



## Studie der Universität Bielefeld: Klasse2000 wirkt sich positiv auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten aus

Um die Wirkung des Unterrichtsprogramms Klasse2000 zu überprüfen, führte die Universität Bielefeld von 2013-2015 eine Studie in Nordrhein-Westfalen durch. Studienleiterin war Prof. Dr. Petra Kolip von der Fakultät für Gesundheitswissenschaften. Finanziert wurde die Studie von der Mondelēz International Foundation.

Schwerpunkt der Untersuchung war die Wirkung des Programms in den Bereichen Ernährung und Bewegung, die vor allem in den ersten beiden Klasse2000-Jahren behandelt werden. Außerdem wurden die Lehrkräfte, Eltern und Kinder gefragt, wie das Programm bei ihnen ankommt.

Die Studie entspricht hohen wissenschaftlichen Anforderungen: beteiligt waren 128 Klassen aus 62 Schulen in Nordrhein-Westfalen, die bislang noch nicht an Klasse2000 teilgenommen hatten. Die Klassen wurden randomisiert, d.h. per Zufall verteilt auf eine Gruppe, die das Programm durchführte und eine Kontrollgruppe, die nicht an Klasse2000 teilnahm. Befragt wurden Kinder, Eltern und Lehrkräfte mit Fragebögen zwischen Januar 2013 und Sommer 2015. Die 1. Befragung fand vor dem Beginn des Programms statt, weitere Erhebungen folgten am Ende des 1. und in der Mitte des 2. Schuljahres sowie gegen Ende der 3. Klasse im Sommer 2015.

**828 Eltern und 1.177 Kinder** füllten den Fragebogen bei allen Erhebungen aus. Verglichen wurden die Entwicklungen der einzelnen Kinder zwischen der 1. und 3. Klasse. Berechnet wurde, bei wie vielen Kindern Wissen, Einstellungen und Verhalten stabil blieben, sich **verbesserten oder verschlechterten**.

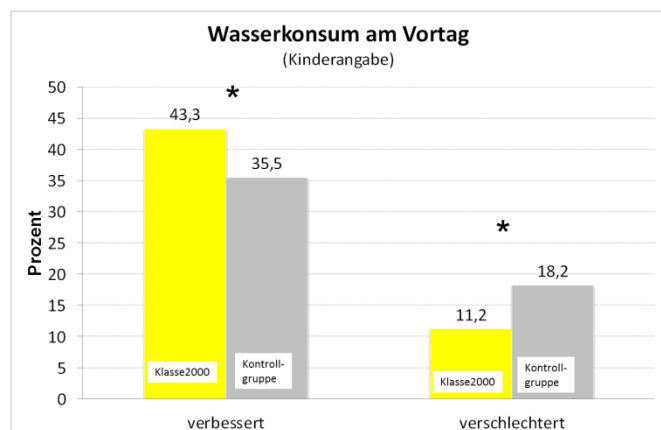
Die Ergebnisse zeigen in mehreren Punkten **positive Wirkungen** von Klasse2000, obwohl auch in den Kontrollschulen vielfältige Maßnahmen zur Gesundheitsförderung stattfanden.

Nach den Angaben der **Eltern** zeigte sich in der Klasse2000-Gruppe im **Ernährungsverhalten** eine positivere Entwicklung als in der Kontrollgruppe:

- Der Konsum von Fast Food, Süßigkeiten und Softdrinks ist in der Kontrollgruppe stärker gestiegen als in der Interventionsgruppe.
- Bei den Kriterien „5 Portionen Obst und Gemüse am Tag“ und „maximal 1 Portion Süßigkeiten am Tag“ gab es in der Kontrollgruppe eine größere Verschlechterung als in der Klasse2000-Gruppe.

Auch die Angaben der **Kinder** zeigen positive Ergebnisse:

- In der Klasse2000-Gruppe verbesserte sich ein größerer Anteil der Kinder beim Wasserkonsum (3 Gläser Wasser oder mehr am Tag).
- In der Kontrollgruppe verschlechterte sich zusätzlich ein größerer Anteil der Kinder beim Wasserkonsum.



\* Die Unterschiede sind signifikant.



- In der Kontrollgruppe verschlechterte sich bei einem größeren Teil der Kinder das Wissen, wie viele Portionen Süßigkeiten man am Tag essen darf.

Beim Limonadenkonsum zeigt sich – anders als in der Elternbefragung – ein unerwarteter Effekt: der Anteil der Kinder, die sich hier verschlechtert haben, ist in der Klasse2000-Gruppe stärker gestiegen. Das Klasse2000-Programm wird deshalb in diesem Punkt überprüft und angepasst.

Beim **Bewegungsverhalten** zeigen sowohl Eltern- als auch 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.

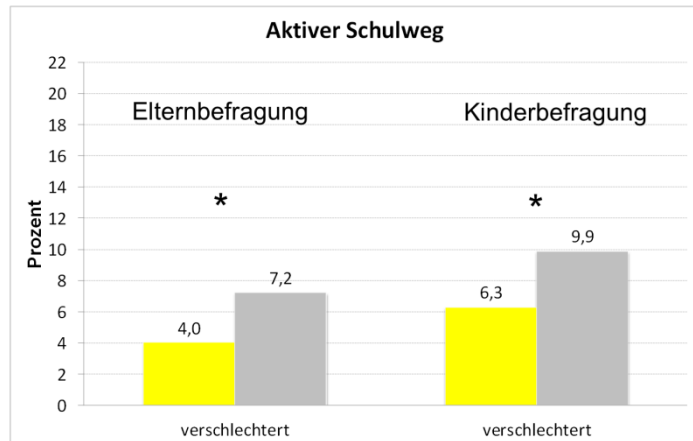
Bei **Gewalterfahrungen** ergab die Elternbefragung, dass im Untersuchungszeitraum mehr Kinder der Kontrollgruppe in der Schule Opfer von Gewalt wurden als Klasse2000-Kinder.

Erfreulich ist auch, dass die **Lehrkräfte** das Programm positiv bewerten und die Zusammenarbeit mit den Klasse2000-GesundheitsfördererInnen wertschätzen. 80% der Lehrkräfte beobachten Veränderungen im Verhalten der Kinder, die sie auf Klasse2000 zurückführen. Genannt werden vor allem ein veränderter Umgang miteinander, konstruktive Konfliktlösung und eine gesündere Ernährung.

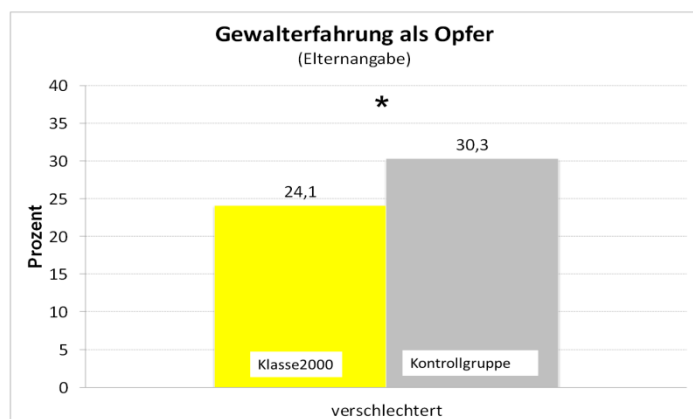
Bei den **Eltern** geben 80 % an, dass ihr Kind zuhause über das Programm berichtet, vor allem über das Thema Ernährung, aber auch über Bewegung, Streit- und Problemlösung sowie Entspannung. 20% der Eltern berichten außerdem, dass Klasse2000 den Familienalltag verändert hat.

**Insgesamt** bestätigt die Studie die Solidität des Konzepts von Klasse2000: 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 und -förderern wird ein Mehrwert gegenüber Programmen und Angeboten erzielt, die kurzzeitig angeboten werden und weniger Themen behandeln.

Der detaillierte Abschlussbericht der Universität Bielefeld wird online auf [www.klasse2000.de](http://www.klasse2000.de) veröffentlicht.



\* Die Unterschiede sind signifikant.



\* Die Unterschiede sind signifikant.