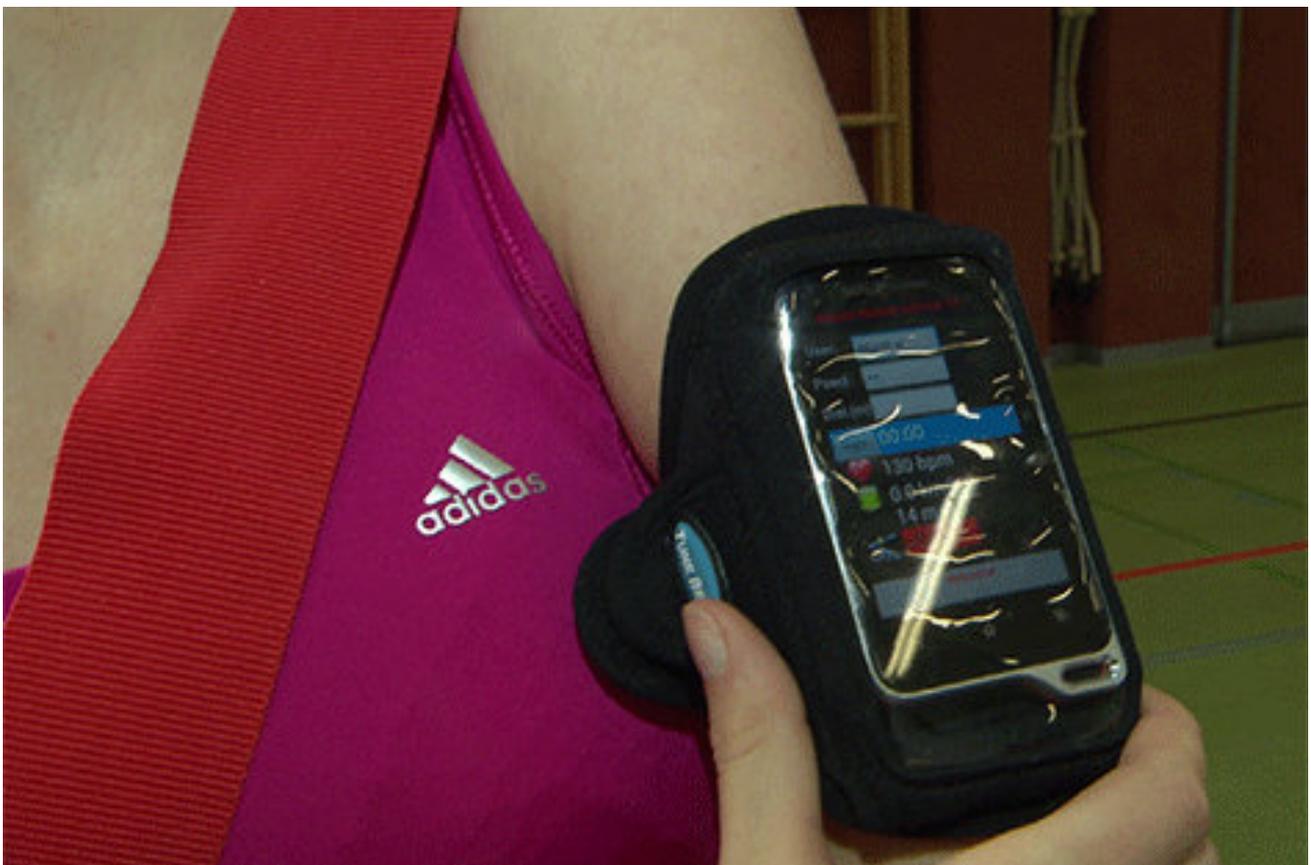


Bewegungs-Berater zur Motivation

Der Mobile Motion Advisor, also der Mobile Bewegungs-Berater, soll Menschen zu mehr Bewegung animieren und sie motivieren, dranzubleiben. Das neu entwickelte System wird nun an einer Schule in Krems getestet.

Sendungshinweis: „NÖ heute“, 17.10.2014

Das System wurde am Institut für Sportwissenschaften der Universität Wien entwickelt und vom Wissenschaftsministerium finanziell unterstützt. In Krems wird es nun an der HAK getestet. Bevor die Turnstunde startet, werden die Schülerinnen und Schüler der „Testklasse“ mit einem Brustgurt für die Herzfrequenz, einem Fußsensor als Schrittmesser, und einem Smartphone für das Feedback ausgestattet. Alles zusammen ergibt den Mobile Motion Advisor.



Die Daten werden vom Handy an einen Computerserver geschickt, dieser wertet sie aus und gibt den Schülern alle drei Minuten eine Rückmeldung über ihre Leistung, erklärt der technische Leiter des Projekts, Martin Tampier.

Besonders motivierend für Jugendliche

Für die Jugendlichen sei das besonders motivierend, sagt Projektmitarbeiter Emanuel Preuschl. Er arbeitet vor Ort mit den Schülerinnen und Schülern. Sie können ständig verfolgen, wie viele Meter beziehungsweise wie viele Schritte sie bereits gelaufen sind. Sie kommen auf 1,5 bis zwei Kilometer, eine Strecke, die manche Schüler in ihrer Freizeit nur selten zurücklegen.

Ein Leistungstest zu Beginn des Projekts zeigt, wie fit die Schüler sind. Dabei geht es nicht darum, schneller zu sein als andere, sondern sich innerhalb der eigenen Leistungsgrenzen anzustrengen. Basierend darauf wird eine Punktetabelle erstellt. Jeder Schüler bekommt das Ergebnis auf das Handy geliefert und kann überprüfen, wie aktiv er bei der Sache ist, sagt Tampier.



ORF

„Hocharbeiten“ möglich

Zudem können sich die Jugendlichen aus ihrer Leistungsgruppe in die nächstbessere hocharbeiten. Das funktioniert natürlich nur durch entsprechenden Körpereinsatz. Eingeteilt wird in drei Gruppen: Die grüne

Farbe signalisiert dem Schüler, dass er in der besten Gruppe ist, bei blau ist er in der zweiten, bei rot in der dritten Gruppe.

Das System wurde jetzt vier Wochen an der HAK Krems getestet und kommt an der Schule gut an, bestätigt Schuldirektor Gernot Hainzl. Auch laut der Sportlehrerin Doris Kraus fordern die Schülerinnen mittlerweile Feedback ein. Den Lehrerinnen und Lehrern hilft es, die Leistungsfähigkeit der Jugendlichen einzuschätzen und zu vergleichen, ob sie mit den Einschätzungen der Lehrer übereinstimmt. Das Projekt Mobile Motion Advisor läuft an der HAK Krems insgesamt ein Jahr, dann soll es wissenschaftlich ausgewertet werden.

Links:

[Begleitprojekt zum Programm](#) (Website)

[Mobile Motion Advisor / Uni Wien](#) (Website)

[Zur Niederösterreich heute-Startseite](#)

[Zum Seitenanfang](#)

[Zur Vollversion wechseln](#)

▸ [Radio NÖ](#) ▸ [NÖ heute](#) ▸ [Landesstudio](#)

[Impressum / Offenlegung](#)