

## Virtual Health - KIJANI\*: Kinder & Jugendliche: aktiv, naturbewusst, innovativ in München

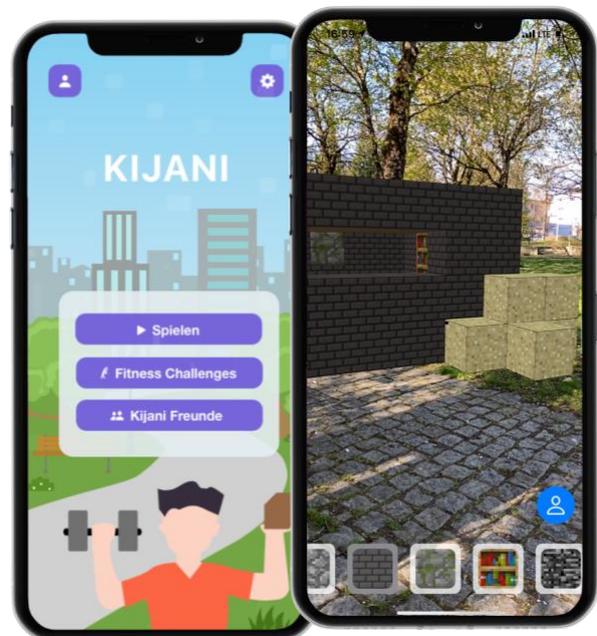
Das interdisziplinäre Forschungsprojekt „KIJANI“ stellt die Förderung der Gesundheit von Kindern- und Jugendlichen in den Vordergrund. Die Ziele des vorliegenden Projektes orientieren sich an dem Global WHO Action Plan zur körperlichen Aktivität und Bewegung 2018 – 2030. Die Rolle des Sports und der körperlichen Aktivität stellt ein Instrument für die wirtschaftliche und soziale Entwicklung in Richtung gesünderer und aktiverer Gemeinschaften dar und verknüpft zudem die Themen der nationalen HighTech Strategie 2025, durch die strukturleitenden Themenfelder der Digitalisierung, der Ökologie und Nachhaltigkeit und der Gesundheitsförderung. Neben den oben genannten

politischen Entwicklungen stellt der Sport und die Bewegung eine wichtige Möglichkeit dar, Entwicklungsstrategien zu fördern, die den Übergang zu einer gesunden Lebenswelt, einer grüneren Wirtschaft und Gesellschaft im städtischen Raum fördern. Die zunehmende Einbeziehung von Sport und körperlicher Aktivität, als Teil eines modernen Lebensstils, ist zu einem wichtigen Motivationsfaktor geworden, um die Gesellschaft davon zu überzeugen, Gewohnheiten und Praktiken in Richtung eines umweltfreundlichen und nachhaltigeren Verhaltens zu ändern.

Ein aktiver, gesunder Lebensstil beginnt im Kindesalter und stellt die Grundlage für die Prävention von kardiovaskulären

Erkrankungen dar. Ein gesundes Leben in einer gesunden Lebenswelt – mit der Herausforderung einer Pandemiesituation. Diese Komplexität verlangt kreative Lösungen unter Einbindung der Akteure und Stakeholder, der Bürgerinnen und Bürger. Diese Lösungen müssen nachhaltig sein und auch Perspektive schaffen.

In Zeiten der Pandemie wird das private Kinderzimmer bzw. der private Wohnraum, zu einem Ort für Schule, Arbeit, Bildung, Kultur, Sport und Freizeit. Der Wohnraum wird multifunktional genutzt. Zudem suchen die Menschen Kontakt zur natürlichen Umwelt, der die virtuelle Welt nur bedingt gerecht wird. Kinder und Jugendliche benötigen für eine gesunde Entwicklung Bewegung, Spiel und Sport, sowohl in der Wohnumgebung, als auch draußen, beispielsweise auf Spielplätzen und Sportanlagen. In ihrer Entwicklung „be-greifen“ sie Schritt für Schritt ihre Umwelt.



Kontaktbeschränkungen in Pandemiezeiten führten sehr schnell zu einem Wandel in der Mobilität und Kommunikation mit Gleichaltrigen.

Diese Neuorientierung soll genutzt werden und die gewohnten Outdoor Aktivitäten sollen mit neuen Digitalangeboten und einem digitalen Spielkonzept zur Bewegungsförderung verbunden werden.

Der Begriff "KIJANI" steht für die Verknüpfung von neuer Innovation, aber auch für die Änderung des Lebensstils hin zu einem aktiven und nachhaltigen Bewegungsverhalten. KIJANI ist gleichzeitig der Name des Spiels bzw. der virtuellen Spielfigur, die als virtueller Coach fungiert. Dieser repräsentiert und vermittelt Faktoren und Komponenten der virtuellen Gesundheit. Dabei spiegelt der Name die Bewegung im "grünen" Raum" und die Nachhaltigkeit in Bezug auf einen aktiven, naturbewussten Lebensstil wieder.

Die App verbindet indoor und outdoor Sport und verknüpft die sportliche Aktivität mit einem digitalen virtuellen Spielerlebnis unter Berücksichtigung von geschlechtsspezifischen Bewegungspräferenzen und ganzheitlichen Bewegungsangeboten. Das Ziel des Forschungsprojektes ist die Entwicklung von Bewegungsinterventionen zur Steigerung der objektiv gemessenen körperlichen Aktivität. Untersucht wird hierbei der Einfluss von Gamification und Augmented Reality und der Einfluss von Live Challenges und Bewegungscoaches zur Steigerung der Bewegungsaktivität von Kindern und Jugendlichen.

Die Besonderheit des Angebotes liegt darin -auch für die Eltern- zu verstehen, dass die geplante App Kreativität und Bewegung miteinander verbindet, und dass das digitale Spielen direkt mit Bewegung und Sport verknüpft ist. Die im Spiel als Challenge von den Kindern anzufertigenden imaginären kreativen Bauten könnten perspektivisch als reale Bauwerke tatsächlich aufgestellt werden. Die Bauten könnten aber auch nachhaltig in einem virtuellen Stadtrundgang besichtigt werden.

\*KIJANI ist Swahili und bedeutet auf Deutsch "grün". Es steht gleichzeitig als Abkürzung für:

**Kinder & Jugendliche: aktiv, naturbewusst, innovativ!**