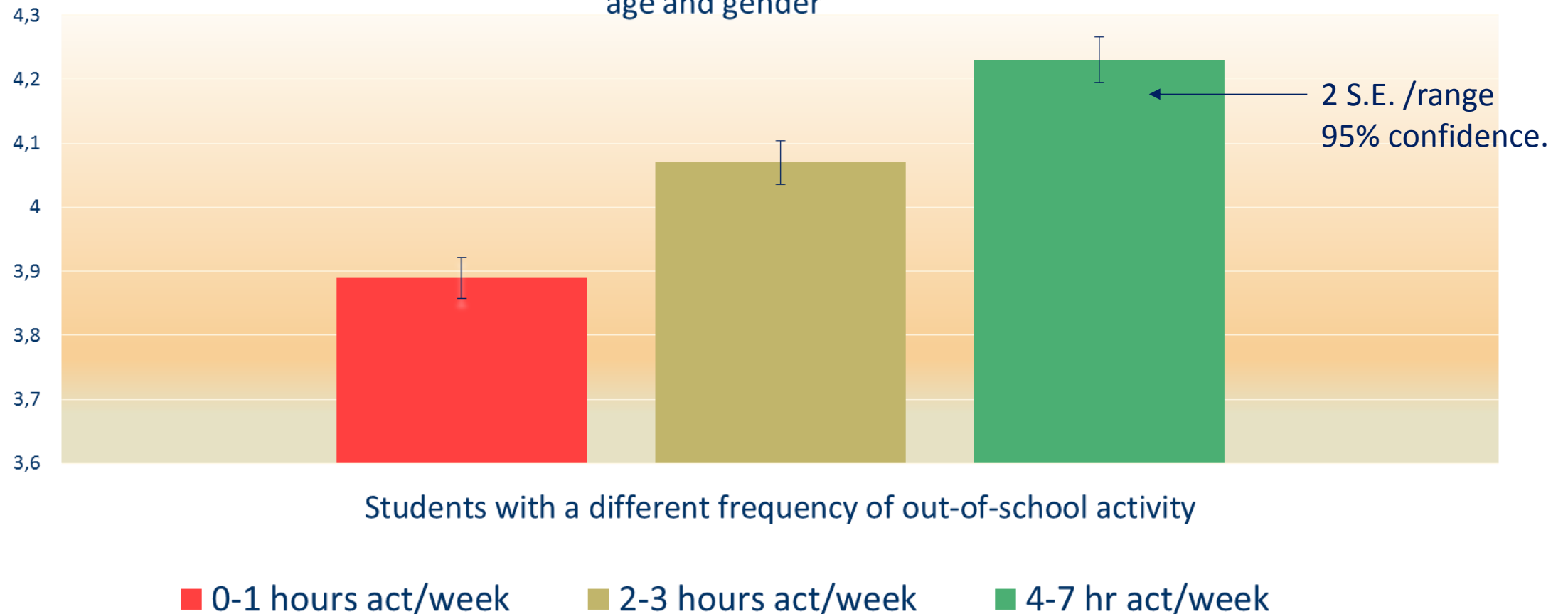
Je mehr Schüler außerhalb der Schule körperlich aktiv sind, desto mehr Lernziele setzen sie sich in PE

Mastery goal in PE - adjusted values after having removed variance due to age and gender

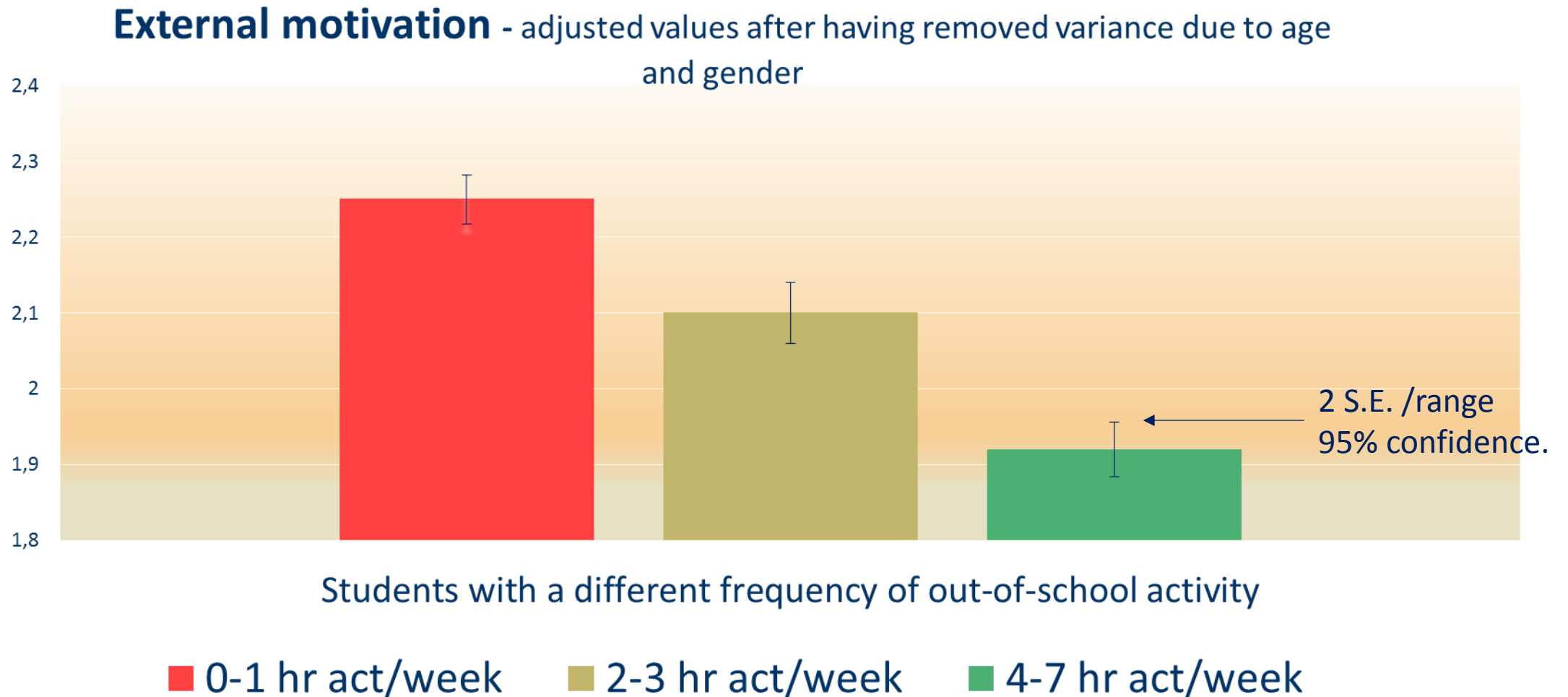


Je mehr Schüler außerhalb der Schule körperlich aktiv sind, desto eigennsichverbundener sind sie in PE

Intrinsic motivation – adjusted values after having removed the variance due to age and gender

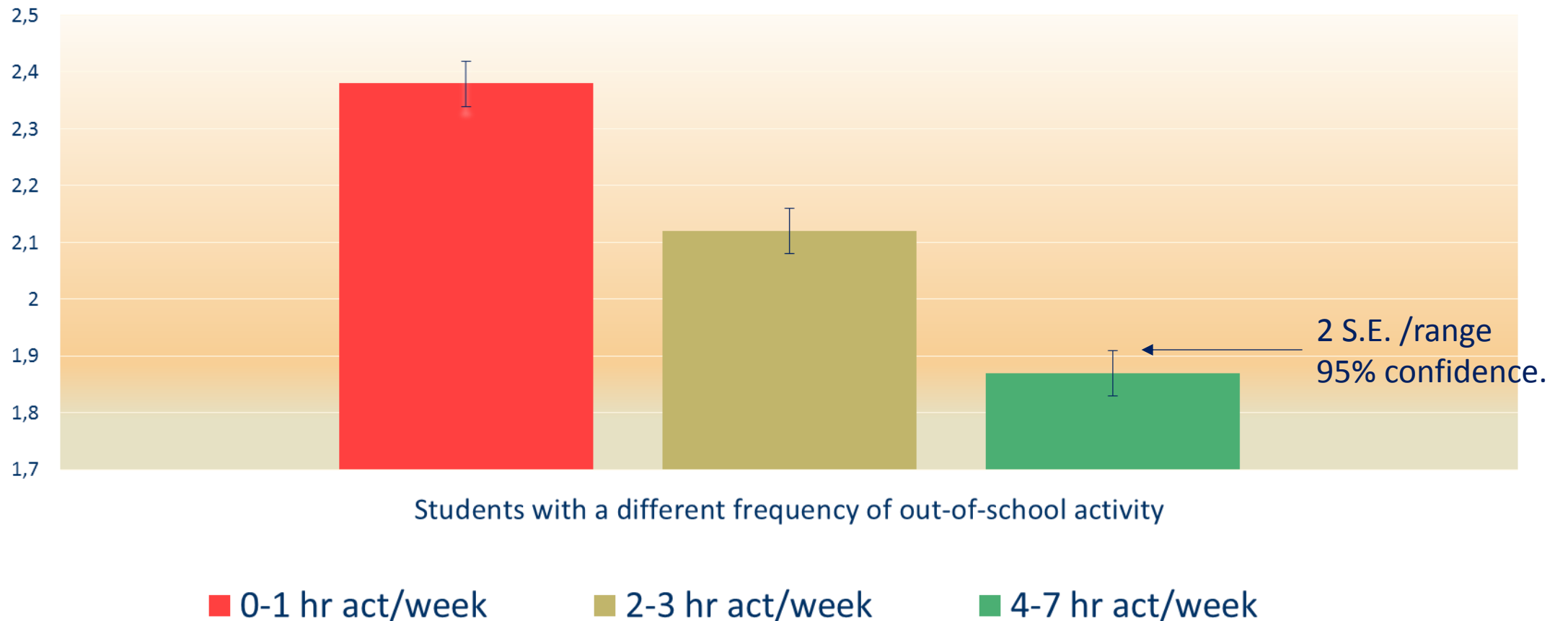


Je mehr Schüler außerhalb der Schule körperlich aktiv sind, desto weniger extrinsisch motiviert sind sie in PE



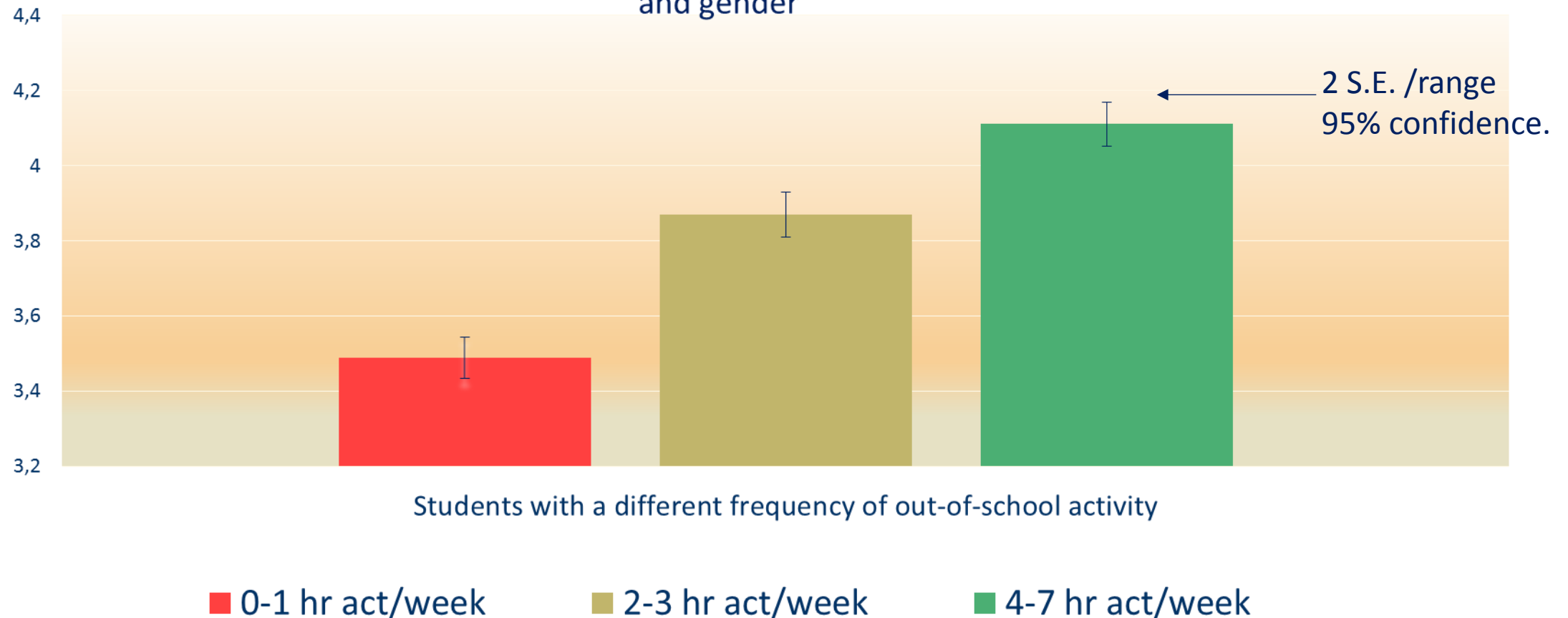
Je mehr Schüler außerhalb der Schule körperlich aktiv sind, desto weniger Motivation haben sie in

Amotivation - adjusted values after having removed variance due to age and gender

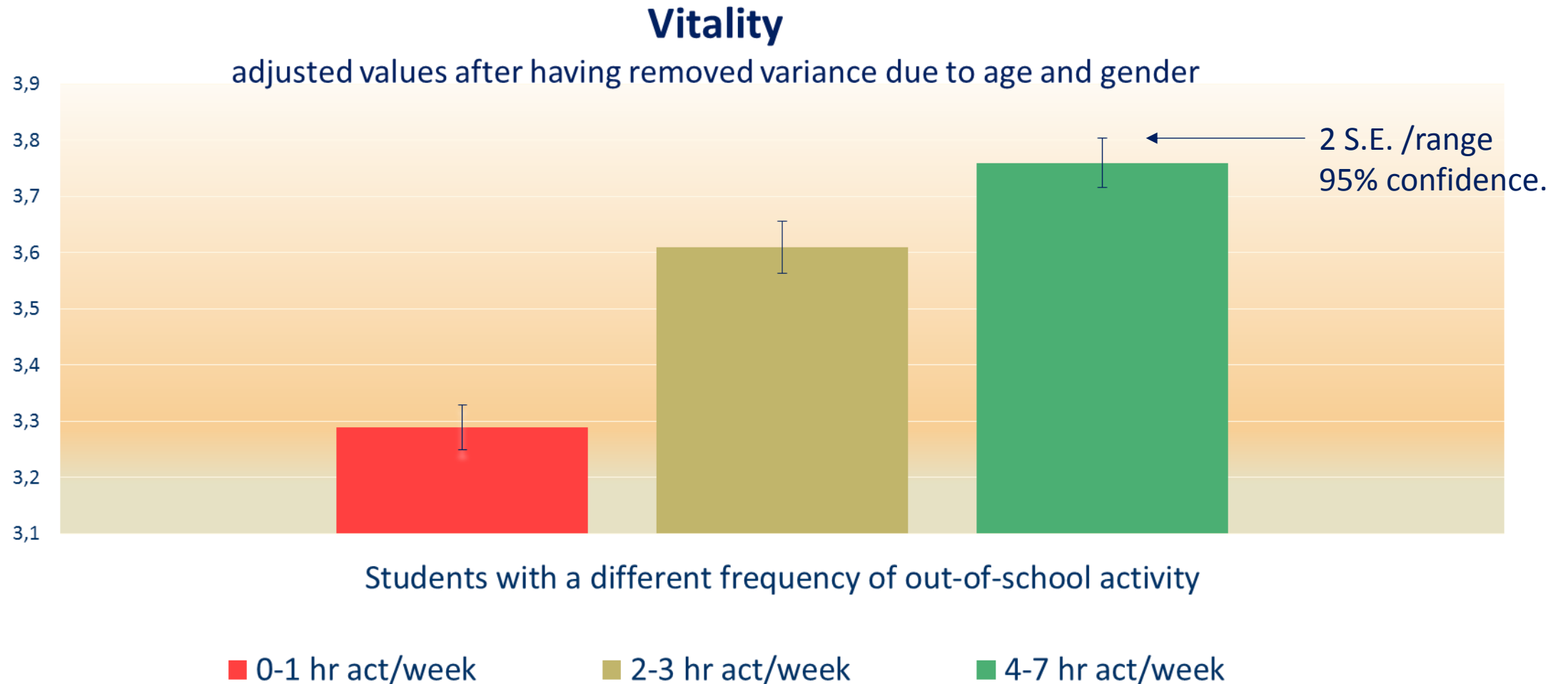


Je mehr Schüler außerhalb der Schule körperlich aktiv sind, desto körperlich aktiver (bewegend und laufend) sind sie in PE

Physical activity in PE - adjusted values after having removed variance due to age and gender



Je mehr Schüler außerhalb der Schule körperlich aktiv sind, desto mehr Vitalität empfinden sie in ihrem Leben



Was können wir in der Lektion von PE tun, um außerschulische körperliche Aktivität zu fördern?

Auf dem 2. Webinar haben wir erwähnt, wie wir ein positives Motivationsklima in PE schaffen:

- Betonung des Lernverbesserungsfortschritts der Schüler

- Erfüllung ihrer Bedürfnisse nach Autonomie, Fähigkeiten, guten Beziehungen zu anderen

Wir erklärten, dass mit einem positiven Motivationsklima wie das oben, dann für alle Studenten, ob sie Athleten sind oder nicht:

- Wir stärken ihre intrinsische Motivation und Freude in der PE-Lektion.

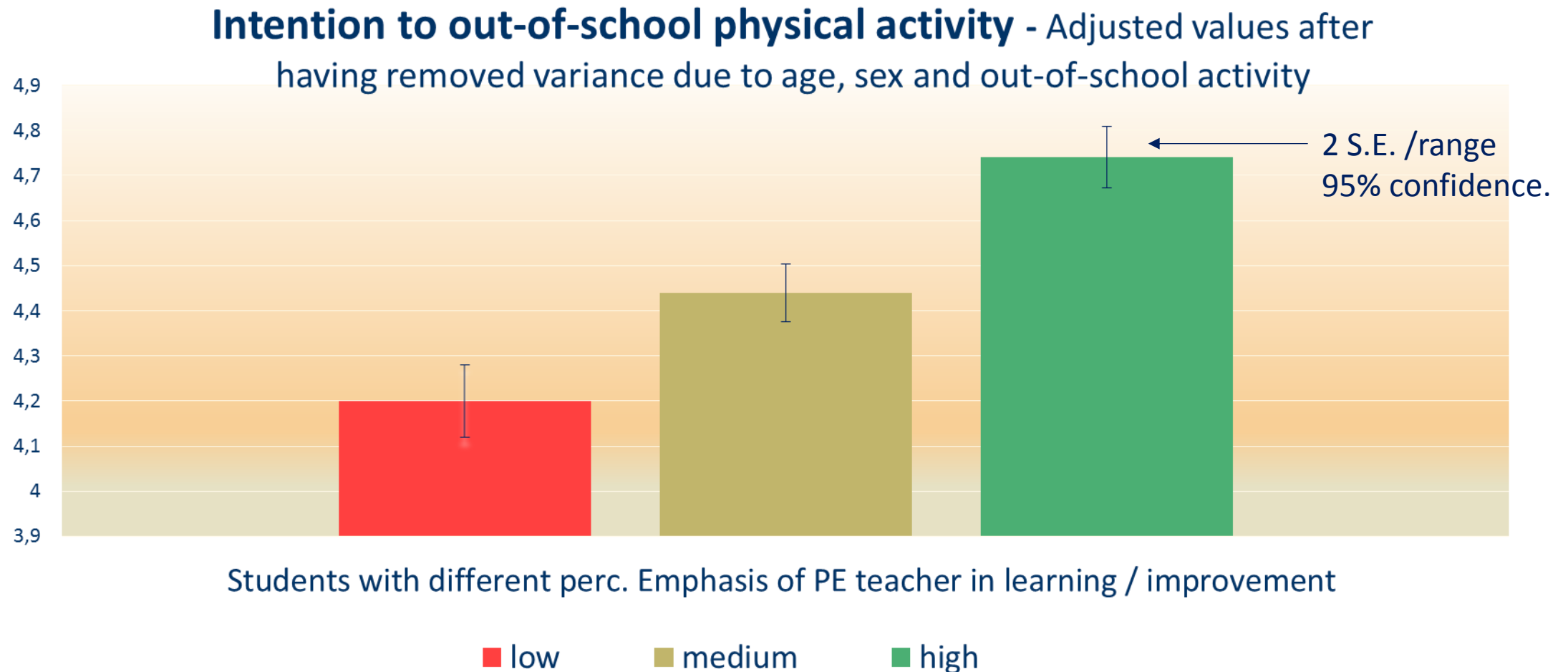
- Wir verstärken ihre Intension, körperlich aktiv zu sein

- Wir helfen ihnen, ihren Fortschritt zu überwachen, einschließlich wie oft sie trainieren.

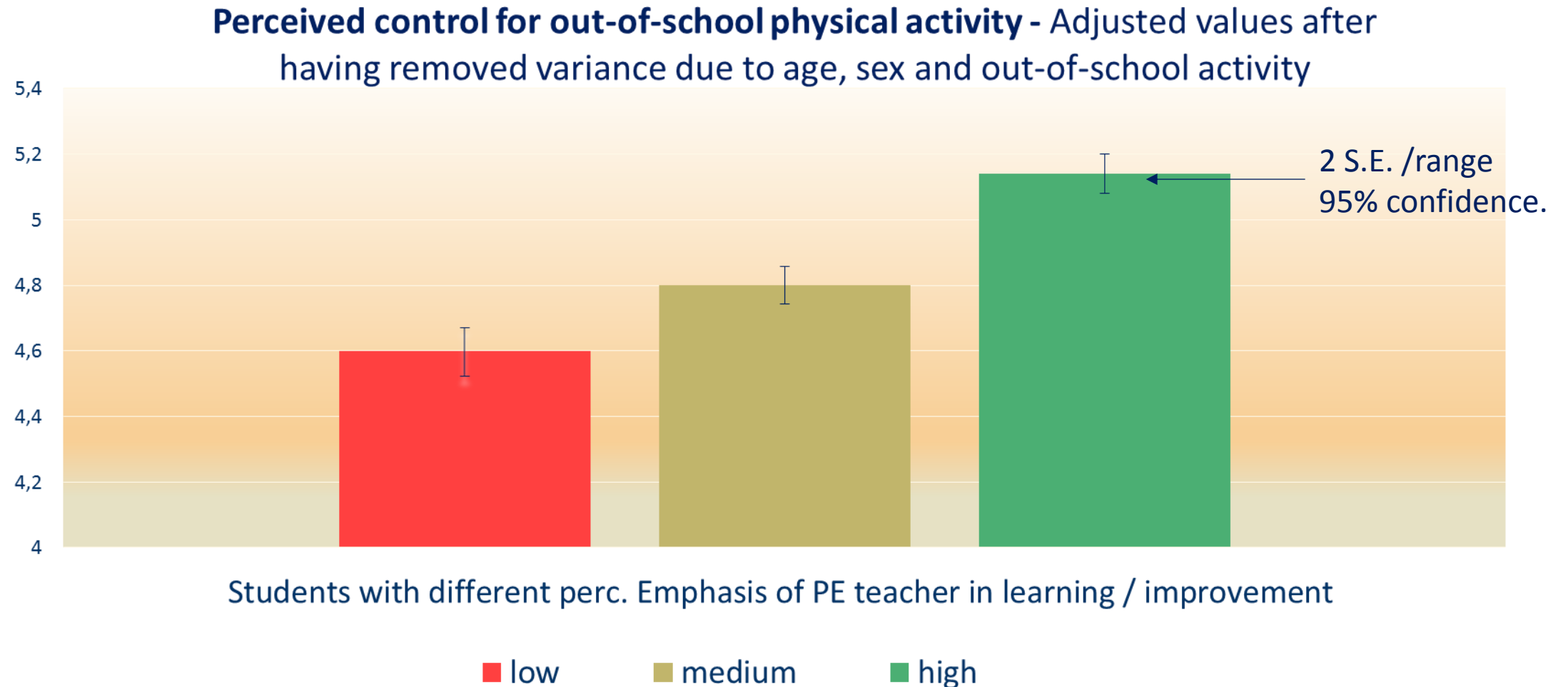
- Wir ermutigen sie zu glauben, dass sie, wenn sie Sport und körperliche Aktivitäten machen wollen, Hindernisse überwinden und Wege finden können, wie, wo, wann, mit wem sie körperlich aktiv werden.

Die Ergebnisse mit Ihren Schülern bestätigen
die Hypothesen!

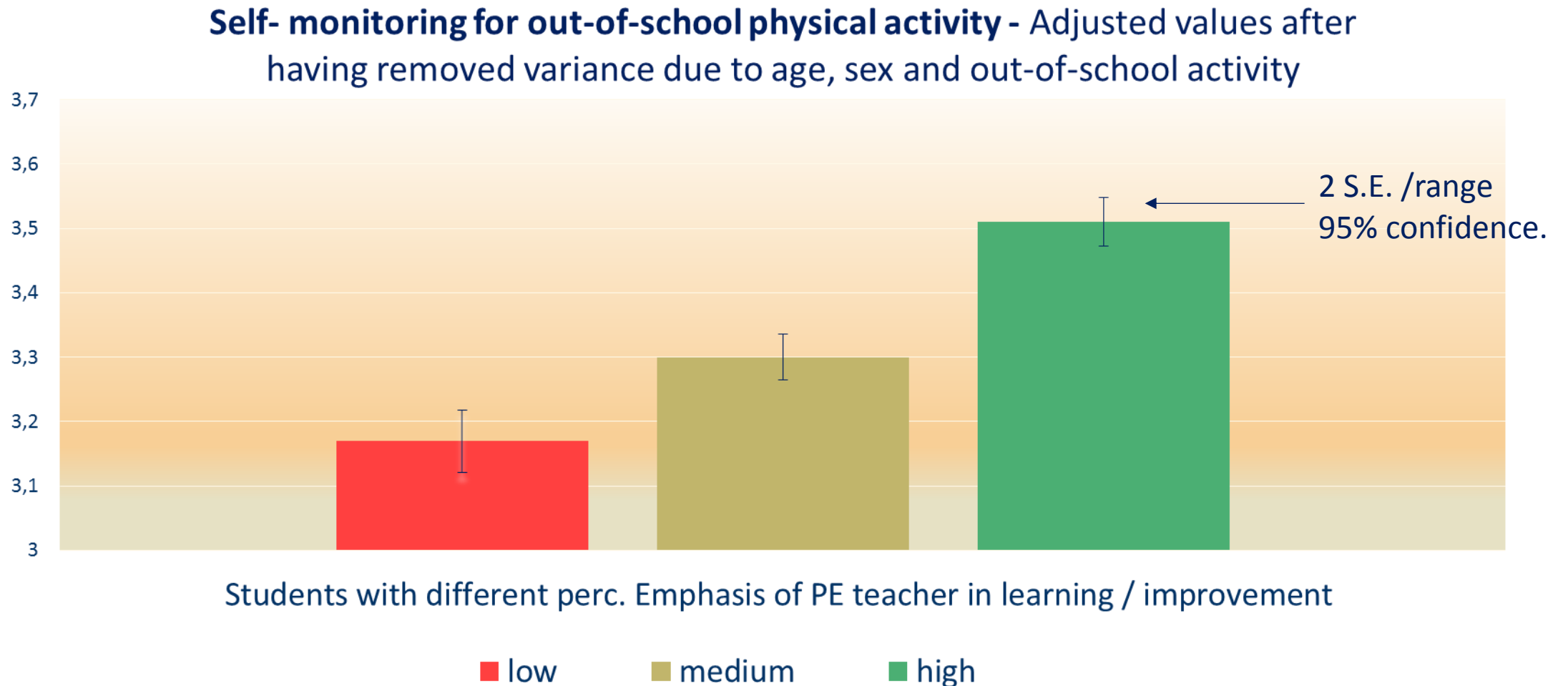
Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer das Lernen /Verbessern betont, desto stärker haben sie die Absicht, außerhalb der schulischen körperlichen Aktivität zu tun.



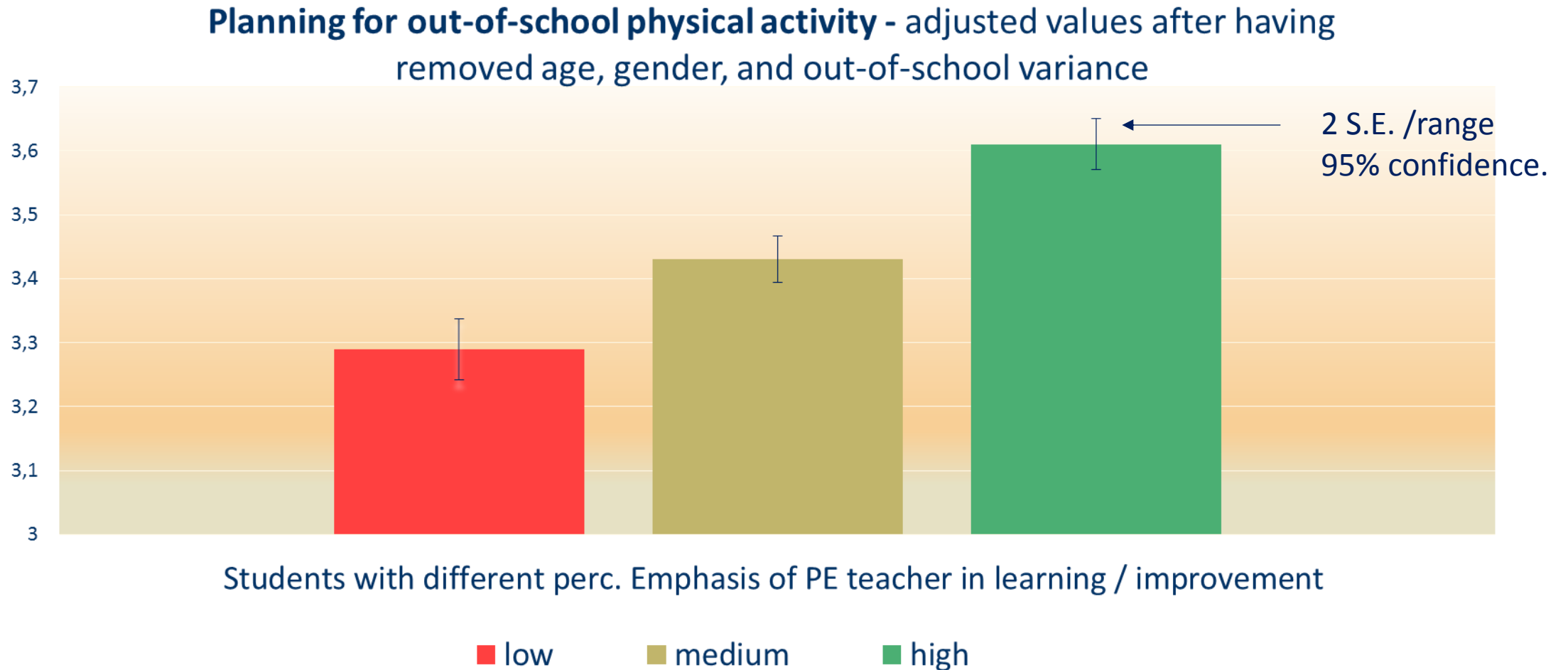
Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer das Lernen / Verbessern betont, desto mehr werden sie ermutigt und glauben, dass sie können / IT'S UP TO THEM körperlich aktiv außerhalb der Schule zu sein.



Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer das Lernen/Verbessern betont, desto mehr überwachen sie sich selbst, wie oft sie außerschulische körperliche Aktivität ausüben.

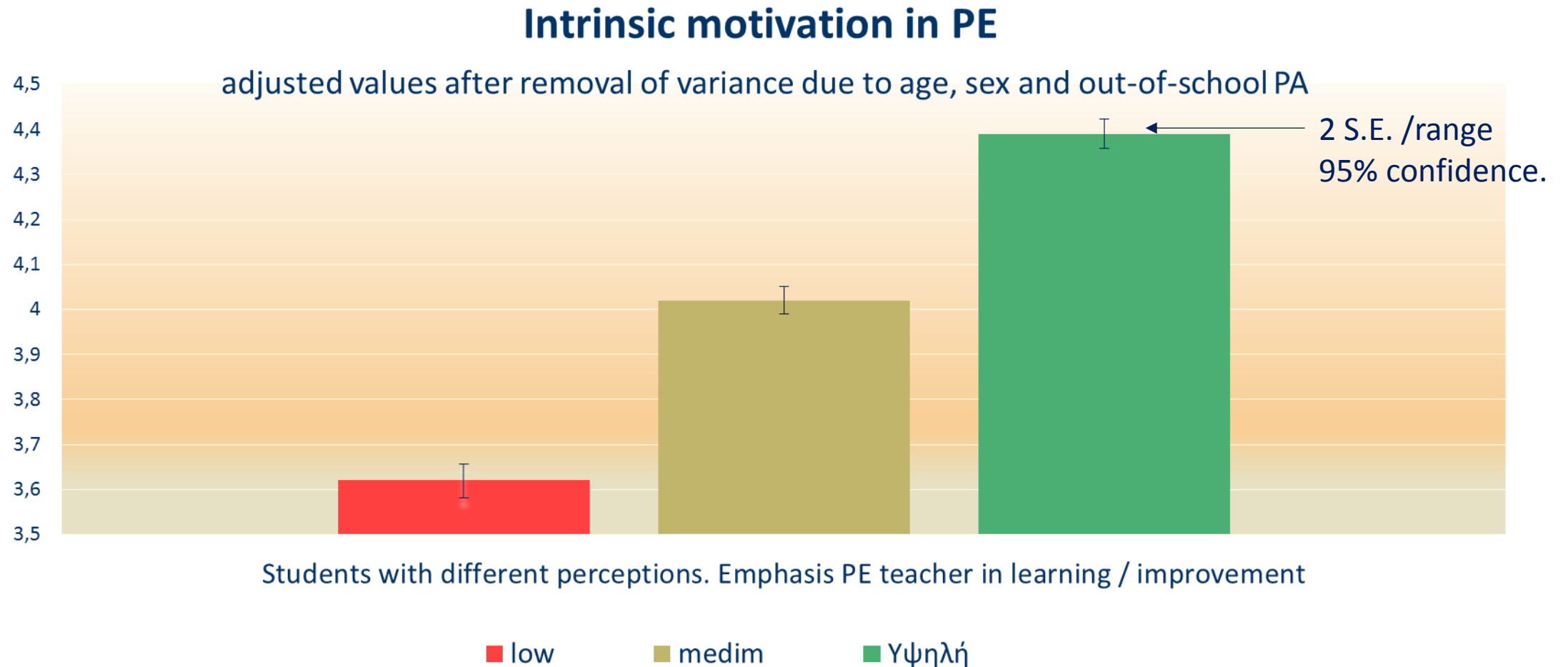


Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer das Lernen/Verbessern betont, desto mehr planen sie mit spezifischen Plänen (wann/wo/mit wem/wie/wie oft), um außerschulisch körperlich aktiv zu sein.

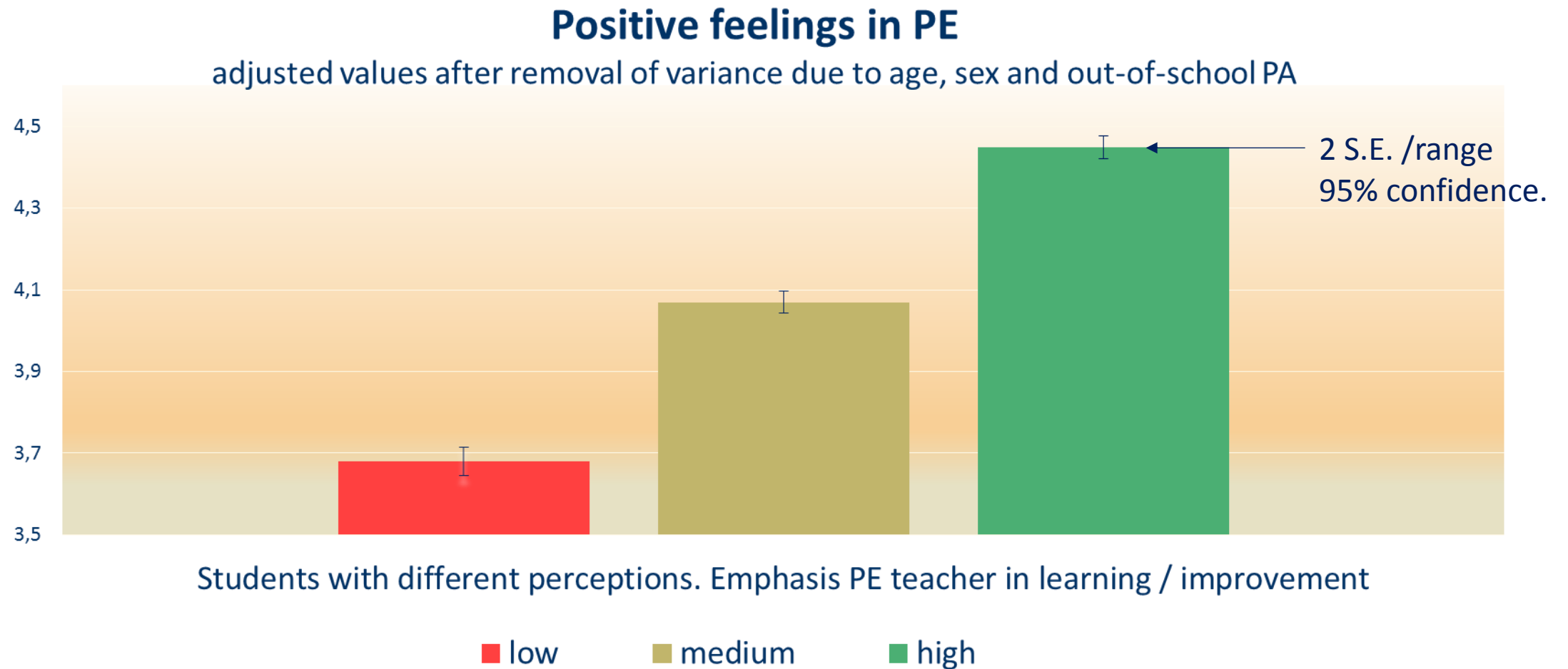


Und natürlich fördert die Betonung des Lernens
/ der persönlichen Verbesserung vor allem die
Motivation der Schüler in den Sportunterricht

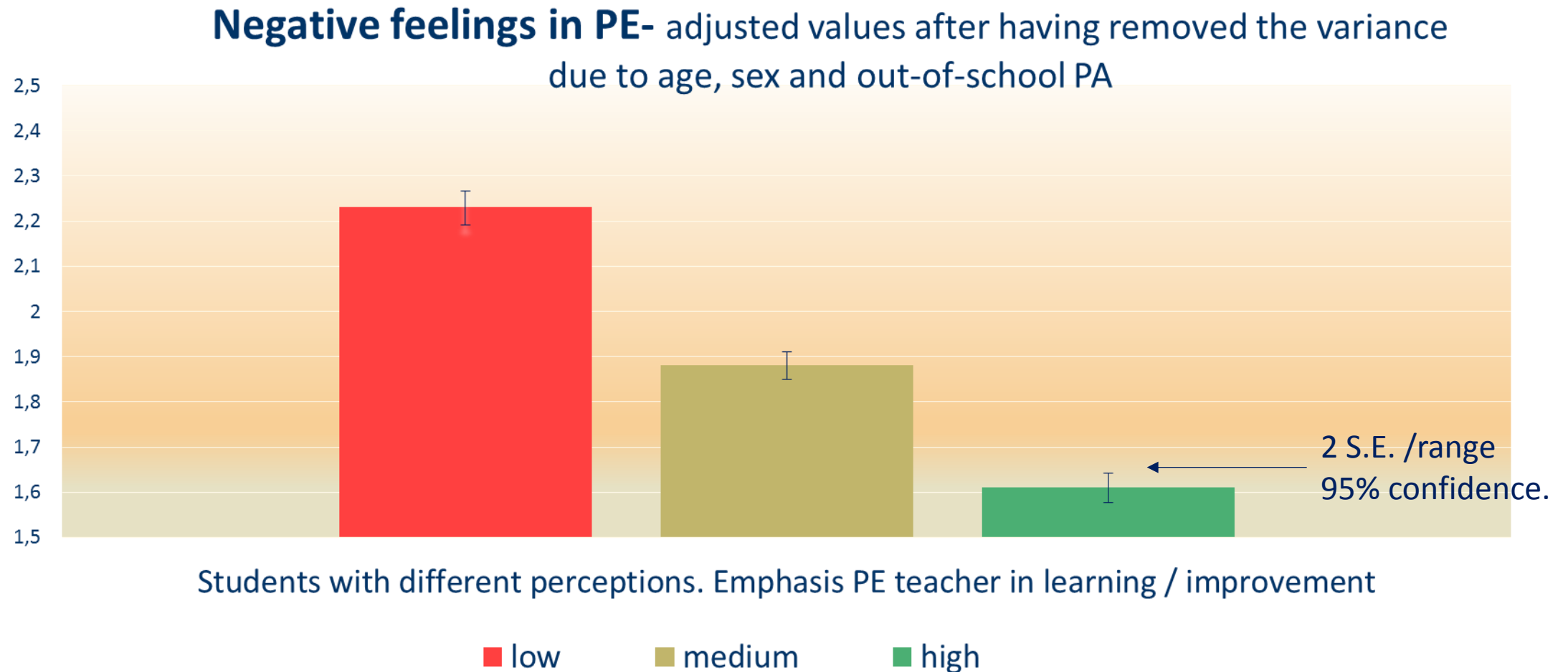
Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer das Lernen/Verbessern betont, desto stärker ist ihre intrinsische Motivation im Sportunterricht.



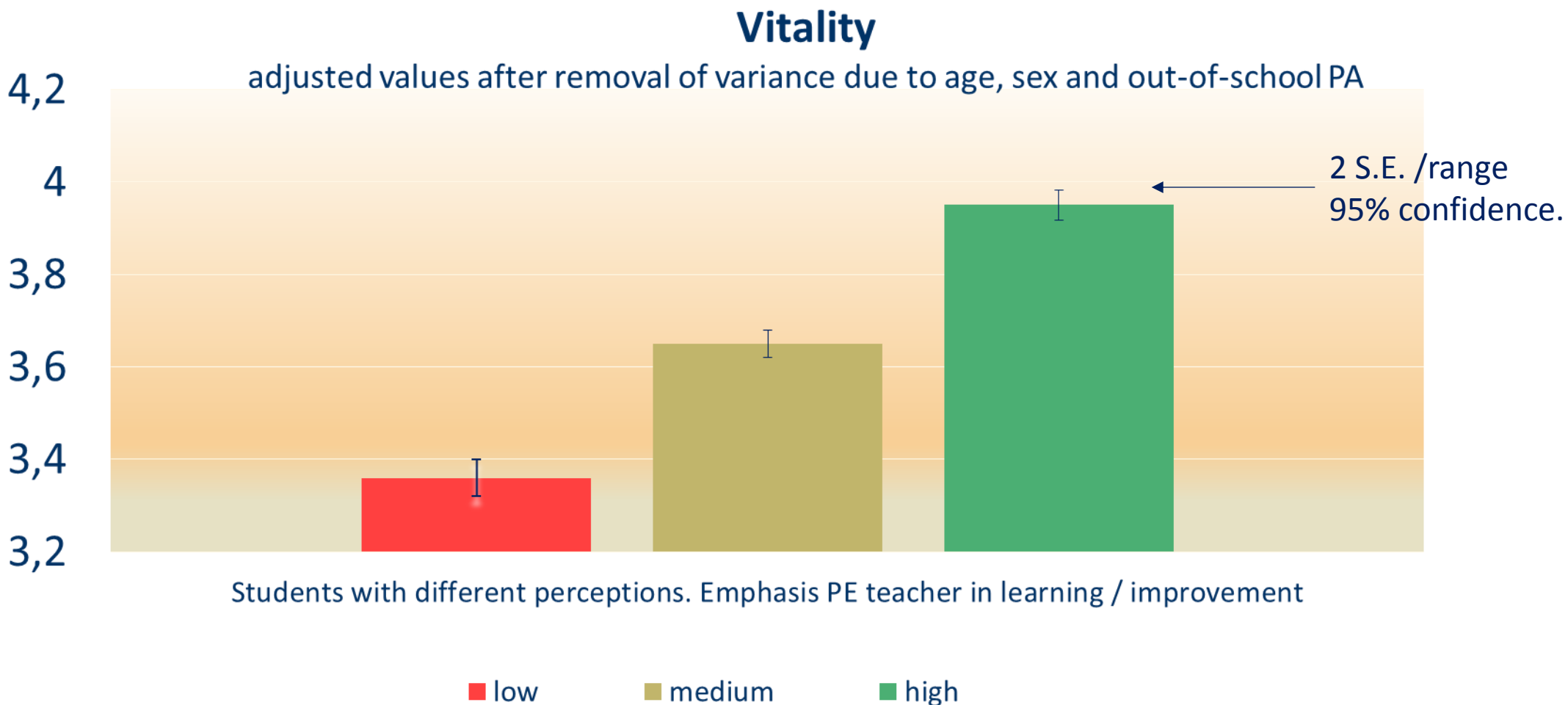
Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer das Lernen / Verbessern betont, desto mehr positive Emotionen und Freude haben sie in PE



Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer das Lernen / Verbessern betont, desto weniger negative Emotionen haben sie in PE



Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer das Lernen/Verbessern betont, desto größer ist die Vitalität und Freude, die sie in ihrem Leben empfinden.

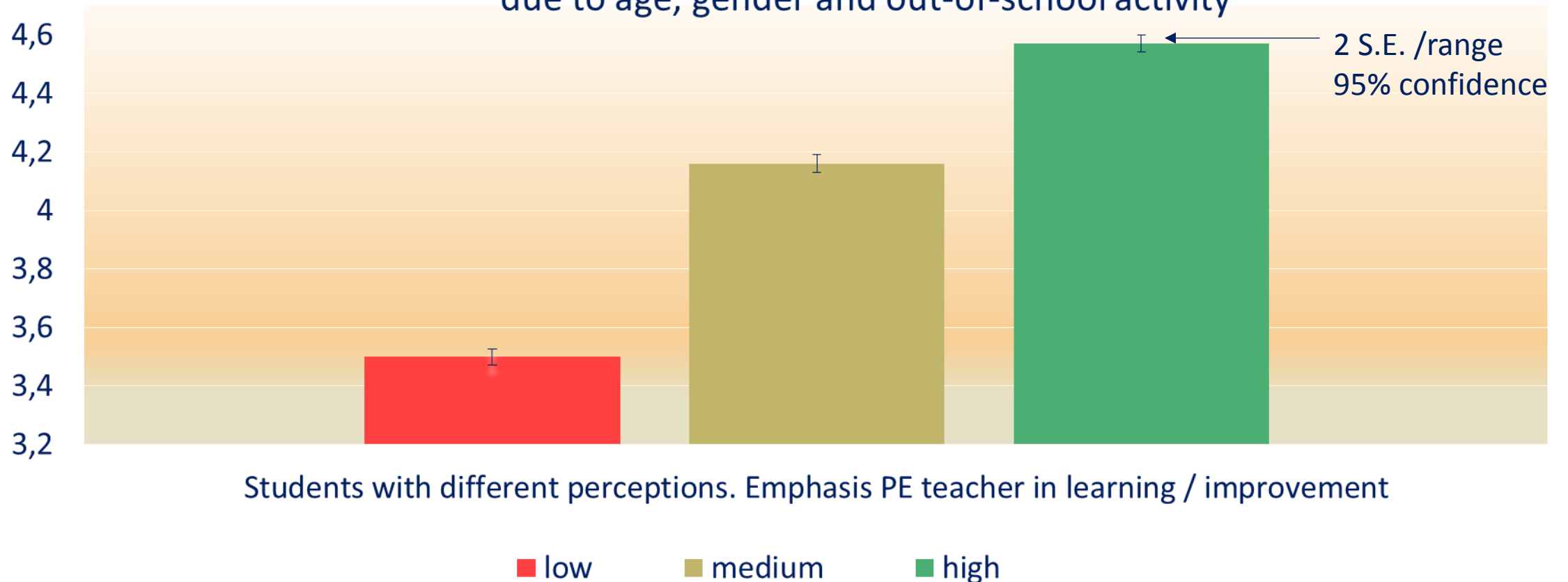


In ähnlicher Weise wird, je mehr Schüler wahrnehmen, dass ihre PE-Lehrer ihre Grundbedürfnisse

- Autonomie
- Kompetenz
- Verbundenheit
- Mehr...
-

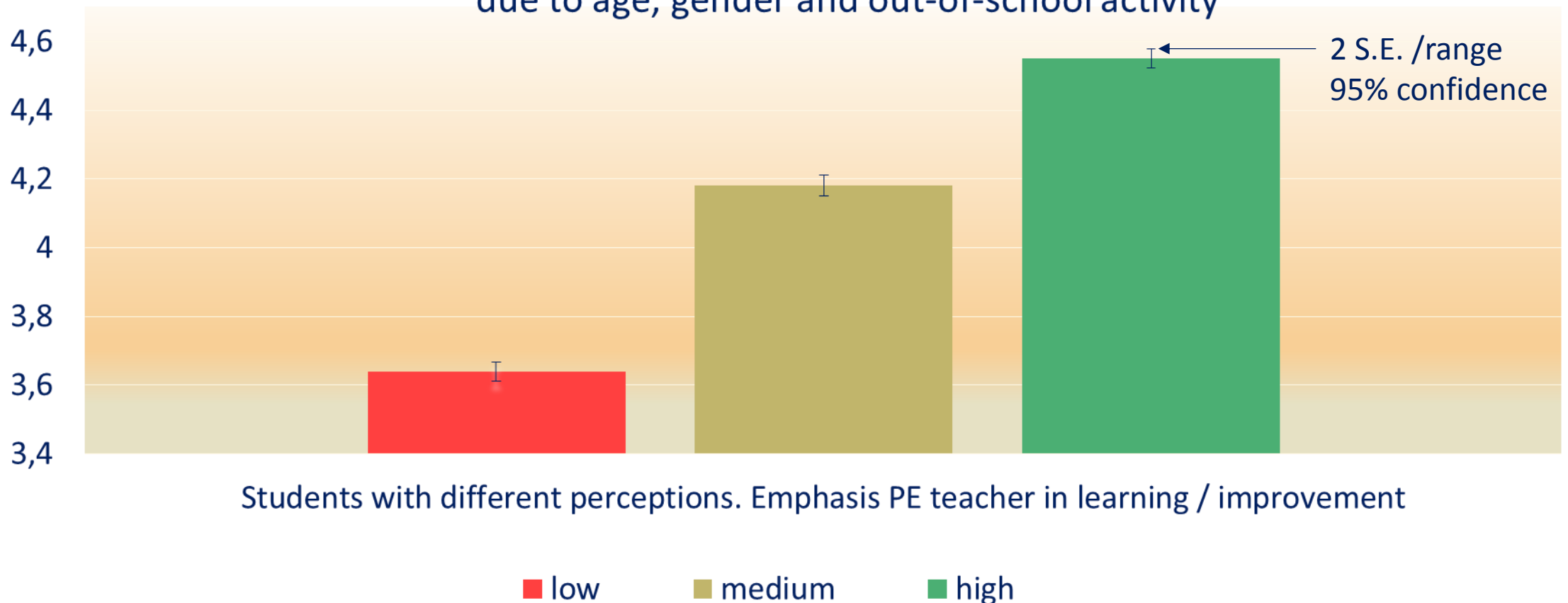
Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer seine Grundbedürfnisse nach Autonomie/ Kompetenz / Verwandtschaft befriedigt, desto stärker ist ihre intrinsische Motivation in PE

Intrinsic Motivation in PE - Adjusted values after having removed variance due to age, gender and out-of-school activity

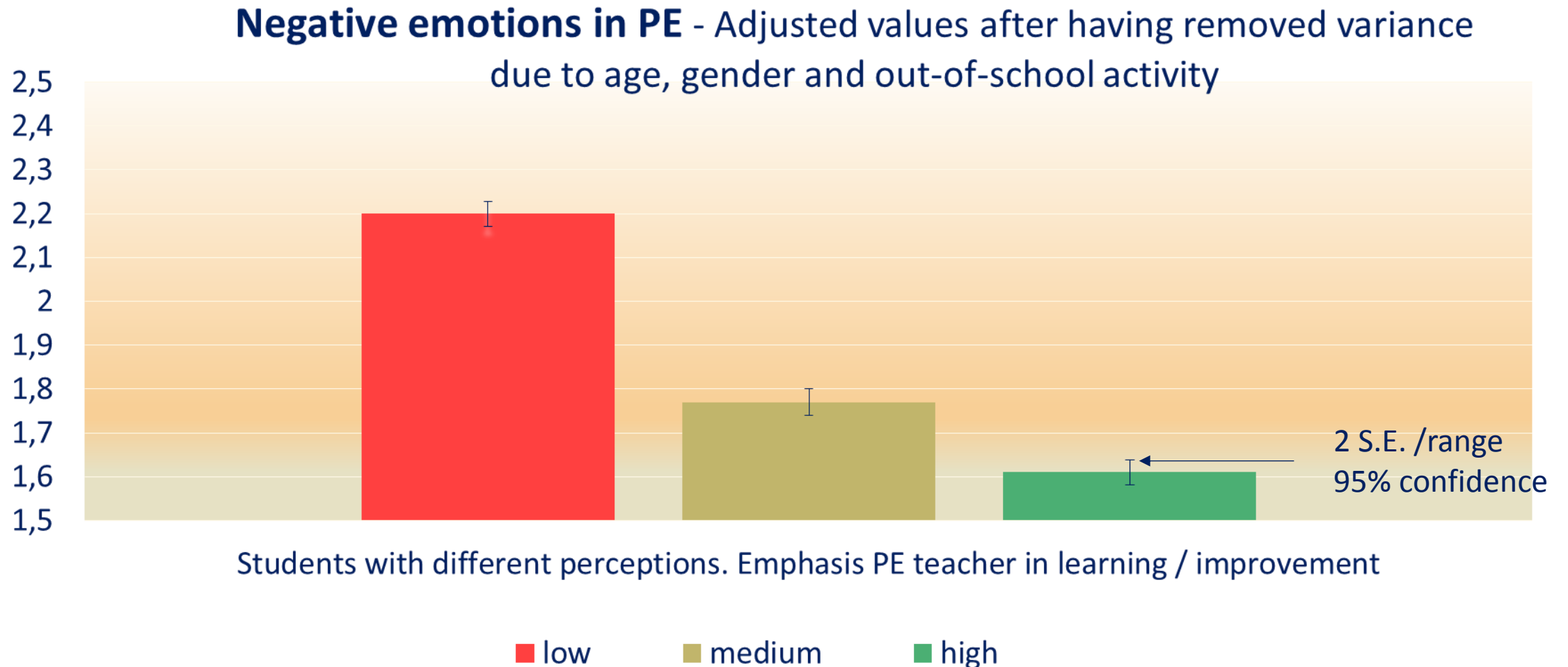


Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer die Grundbedürfnisse nach Autonomie / Kompetenz / Verwandtschaft erfüllt, desto positiver haben sie in PE

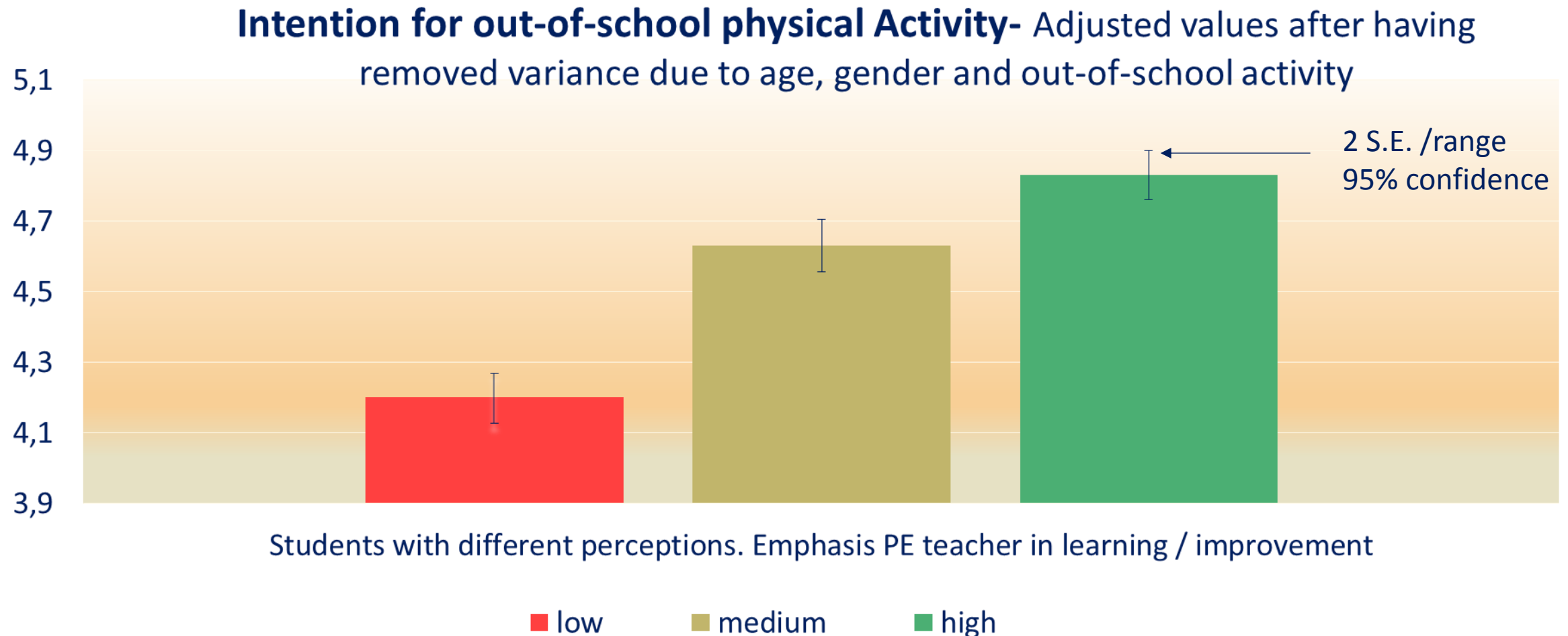
Positive Feelings in PE - Adjusted values after having removed variance due to age, gender and out-of-school activity



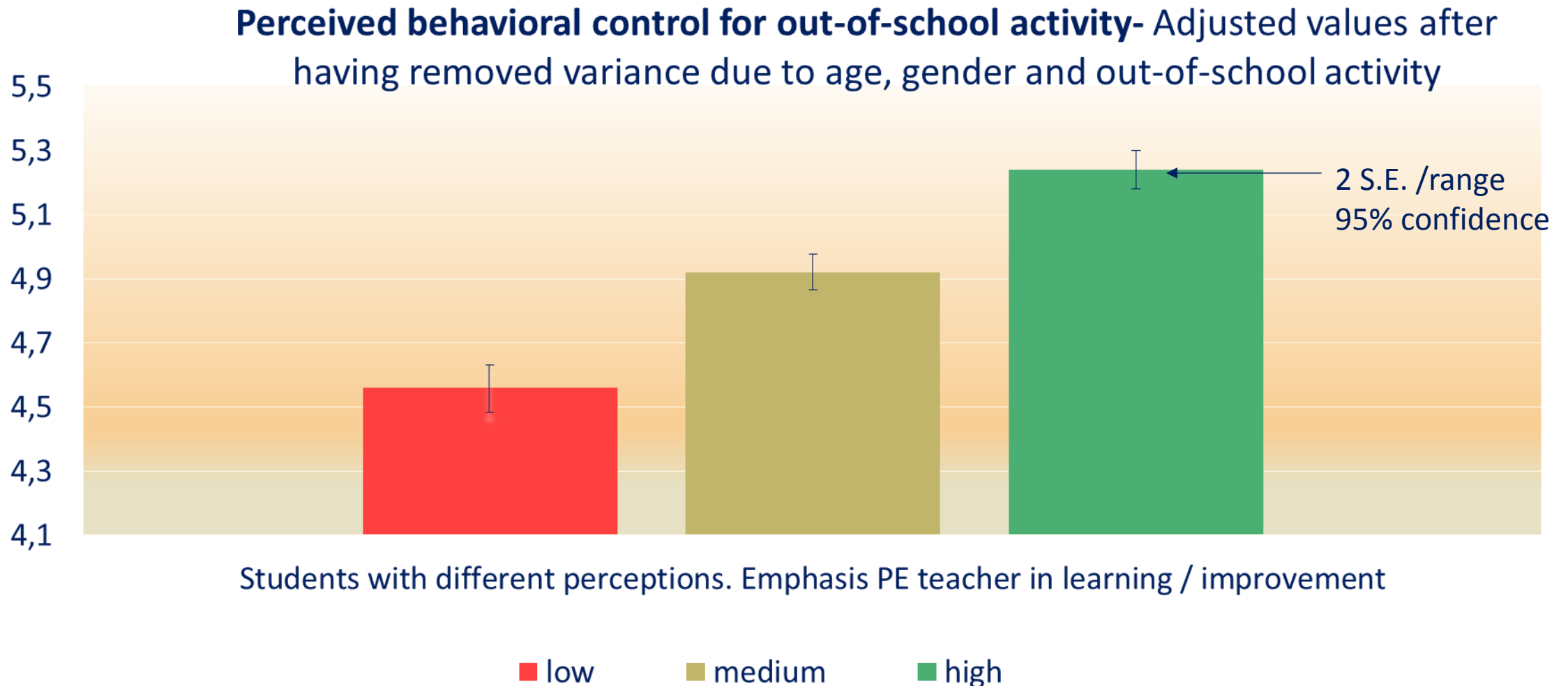
Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer die Grundbedürfnisse nach Autonomie / Kompetenz / Verwandtschaft erfüllt, desto weniger negative Gefühle haben sie in PE



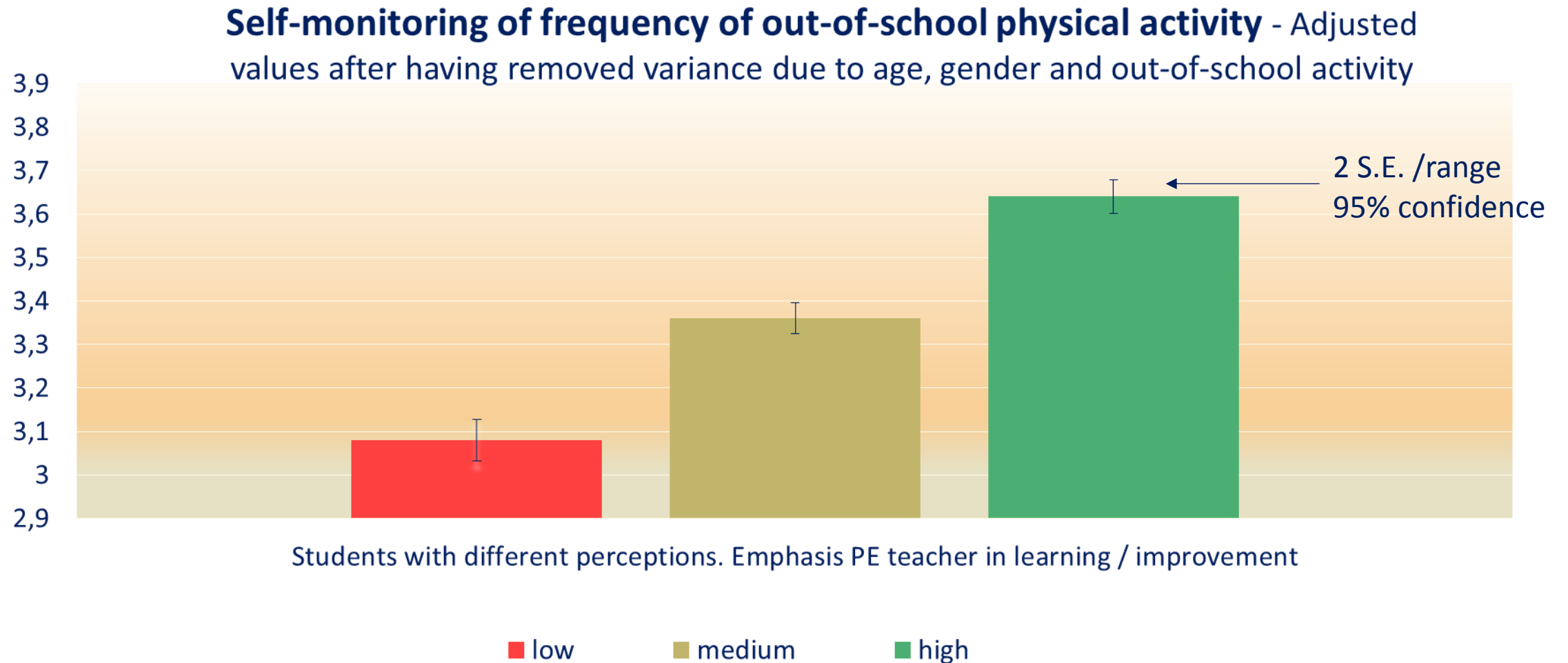
Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der SPORtlehrer die Grundbedürfnisse nach Autonomie/ Kompetenz / Verwandtschaft erfüllt, desto mehr Absicht müssen sie außerhalb der Schule körperlich aktiv sein



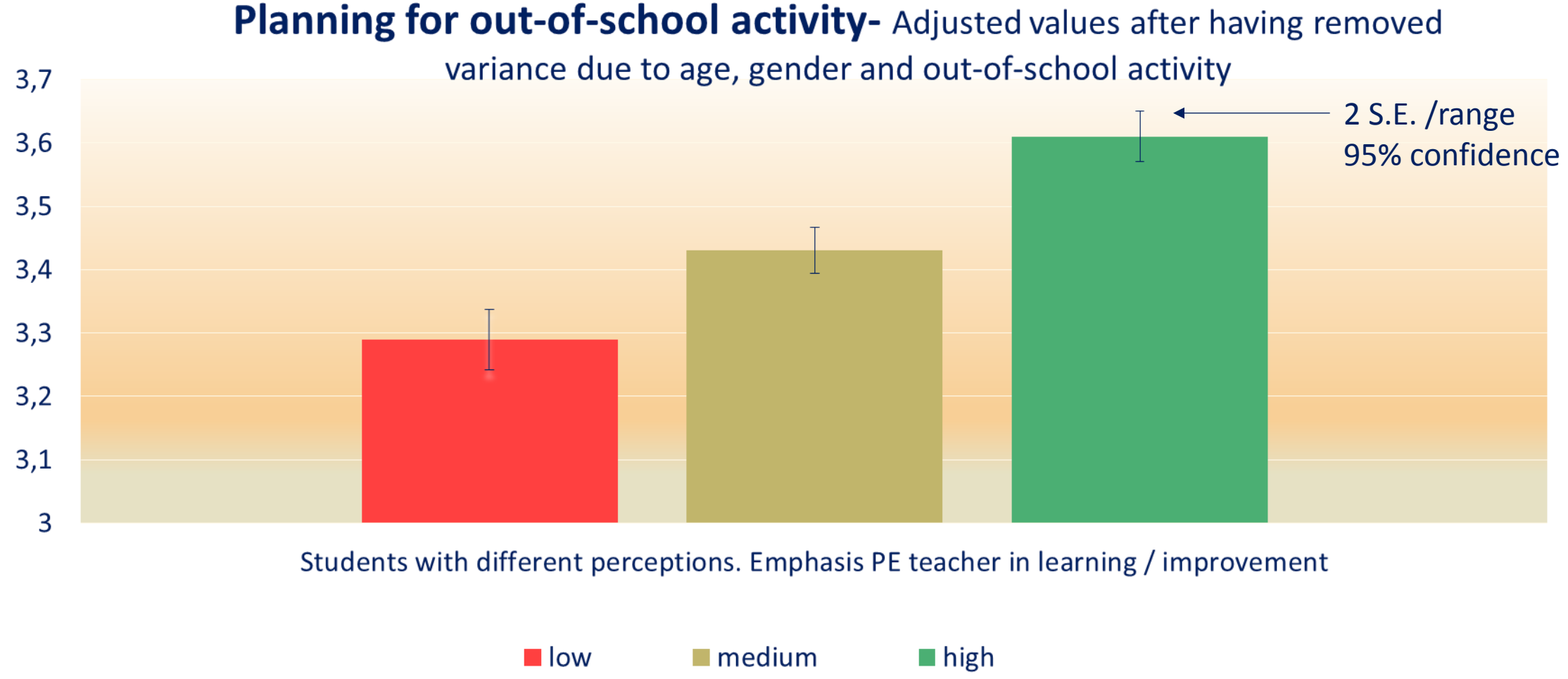
Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer die Grundbedürfnisse für Autonomie / Kompetenz / Verwandtschaft erfüllt, desto mehr werden ermutigt und glauben, dass sie **KÖNNEN/ IT'S UP TO THEM**, um außerhalb der Schule körperlich aktiv zu sein.



Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer die Grundbedürfnisse nach Autonomie/ Kompetenz/Verwandtschaft erfüllt, desto mehr überwachen sie sich selbst über die Häufigkeit ihrer außerschulischen körperlichen Aktivität.



Je mehr Schüler wahrnehmen, dass der PE-Lehrer seine Grundbedürfnisse nach Autonomie / Kompetenz/Verwandtschaft befriedigt, desto mehr werden sie mit spezifischen Plänen organisiert (wann / wo / mit wem / wie / wie oft), um außerhalb der Schule körperlich aktiv zu sein.



Um unmittelbare Ergebnisse bei der Förderung der außerschulischen PA zu erzielen.

- Das positive Motivationsklima, das wir schaffen, muss zielen:
- bei der Entwicklung der kognitiven Fähigkeiten der Schüler in Bezug auf ihre Fähigkeit, ihr Verhalten und ihre körperliche Aktivität selbst zu regulieren.
- Durch das Sammeln positiver Erfahrungen aus außerschulischer körperlicher Aktivität.
- Im dritten Webinar haben wir uns darauf konzentriert, wie die Schüler (selbst) sich selbst überwachen können, ob sie regelmäßig Sport treiben und wie sie Ziele setzen können, um die Häufigkeit der außerschulischen PA zu verbessern.
-

Mit anderen Worten, um selbstregulierte Studenten auf hohem Niveau im Sport zu entwickeln.

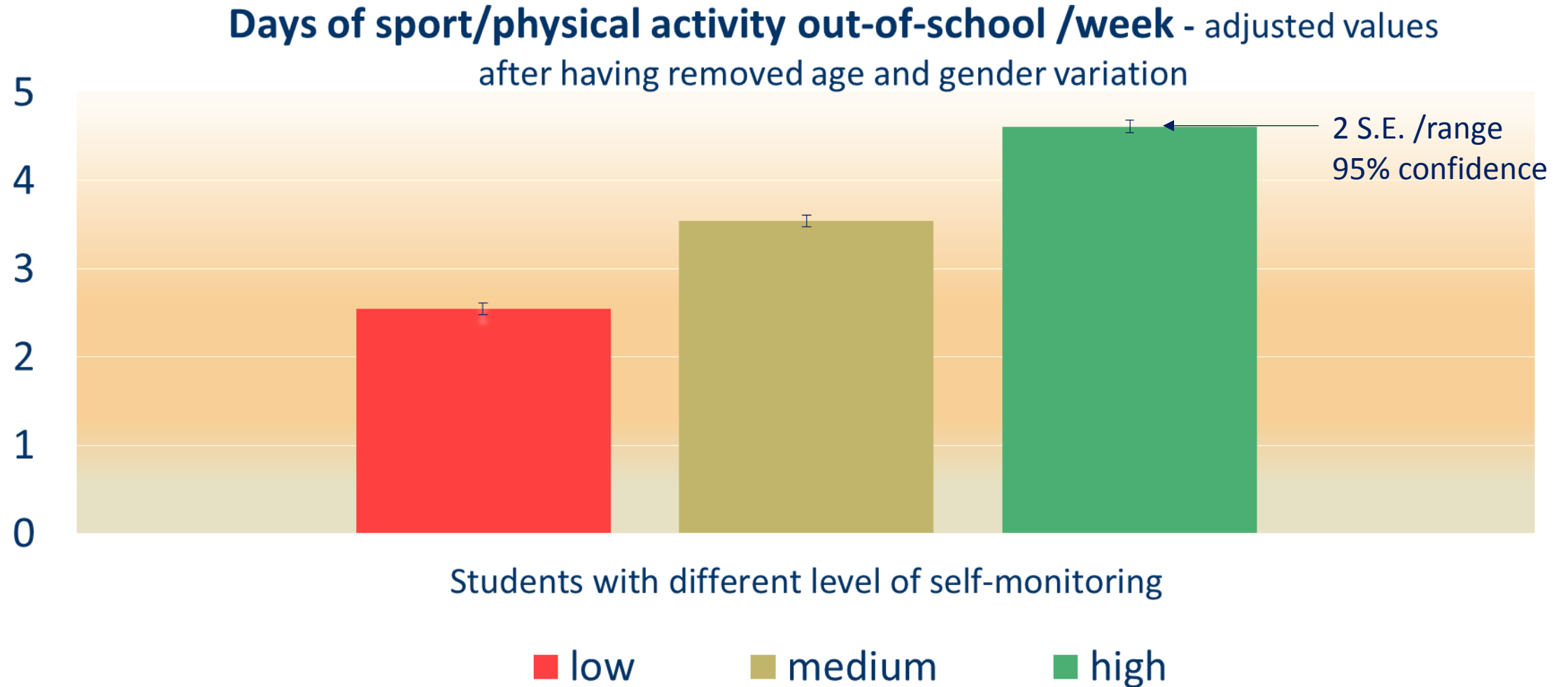
Die Ergebnisse mit Ihren Schülern haben bestätigt, dass diese Art von Schülern viel körperlich aktiver sind.

Anzahl der Schüler in verschiedenen Ebenen der Selbstüberwachung in Bezug auf die Übungshäufigkeit

Niveau der Selbstüberwachung der Schüler in Bezug auf die Übungshäufigkeit

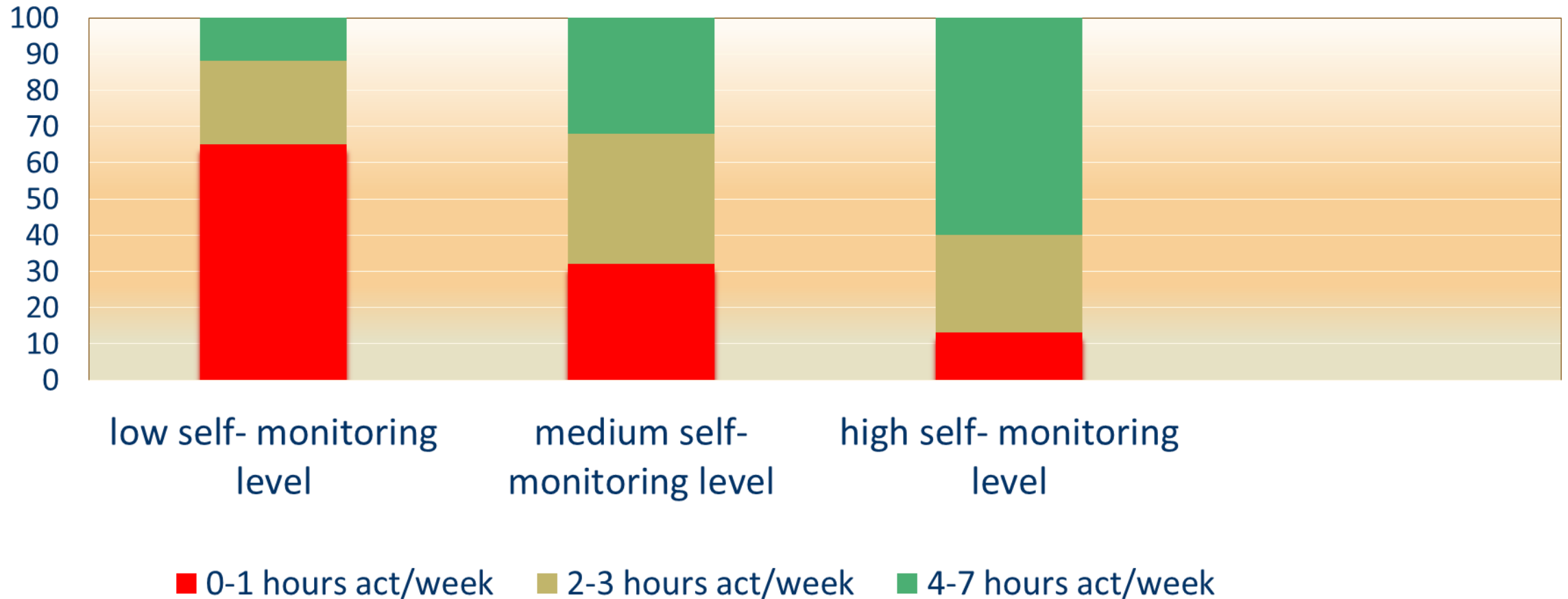
Age	Low	Moderate	High	TOTAL
10	85	139	120	344
11	257	558	461	1276
12	235	359	252	846
13	313	367	227	907
14	479	520	316	1315
15	457	539	298	1294
16	364	349	191	904
17	234	215	128	577
18	94	74	48	216
Total	2518	3120	2041	7679

Je höher das Niveau der Selbstüberwachung der Häufigkeit körperlicher Aktivität des Schülers, desto mehr Tage sind sie außerhalb der Schule körperlich aktiv



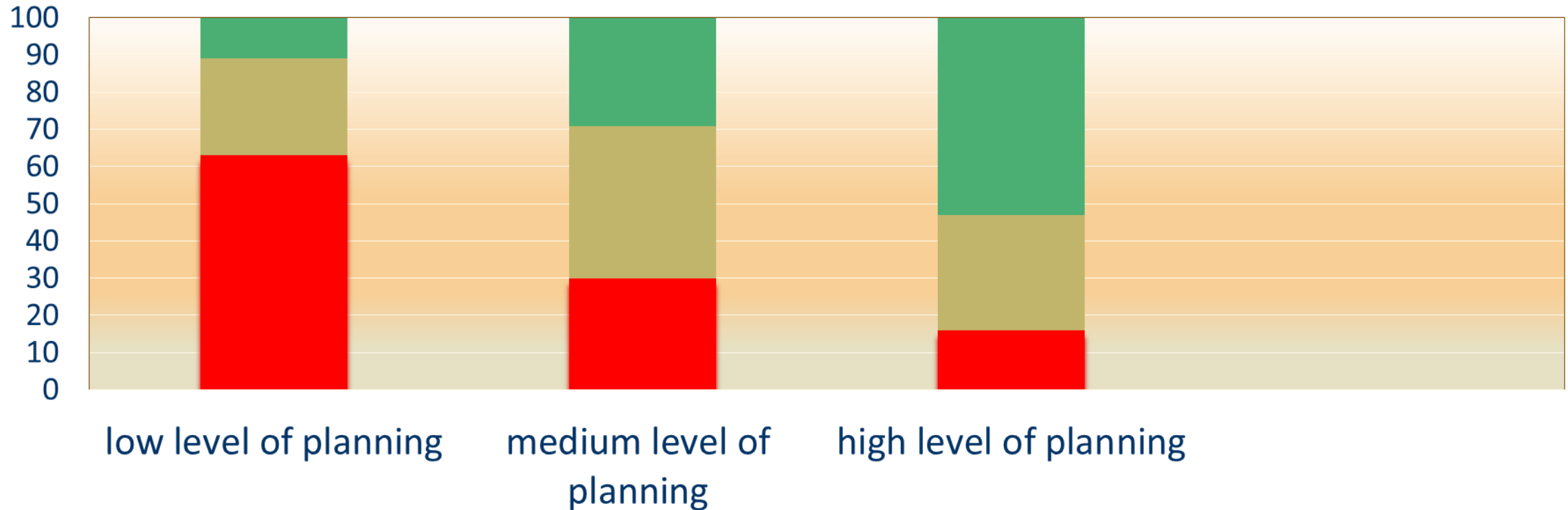
% der körperlichen Aktivitätsstunden der Schüler pro Woche je nach Selbstüberwachungsniveau

% of students who exercise 0-1 or 2-3 or 4-7 hours per week



% der körperlichen Aktivitätsstunden der Schüler pro Woche, je nach Planungsstand für außerschulische PA

% of students who exercise 0-1 or 2-3 or 4-7 hours per week



■ 0-1 hours act/week ■ 2-3 hours act/week ■ 4-7 hours act/week

Aus diesen Gründen haben wir uns im 3. und 4. Webinare auf die Verbesserung der Selbstüberwachungsfähigkeit der Studierenden sowie auf die Planung/Zielsetzung der Studierenden konzentriert.

Lernen Sie ihnen bei, wie sie ihre letzten 7-Tage-Aktivitäten überwachen können

und ein Zielsetzungsprogramm zu verabschieden, um die Häufigkeit von PA

Wir schlugen auch vor, sowohl individuelle als auch Gruppenziele festzulegen und die Schüler zu motivieren, sich gegenseitig zu helfen/motivieren, ihre körperliche Aktivität zu steigern.

Natürlich diese Strategien in einem positiven Motivationsklima anwenden!

Wir haben die Datenerhebung und die Analysen zu den Auswirkungen dieser Intervention noch nicht abgeschlossen.

Unsere zukünftigen Ziele

- Wie können wir die Selbstregulierung / Selbstüberwachung / Selbstbestimmung, Kooperationsfähigkeiten unserer Schüler in Bezug auf die PA-Beteiligung entwickeln?
- Wie können wir ein Studienprogramm in der PE-Klasse entwickeln, das die oben genannten Fähigkeiten entwickeln soll?
- Denn zum Beispiel wissen die Schüler mit einer einfachen Anwendung eines Zielsetzungsprogramms einfach, wie man Ziele setzt, entwickeln aber keine stabilen Selbstregulierungsfähigkeiten.

Europäisches soziales Netzwerk in Der Identifikation und Motivation von inAcTivE Kindern (ESTIMATE-Netzwerk)

Wie können wir dieses Netzwerk von PE-Lehrern und Forschern, die an der Förderung körperlicher Aktivität durch PE interessiert sind, aufrechterhalten?

(besonders auf die Schüler ausgerichtet, die meistens körperliche Aktivität benötigen!)

Etwas später wünschen wir Uns Ihre Anregungen

Im nächsten Jahr wird IMPACT wieder zu den Kollegen von der Kontrollgruppe eingeführt werden

Wer von Ihnen ist daran interessiert, wieder mitzumachen und noch einmal den IMPACT-ATHLOS zu bewerben, um noch bessere Ergebnisse für Ihre Schüler zu erzielen und IMPACT / ATHLOS zu verbessern?

JA, ich interessiere mich

JA und NEIN

NEIN Ich interessiere mich nicht

ESTIMATE Netzwerkziel auf IMPACT II

- Wir wollen es verbessern und auf Basis unserer Erfahrungen besser anwenden
-

Ziele und Inhalte von Webinaren

Web1: WHO-Empfehlungen, Übungsvorteile, Rolle von PE bei der Förderung der PaPA

Web2: Bedeutung des Vergnügens, Motivationsklima, das sich auf das Lernen und die Befriedigung der grundlegenden psychologischen Bedürfnisse von Autonomie, Kompetenz & Verwandtschaftlichkeit legt

Web3: Zielsetzungsprinzipien (SMARTER) mit Autonomie & Individualität - Gruppenziele

Web4: ATHLOS-Programm

Was würden Sie hinzufügen & was würden Sie zu ihnen zum Vorteil vorrücken:

i) die Ausbildung der PE-Lehrer?

ii) bessere Umsetzung in der Schule?

iii) die Förderung der PaPA?

Bitte schreiben Sie auch Ihre Meinung zu diesen Themen in den Text!

Unsere europäischen Partner fragten, ob jemand von Ihnen mit ihnen & uns zusammenarbeiten möchte

Anforderungen:

Ihre intrinsische Motivation, die körperliche Aktivität der Schüler zu fördern

Sie sind in der Lage, in zukünftigen europäischen Treffen effektiv (sowohl sprechend als auch schriftlich) in englischer Sprache zu kommunizieren

Ist einer von Ihnen verfügbar? (Sie können uns auch eine E-Mail senden)

A. Abschließender Fragebogen mit geschlossenen Fragen für IMPACT PE-Lehrer über Versuchsgruppen

B. Teilnahmebescheinigungen

- A. Antworten auf geschlossene Fragen. Ziel: Quantitative IMPACT-Bewertung, Einstellungen / Absichten in Bezug auf IMPACT. Dauer 30 Minuten.
- Bis 20. Juni
- Teilnahmebescheinigungen der Universität Thessaly werden Ihnen bis zum 30. Juni einzeln zugesandt.
- Das griechische Institut für Bildungspolitik wird es Ihnen später zusenden.

IMPACT-Abschlusstreffen

- Organisiert vom Griechischen Institut für Bildungspolitik: Athen 28.-29. November 2019
- Physische oder Online-Teilnahme: ALLE
- Wir würden uns freuen, wenn einige von Ihnen Ihre Erfahrungen / Bewerbung in Ihrer Schule kurz präsentieren möchten
- Live / Vor-Ort-Präsentation oder online
- Da es vorrangig auf europäischer Ebene ausgestrahlt wird, möchten wir Referenten haben, die in englischer Sprache präsentieren können (wenn es einen Kollegen außerhalb von Athen gibt, werden wir prüfen, wie die Reisekosten gedeckt werden können)
- Präsentation von IMPACT im September 2019 bei Larissa. Wie viele von euch können dabei sein?

Europäisches soziales Netzwerk in Der Identifikation und Motivation von inAcTivE Kindern (ESTIMATE-Netzwerk)

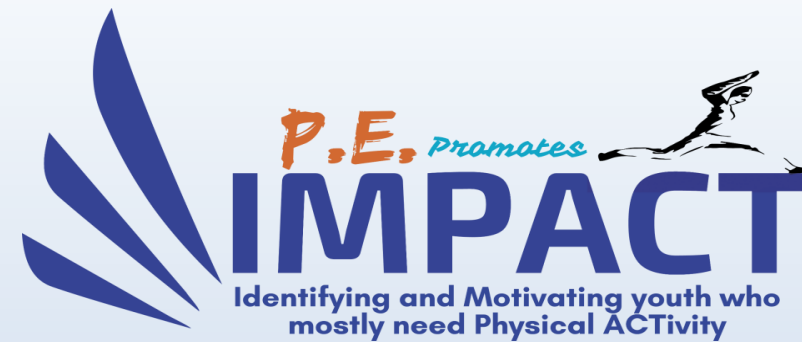
Wie können wir dieses Netzwerk von PE-Lehrern und Forschern, die an der Förderung körperlicher Aktivität durch PE interessiert sind, aufrechterhalten?

(besonders auf die Schüler ausgerichtet, die meistens körperliche Aktivität benötigen!)

Irgendwelche Vorschläge?

Bitte schreiben Sie Ihre Vorschläge kurz in den Text!

Ευχαριστούμε πολύ!
Merci beaucoup!
Grazie mille!
Muchas gracias!
Çok teşekkür ederim!
Vielen Dank!
Thank you very much!



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

