

# **DESKRIPTIVE AUSWERTUNG DER LEHRERBEFRAGUNG**

**ZU „FIT UND STARK PLUS“**

ERSTELLT DURCH SARAH REMY SCHMITZ

# Inhaltsverzeichnis

---

1. Einleitung.....	3
2. Auswertung.....	4
2.1 "FIT UND STARK PLUS" IM UNTERRICHT.....	4
2.1.1 INFORMATION .....	4
2.1.2 MOTIVATION .....	4
2.2 GANZHEITLICHE ZIELEBEN.....	4
ABBILDUNG 1 .....	4
2.2.1 EINZELNE ZIELEBENEN .....	5
2.3 ZUFRIEDENHEIT.....	5
2.3.1 HILFSMITTEL .....	5
ABBILDUNG 2 .....	5
2.3.2 KONZEPT .....	6
ABBILDUNG 3 .....	6
2.3.3 HIGHLIGHTS DES PROGRAMMS.....	7
2.4 VERBESSERUNGSVORSCHLÄGE.....	8
2.4.1 ALLGEMEIN .....	8
2.4.2 ELTERN .....	8
ABBILDUNG 4 .....	8
2.4.3 MATERIAL .....	8
2.4.4 TUTORINNEN .....	9
2.5 ANMERKUNGEN ZUM FRAGEBOGEN .....	9
3. Fazit .....	10
ANHANG 1: FRAGEBOGEN .....	11
ANHANG 2: BEWERTUNGSTABELLE .....	14

## 1. Einleitung

---

„Fit und stark plus“ ist ein ganzheitliches Gesundheitsförderungsprogramm für 6-10 jährige Kinder, welches an vielen Grundschulen in Schleswig-Holstein durchgeführt wird. Ganzheitlich bedeutet in diesem Zusammenhang, dass das Programm Ernährung, Bewegung, Entspannung, Wohlbefinden, Gewaltprävention, Konfliktbewältigung und Schmerzprävention als Zielebenen umfasst. Das Programm ist in den Unterricht integriert und für den Grundschul-Zeitraum von 4 Jahren konzipiert. Vermittelt wird es durch Lehrerinnen und Lehrer, die in Fortbildungen für die Umsetzung des Programms speziell geschult wurden.

Eine Befragung der beteiligten Lehrkräfte wurde mit Hilfe eines Fragebogens (überwiegend offene Fragen) in der Zeit von Juni 2012 bis Dezember 2012 durchgeführt. Zu diesem Zeitpunkt arbeiteten einige Schulen bereits seit dem Frühjahr 2010 mit dem Programm, andere Schulen hatten gerade erst damit begonnen.

An der Befragung beteiligten sich 21 weibliche Lehrkräfte im Alter von 29 bis 61 Jahren, dies entspricht knapp 34% der gesamt Befragten.

Die Auswertung der Fragebögen lässt die Erfahrungen und Ansichten der involvierten Lehrkräfte bezüglich „fit und stark plus“ erkennen. Ferner liefert sie auch einen Überblick darüber, wie das Programm umgesetzt wird, welche Kritikpunkte bestehen und welche Verbesserungen für eine Zukunft mit „fit und stark plus“ gewünscht werden.

Der zugrundeliegende Fragebogen befindet sich im Anhang 1.

Kurze Erläuterung der Herangehensweise an die deskriptive Auswertung:

1. Das gesamte Auswertungsmaterial wurde gesichtet.
2. Anhand der Fragen und Antworten wurden Ober- und Unterkategorien gebildet. Diese beinhalten im Wesentlichen die Aussagen der Lehrkräfte, abstrahieren diese und machen das Material dadurch überschaubar. Dieses Kategoriensystem wurde während der Zuordnung der Antworten konkretisiert erweitert und angepasst.
3. Die Antworten auf die offenen Fragen wurden Bewertungsstufen „positiv“, „eher positiv“, „neutral“, „eher negativ“, „negativ“ und „keine Angabe“ zugeordnet. (siehe Anhang 2).

## 2. Auswertung

---

### 2.1. „FIT UND STARK PLUS“ IM UNTERRICHT

#### 2.1.1. INFORMATION

Das Programm „fit und stark plus“ lernten die Lehrkräfte vor allem durch die Erfahrungen ihrer KollegInnen sowie durch Fortbildungen kennen. Die Einführungsveranstaltung zu dem Programm wurde als unterstützend und positiv beschrieben.

#### 2.1.2. MOTIVATION

Die Motivation der Lehrkräfte, das Programm ein- und durchzuführen, bestand hauptsächlich in der Auswahl der Themen, die „fit und stark plus“ beinhaltet. Sowohl die gesunde Ernährung, Bewegung und Entspannung als auch das Erlernen und Stärken sozialer Kompetenzen sowie Konfliktbewältigungsstrategien waren den Befragten wichtig.

### 2.2. GANZHEITLICHE ZIELEBENEN

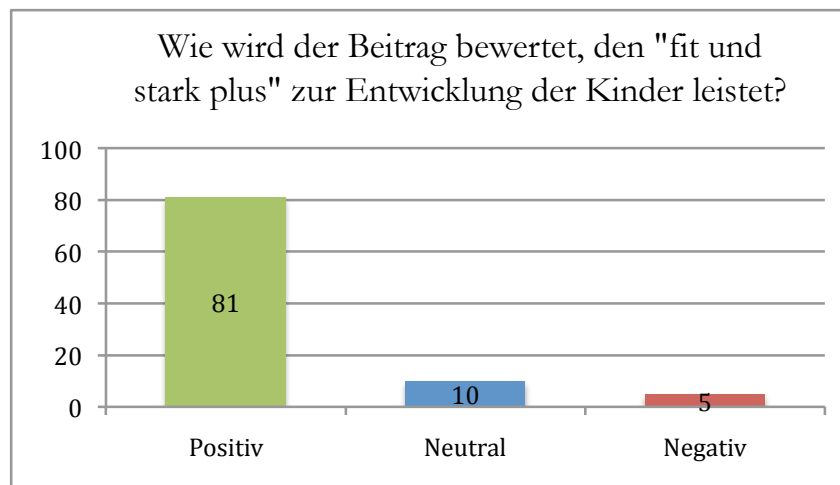


Abbildung 1, n=21

Etwa 80% der Befragten gaben an, dass „fit und stark plus“ einen eindeutig positiven Beitrag zur Entwicklung der SchülerInnen leistet. Die Kinder wurden für die jeweiligen Bereiche des Programms sensibilisiert und ihr Bewusstsein hierfür gestärkt. Besonders in den Jahrgangsstufen 1 und 2 erschien den Lehrkräften das Material aus „fit und stark plus“ als eine gute Ergänzung zum regulären Unterricht. Die SchülerInnen lernten, ihre Gefühle zu verbalisieren und somit Konflikte eigenständig beizulegen, ohne dass Lehrkräfte involviert werden mussten. Hierbei erwiesen sich die Regeln der „Wohli-Konferenz“ als ein besonders wirksames Instrument.

### 2.2.1 EINZELNE ZIELEBENEN

Auch wenn viele Befragte die Ganzheitlichkeit betonten, wurden vor allem die Bereiche der Konfliktbewältigung und Gewaltprävention angesprochen. Auf die Fragen:

„Welchen Beitrag leistet „fit und stark plus“?“

„Wie profitieren die Kinder von „fit und stark plus“?“

„Profitieren auch Kinder, die sich in Problemsituationen befinden?“

wurde deutlich häufiger auf die Stärkung sozialer Kompetenzen verwiesen, als auf die Zielebenen Bewegung, Ernährung, Entspannung und Wohlbefinden.

### 2.3. ZUFRIEDENHEIT

Wie zufrieden waren die Befragten mit den Arbeitsmaterialien, den Tutorinnen und dem Programm im Allgemeinen?

#### 2.3.1 HILFSMITTEL

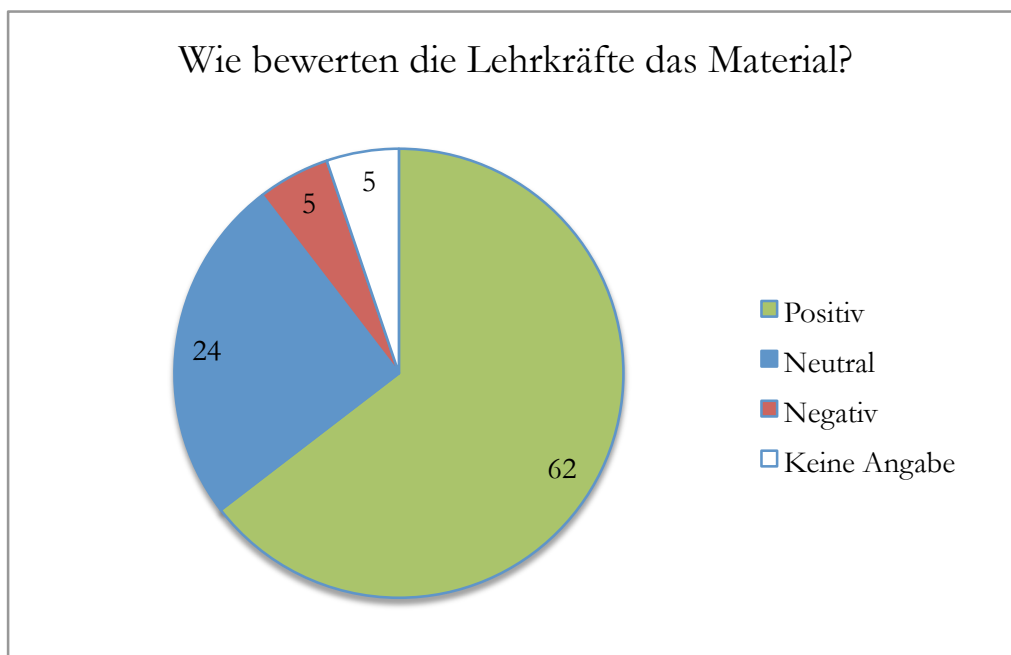


Abbildung 2, alle Angaben in Prozent, n=21

Das Material erhielt auf einer Skala von 1 (= Sehr gut) bis 10 (= sehr schlecht) bei einer Enthaltung im Durchschnitt eine 3,7. Es wurde bemerkt, dass einige SchülerInnen mit dem Verbalisieren und der Verschriftlichung eigener Gefühle überfordert waren. Jedoch gab es

auch eine gegenteilige Aussage, in der die Schülerhefte als „eher für die erste und zweite Klasse geeignet“ und somit für höhere Jahrgangsstufen als zu anspruchslos und wenig inhaltsreich bezeichnet wurden. Dennoch waren die Lehrerinnen überwiegend der Auffassung, dass die Schülerhefte angemessen seien und lobten die Anschaulichkeit der Medien.

Die Meisten machten keine Angaben zum Zusatzmaterial für Lehrkräfte. Lediglich einer Befragten war das Heft für LehrerInnen zu unübersichtlich gestaltet.

85% hatten an dem Preis-Leistungs-Verhältnis nichts auszusetzen. Das Material empfanden nur ca. 15% für den Preis von 300€ pro Klasse im Schuljahr als unzureichend.

### 2.3.2 KONZEPT

Lehrerinnen, die insgesamt mit „fit und stark plus“ unzufrieden waren, gaben an, sich in Zukunft anderen Programmen zuzuwenden. Genannt wurden hier das Vorgängerprogramm „Fit und Stark fürs Leben“ (mit Igor, dem Igel) sowie „Klasse2000“ und „Lions Quest“.

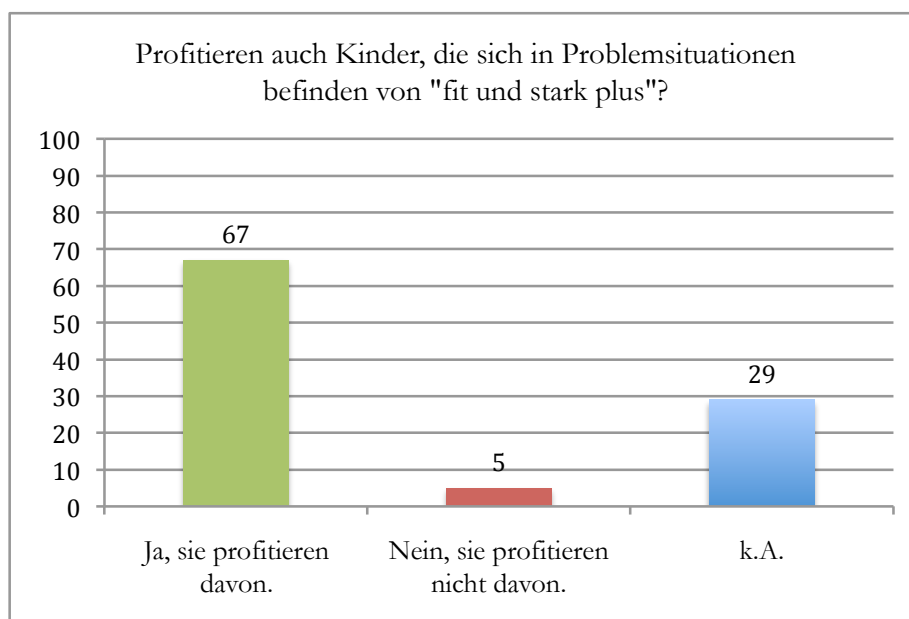


Abbildung 3, n=21

67% der Befragten waren der Auffassung, dass Kinder in Problemsituationen von „fit und stark plus“ profitieren würden. Auf diese Frage gab es 29% Enthaltungen. 5% gaben an, dass Kinder in Problemsituationen nicht profitieren würden. Vor allem häusliche und familiäre Probleme, wie z.B. Streitigkeiten zwischen den Eltern, würden die Nachhaltigkeit des Programms beeinträchtigen.

Auswirkungen durch „fit und stark plus“ auf das eigene Befinden bemerkte etwa die Hälfte der Befragten. Von diesen meinten 90%, dass die Durchführung des Programms einen positiven Einfluss auf ihre eigenen gesundheitsbezogenen Verhaltensweisen ausüben würde. Zudem erfuhren sie auch dadurch Entlastung, dass die Kinder viele Streitigkeiten und Probleme unter sich klären konnten, ohne dass Lehrkräfte maßgeblich regulierend eingreifen mussten.

### 2.3.3 HIGHLIGHTS DES PROGRAMMS

Als besonders positiv wurde die „Wohli-Konferenz“ hervorgehoben, die mit ihren festen Regeln und klaren Inhalten als nachhaltig bezeichnet wurde und sowohl bei Kindern als auch bei LehrerInnen sehr beliebt und erwünscht erschien. Auch Lehrkräfte, die sagten, dass ihnen die Zeit für das Arbeiten mit dem Material nicht ausreichen würde, oder die dies aus anderen - nicht näher erläuterten Gründen - nicht für nötig hielten, arbeiteten mit der „Wohli-Konferenz“. Ebenso positiv wurde auf die Ganzheitlichkeit des Programms eingegangen. Durch die verschiedenen Themenbereiche bot „fit und stark plus“ Vielfalt und Abwechslung.

## 2.4. VERBESSERUNGSVORSCHLÄGE

### 2.4.1 ALLGEMEIN

Einige Befragte äußerten den Wunsch nach zusätzlichen Stunden für das Projekt, einer besseren Ausstattung der Schulen – z.B. mit einem Ruheraum – sowie einem intensiveren Erfahrungsaustausch mit KollegInnen anderer Schulen.

### 2.4.2 ELTERN

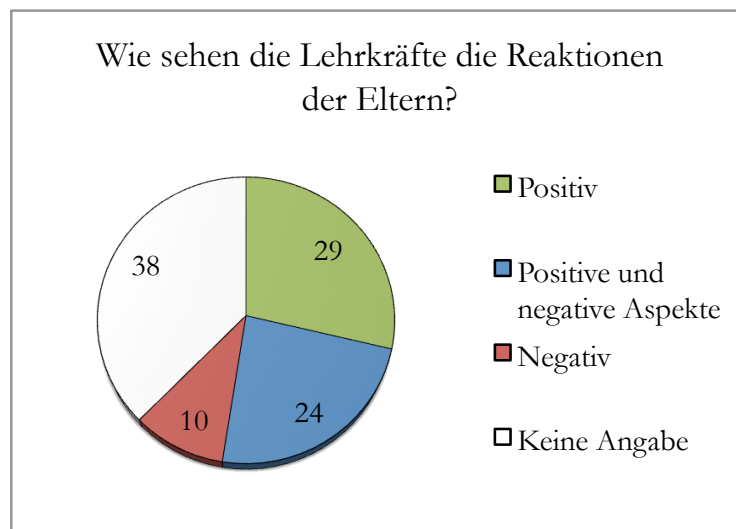


Abbildung 4, alle Angaben in Prozent, n=21

Als positiv wurde beschrieben, dass die Eltern Interesse an der sozial-emotionalen Entwicklung ihrer Kinder zeigten und sich erkundigten, was sie zur Nachhaltigkeit des Projektes beitragen könnten. Finanzielle Unterstützung seitens der Eltern war aber eher selten.

Negativ wurde u.a. die mangelnde Mitarbeit mancher Eltern empfunden. Einige Kinder konnten z.B. ihre Hausarbeiten im „Wohli-Heft“ nicht machen, da ihre Eltern keine Zeit für die dazu erforderlichen Spaziergänge oder Spielplatzbesuche hatten. Viele Eltern waren nach Einschätzung der Lehrkräfte nicht in der Lage, das Programm zu Hause umzusetzen. Um die Nachhaltigkeit von „fit und stark plus“ zu fördern, erschien es den Befragten sinnvoll, die Eltern stärker einzubeziehen und ihnen die Relevanz des Programms zu verdeutlichen.

### 2.4.3 MATERIAL

Zu wenig Zeit und zu hohe Kosten standen den Lehrkräften oftmals bei der Umsetzung von „fit und stark plus“ im Weg. Finanzielle Unterstützung bei der Beschaffung von



Spielmaterialien und gesunden Nahrungsmitteln erschienen ihnen wünschenswert. Ebenso wurde der Wunsch nach zusätzlichem Material speziell für Lehrkräfte geäußert.

#### 2.4.4 TUTORINNEN

86% der Befragten hatten keinen Bedarf an Tutorinnen, die den Unterricht begleiten. Die Gründe hierfür waren unterschiedlich. In der „Wohli-Konferenz“ besteht ein vertrauliches Verhältnis zwischen den SchülerInnen und der Lehrkraft. Zudem hatten einige Klassen die Möglichkeit, IntegrationshelferInnen und/oder SchulsozialarbeiterInnen mit einzubeziehen. In Klassen, die diese Möglichkeit nicht hatten, wären Tutorinnen sinnvoll, um z.B. überforderten Kindern zu helfen, die Aufgaben im Schulheft zu bearbeiten.

Eine Lehrerin wünschte, dass Tutorinnen für Elternabende zur Verfügung gestellt werden sollten. Informationen durch eine externe Person könnten dazu beitragen, die Relevanz des Programms zu untermauern.

#### 2.5. ANMERKUNGEN ZUM FRAGEBOGEN

Es ist denkbar, dass einige Fragen missverständlich formuliert waren. Bezieht sich die Frage 6 „Wie reagieren die Eltern auf das Programm?“ auf die voran gegangene Frage 5 „Profitieren auch Kinder, die sich in Problemsituationen befinden?“, oder nicht? Dies könnte eine Enthaltung von knapp 40% bei Frage 6 erklären. Auf die Frage 10 „Welche Angebote oder Unterstützungen würden Ihnen hinsichtlich Ihrer eigenen Gesundheit und Ihres eigenen Wohlbefindens gut tun?“ wurde einmal mit „Frage unklar“ geantwortet. Auch hier gab es ca. 40% Enthaltungen.

Es ist zu überlegen, ob die Skalierung der Frage 2 „Wie bewerten Sie das Material?“ günstig war. **1** bedeutete hierbei „sehr gut“, wohingegen **10** für „sehr schlecht“ stand. Diese Einheiten entsprechen weder dem Schulnotensystem, noch kann man für die positivste Bewertung die höchste Punktzahl vergeben. Es könnte daher zu „Falsch-Aussagen“ gekommen sein.

### 3.Fazit

---

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Mehrheit der Lehrkräfte der Auffassung war, dass „fit und stark plus“ einen positiven Beitrag zur Entwicklung der SchülerInnen leistete. Nicht nur Bewegung, Ernährung und Entspannung waren den Befragten hierbei wichtig, sondern vor allem Konfliktbewältigung und Gewaltprävention. Die „Wohli-Konferenz“ wurde dazu von fast allen als effektiv erlebt und die zur Verfügung gestellten Materialien positiv gewertet.

Knapp die Hälfte der Befragten bemerkte durch die Arbeit mit „fit und stark plus“ eine positive Auswirkung auf die eigene Verfassung. Sie empfanden es als Entlastung, dass die Kinder lernten, viele Streitigkeiten und Probleme unter sich zu klären.

Lediglich 30% der Befragten bewerteten die Reaktion der Eltern als positiv. Die unzureichende Mitarbeit der Eltern könnte in Teilen den Erfolg des Programms gefährden. Vermutlich wären eine höhere Effizienz und eine bessere Adaption erreichbar, wenn die Eltern stärker in das Programm einbezogen werden könnten.

Bei einer weiteren Befragung wäre es empfehlenswert, geschlossene Fragestellungen zu nutzen. Dadurch wäre der Zeitaufwand für die Lehrkräfte geringer, und die Rückläufe vermutlich zahlreicher. Die Ergebnisse könnten dann differenzierter und übersichtlicher dargestellt werden. Des Weiteren ist zu überlegen, ob die Befragung zukünftig in einem festen Rahmen, wie z.B. am Ende einer Fortbildung stattfinden könnte, damit die Beantwortung der Fragen eine gewisse Verbindlichkeit bekommt.

Das Schleswig-Holsteinische Schulsystem scheint der Gesundheitsförderung noch zu wenig Platz einzuräumen. Einige Lehrkräfte kommen in Verzug mit ihrem regulären Lehrplan und erleben den Gesundheitsförderungs-Unterricht als zusätzliche Belastung. Es wäre bedauerlich, wenn ein Projekt wie „fit und stark plus“ an den Rahmenbedingungen und der fehlenden Ausstattung der Schulen scheitern würde.

# Fragebogen zu fit und stark plus - Lehrkräfte

Liebe Lehrkräfte, wir danken Ihnen ganz herzlich für diese Unterstützung

Wir brauchen Sie und Ihre Erfahrung!!!

**DANKE**

## Fragen zur Person:

<b>Männlich</b> <input type="checkbox"/>	<b>Weiblich</b> <input type="checkbox"/>
<b>Alter:</b>	
<b>Seit wann als Lehrkraft tätig:</b>	
<b>Vollzeit:</b> <input type="checkbox"/>	<b>Teilzeit, wöchentliche Std.:</b>

## Fragen zum Programm:

1. Welcher Umstand hat Sie bewogen, "fit und stark plus" in Ihren Unterricht zu integrieren?

---

---

---

---

---

2. Wie bewerten Sie das Material? Bitte ankreuzen!

Sehr gut									sehr schlecht
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Welchen Beitrag leistet "fit und stark plus"? Können Sie Beispiele nennen?

---

---

---

---

---

4. Wie profitieren die Kinder von "fit und stark plus"? Können Sie Beispiele nennen?

---

---

---

---

---

5. Profitieren auch Kinder, die sich in Problemsituationen befinden? Können Sie Beispiele nennen?

---

---

---

---

---

6. Wie reagieren die Eltern auf das Programm? Können Sie Beispiele nennen?

---

---

---

---

---

7. Wirkt sich "fit und stark plus" auf ihr eigenes Wohlbefinden aus?

Nein  Ja   
...wenn ja, wie?

---

---

---

---

8. Haben Sie Interesse und Bedarf an Tutorinnen, die die Stunden mit begleiten?

Nein  Ja

Können Sie uns Gründe hierfür nennen?

---

---

---

---

---

9. Welche andere Art der Unterstützung würde Sie sich noch wünschen?

---

---

---

---

---

10. Welche Angebote oder Unterstützungen würden Ihnen hinsichtlich Ihrer eigenen Gesundheit und Ihres eigenen Wohlbefindens gut tun?

---

---

---

---

---

Wertung der Aussagen der Lehrkräfte zu „fit und stark plus“ – Angaben in %

Frage Nummer	++	+	O	-	--	k.A.
<b>6</b> Bewertung Material	48	14	24	-	10	5
<b>7</b> Beitrag f.s.p.	81	-	10	-	5	5
<b>8</b> Wie profitieren Ki.	86	5	5	-	5	-
<b>9</b> Ki. In problem. Sit.	57	10	-	-	5	29
<b>10</b> Reaktion Eltern	29	5	19	-	10	38
<b>11</b> Auswirk. eig. Wohl.	48				52	-
<b>12<sup>1</sup></b> Wenn 11 ja	90	-	-	-	10	-
<b>13</b> Bedarf Tutorinnen	14				86	-
<b>14</b> Begründung 13	14	5	29	10	19	24
<b>15</b> Unterstützung allg.	38	-	-	-	24	38
<b>16</b> Unterst. eig. Wohl.	48	-	-	5	10	38

++ Eindeutig positiv<sup>2</sup>

+ Eher Positiv

O Neutral<sup>3</sup>

- Eher negativ

-- Eindeutig negativ<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Beantwortung der Frage 12 nur bei Bejahung der Frage 11 möglich

<sup>2</sup> Bzgl. Frage 11 u. 13: ja; 14: für Tutorinnen; bzgl. Frage 15 u. 16: konstruktiv bzw. positive Rückmeldung

<sup>3</sup> Bzgl. Frage 14: gegen Tutorinnen, aber mit nachvollziehbarer Begründung

<sup>4</sup> Bzgl. Frage 11 u. 13: nein; Frage 14: gegen Programm; bzgl. Frage 15 u. 16: negative Kritik bzw. ohne Vorschläge