

## **Neue Studie: Unterrichtsprogramm Klasse2000 wirkt positiv auf Ernährungs- und Bewegungsverhalten von Grundschulkindern**

**Eine Studie der Universität Bielefeld überprüfte die Wirkung des vierjährigen Grundschulprogramms Klasse2000 und belegt dessen positive Effekte auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten von Kindern. Bei der Erreichung wichtiger Kriterien gesunder Ernährung, wie z.B. „5 Portionen Obst und Gemüse pro Tag“ oder „maximal eine Portion Süßigkeiten pro Tag“, schnitten Klasse2000-Kinder besser ab als die Kinder der Kontrollgruppe. Im Bereich Bewegung zeigte sich, dass mehr Kinder der Kontrollgruppe zu einem passiven Schulweg (Auto oder Bus) wechselten als die Klasse2000-Kinder. Rund 80 Prozent der Lehrkräfte beobachteten Veränderungen bei den Klasse2000-Kindern, vor allem im Ernährungs- und Sozialverhalten, die sie auf das Programm zurückführten.**

Unter der Leitung von Prof. Dr. Petra Kolip, Fakultät für Gesundheitswissenschaften der Universität Bielefeld, wurden zwischen Januar 2013 und Juni 2015 Kinder, Eltern und Lehrkräfte befragt. Schwerpunkt waren die Themen Ernährung und Bewegung. Die Klassen wurden per Zufall in eine Klasse2000- und eine Kontrollgruppe aufgeteilt, die nicht an dem Programm teilnahm. Die erste Befragung fand vor dem Beginn des Programms statt, bis zum Ende der 3. Klasse folgten drei weitere Erhebungen. Finanziert wurde die Studie von der Mondelēz International Foundation.

828 Eltern und 1.177 Kinder aus Nordrhein-Westfalen füllten die Fragebögen zu allen vier Zeitpunkten aus. Um die Entwicklungen der einzelnen Kinder zwischen erster und letzter Befragung zu vergleichen, wurde berechnet, ob Wissen, Einstellungen und Verhalten stabil blieben, sich verbesserten oder verschlechterten.

Die Ergebnisse zeigen positive Wirkungen von Klasse2000, obwohl auch in den Kontrollschulen vielfältige Maßnahmen zur Gesundheitsförderung stattfanden, d.h. Klasse2000 wurde nicht mit einer Nicht-Intervention, sondern mit einer Vielfalt anderer Maßnahmen verglichen.

Wichtige Kriterien einer gesunden Ernährung sind „5 Portionen Obst und Gemüse am Tag“ und „maximal 1 Portion Süßigkeiten am Tag“. Nach Angaben der Eltern verschlechterte sich die Kontrollgruppe zwischen 1. und 3. Klasse hierbei signifikant stärker als die Klasse2000-Gruppe: 16,5% der Kontrollgruppe gegenüber 12,2% der Klasse2000-Gruppe verschlechterte sich beim Obst- und Gemüsekonsum, beim Süßigkeitenkonsum waren es 15% gegenüber 8,7%.

Nach Angaben der Kinder verbesserte sich ein größerer Anteil der Klasse2000-Gruppe beim Konsum von mindestens drei Gläsern Wasser am Tag (43,3% gegenüber 35,5% in der Kontrollgruppe). Das Wissen darüber, dass pro Tag nicht mehr als eine Portion Süßigkeiten gegessen werden sollte, verschlechterte sich bei einem größeren Anteil der Kontrollgruppe (25,7% gegenüber 14,1%).

Auch beim Bewegungsverhalten belegen Eltern- und Kinderangaben einen positiven Effekt: Kinder der Kontrollgruppe haben ihr Verhalten deutlich häufiger in Richtung passiven Schulweg (z. B. mit dem Auto) verändert als die Klasse2000-Kinder.

Ca. 80% der Lehrkräfte beobachten Veränderungen bei den Kindern, die sie auf Klasse2000 zurückführen. Häufig genannt werden die Veränderung des Umgangs miteinander und eine konstruktivere Konfliktlösung sowie eine gesündere Ernährung. Insgesamt bewerten die Lehrkräfte das Programm sehr positiv, insbesondere die Zusammenarbeit mit den Klasse2000-Gesundheitsförderinnen und -förderern.

Prof. Dr. Kolip sieht die Solidität des Konzepts von Klasse2000 durch die Studienergebnisse bestätigt. „Durch die Verankerung über die gesamte Grundschulzeit, die ganzheitliche Bearbeitung des Themas und die strukturierte Ausarbeitung inkl. schultauglicher Materialien sowie die Zusammenarbeit mit den GesundheitsförderInnen wird ein Mehrwert gegenüber Programmen und Angeboten erzielt, die kurzzeitig angeboten werden und weniger Themen behandeln“, so lautet ihr Fazit.

**Kontakt:**

Verein Programm Klasse 2000 e. V.  
Andrea Dokter  
Feldgasse 37, 90489 Nürnberg  
Tel. 0911 8912117, [andrea.dokter@klasse2000.de](mailto:andrea.dokter@klasse2000.de)

Informationen zum Programm: [www.klasse2000.de](http://www.klasse2000.de)

Informationen zur Studie: [www.klasse2000.de/downloads/evaluation.html](http://www.klasse2000.de/downloads/evaluation.html)