



Die Wirkung des schulischen Gesundheitsförderungsprogramms Klasse2000 auf Bewegung und Ernährung. Ergebnisse einer dreijährigen Evaluationsstudie

Petra Kolip

Hintergrund und Fragestellung

Klasse2000 ist das bundesweit größte Unterrichtsprogramm für Gesundheitsförderung, Gewaltprävention und Suchtprävention an Grundschulen. Im Schuljahr 2015/16 wurden in 3.500 Schulen knapp 438.000 Kinder erreicht.

Das universelle Programm erstreckt sich mit jeweils ca. 14 Unterrichtsstunden über 4 Schuljahre. Neben Lehrerinnen und Lehrern übernehmen auch Gesundheitsförderer*innen Stunden u.a. zu den Themen Bewegung, Ernährung, Entspannung, Sucht und Konfliktbewältigung.

Die Studie überprüfte mit einem randomisierten Warte-Kontrollgruppen-Design u.a. die Frage, ob Kinder, die am Programm Klasse2000 teilnehmen, ein gesünderes Ernährungs- und Bewegungsverhalten aufweisen als Kinder, die nicht am Programm teilnehmen. Berichtet werden die Ergebnisse der Elternbefragung.

Methodik

- Randomisierung von 62 Grundschulen mit 128 teilnehmenden ersten Klassen aus NRW.
- Ausgangsstichprobe t_0 : $n=1.712$ Eltern (Rücklaufquote 54,1%) (Anteil Jungen: 49,6%; 21,1% Alleinerziehende; 45,5% Eltern mit Migrationshintergrund)
- Vier Messzeitpunkte: Basiserhebung t_0 vor Beginn der Intervention (Mitte des 1. Schuljahres); t_1 Ende des 1. Schuljahres, t_2 Mitte des 2. Schuljahres, t_3 Ende des 3. Schuljahres.
- Auswertungen beziehen sich auf $n=1.074$ Elternteile, die den Fragebogen zu t_0 und t_3 ausgefüllt haben (kategoriale Daten) bzw. auf $n=828$, die den Fragebogen zu allen vier Zeitpunkten ($t_0 - t_3$) ausgefüllt haben (metrische Variablen).
- Indikatoren:
 - Ernährung: Erfüllen der Kriterien gesunder Ernährung „Mind. 5 Portionen Obst-/Gemüse am Tag“; „Mind. 6 Gläser Wasser pro Tag“; „Max. eine Portion Süßigkeiten pro Tag“.
 - Bewegung: Bewegungsvorlieben und Gewohnheiten erfasst mit NPAQ¹; Sporttreiben innerhalb und außerhalb eines Vereins (mind. 1x / Woche); Aktiver Schulweg (mit Rad, Roller oder zu Fuß)

Tab. 1: Anteil der Kinder, die zu t_0 die Kriterien gesunder Ernährung erreichen sowie Indikatoren des Bewegungsverhaltens zu t_0 (Angaben in Prozent)

	Interventionsgruppe (IG)	Kontrollgruppe (KG)
Mind. 5 Port. Obst-/Gemüse / Tag	25,6	28,1
Mind. 6 Gläser Wasser / Tag	32,0	34,5
Max. 1 Süßigkeit / Tag	75,4	80,3
Sport im Verein mind. 1x / Woche	65,5	66,0
Sport außerhalb eines Vereins mind. 1x / Woche	57,1	49,9
Aktiver Schulweg (Rad, zu Fuß, Trettroller)	63,1	62,6

Tab. 2: Entwicklung des NPAQ in Interventions- und Kontrollgruppe über die vier Messzeitpunkte (Angaben in Prozent)

	t_0	t_1	t_2	t_3
Interventionsgruppe	3,57	3,69	3,55	3,66
Kontrollgruppe	3,59	3,71	3,63	3,69

Interaktionseffekt: $F=2,355$; $p=.070$

Ergebnisse

- Vor Beginn der Intervention konsumieren 26,8% der Kinder mindestens fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag. Kinder der KG verschlechtern sich bei diesem Kriterium zwischen t_0 und t_3 signifikant stärker.
- Zu t_0 trinken 33,2% der Kinder mind. 6 Gläser Wasser oder ungesüßten Tee pro Tag. Ein Effekt der Intervention zeigt sich nicht.
- Das Kriterium, maximal eine Portion Süßigkeiten zu konsumieren, erreichen zu t_0 77,8% der Kinder. Signifikant mehr Kinder der KG verschlechtern sich über die Zeit.

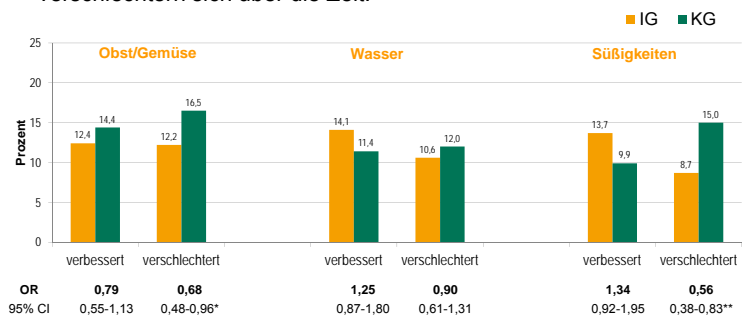


Abb. 1: Anteil der Kinder, deren Ernährungsverhalten sich zwischen t_0 und t_3 verbessert bzw. verschlechtert (* $p<.05$; ** $p<.01$; Angaben in Prozent)

- Die Bewegungsfreunde ist bereits zu t_0 auf hohem Niveau und verändert sich weder in IG noch in KG.
- 65,8% der Kinder treiben zu t_0 mind. 1x pro Woche Sport im Verein, 53,6% außerhalb eines Vereins. Über die Zeit entwickelt sich das Sportverhalten in IG und KG nicht signifikant unterschiedlich.
- Zu t_0 legen 62,9% der Kinder den Schulweg mit Rad, Trettroller oder zu Fuß zurück. Signifikant mehr Kinder der KG verschlechtern sich zwischen t_0 und t_3 .

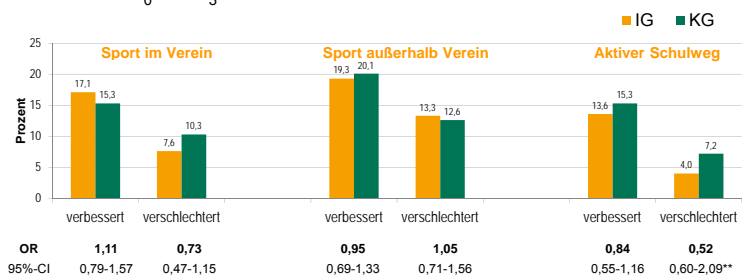


Abb. 2: Anteil der Kinder, deren Bewegungsverhalten sich zwischen t_0 und t_3 verbessert bzw. verschlechtert (** $p<.01$; Angaben in Prozent)

Schlussfolgerungen

- Mit Eintritt in die Grundschule verschlechtert sich das Gesundheitsverhalten in vielen Bereichen.²
- Das Programm Klasse2000 kann dazu beitragen, das Verhalten zu stabilisieren und eine Verschlechterung im gesundheitsrelevanten Verhalten zu verhindern.
- Ein Mehrwert gegenüber anderen Gesundheitsförderungsaktivitäten (die u.a. in den Kontrollschulen angeboten wurden), ist erkennbar.

Kontakt

Prof. Dr. Petra Kolip
Universität Bielefeld, Fakultät für
Gesundheitswissenschaften
Postfach 10 01 31, D-33501 Bielefeld
petra.kolip@uni-bielefeld.de



Literatur
1 Janz K F, Broffitt B, Levy SM (2005) Validation Evidence for the Netherlands Physical Activity Questionnaire for Young Children: The Iowa Bone Development Study. Res Q Exer Sport 76: 363-369
2 Bormann A, Mensink GBM, KiGGS Study Group (2015) Obst- und Gemüsekonsum von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Ergebnisse der KiGGS Welle 1. Bundesgesundheitsbl 58:1005-1014

Die Studie wurde von der Mondelēz International Foundation finanziert, die weder inhaltlich noch methodisch Einfluss genommen hat.