

# Berichte – Meinungen – Erfahrungen

Prävention von Übergewicht und Adipositas in der Schule im Programm Anschub.de



**Verein Anschub.de**  
Programm für die gute gesunde Schule e.V.

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>3</b>
<b>Übergewicht und Adipositas aus der Sicht der Schule</b>	<b>4</b>
Prävention von Übergewicht und Adipositas: Was könnte die Schule leisten?	5
<b>Übergewichts- und Adipositasprävention Eine Möglichkeit, die gute gesunde Schule weiterzuentwickeln</b>	<b>7</b>
<b>Das Teilprojekt „besser leben – mehr bewegen“ – Ziele, Maßnahmen, Steuerung</b>	<b>9</b>
Die Projektziele	10
Die Schulen im Projekt	10
Die Projektsteuerung	11
Die Umsetzung des Projekts	12
Der Überblick über das Vorhaben – der Projektstrukturplan	14
<b>Berichte, Meinungen, Erfahrungen – Innen- und Außensicht</b>	<b>15</b>
Die Innenperspektive: Lehrkräfte	16
Die Außenperspektive: Experten, die die Schulen unterstützt haben	18
Der Kooperationspartner AOK Berlin – Die Gesundheitskasse	19
<b>Kritische Analyse des Projektes „besser leben – mehr bewegen“ aus Sicht der begleitenden Adipositas-Expertin</b>	<b>21</b>
Nachbemerkung	25
<b>Literatur</b>	<b>26</b>

Diese Publikation verwendet vorwiegend die männliche Sprachform.  
Bei allen Personen- und Funktionsbezeichnungen sind stets auch die weiblichen gemeint.

# Vorwort

Übergewicht und Adipositas sind auch in den Schulen ein sichtbares, gewichtiges und diskutiertes Thema, das immer Einfluß auf den Ablauf und die Gestaltung des Schualltags nimmt. Einige Schulen haben sich der Problematik angenommen und beispielsweise Projekte zur Prävention von Übergewicht und Adipositas durchgeführt. Die meisten Konzepte verfolgen bisher Ansätze, die fast ausschließlich die Verhaltensänderung der Schüler zum Ziel haben. Schulen werden in diesem Prozess sehr intensiv von außen unterstützt. Welchen Beitrag die Schulen selbst erbringen können und müssen, besonders dann, wenn die externe Unterstützung beendet wird, spielt in diesen Konzepten eine untergeordnete Rolle. Schulentwicklungsansätze, die beispielsweise die nachhaltige Veränderung der Verhältnisse zum Gegenstand haben, bilden die Ausnahme.

Dies nahmen drei Träger (s.u.) des des Programm Anschub.de zum Anlass, mit dem Teilprojekt „besser leben – mehr bewegen“ an drei Berliner Grundschulen, mögliche Wege einer Übergewichts- und Adipositasprävention zu erproben. Durch das Teilprojekt „besser leben – mehr bewegen“ sollten Erkenntnisse über Herausforderungen, Hemmnisse und Erfolgsfaktoren zu gewinnen und aufzuzeigen. Übergewicht und Adipositas wurden hierbei als pädagogisches Problem angenommen und eine diesbezügliche Prävention als Baustein des Schulentwicklungsprozesses betrachtet. Ziel sollte es sein, die Schulen dadurch auch als Lern- und Erziehungsraum und als Organisation nachhaltig zu entwickeln sowie die Schulqualität und das -klima zu verbessern. Durch die Einbindung in das bereits entwickelte Konzept der guten gesunden Schule sollten eine thematische Durchdringung der Schule und die Nachhaltigkeit einer Übergewichts- und Adipositasprävention gewährleistet werden.

Der vorliegende Projektbericht versteht sich aufgrund der geringen Stichprobe als Erfahrungsbericht. Der Bericht soll Anregung und Diskussionsgrundlage zugleich sein und den Ansatz einer Schulentwicklung mit Übergewichts- und Adipositasprävention in guten gesunden Schulen beleuchten und die gewonnenen Erfahrungen unter mehreren Perspektiven darstellen. Das Projekt „besser leben – mehr bewegen“ wurde von den Kooperationspartnern AOK Nordost – Die Gesundheitskasse, Bertelsmann Stiftung und Senatsverwaltung für Bildung, Wissenschaft und Forschung in Berlin initiiert, unterstützt und begleitet.

Verein Anschub.de  
Der Vorstand



# Übergewicht und Adipositas aus der Sicht der Schule

„Babyspeck“ oder „Das verwächst sich!“ – so lauten oftmals die lapidaren Urteile beim Anblick übergewichtiger Kinder. Zwar ist es richtig, dass nicht aus jedem übergewichtigen Kind ein übergewichtiger Erwachsener wird. Aber die Wahrscheinlichkeit ist ziemlich groß. Die Zahlen lassen keinen Zweifel daran, dass Übergewicht und Adipositas sehr ernst genommen werden müssen: Etwa 15 Prozent, also 1,9 Millionen Kinder und Jugendliche im Alter von drei bis 17 Jahren sind übergewichtig. Mehr als ein Drittel von ihnen ist adipös, also krankhaft fettleibig. Damit ist der Anteil der übergewichtigen Kinder und Jugendlichen in den vergangenen 20 Jahren um etwa die Hälfte angestiegen, die der adipösen hat sich sogar verdoppelt. Bei Grundschulkindern im Alter von sieben bis zehn Jahren liegt ein besonders starker Anstieg der Zahlen vor (Robert Koch-Institut 2008).

## **Übergewicht und Adipositas machen Schülern das Leben schwer**

Besonders betroffen sind Kinder übergewichtiger Eltern, Kinder aus Familien mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status und Kinder aus Familien mit Migrationshintergrund. Bislang gibt es keine Hinweise darauf, dass sich dieser Trend umkehren könnte. Die Weltgesundheitsorganisation spricht deshalb bereits von einer Epidemie – mit enormen psychischen, gesundheitlichen, sozialen und finanziellen Folgen. Übergewichtige und fettleibige Kinder haben ein erhöhtes Risiko, schon im Schulkindalter Krankheiten wie Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Störungen des Fettstoffwechsels, Schlafapnoen oder Muskel-Gelenk-Erkrankungen zu entwickeln. Langfristig erhöht sich für sie auch die Gefahr eines Schlaganfalls, von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und verschiedenen Krebsarten. Die Zahlen und die Auswirkungen sind besorgniserregend. Der Appell, dass ein Handeln auf vielen Ebenen erforderlich ist, verwundert nicht – automatisch wird in diesem Zusammenhang an das Bildungssystem bzw. die Schulen gedacht. Ob das System die von außen angetragenen Aufgaben leisten und bewältigen kann und was dafür notwendig ist, wird dabei nicht gefragt. Fest steht jedoch, dass die Schulen sich mit dem Problem auseinandersetzen müssen, denn übergewichtige und adipöse Schüler haben es in den Schulen oft schwer.

## **Übergewicht und Adipositas beeinträchtigen die Bildungschancen**

Die Schulen steht vor einem Problem neuer Art: Die Lehrkräfte finden in ihren Klassen immer mehr übergewichtige und fettleibige Schüler vor. Diese werden wegen ihrer Körperfülle gehänselt, und dadurch wird das Klassenklima in der Regel negativ beeinflusst. Übergewichtige und adipöse Schüler, so eine Studie, werden von ihren Klassenkameraden für weniger intelligent gehalten (Thiel et al. 2008). Sie können nicht wie die anderen Kinder und Jugendlichen in den Sportunterricht integriert werden, verlieren an Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit, sind durch Folgeerkrankungen tagsüber oftmals müde und gereizt. Dazu ziehen sie sich vermehrt aus ihren sozialen Bindungen und vielfach komplett aus der Schule zurück – häufig, weil ihr Leidensdruck zu groß ist.

Übergewicht und Fettleibigkeit bilden psychosoziale Belastungsrisiken, die unmittelbaren Einfluss auf die Bildungschancen der Schüler nehmen. Übergewichtige Schüler haben größere Schwierigkeiten, einen adäquaten Bildungsabschluss zu erlangen. Diesem Prozess der Diskriminierung und Stereotypisierung kann die Schule entgegenwirken.

## **Prävention von Übergewicht und Adipositas: Was könnte die Schule leisten?**

Für übergewichtige Schüler kann die Schule einen Platz darstellen, an dem sich die Spirale des „Dickseins“ und „Immer-dicker-Werdens“ weiterdreht. Schule kann und sollte für sie demgegenüber ein Ort sein, an dem sie gestärkt und unterstützt werden. Sie kann vor allem Bildungschancen ausgleichen und einen positiven Einfluss auf gesunde Lebensweisen mit Bezug zur Prävention von Übergewicht und Adipositas ausüben.

Diese Einstellung liegt u. a. dem Konzept der guten gesunden Schule im Programm [Anschub.de](http://Anschub.de) zugrunde. Sie versteht die Vorbeugung von Übergewicht und Fettleibigkeit als eine pädagogische Aufgabe. Die gute gesunde Schule verbindet Gesundheit und Bildung, indem sie die Gesundheit konsequent in den Dienst des Bildungs- und Erziehungsauftrags der Schule stellt. Eine Schule ist nach diesem Verständnis dann eine



gute gesunde Schule, wenn sie ihre Bildungsqualität durch gesundheitliche Interventionen verbessert. Zugespitzt auf das Thema Übergewicht und Adipositas bedeutet das, dass die Präventionsmaßnahmen helfen, die negativen Entwicklungen zu verhindern – wie z. B. die Verschlechterung des Schulklimas durch Mobbing übergewichtiger Schüler – oder einen Sportunterricht anzubieten, in dem die Schüler individuell gefördert und die Lehrkräfte befähigt werden, potenzielle Konfliktgespräche mit Eltern zum Thema Übergewichtsvermeidung führen zu können.

Demnach sollen die Gesundheitsinterventionen einen Beitrag

- zur Erfüllung des Bildungs- und Erziehungsauftrags,
- zu einem besseren Lehr- und Lernerfolg,
- zu einem besseren Schulklima,
- zur Schulkultur
- und zur Schulentwicklung leisten.

Übergewicht und Adipositas sind gesellschaftliche Probleme, die von vielen Seiten aus angegangen werden müssen. Die Schule allein kann das Problem nicht lösen oder gar therapieren. Dazu bedarf es speziell ausgebildeter Fachleute.

Aber die Schule ist der zentrale Ort im Erziehungs- und Bildungswesen, an dem Gesundheitsförderung und Prävention nachhaltig wirken können. Sie kann ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag als wichtigen Bestandteil der kindlichen Lebenswelt nutzen, um Übergewicht und Adipositas zu vermeiden und betroffenen Schülern, so weit es geht, Hilfestellung zu bieten:

- Die Schulzeit gehört mit zu den entscheidenden Phasen für die Verhaltensprävention. Hier stehen die Chancen gut, positiven Einfluss auf das Ess- und Bewegungsverhalten zu nehmen. In dieser Zeit zeigen kleine Verhaltensänderungen große Wirkung: Was Schüler an Verhalten lernen, behalten sie mit hoher Wahrscheinlichkeit bei. Gelingt es also in dieser Zeit, ihre Ernährungs- und Bewegungsmuster positiv zu beeinflussen, kann ein wichtiger Grundstein gelegt werden, um Übergewicht und seine Folgen zu verhindern.
- Die Kinder verbringen am Tag oft mehr Zeit in der Schule als zu Hause. So haben Lehrkräfte und Erzieher direkten und intensiven Zugang zu ihnen, zu ihren Einstellungen und Verhaltensweisen und können als Vorbild dienen.
- Alle Kinder können erreicht werden; und auch sonst schwer erreichbare Eltern können zumindest angesprochen und über die Bedeutung von Übergewicht und Adipositas informiert werden.
- Die Schüler essen in der Schule. Über gesunde Verpflegung können Lehrer und Erzieher Impulse an Schüler und Eltern geben, aber auch das Ernährungsverhalten beeinflussen und im Unterricht thematisieren.
- Bewegung, Spiel und Sport in der Schule können in einer großen Palette angeboten und so Präventionsbeiträge geleistet werden. Das beginnt damit, den Schulweg aktiv zurückzulegen, und geht mit „bewegten Pausen“, in denen die Schule Bewegungsangebote macht, weiter. Der Sportunterricht, der den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder fördert, gehört ebenso dazu wie Sport-AGs in Kooperation mit Vereinen und mit Einbindung der Eltern.

# Übergewichts- und Adipositasprävention

## Eine Möglichkeit, die gute gesunde Schule weiterzuentwickeln

Die Schule soll einen Raum für gesundes Aufwachsen, Lernen und Leben bieten. Wer sich wohlfühlt und gerne hierherkommt, hat höhere Chancen, Wissen aufzunehmen und Gelerntes dauerhaft zu verankern. Dieses Grundkonzept macht sich das Anschub.de-Programm für die gute gesunde Schule zu eigen und erzielt nachweislich Wirkung (Paulus 2007; [www.anschub.de](http://www.anschub.de)). Die Maßnahmen haben positive Effekte, wie begleitende Evaluationen belegen: Lehrer, Schüler und Eltern erkennen zunehmend den Zusammenhang zwischen Gesundheit und Bildung, und die Bildungsqualität steigt durch die gesundheitsfördernden Maßnahmen.

### Schüler, Lehrer und Eltern sollen profitieren – Schulentwicklung als Grundlage für Veränderungsprozesse

Wichtiges Ziel dabei ist es, keine Einzelmaßnahmen anzubieten, sondern die Schulen zu stärken, die eigenen Belange selbst aktiv, nachhaltig und gesundheitsfördernd in die Hand zu nehmen. Gute gesunde Schulen zu entwickeln bedeutet vor allem auch, die Einfluss-, Beteiligungs- und Wahlmöglichkeiten aller Beteiligten im sozialen System Schule zu erhöhen: Alle sind aufgefordert, ihren Beitrag zur guten gesunden Schule zu leisten. Und alle bekommen die Möglichkeit dazu.

Damit Schüler, Lehrer und Eltern auch nachhaltig von der guten gesunden Schule profitieren, ist es letztlich entscheidend, dass das Konzept fortlaufend zum Maßstab für die Weiterentwicklung des Schulprogramms wird: Die Schule evaluiert dazu ihr jeweiliges Fortkommen – auf dieser Grundlage steckt sie sich neue Ziele für ihren weiteren Weg beim Zusammenspiel von Gesundheit und Bildung. An der Schulprogrammentwicklung lässt sich ablesen, wie und in welchem Ausmaß gesundheitsrelevante Themen in die verschiedenen Bereiche des Schullebens integriert sind und sich die Bildungs- und Erziehungsqualität verbessert hat.

Der Prozess der Schulprogrammentwicklung der guten gesunden Schule ist Steuerungsinstrument und Qualitätsmanagement-Werkzeug in einem. Es geht darum,

- bewusst Verhältnisse im Auge zu behalten, die die Organisation Schule selbst ändern kann.
- die Entwicklung der Schule so zu gestalten, dass die gesundheitsförderlichen Prinzipien stets berücksichtigt werden.
- eine datengestützte Analyse des eigenen Entwicklungsstandes durchzuführen.
- sich mit Blick auf die gute gesunde Schule auf gemeinsame Werte, Ziele und Aufgaben sowie ihre Überprüfung zu einigen.
- konkrete Entwicklungsaufgaben zu formulieren, die gesundheitsförderliche Aspekte einbeziehen.
- den gesamten Prozess zu dokumentieren.

In den Schulen herrscht oftmals die Tendenz – und ihnen bleibt in der Regel nichts anderes übrig –, Problemen mit einzelnen Projekten zu begegnen. Verschiedene Interessengruppen sehen ihr jeweiliges Thema als zentral an; es werden unkoordiniert Projekte, Fortbildungen organisiert und didaktische Materialien entwickelt. Zu Recht fühlen sich die Schulen daher beispielsweise mit Angeboten zur Übergewichts- und Adipositasprävention überfordert und überschwemmt, da diese meist ungenügend auf die pädagogischen Interessen der Schule und ihre Strukturen abgestimmt sind.

### Schulentwicklung mittels Gesundheit – das bedeutet vor Ort und im Alltag gleichermaßen anzusetzen bei der

- Organisationsentwicklung,
- Unterrichtsentwicklung,
- Personalentwicklung
- Ausstattungsentwicklung.



Die Erfahrung der vergangenen Jahre hat gezeigt, dass sich die meisten Projekte deshalb nicht etablieren und nicht nachhaltig an Schulen wirken. Die Partner der guten gesunden Schulen unterstützen diese dagegen in ihrem Kernanliegen, gute Schulen zu werden. Sie stärken sie in ihrer Entwicklung und den damit verbundenen Aufgaben der Qualitätssicherung und Qualitätsentwicklung. Sie bürden den Schulen keine Extraaufgaben auf, sondern stärken sie in dem, was sie ohnehin tun müssen.

Diese Grundeinstellung für eine Übergewichts- und Adipositasprävention in der Schule heranzuziehen und gleichzeitig durch die Schulentwicklung zu etablieren ist naheliegend. In dem mehrjährigen Teilprojekt „besser leben – mehr bewegen“ im Rahmen des Programms Anschub.de wurden die Möglichkeiten und Grenzen diesbezüglich erprobt (s. Seite 9 ff.). Dabei bildete das Qualitätskonzept für die gute gesunde Schule die Grundlage für die schulische Übergewichts- und Adipositasprävention. Es sollte möglich werden, präventive Maßnahmen einzuführen, die niederschwellig, multifaktoral und mehrdimensional sind. Dabei wurde von der Grundannahme ausgegangen, dass die Prävention von Übergewicht und Adipositas in der ganzen Schule angelegt sein muss, um wirksam zu sein, und sich am Bildungs- und Erziehungsauftrag der Schule orientieren sollte, wie er im Qualitätskonzept der guten gesunden Schule beschrieben ist.

Dadurch kann das Thema Übergewichts- und Adipositasprävention alle wesentlichen Bereiche des Schul- lebens durchdringen und wird nicht mehr als belastende Zusatzaufgabe angesehen.

# Das Teilprojekt „besser leben – mehr bewegen“

## Ziele, Maßnahmen, Steuerung

Im Rahmen des Teilprojekts „besser leben – mehr bewegen“ an drei Berliner Grundschulen sollte erprobt werden, wo die Möglichkeiten und Grenzen einer Übergewichts- und Adipositasprävention im Schulalltag mit ihren besonderen Anforderungen liegen. Diese Schulen befinden sich seit 2004 in der Entwicklung zur guten gesunden Schule und werden seitdem durch das Landesprogramm für die gute gesunde Schule Berlin unterstützt.

Es wurde davon ausgegangen, dass die Schulen durch das Konzept der guten gesunden Schule über folgende Voraussetzungen verfügen und dafür geschaffen waren, eine Übergewichts- und Adipositasprävention in die Schulentwicklung mit aufzunehmen:

- eine ausreichend entwickelte Steuerungsarbeit zur Schulprogrammentwicklung und damit vorhandenes Qualitätsmanagement-Werkzeug,
- ein Verständnis von Gesundheit und Krankheit, das die soziale Organisation Schule selbst herstellt,
- Erfahrung bei der Schulentwicklung unter gesundheitsförderlichen Prinzipien,
- Evaluationswerkzeuge und Erfahrung in der Prozess- und Entwicklungsdokumentation,
- gemeinsame Werte und Ziele,
- eine „gelebte“ Organisations-, Unterrichts-, Personal- und Ausstattungsentwicklung.

Weiterhin wurde davon ausgegangen, dass die bereits vorhandenen Module der guten gesunden Schule eine zusätzliche Unterstützung darstellen: Eine Schule, die sich zur guten gesunden Schule entwickelt und dabei auch die Übergewichts- und Adipositasprävention integriert, verknüpft gesundheitliche und präventive Interventionen verschiedenster Themen, wie sie z. B. in den Modulen aufbereitet und z. T. evaluiert wurden. Diese Module/Handreichungen sind in den meisten Fällen mit der Möglichkeit, Fortbildung zu erhalten, verknüpft und waren den teilnehmenden Schulen im Teilprojekt „besser leben – mehr bewegen“ seit geraumer Zeit bekannt.

Als unterstützend für die Übergewichts- und Adipositasprävention sind folgende Module zu nennen:

### „Bewegungsfreudige Schule“

Bewegung gehört zu den zentralen Themen zur Vorbeugung von Übergewicht und Adipositas. Die Idee der bewegungsfreudigen Schule zielt auf die Integration von Bewegung, Sport und Spiel in die Schulprogramme ab. Bewegung stärkt die Lernbereitschaft, unterstützt Lernprozesse und macht die Lernergebnisse nachhaltiger. Bewegung in der Schule kann auf den unterschiedlichsten Gebieten möglich werden: vom Wandertag über Bewegungspausen im Unterricht bis zur „bewegten“ Elternarbeit.

### „Schule – Gebäude – Freiflächen – Gesundheit“

Es ist unbestritten, dass die Arbeits- und Lernumgebung extrem wichtig für die Leistungsfähigkeit, das Wohlbefinden und damit letztlich für die Gesundheit ist. Bis auf die Schulhofgestaltung sind die Möglichkeiten und die Notwendigkeit der Umgestaltung in den Köpfen kaum präsent. Klassen, Horträume und Freiflächen sollten so gestaltet sein, dass sie die Schüler zur Bewegung und zum Wohlfühlen animieren – auch darin besteht ein wichtiger Beitrag für die Prävention von Übergewicht und Adipositas.

### „Schule is(s)t in Bewegung“

Diese Handreichung bietet eine Fülle praktischer Vorschläge für projektartigen Unterricht zu den Themen Ernährung und Bewegung.

### „Schwere Zeiten ... neue Wege ...“

Die Schule hat vielfältige Möglichkeiten, auf das Ernährungsverhalten der Schüler Einfluss zu nehmen: vom gut ausgestatteten Kiosk über gesunde Pausenbrote bis zur vollwertigen Mahlzeit. Das Thema eignet sich bestens dazu, praktisches Wissen zu vermitteln – in Form der angebotenen Nahrungsmittel und der

Thematisierung im Unterricht. Übergewicht und Adipositas bilden ein besonderes psychosoziales Belastungsrisiko. Motivierte und geschulte Lehrer können hier gut eingreifen, indem sie Schüler und Eltern direkt ansprechen. Der Gesprächsleitfaden dieses Moduls bietet dazu konkrete Hilfe.

#### **„Prima Klima“**

Gegenseitige Achtung erfordert das Schulleben auf allen Ebenen, sei es zwischen Lehrern und Schülern, Schülern und Schülern oder Lehrern und Eltern. Kinder mit Gewichtsproblemen sind oftmals das Ziel von Mobbing, Hänseleien und Ausgrenzungen. Das Modul zeigt Wege auf, miteinander ein gutes Schulklima zu gestalten.

#### **„Die Schatzsuche“**

Wer lernen und etwas leisten soll, benötigt zahlreiche Ressourcen. In der Schule stehen heute noch viel zu sehr Fehler, Schwächen und Probleme im Vordergrund. Gerade übergewichtige und fettleibige Kinder müssen in ihrem Selbstwertgefühl gestärkt werden. In diesem Modul finden Lehrkräfte Hinweise, wie sie die Stärken der Schüler in den Blickpunkt rücken und auch in Fehlern Chancen sehen können. Gemeinsam mit den Schülern begeben sich die Lehrkräfte auf diese „Schatzsuche“, die zum durchgängigen Unterrichtsprinzip werden soll und z. B. durch die Methode der kontrollierten Abstinenz den Verzicht auf ein liebgewonnenes Verhalten übt. Gerade dies kann beim Umgang mit Süßigkeiten und ähnlichen Dickmachern sehr hilfreich sein.

### **Die Projektziele**

Unter den Partnern wurden zu Beginn folgende Ziele formuliert:

- Gesundheitsförderliche und präventive Aufgaben werden durch den Schulentwicklungsprozess aufgenommen (Organisationsentwicklung, Unterrichtsentwicklung, Personalentwicklung und Ausstattungsentwicklung).
- Alle Beteiligten behandeln Übergewicht und Adipositas als pädagogisches Problem und sehen die präventiven Maßnahmen als Teil des Bildungs- und Erziehungsauftrags. Sie integrieren entsprechende Aktionen in den Schulalltag.
- Die Maßnahmen sollen mit anderen durch Schulentwicklung verbunden werden.
- Bei der Übergewichts- und Adipositasprävention einigen sich die Beteiligten auf gemeinsame Ziele und Aufgaben und ihre Überprüfung.
- Das Ernährungs- und Bewegungsverhalten von Schülern, Lehrern und Eltern soll sich verbessern. Sie sollen für diese Themen sensibilisiert werden.
- Schwer erreichbare Zielgruppen sollen angesprochen werden.
- Die Unterstützung durch die Kooperationspartner soll genutzt werden.
- Evaluation und Erfahrungen sollen anschließend für andere Schulen bereitgestellt werden.

### **Die Schulen im Projekt**

Zahlreiche Schulen in Deutschland setzen seit Jahren erfolgreich das Konzept der guten gesunden Schule um. Um dieses Konzept voll auszuschöpfen und speziell um Aspekte der Übergewichts- und Adipositasprävention zu erweitern, wurden drei Schulen ausgewählt, die bereits an der guten gesunden Schule teilnahmen: Es handelt sich um drei Grundschulen aus den Berliner Bezirken Tiergarten, Wedding und Gesundbrunnen. Alle drei Grundschulen haben mit etwa 60 bis 93 Prozent einen hohen Anteil von Schülern mit Migrationshintergrund. Die Schulen liegen in Berlin-Mitte, wo laut Bericht „Zur gesundheitlichen und sozialen Lage von Kindern in Berlin“ (2006) zwischen 20 und 30 Prozent der Kinder übergewichtig oder fettleibig sind. Zudem gibt es hier mit etwa 40 Prozent einen hohen Anteil von Haushalten mit einem niedrigen sozioökonomischen Status – beide Merkmale sind Voraussetzungen, die

das Risiko von Übergewicht und Fettleibigkeit erhöhen. Da das Grundschulalter als ein sehr wichtiger Zeitpunkt für die spätere Entwicklung des Körpergewichts gilt, fiel die Wahl auf diese Schulstufe.

#### *Gottfried-Röhl-Grundschule*

- Klassenstufen eins bis sechs
- rund 460 Schüler, 40 Lehrkräfte und 16 Erzieher
- der Anteil von Schülern mit Migrationshintergrund liegt bei etwa 60 Prozent: multikulturelle Mischung, die türkische Herkunft überwiegt leicht.

#### *Kurt-Tucholsky-Grundschule*

- Klassenstufen eins bis sechs
- rund 580 Schüler, 50 Lehrkräfte und 13 Erzieher
- der Anteil von Schülern mit Migrationshintergrund liegt bei etwa 80 Prozent: vor allem türkische, arabische und serbokroatische Herkunft.

#### *Rudolf-Wissell-Grundschule*

- Klassenstufen eins bis sechs
- rund 620 Schüler, 48 Lehrkräfte und elf Erzieher
- der Anteil von Schülern mit Migrationshintergrund liegt bei etwa 93 Prozent: vor allem türkische und auch arabische Herkunft.

## **Die Projektsteuerung**

Die Organisation für die aufbau- und ablauforganisatorischen Regelungen zur Abwicklung des Teilprojekts lag in den Händen der drei Kooperationspartner Bertelsmann Stiftung, AOK Berlin – Die Gesundheitskasse und Senatsverwaltung für Bildung, Wissenschaft und Forschung Berlin, den drei Berliner Grundschulen sowie externen Experten und Partnern aus den Bereichen Wissenschaft, Bewegung, Ernährung und Elternarbeit. Die Beziehungen lassen sich wie in der Grafik (siehe S. 12) darstellen.

Die Aufgaben innerhalb der Steuerungsebene der Kooperationspartner und der externen Partner wurden als für die Schulen kostenneutrale Ressourcenerstellung und thematische Integrationsunterstützung beschrieben und abgegrenzt. Die Schulen hatten die Aufgabe, diesbezüglich Bedarfe an die Kooperationspartner zu melden. Die Kommunikation, Abstimmung und Koordination dieser Prozesse erfolgte auf den regelmäßigen Sitzungen der Steuergruppe.

Die Aufgaben der Ressourcenerstellung und thematischen Integrationsunterstützung wurden von einem Projektmitarbeiter in der Bertelsmann Stiftung und einer für das Projekt vor Ort freigestellten Lehrkraft koordiniert.

Um die Nachhaltigkeit der gesamten Arbeit zu gewährleisten, bestand Konsens, dass die Impulse zur konkreten Umsetzung von Maßnahmen von der Schule selbst entwickelt werden müssen. Der etablierte Projektaufbau lässt sich als Netzwerk-Projektorganisation beschreiben. Dadurch sollten ein möglichst hohes Verantwortungsgefühl aller Projektbeteiligten, eine hohe Eigenmotivation und Selbststeuerung und -verantwortung sowie ein flexibler Personaleinsatz ermöglicht werden. Diesbezüglich erforderlichen hohen Anforderungen an die Kommunikations- und Informationsbereitschaft und die dazugehörige Steuerung wurden bewusst eingeplant.

Der eigentliche Projektablauf gliederte sich in eine Planungs-, eine Umsetzungs- und eine Evaluationsphase. In der Planungsphase wurde die Projektablauforganisation mit Zielen, Maßnahmen und angestrebten Ergebnissen der Umsetzungsphase in Form eines Projektstrukturplans geplant und fixiert. Die Evaluationsphase wurde in diesen bereits integriert und auf diese Weise vorbereitet.

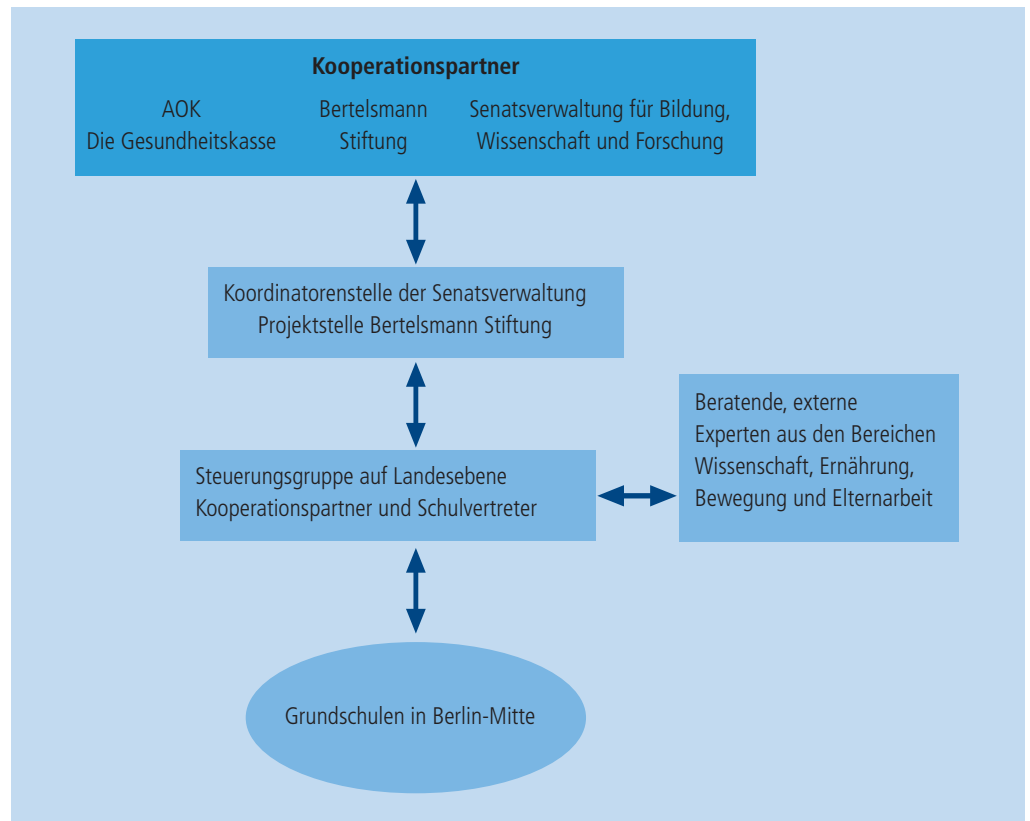


Abb. 1: Steuerungsmodell

## Die Umsetzung des Projekts

Im ersten Schritt der Projektumsetzung wurden allen Lehrern der Projektschulen im Rahmen einer Lehrerkonferenz die Ziele und das geplante Vorgehen im Projekt aus der Sicht der Kooperationspartner sowie das Modul „Schwere Zeiten ... neue Wege ...“ mit den wichtigsten thematischen Aspekten des kindlichen Übergewichts als Begleitmedium vorgestellt. In einem Zeitraum von drei Monaten fand die schulinterne Abstimmung zur Teilnahme an dem Projekt in den Schulen statt.

Während der Lehrerkonferenzen und der anschließenden Abstimmungsprozesse wurden pro Schule ein bis drei Lehrer gewonnen, die für die Einführung des Projekts verantwortlich sein sollten. Diese vertraten die Schulen auf den anschließend etwa alle drei Monate durchgeführten Steuerungsgruppensitzungen mit den Kooperationspartnern und externen Experten und Partnern. Die Schulvertreter in der Steuerungsgruppe, die für die Steuerungsgruppensitzungen freigestellt worden waren, wurden als Transporteure des Teilprojekts in die Steuerungsgruppen ihrer Schulen betrachtet. Sie hatten zudem den Auftrag, die Ziele und Abläufe in ihrer Schule festzulegen und die dazugehörigen und umzusetzenden Maßnahmen zu identifizieren, zu benennen, zu sammeln und in Maßnahmenplänen mit einer Darstellung der Umsetzung zu fixieren. Dies geschah in enger Abstimmung mit den Kooperationspartnern und den externen Experten auf den Steuerungsgruppensitzungen, die auch gemeinsam die Inhalte für eine Fortbildung für alle Lehrer der Schulen erarbeiteten.

Im zweiten Schritt fand eine ganztägige Fortbildung für alle Lehrkräfte, Erzieher und die Schulleitungen statt. Entsprechend den von den Schulen auf den Steuerungsgruppensitzungen gemeldeten Bedarfen und gemeinsam bearbeiteten Inhalten wurden auf dieser Fortbildung neben der erneuten Darstellung des konzeptionellen Ansatzes Workshops zu den Themen Bewegung, Ernährung und psychosoziale Aspekte

beziehungsweise Elternarbeit bei kindlichem Übergewicht und Adipositas durchgeführt. Den Workshops wurden die Module der guten gesunden Schule (s. Seite 9/10) zugrunde gelegt. Diese Veranstaltungen stellten nach einer Vorbereitungszeit von einem Schuljahr den „Kick off“ für die Umsetzungsarbeit der Maßnahmen im schulischen Alltag dar.

Die bis dahin durchgeführten Maßnahmen sollten sicherstellen, dass alle Lehrkräfte informiert waren, eine thematische Grundlagenkompetenz und Sensibilisierung bei ihnen zu Beginn des Projekts gegeben und dass eine thematische Unterstützung in der Breite der Schule vorzufinden war.

Im nächsten Schritt waren die Schulen aufgerufen, in den von ihnen identifizierten Handlungsfeldern – und damit verstärkt in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Elternarbeit – weiterzuarbeiten. Die Kooperationspartner waren zu diesem Zeitpunkt durch begleitende Maßnahmen und Ressourcenbereitstellung unterstützend tätig. Dabei handelte es sich um Steuerungs- und Abstimmungsprozesse durch die Bildung und Einberufung der Steuerungsgruppensitzungen, Informationsbesuche in den Schulen, Bereitstellung von Maßnahmenplänen und die Bedarfsabfrage mit anschließender für die Schulen kostenloser Unterstützung (z. B. Material für die thematische Unterrichts- und Pausengestaltung, weitere Fortbildungen für Lehrkräfte zu den Themen „Führung von Elterngesprächen“ und „Ernährung“).

Als nächster Projektschritt war vorgesehen, das Thema verstärkt in die Breite der Schule und die Lehrerschaft zu transferieren. Hierzu sollte die Verbindung zu der schulinternen, die Entwicklungsschritte der Schule bestimmenden Steuerungsgruppe gebildet bzw. ausgebaut werden. Damit sollte die Ergänzung und Anbindung der Projektziele unter Übergewichts- und Adipositaspräventionsaspekten im Schulprogramm ermöglicht werden und eine weitere breite Sensibilisierung des Kollegiums einhergehen.



## Der Überblick über das Vorhaben

**Oberziel:** Übergewichts- und Adipositasprävention nachhaltig in der guten gesunden Schule durch Schulentwicklung verankern

Unterziele	Maßnahmen	erwartete Ergebnisse/Wirkungen
<b>Schulen behandeln Übergewicht und Adipositas als pädagogisches Problem</b>	Wissensvermittlung, Sensibilisierung (z. B. Thematisierung und Projektvorstellung auf Lehrerkonferenzen, Module „Schwere Zeiten ... neue Wege...“ an alle Lehrer zum Selbststudium)	Alle Lehrkräfte kennen die thematischen Grundlagen und Probleme der kindlichen Adipositas, sind diesbezüglich sensibilisiert und berücksichtigen diese bei ihrer schulischen Arbeit  Alle Lehrkräfte setzen sich für die Umsetzung einer Übergewichts- und Adipositasprävention ein
<b>Präventive Maßnahmen werden an den Schulen als Teil des Bildungs- und Erziehungsauftrags gesehen</b>	Verständniserweiterung bei Lehrkräften von Gesundheit und Krankheit, die die soziale Organisation Schule selbst herstellt Erfahrungen bei der Schulentwicklung unter gesundheitsförderlichen Prinzipien werden genutzt  Das Qualitätskonzept der guten gesunden Schule wird von allen Lehrkräften für die schulische Übergewichts- und Adipositasprävention verstanden und angenommen  Die Lehrkräfte verstehen, dass die Prävention von Übergewicht und Adipositas in der ganzen Schule angelegt sein muss, um wirksam zu sein	Durch das Konzept der guten gesunden Schule werden Voraussetzungen geschaffen, eine Übergewichts- und Adipositasprävention in die Schulentwicklung mit aufzunehmen  Prävention von Übergewicht und Adipositas wird nicht als belastende Zusatzaufgabe und/oder als Einzelmaßnahme gesehen
<b>Präventive Maßnahmen werden in den Schulalltag integriert und durch Schulentwicklung verbunden</b>	Übernahme der Projektverantwortung durch ein bis drei Lehrkräfte Projektsteuerungsgruppensitzungen werden durchgeführt (Schulvertreter, Kooperationspartner, Koordinatoren, externe Partner)  Auf die Schule zugeschnittene Fortbildungen werden durchgeführt Verbindung zu den schulinternen Steuerungsgruppen wird gebildet bzw. ausgebaut  Präventive Maßnahmen werden in den Schulentwicklungsprozess mitaufgenommen und etabliert  Übergewichts- und Adipositasprävention wird in das Schulprogramm aufgenommen und durch andere Module ergänzt  Weiterentwicklung der Steuerungsarbeit zur Schulprogrammentwicklung und der vorhandenen Qualitätsmanagement-Werkzeuge	Ressourcen-, Bedarfs- und Maßnahmenidentifizierung durch die Schulen  Erstellung von Maßnahmenplänen mit Zielen und Abläufen durch die Schulen  Thematische Anbindung an weitere Module  Prävention von Übergewicht und Adipositas wird auf breiter Basis in der Schule aufgenommen  Prävention von Übergewicht und Adipositas wird mit ihren Bestandteilen in das Konzept der guten gesunden Schule integriert  Aus der Schule heraus entwickelte Maßnahmen erlangen Nachhaltigkeit  Präventive Maßnahmen sind niederschwellig, multifaktoral und mehrdimensional  Synergiennutzung durch Austausch und Netzwerkbildung
<b>Das Ernährungs- und Bewegungsverhalten von Schülern, Lehrern und Eltern wird verbessert</b>	Thematische Wissensvermittlung an Lehrkräfte und Eltern durch Angebote, Kurse und Fortbildung zu den Themen Bewegung, Ernährung, Elternarbeit  Umsetzung praktischer Maßnahmen  Unterstützung durch Ressourcen der Kooperationspartner (z. B. Materialien)	Kompetenzerwerb zu Übergewicht und Adipositas bei allen Beteiligten  Thematische und projektbezogene Unterstützung durch alle Beteiligten  Verhaltens- und Verhältnisänderung in den Schulen und bei allen Beteiligten
<b>Schwer erreichbare Zielgruppen werden angesprochen</b>	Thematische Wissensvermittlung an Lehrkräfte zum Thema Elternarbeit	Innovative Konzepte zur Ansprache von Eltern
<b>Unterstützung durch Partner wird von Schulen genutzt</b>	Bedarfsmeldung der Schulen auf Steuerungsgruppensitzungen Abfrage der Ressourcenbereitstellung und der thematischen Integrationsunterstützung der Kooperationspartner durch die Schulen  Vernetzung und Kooperation mit externen Leistungserbringern	Schulen nehmen Kontakt zu relevanten Partnern auf Synergieeffekte (z. B. Kooperationen) und nachhaltige Unterstützungsstrukturen Bedarfbefriedigung
<b>Evaluation und Erfahrungen werden anderen Schulen bereitgestellt</b>	Evaluationswerkzeuge und Erfahrung in der Prozess- und Entwicklungsdokumentation werden genutzt und angewandt	Erfahrungen und Ergebnisse können von Interessierten genutzt werden

# Berichte, Meinungen, Erfahrungen

## **Innen- und Außensicht**

Seit dem Beginn der Erstellung des Moduls/der Handreichung „Schwere Zeiten ... neue Wege ...“ und der Vorstellung der Projektkonzeption in den Schulen sowie der anschließenden Umsetzungsphase sind bis zum Abschluss des Projekts im Herbst 2009 fast vier Jahre vergangen.

Dieses nahmen die beteiligten Vertreter der Schulen, die Kooperationspartner und die externen Experten zum Anlass, Bilanz zu ziehen. Dabei wird, ohne bereits nach den Gründen zu fragen, anhand der Meinungsäußerungen und Kommentierungen der zugrunde liegende Projektverlauf mit seinen „Knack- und Knirschpunkten“ deutlich:

### **Unterschiedliche Erwartungen und Ansprüche**

Trotz einer gemeinsamen Zieldefinition und des Konsens, dass die Entwicklung einer Übergewichts- und Adipositasprävention aus der Schule heraus erfolgen muss, haben die Schulen erwartet, dass mit dem Teilprojekt „besser leben – mehr bewegen“ verstärkt Unterstützung durch die Kooperationspartner bezüglich der Umsetzung angeboten werden würde. Die indifferente Bedarfsmeldung der Schulen stand diesen Erwartungen gegenüber und verzögerte damit wiederum die Möglichkeiten einer aktiven und schnellen Umsetzung der Bedarfe.

### **Thematische und systemische Widerstände**

An den Schulen gab es Widerstände, die aus unterschiedlichen Meinungen über die Wichtigkeit des Themas und die unterschiedliche Vorstellung und Definition einer Übergewichts- und Adipositasprävention in der Schule resultierten. Sie reichten von einer speziellen Prävention bis hin zur verstandenen Auffassung, dass Schule als alleiniger Teil der kindlichen Lebenswelt für die Übergewichts- und Adipositasprävention verantwortlich sein soll. Trotz einer gemeinsam erarbeiteten Definition konnte kein durchgehendes und homogenes Verständnis im Lehrkollegium vermittelt und herbeigeführt werden.

Obwohl die Projektschulen eine mehrjährige Entwicklung zur guten gesunden Schule durchliefen, die Projektbewerbung zur Teilnahme aus den Schulen heraus erfolgte und eine umfangreiche Ressourcenabfrage und -bereitstellung durch die Kooperationspartner möglich war, wurden in den Interviews auch Widerstände, die mit dem System Schule begründet sind, genannt. Als systemische Widerstände wurde das Nichtvorhandensein ausreichender schulischer und zeitlicher Ressourcen, auch auf die Länge der Projektdauer bezogen, angeführt.

### **Entwicklung in der Schule**

Über vielfältige Maßnahmen, die als thematische Integrationsunterstützung und direkte Ansprache einzelner Personengruppen durch die Kooperationspartner beschrieben werden können, wurde versucht, eine enge thematische Anbindung an die interne Schulentwicklungsgruppe zu unterstützen. Diese Entwicklungen vollzogen sich in den Schulen jedoch nicht wie erwünscht. Es gelang nicht, das Thema in die gesamte Schule und in die Schulentwicklung einzubringen. Dadurch konnten wiederum die meisten der festgelegten Ziele nicht erreicht werden; sie blieben isoliert und wurden oftmals nur von einzelnen Lehrkräften bearbeitet und damit wiederum als Zusatzaufgaben – ohne Nachhaltigkeit – angesehen.

## Die Innenperspektive: Lehrkräfte

Trotz unterschiedlicher Erfahrungen im Einzelnen sind sich alle für das Projekt verantwortlichen Lehrer in einem Punkt einig: „Wir brauchen mehr Hilfe von außen.“ Im Folgenden finden sich die ursprünglichen Ziele und die in geführten Interviews gegebenen Einschätzungen dazu.

### **Ziel: Prävention von Übergewicht und Adipositas als pädagogischer Auftrag**

An allen drei Grundschulen war von vornherein klar, dass sie nicht für Therapie, sondern für Prävention im Rahmen der guten gesunden Schule Verantwortung übernehmen sollen. „Wir haben darauf geachtet, dass wir insgesamt eine präventive Erziehung im Rahmen der guten gesunden Schule erreichen“, sagt Christiane Schick von der Kurt-Tucholsky-Grundschule. Schick empfindet die verschiedenen Maßnahmen als „unheimlichen organisatorischen Aufwand“, der jedoch viel bewirkt habe: „Es gibt eine andere Umgehensweise und ein anderes Denken. Da sind Dinge ins Rollen gebracht worden.“

Bernd Breier, der zur erweiterten Schulleitung der Gottfried-Röhl-Grundschule zählt, hat mit Beginn des Projekts schnell den Eindruck gewonnen, „dass wir uns eine wirkliche Adipositasprävention gar nicht leisten können. Wir haben uns aber gefragt, was können wir bei der guten gesunden Schule noch mehr im Hinblick auf Adipositas leisten, um die Kollegen zu sensibilisieren und die betroffenen Schüler und Eltern anzusprechen. Ich denke, das ist auch gut gelungen. Wir sind aber schnell an unsere Grenzen gestoßen. Alle Möglichkeiten, die wir haben, sind zeitlich und personell ausgenutzt.“

Der Konrektor der Rudolf-Wissell-Grundschule, Bernd Schubert, hält es für problematisch, Lehrern mit „spezieller“ Prävention noch mehr Arbeit aufzubürden. „Eigentlich ist der Ansatz gut und richtig. Aber wir sind weder Sozialpädagogen noch Psychologen, sondern sollen in erster Linie Bildung vermitteln. Ich habe von Anfang an gesagt, dass es schwierig wird, Kollegen miteinzubeziehen, weil sie mit vielen anderen Dingen beschäftigt sind.“ Seiner Ansicht nach ist das „Projekt, wie es mal ins Leben gerufen wurde, gescheitert“.

### **Ziel: Alle Beteiligten des Schulalltags einbeziehen – schwer erreichbare Zielgruppen ansprechen**

An der Gottfried-Röhl-Grundschule war Bernd Breier überrascht, wie gut der Gesundheitse Elternabend angenommen wurde. Mit einer Projektwoche zur Gesundheit oder übers Elterncafé die Eltern einzubeziehen klappte dagegen nicht wie erhofft: „Wir haben die Eltern noch nicht richtig ins Boot geholt.“ Die Lehrer stießen zudem an ihre Kapazitätsgrenzen, als sie die Pausen verlängerten, weitere Bewegungsangebote machten und den Kindern mehr Zeit zum Essen einräumten – und so ihren eigenen Arbeitseinsatz zunehmend erhöhten. „Wir haben gemerkt, dass das ohne zusätzliches Engagement von außen nicht mehr leistbar ist“, sagt Breier. Sein Fazit: „Die Schüler nehmen Bewegungsangebote zwar an, aber die Kinder, die wir eigentlich erreichen wollen, erreichen wir weiterhin nicht.“

„Wir sind ja schon eine gute gesunde Schule, aktiv in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Sport – aber wir müssen sehen, dass bei unserer Zielgruppe gesunde Ernährung noch nicht vorrangig ist. Alles, was wir tun, ist nur ein Tropfen auf den heißen Stein“, sagt Schubert. Ernährung sei an seiner Schule mit einem Ausländeranteil von 93 Prozent und gleichzeitig vielen adipösen Kindern ein schwieriges Thema: „Man muss die Mentalität der Migranten einbeziehen.“ Dort heiße es nicht, die Jungen seien dick, sondern sie gelten als stark. Die Kinder wüssten auch, was sie eigentlich essen sollten. „Trotzdem kommen sie mit Weißbrotstullen.“ Er habe beim Projekt praktische Modelle erwartet, „da war aber nur wenig“.

Auch an der Kurt-Tucholsky-Grundschule ist Bewegung ein wichtiges Thema; es gibt bewegte Pausen, Projektwochen oder -tage zur Ernährung, Schüler der dritten Klasse machen den Ernährungsführerschein. Durch diesen gebe es auch viel Kontakt zu den Eltern, „sodass in den dritten Klassen ein relativ großes Potenzial an Eltern entsteht, die aktiv am Unterricht teilnehmen“, sagt Schick. Auch der Bewegungskurs für Mütter, der während des Projekts angeboten wurde, habe „gute Resonanz“ gefunden.

### **Ziel: Gesundheitsförderliche und präventive Aufgaben durch den Schulentwicklungsprozess aufnehmen – Unterstützung von Partnern nutzen**

Alle drei Schulen haben die Ziele der guten gesunden Schule auch in ihren Schulentwicklungsprozess aufgenommen. Speziell bei der Übergewichts- und Adipositasprävention sehen sie jedoch die Grenzen ihrer Einflussmöglichkeiten und ihrer personellen Kapazitäten erreicht. Ihre Hauptprobleme: Wie können wir diese Zusatzaufgaben leisten und Nachhaltigkeit schaffen?

„Schule ist der richtige Ort für Prävention“, sagt Bernd Schubert. Das A und O sei es, die Eltern mit ins Boot zu holen. Gleichzeitig sei dies aber auch die schwierigste Aufgabe. Er habe erwartet, dass ihm für das Projekt Fachleute zur Verfügung gestellt würden, die in die Klassen gehen und die Kollegen ansprechen, die es weiter in den Schulalltag tragen – „also eigentlich wesentlich mehr Fremdpersonal“. „So etwas wie das Angebot zum Elternsport hätte ich dabei in einem Vielfachen für nötig gehalten.“ Schubert ist der Ansicht, dass die Lehrer diese Aufgaben nicht allein lösen können. „Wir brauchen dazu mehr Geld für Prävention und mehr Leute.“ Für Nachhaltigkeit brauche es Akzeptanz und die Fortführung angeschobener Programme von außen.

Das Schulprogramm zur guten gesunden Schule empfindet Bernd Breier für die Gottfried-Röhl-Schule als „toll“. „Das hat uns mächtig angeschoben, und es gibt auch kein Zurück mehr. Auch die Spezialisierung auf Übergewicht und Adipositas ist gut. Wir sind jetzt auf einem höheren Niveau und wollen immer besser werden.“ Aber es sei sehr schwierig, im System Schule etwas Neues zu institutionalisieren. Das dauere oftmals Jahre. „Wir sind nicht so weit, dass jeder Lehrer, der in der dritten Klasse den Ernährungsführerschein begleiten soll, davon auch begeistert ist.“ Um an die Eltern heranzukommen, müsse ebenfalls „sehr geschickt“ agiert werden. „Wenn das Wort Adipositas fällt, machen viele zu.“ Deshalb halte er einen allgemeinen Ansatz über Bewegung, Ernährung und Bewusstsein für entscheidend. Für die Zukunft setzt er unter anderem darauf, die Eltern über Elternabende, Bewegungskurse und Kochkurse für Eltern und Kinder zu erreichen. Aber: „Bei unseren Kollegen ist das Limit erreicht. Sie können einfach nicht mehr leisten.“

Auch die Kurt-Tucholsky-Schule verstärkt ihr Engagement im Sinne der guten gesunden Schule weiter. Ab diesem Schuljahr gibt es dort eine sportbetonte Klasse, um „in diesem Bereich Bewusstsein und Auseinandersetzung zu erzeugen“. Die türkischen Mütter, die Verantwortung für das Frühstück übernommen hätten, würden immer wieder zur Vielfalt bei den Nahrungsmitteln angehalten. Schick wünscht sich, auch speziellere Angebote zur Übergewichts- und Adipositasprävention – wie den Bewegungskurs – fortzuführen, der durchaus gut angenommen worden sei. Aber: „Die Maßnahme war begrenzt, und wir können das nicht dauerhaft anbieten.“ Wenn die Eltern wüssten, dass das eine nachhaltige Sache ist, „dann wären sie auch dabei, denn das Interesse ist durchaus da“. Schick wünscht sich deshalb ebenfalls eine viel längere und intensivere Betreuung. In ihren Augen darf nicht alles allein von den Lehrern erwartet werden, was zur guten gesunden Schule gehört: „Wir brauchen eine kontinuierliche ritualisierte Hilfe von außen.“ Für die Kiez-Schulen fehlt ihrer Einschätzung nach ein tragendes Konzept für die Vernetzung mit Partnern.

## Die Außenperspektive: Experten, die die Schulen unterstützt haben

Die Diplom-Pädagogin Kerstin Funk und der Soziologe Michael Jäger gehören zu den Experten, die das Projekt begleitet und durch ihre Tätigkeiten in den Schulen umfangreiche Unterstützung geleistet haben. Funk arbeitet für den Jugendhilfe-Träger Leuchtturm Mitte e.V. und hat in zwei der Projektschulen Sportkurse für Mütter organisiert und koordiniert sowie Lehrer- und Erziehercoachings zum Thema stressfreie Elterngespräche angeboten. Jäger ist Mitgründer und Vorstand der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin e.V., die mit einer Schule ein neues Konzept für das Pausenverpflegungsangebot erarbeitete und zur Umsetzung Fortbildungen für Lehrkräfte, Erzieher und Eltern durchführte. Prävention von Übergewicht und Adipositas im Schulalltag zu verankern halten die beiden für zwingend notwendig. Das größte Problem in ihren Augen: die Nachhaltigkeit.

### Gute Ansätze, mangelnde Kontinuität

Für Kerstin Funk bildeten die Sportkurse für die Mütter einen guten Ansatzpunkt im Projekt; bei den Lehrer- und Erziehercoachings ist sie sehr engagierten Menschen begegnet. Die Schwierigkeit lag für sie jedoch in der fehlenden Kontinuität – besonders der Sportangebote – sowie in der Auswahl der Projektschulen. Bei den Sportkursen habe es reges Interesse gegeben, doch sei das Angebot auf zehn Einheiten begrenzt gewesen: „Das war ein Knackpunkt.“ Es sei zu viel verlangt, dass solche Kurse allein weiterbetrieben würden. „Einige Mütter haben zum ersten Mal in ihrem Leben Sport gemacht.“ Nach zehn Stunden Bewegung mit ins Leben zu nehmen, Bewegungsspiele oder Radtouren zu machen – das funktioniere nicht. Sie habe deshalb dafür plädiert, die Sportangebote zu verlängern. Das sei jedoch letztlich an den Finanzen gescheitert; ihrer Ansicht nach hätte der Senat aufgefordert werden sollen, eine Verlängerung der Angebote möglich zu machen.

Auch strukturelle Probleme macht sie für die mangelnde Nachhaltigkeit verantwortlich. Die drei ausgewählten Schulen lägen in sozialen Brennpunkten, die Lehrer, die dort arbeiten, seien ohnehin am Rande ihrer Kräfte. „Kein Wunder, dass die Bereitschaft, noch ehrenamtlich für Eltern und Kinder Angebote zu schaffen, begrenzt ist“, sagt Funk. Zudem müsse respektiert werden, dass „die Dinge hier anders laufen und länger brauchen“.

### Große Erwartungen beider Seiten

Michael Jäger, der wie Kerstin Funk auch an den regelmäßigen Steuergruppentreffen teilgenommen hat, beschäftigt die Frage, „ob das Thema Übergewichts- und Adipositasprävention in der Schule richtig aufgehoben ist“. Für ihn sind die Grenzen dabei schnell klar geworden. Die Schulen beklagen, dass sie zu viele Themen in den Schulalltag integrieren müssen, dafür aber zu wenig Ressourcen und zu wenig Personal zur Verfügung haben. Bei dem Projekt habe bis zum Schluss eine missverständliche gegenseitige Erwartungshaltung vorgeherrscht: Die Projektverantwortlichen erwarteten eigenständige Arbeit der Schulen, die Schulen seien ihrerseits davon ausgegangen, der Input für das Projekt käme komplett von außen. Er habe Verständnis für die Überlastung der Schulen, aber „es macht keinen Sinn, Projektchen nach Projektchen zu machen“. Seine Forderung: „Man muss sich fragen, was kann Schule in diesem Themenfeld sinnvollerweise leisten, und vor allem: Wie kann sie es verstetigen?“

### Die Lehrkräfte müssen mit Eltern betroffener Kinder ins Gespräch kommen

Die beiden Experten sind sich einig, dass die Schule Informationen zum Thema Ernährung und Bewegung sinnvoll vermitteln kann. Die Lehrer müssten die Probleme erkennen und dann mit den Eltern ins Gespräch kommen. „Das ist die perfekte Rolle für die Schulen: Sie können frühzeitig entstehende Problemkonstellationen erkennen sowie Informations- und Unterstützungsangebote vermitteln – dann aber ist die Grenze erreicht“, sagt Jäger. Diese Grenze hätten die Lehrer in den Coachings auch selbst gezogen, so Funk. „Dort saßen Lehrer, die sagten, Adipositas ist nicht unser Thema.“ In ihren Augen macht es keinen Sinn, Lehrer zu Adipositas-Experten auszubilden.

Statt auf spezielle Probleme wie Übergewicht und Adipositas zu fokussieren, halten die beiden Experten es für umso wichtiger, den grundlegenden Präventionsgedanken im Schulalltag zu verankern: „Bewegung

## Der Kooperationspartner AOK Berlin – Die Gesundheitskasse

Die AOK Berlin war Kooperationspartner beim Projekt der Übergewichts- und Adipositasprävention. Wir haben Werner Mall, den Leiter des Geschäftsbereichs Prävention und Rehabilitation, zu seinen Erfahrungen befragt.

### Warum hat sich die AOK Berlin am Adipositasprojekt und an der guten gesunden Schule beteiligt?

**Mall:** „Übergewicht und Adipositas sind Themen, die in unserer Gesellschaft rasant an Bedeutung gewinnen. Sie gehören zu den markantesten Risikofaktoren für chronische Krankheiten, wie koronare Herzerkrankungen oder Diabetes mellitus. Es liegt im Interesse einer jeden Krankenkasse, etwas gegen diese Risikofaktoren zu tun. Unsere Modellrechnungen sagen voraus, dass die präventive Arbeit mit Kindern uns helfen wird, künftig solche Krankheiten zu vermeiden. Der größte Einflussfaktor für den Gesundheitszustand der Bevölkerung sind die Lebensbedingungen und die Lebensweisen der Menschen. Als regional ausgerichtete Krankenkasse und noch dazu als größte Krankenkasse vor Ort richten wir unseren Blick stark auf die Gesundheitsangebote in der Region und übernehmen Verantwortung dafür, wie wir die Menschen am besten erreichen. Wenn wir nachhaltig Lebensweisen verändern wollen, müssen wir auf die Menschen zugehen. Um Kinder zu erreichen, gehen wir also in Kindertagesstätten und Schulen.“

### Wo sehen Sie die größten Herausforderungen bei der Übergewichts- und Adipositasprävention?

**Mall:** „Traditionell hat die Schule einen Bildungsauftrag, der die Prävention von Übergewicht und Adipositas zunächst nicht unbedingt beinhaltet. Wir sind jedoch davon überzeugt, dass von dem Bemühen um die ‚gute gesunde Schule‘ auch der Bildungsauftrag profitieren kann. Im Idealfall kann die Schule zu einem Lebensraum werden, in dem Schüler Lebensweisen erlernen, die sie vor Übergewicht und Adipositas schützen. Wie sie das erreichen kann? Zum Beispiel, indem sie ihren Schülern Anregung zu Bewegung gibt, damit Bewegung für Kinder in der Schule zu einer Selbstverständlichkeit wird. Auch die Ernährungsbildung gehört dazu. Neben Bewegung und Ernährungsbildung spielt natürlich auch die tägliche gesunde Ernährung selbst in der Schule eine wichtige Rolle. Gibt es ein gesundes Mittagessen? Gibt es einen Platz, an dem die Kinder gemeinsam essen? Wie viel Zeit bietet der Stundenplan für das Mittagessen? All das sind wichtige Faktoren, die den Lebensraum Schule ausmachen.

Und dann gibt es noch einen weiteren wichtigen Lebensraum, von dem der Erfolg der schulischen Aktivitäten nicht unwesentlich abhängt: die Familie. Wenn die Schule bei den Kindern etwas erreichen will, dann muss sie die Eltern mitnehmen. Gerade bei der Prävention von Übergewicht und Adipositas müssen wir jedoch auch genau hinschauen: Schule ist schnell überfordert, wenn man ihr gesundheitliche therapeutische Aufgaben auferlegt. Schule kann keine Gesundheitsprobleme lösen. Sie kann dabei helfen, dass Gesundheitsprobleme seltener auftreten.“

### Was braucht eine Übergewichts- und Adipositasprävention in der Schule, damit sie nachhaltig wirkt?

**Mall:** „Der Schlüssel zur Nachhaltigkeit liegt in der Organisationsentwicklung. Bei Anschub.de ist immer ein großer Teil der Arbeit organisationsbezogen. Das ist das Handwerkszeug, das Anschub.de den Schulen mitgibt, um Veränderungen zu ermöglichen – und nachhaltig zu verankern.

Veränderungen bedarf es dabei nicht nur in den fachlichen Themen. Vielmehr müssen wir Schulen in die Lage versetzen, an dem Thema zu arbeiten, ohne selbst daran Schaden zu nehmen. Bei dem Adipositasprojekt haben wir sehr viele hochengagierte Lehrer kennengelernt, und zu den Aufgaben des Projektes zählt es auch, geeignete Arbeitsformen zu finden, damit diese Lehrer ihr Engagement erhalten können. Dabei ist man auch auf Versuch und Irrtum angewiesen, da muss man vieles Neue ausprobieren. Das große Verdienst der Anschub-Schulen war es in diesem Projekt, genau das zu tun, um geeignete Wege für die Zukunft zu finden.“

muss in allen ihren Facetten in die Schule einfließen – von Pausen über Unterricht bis zum Sport; bei der Ernährung muss die Schule ihrer Vorbildrolle durch das Angebot in Cafeteria und Mensa gerecht werden und ihren Schülern Kompetenzen für eine gesundheitsfördernde Lebensweise vermitteln“, sagt Jäger.

#### **„Schule kann eine ganze Menge bewirken“**

Für Funk und Jäger besteht kein Zweifel daran, dass es zum Bildungs- und Erziehungsauftrag der Schule gehört, eine gesundheitsfördernde Lebensweise zu vermitteln. „Wenn wir das stärker nutzen, kann die Schule da eine ganze Menge bewirken.“ Funk sieht hier ebenfalls ein „Riesenpotenzial“. Hindernisse auf diesem Weg seien jedoch die „Rahmenvorgaben und der gefühlte Druck“ der Lehrer. Um diese Hindernisse aus dem Weg zu räumen, bedürfe es zum einen eines „klaren politischen Statements, dass dies mit zur Schulbildung gehört“. Zum anderen „brauchen wir Kollegen, die mutig genug sind zu sagen, ‚wir wollen die Kinder fit fürs Leben machen‘“.

Die Nachhaltigkeit ist in ihren Augen dann gesichert, wenn alle zuständigen Stellen zusammenarbeiten: „Es ist wichtig, dass alle – von der Politik über die Ausführenden bis zu den Familien – zusammen ins Boot geholt werden.“



# Kritische Analyse des Projekts „besser leben – mehr bewegen“

Professorin Dr. U. Korsten-Reck, Mitarbeiterin in der Abteilung Sportmedizin des Universitätsklinikums Freiburg, begleitete das Projekt „besser leben – mehr bewegen“ als wissenschaftliche Beraterin über die gesamte Projektlaufzeit. In Form einer Metaanalyse schildert sie den Projektverlauf aus ihrer Sicht.

Die analytische Betrachtung des Projekts erfolgt auf Basis der Begleitung des gesamten Vorhabens über den Zeitraum von vier Jahren. Es schließt die Phase der konzeptionellen Entwicklung und die Erstellung des Moduls „Schwere Zeiten ... neue Wege ...“ ein und erstreckt sich in der Arbeit mit den Schulen von der Projektplanung bis zu Tätigkeiten in den Schulen in der Umsetzungsphase. Es umfasst ebenso die Mitarbeit in der Steuerungsgruppensitzung in Berlin. Mit der Erprobung des Konzepts von „besser leben – mehr bewegen“ wurde in der Projektlandschaft zur Prävention von Übergewicht und Adipositas in Schulen Neuland beschritten.

## **Verortung des Ansatzes im Konzept der guten gesunden Schule**

Für „besser leben – mehr bewegen“ bildet, weil es sich um ein Teilprojekt des Programms Anshub.de handelt, das Konzept der guten gesunden Schule die Grundlage. Auf dieser Basis, so die Annahme, können gesundheitsförderliche und präventive Maßnahmen besser und dauerhaft in den Schulalltag eingeführt und hier verankert werden. Die Evaluationsdaten in Anshub.de belegen diese Annahme, ebenso dass sich nach einer Zeit von ca. drei Jahren über den Weg der Schulentwicklung Entlastungen einstellen und die Arbeit an einem Gesundheitsthema nicht als Zusatzbelastung betrachtet wird. Zudem wurde in einer Evaluation berichtet, dass die Interventionen nach diesem Ansatz nicht mehr als isolierte, nebeneinanderstehende Einzelmaßnahmen gesehen und verstanden werden.

In dem Teilprojekt „besser leben – mehr bewegen“ wurde davon ausgegangen, dass

- die Prävention von Übergewicht und Adipositas breit in der ganzen Schule angelegt sein muss, um wirksam und nachhaltig zu sein.
- sich das Thema am Bildungs- und Erziehungsauftrag von Schule orientiert, so wie es im Qualitätskonzept der guten gesunden Schule beschrieben ist.
- im Unterschied zu anderen Projekten zur Prävention von Übergewicht und Adipositas, die in fast allen Fällen einen verhaltensorientierten Ansatz verfolgen, eine Erweiterung um die Verhältnisprävention und damit die Umgestaltung des Schulumfelds und z. B. des Schulklimas erfolgt.
- Lehrkräfte in die Lage versetzt werden, kompetente Gespräche mit Schülern und Eltern zu diesem sensiblen Thema führen zu können.
- Lehrkräfte in die Lage versetzt werden, Gespräche mit bereits von Übergewicht betroffenen Schülern und deren Eltern führen zu können, um sie ggf. zu beraten, damit sie ein qualitativ gesichertes Angebot zur Prävention und/oder Therapie in der Kommune finden können.
- die Elternarbeit aktiv betrieben wird, um sie konkret miteinzubeziehen.
- gewährleistet ist, dass die Schulen keine Orte für Therapie werden.



### **Bewertung der Steuerung des Projekts**

Die Steuerungsgruppe in Berlin hatte die zentrale Funktion, die Unterstützungsleistungen mit dem Bedarf der Schulen abzustimmen und zu koordinieren. Hierfür waren eine Koordinationsstelle vor Ort (für die Schulen) und eine weitere Stelle in der Bertelsmann Stiftung unterstützend tätig. Bei den Unterstützungsleistungen (Interventionen) handelte es sich um thematische Qualifizierungen (siehe Projektstrukturplan) und/oder die Ansprache und Motivation einzelner Personengruppen in der Schule sowie Ressourcenbereitstellung (z. B. Materialien) und thematische Integrationsunterstützung. Zwei Maßnahmen (Besuch der Lehrerkonferenzen/Kick-off-Veranstaltung) hatten jeweils das gesamte Kollegium als Zielgruppe. Über diese Maßnahmen, die enge Anbindung an die interne Schulentwicklungsgruppe und die Fortbildungen für Einzellehrkräfte, Eltern und Schüler sollte die Durchdringung der gesamten Schule unterstützt und erreicht werden.

Nach der Durchführung der Interventionen waren einerseits die Evaluation der gesamten Schule durch das Instrument SEIS als auch andererseits eine gesonderte Evaluation der Entwicklungen in dem thematischen Schwerpunkt vorgesehen, um den Bedarf der Schulen zu ermitteln, die Wirksamkeit und die anschließende Verstetigung im Blick zu haben.

Bei der Steuerung des Projekts kristallisierten sich zwei Grundprobleme heraus:

I. Die Erwartungshaltung der Schulvertreter in der Steuerungsgruppe an das Projekt war von der Vorstellung geprägt, dass sämtliche Unterstützungen für die Umsetzung von externen Personen erbracht werden. So sollten, besonders vor dem Hintergrund der hohen Zahl dauerhaft erkrankter Lehrkräfte, die Belastung und die Beteiligung für die Schulen möglichst gering ausfallen. Mit dieser Erwartungshaltung konnte nicht die gesamte Schule durchdrungen werden, und die Interventionen verblieben in einem isolierten Bereich. Es war zudem nicht zu erkennen, wer letztlich die Verantwortung für die Weiterführung des durch die Intervention begonnenen Prozesses in den Schulen trägt. Diese nach „außen“ gerichtete Erwartungshaltung steht im Widerspruch zum Grundverständnis von Schulentwicklung, die darauf zielt, Unterstützung und Hilfe zur eigenen Handlungsfähigkeit und Verantwortungsübernahme zu geben.

II. Der Prozess der Ermittlung des tatsächlichen Bedarfs an Unterstützung, der für die Steuerung der Prozesse dringend benötigt wurde, gestaltete sich vonseiten der Schulen als schwierig. Die Identifikation des Bedarfs an Unterstützung fußte nicht auf den SEIS-Ergebnissen, sondern wurde in einem diskursiven Prozess ermittelt. Damit verzögerten sich u. a. die Bereitstellung der Unterstützungen und die Steuerungsarbeit für die Fortbildungsmaßnahmen um rund neun Monate. Konkrete Anforderungen zu fehlender Literatur und Materialausstattung konnten schnell geleistet werden. Erst nach dem langen Zeitraum konnten die Handlungsschwerpunkte „Bewegungsfreudige Schule“, Verpflegung und Essen in Schule, Elterngespräche führen näher beschrieben und in ihrer Unterscheidung zu allgemein präventiven Inhalten festgelegt werden. Der Zeitraum, der zur Klärung benötigt wurde, verkürzte damit die Phase der verbleibenden Projektlaufzeit, in der die aktive Arbeit mit den Schulen erfolgen sollte.

Die Aufgabe der Koordinatorin war so angelegt, dass die drei Schulen eng begleitet werden sollten, um für sie die Unterstützungsleistungen zu koordinieren. Außerdem sollte durch die Koordinatorin das Briefing (konzeptioneller Hintergrund und Ziele) der angeforderten externen Fachkräfte für ihre Aufgaben erfolgen. Diese Funktion des „Kümmers“ war rückblickend betrachtet nicht in diesem Umfang erforderlich. Die Schulen waren sehr wohl in der Lage, die Maßnahmen zu koordinieren und zu organisieren. Zudem wurden die Experten in die Steuerungsgruppe eingeladen und waren damit über das Projekt sehr gut informiert. Die Aufgabe der Koordinatorin hätte sich damit ändern und sie optimalerweise einen Supervisionsauftrag erhalten müssen. So hätten die Schulen besser in ihrem Entwicklungsprozess unterstützt und durch Begleitung in der Situationsanalyse, konstruktiv-kritisches Nachfragen und Unterstützung in der Zielverfolgung zu der Kontrolle und damit den Veränderungen (z. B. der jeweiligen Alltagsabläufe und der Grundausrichtung der Schule) gebracht werden können. Dementsprechend hätte die Koordinatorin eine Unterstützung der Schulen bei der Formulierung ihrer schulspezifischen Zielvereinbarungen geben können, um so eine strukturierte Umsetzung in Eigenverantwortung einzufordern.

Die Arbeit der Steuergruppe in Berlin hätte durch folgende Maßnahmen optimiert werden können:

- Die Steuerungsgruppe hätte sich darüber Klarheit verschaffen müssen, ob die Anbindung an die schulinterne Steuerungsgruppe – und damit in das Kollegium hinein – kontinuierlich erfolgt.
- Die Schulleitungen und die schulinternen Steuerungsgruppen hätten über die Beschlüsse und die Interventionen regelmäßiger informiert werden und z. T. in die Entscheidungen miteingebunden sein müssen. Damit hätten die Ein- und Anbindung der Schulen (z. B. für eine bessere Ist-Analyse) und die Nachhaltigkeit der Interventionen vermutlich erreicht werden können.
- In den auswertenden Gesprächen mit den Lehrkräften in der Steuerungsgruppe wurde deutlich, dass sie mehr Unterstützung durch die beteiligten Partner erwartet haben. Die Äußerung und Klärung dieser Anforderung hätte früher erfolgen müssen. Warum es hierzu nicht gekommen ist bzw. es sehr stark zeitverzögert erfolgte, ist erst nach Abschluss des Projekts nachvollziehbar.
- Die Missverhältnisse und Missverständnisse zwischen dem erwarteten gewünschten Umfang an Unterstützung und dem geschilderten sehr hohen Unterstützungsvolumen hätten durch kontinuierliche visuelle Darstellung oder durch gezielte Kommunikation besser erörtert werden können.



### **Bewertung der Arbeit in und mit den Schulen**

Obwohl sich die beteiligten Schulen seit mehreren Jahren in der Entwicklung zu guten gesunden Schulen befinden, sind im Projektzeitraum unerwartete Schwierigkeiten aufgetreten. Wie oben erwähnt, bereitete die Ermittlung des konkreten Unterstützungsbedarfs der Schulen erhebliche Schwierigkeiten. Es war zwar gelungen, die Mehrzahl der Lehrkräfte für die Übergewichts- und Adipositasprävention zu sensibilisieren. Das Ziel der Durchdringung des gesamten Kollegiums, um ein möglichst breites Engagement zu bewirken und eine nachhaltige Wirkung in den Schulen zu erzeugen, konnte jedoch nicht erreicht werden. Im Verlauf der bilanzierenden Gespräche verfestigte sich der Eindruck, dass hoch engagierte Einzelpersonen bzw. Kleingruppen mit einem enormen Aufwand versucht hatten, Inhalte oder Arbeitsschwerpunkte an ihren Schulen zu etablieren.

Die in den Interviews der Lehrkräfte getroffene Feststellung, dass der Umfang und die Dauer der Unterstützung deutlich länger hätten erfolgen müssen, um erfolgreich zu sein, muss kritisch hinterfragt werden. Es liegt nicht zwangsläufig auf der Hand, dass ein höherer Umfang und eine längere Dauer zu einem besseren Erfolg führen, zumal die beteiligten Schulen alle angeforderten Ressourcen erhalten haben. Es existieren keine Hinweise darauf, dass die Überwindung der systemischen Probleme in den Schulen (z. B. dauerkrankte Lehrkräfte/fehlende Beteiligung weiterer Lehrkräfte/mangelnde Durchdringung der Schulen) zwangsläufig durch eine intensivere und längere Unterstützung hätten bewältigt werden können.

Ob Schule ein geeigneter Ort zur Prävention von Übergewicht und Adipositas sein kann, muss grundsätzlich infrage gestellt werden, kann aber zusammenfassend kaum beurteilt werden (z.B. zu kleine Stichprobe). Der erkannten Notwendigkeit, sich als Lehrkräfte dem Ansatz zu widmen, stehen die oben genannten offenbar übergroßen systemischen Probleme in den Schulen gegenüber. Die Erwartungshaltung der Lehrkräfte, dass die Implementation von außen erfolgen soll, ist verständlich. Der Ressourcenaufwand, um dies zu leisten, ist jedoch enorm hoch. In diesem Projekt ist die Unterstützung nicht vom System Schule (verstanden als lernende Organisation) in der gewünschten Ganzheitlichkeit übernommen worden.

In der Planungsphase wurde überlegt, für die fachkompetente Unterstützung von Schulen ab dem zweiten Jahr der Umsetzungsarbeit einzelne Lehrkräfte als sogenannte Präventionscoaches auszubilden. Die Auswertung der Ergebnisse und besonders die systemischen Schwierigkeiten in den Schulen haben bei

den Projektträgern zu der Auffassung geführt, dass die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Arbeit dieser Coaches in den Schulen nicht gegeben waren. Die Ausbildung wurde zwar konzeptioniert, jedoch nicht in die Umsetzung gebracht.

### **Gesamtbewertung**

Das übergeordnete Ziel der nachhaltigen Implementation in den Schulalltag ist in der Laufzeit nicht erreicht, andere Ziele sind jedoch in Teilen erreicht worden. Die Gründe waren

- unterschiedliche Zieldefinitionen zwischen Schulen und Kooperationspartnern
- fehlende Rückmeldung aus den Schulen, welche Interventionen die Schulen erreicht haben und wie diese in die Alltagsarbeit überführt worden sind
- fehlende Durchdringung der gesamten Schule.
- Das Vorhaben, Lehrkräfte für die Überleitung der betroffenen Familien in sie unterstützende (therapeutische) Einrichtungen zu qualifizieren, ist im Verlauf der Projektentwicklung nicht mehr verfolgt worden.
- Für eine Verbesserung der Elternarbeit in den Schulen sind erste Schritte in die richtige Richtung unternommen worden.
- Die Schulen wurden mit den von ihnen angeforderten Materialien versorgt. Ob dies jedoch ausreicht, um die anvisierten Veränderungen der Verhältnisse zu bewirken, muss sehr kritisch hinterfragt werden. Die Lehrkräfte stimmen dem Gelingen zwar zu, wenn aber beispielsweise in der Phase der Projektumsetzung an einer Schule über fast ein ganzes Schuljahr der Sportunterricht ausfällt, da die Sporthalle (endlich) renoviert wird, so sind die Voraussetzungen für eine Verhältnisprävention in dieser Zeit suboptimal. Die richtigen Schritte der Verhältnisprävention in Richtung Öffnung von Schule in das Quartier, z. B. um Schulen für den außerunterrichtlichen Sport/die Elternarbeit Unterstützung zu geben, wurden vollzogen. Sie wurden jedoch durch die Diskussionen um das Missverhältnis interner und externer Leistungen gestoppt und anschließend nicht weiterverfolgt. Die Wirksamkeit des Vorhabens insgesamt hätte langfristig sicherlich deutlich erhöht und zu einer gesteigerten Nachhaltigkeit beitragen können.

### **Nachbemerkung**

Im vorliegenden Projektbericht wurden der Ansatz einer Schulentwicklung mit Übergewichts- und Adipositasprävention in der guten gesunden Schule genauer dargestellt und die gewonnenen Erfahrungen aus unterschiedlichen Perspektiven kritisch analysiert. Abschließend bleibt festzuhalten, dass trotz der externen Unterstützung die Schulen nicht über das Niveau einer allgemeinen Prävention von Übergewicht und Adipositas hinausgekommen sind. Ebenso konnte im Rahmen dieses Projektes die Frage, unter welchen Voraussetzungen es Schulen gelingen kann, Maßnahmen zur Übergewichts- und Adipositasprävention in ihren Strukturen nachhaltig zu verankern, nicht beantwortet werden. Auch wenn der Bericht hierzu keine Lösungen liefert, so bietet er sicherlich vielfältige Anregungen und Diskussionsgrundlagen für künftige Projekte zum Thema der Übergewichts- und Adipositasprävention in der Schule.

# Literatur

**Bertelsmann Stiftung (Hrsg.).** Schwere Zeiten ... neue Wege ... .Gütersloh o.J.

**Bertelsmann Stiftung (Hrsg.).** Prima Klima. Miteinander die gute gesunde Schule gestalten. Gütersloh 2006.

**Bertelsmann Stiftung (Hrsg.).** Die Schatzsuche. Ein Modul für die gute gesunde Grundschule. Gütersloh 2006.

**Bertelsmann Stiftung (Hrsg.).** Schule – Gebäude – Freiflächen – Gesundheit. Gütersloh 2006.

**Bertelsmann Stiftung (Hrsg.).** Schule is(s)t in Bewegung. Gütersloh 2008.

**Bertelsmann Stiftung (Hrsg.).** Die gute gesunde Schule – Mit Gesundheit gute Schule machen. Gütersloh 2007.

**Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.).** Die Versorgung übergewichtiger und adipöser Kinder und Jugendlicher in Deutschland: Quantität und Qualität von Angeboten im Zeitraum 2004–2005. Gesundheitsförderung konkret, Bd. 8. Köln 2007.

**Bjarnason-Wehrens, B., und S. Dordel.** Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter. St. Augustin 2005.

**Brettschneider, W.-D., und C. Malek.** „Walking Bus“ – der aktive Schulweg. Eine Präventionsmaßnahme gegen körperliche Inaktivität und Übergewicht im Kindesalter“. Sportunterricht 54 (12) 2005. 368–373.

**Cremer, M.** „Leichter, aktiver, gesünder: Das KgAS-Konzept zur Schulung adipöser und übergewichtiger Kinder und Jugendlicher“. Ernährung im Fokus, Sonderdruck 8 (7) 2008. 248.

**Deimel, H.** „Psychosomatische Aspekte der Adipositas im Kindes- und Jugendalter. Folgerungen für den Sportunterricht“. Haltung und Bewegung 26 (4) 2006. 5–14.

**Denzer, K.** Zeitbombe Übergewicht bei Kindern: Ganztagschule als Chance. Saarbrücken 2007.

**Fröhlich, E., und S. Finsterer.** Generation Chips. Computer und Fastfood – was unsere Kinder in die Fettsucht treibt. Wien 2007.

**Gediga, G.** Berichte zur Evaluation im Programm Anschub.de, Bericht Evaluation des Moduls „besser leben – mehr bewegen“. Institut für wirtschaftspsychologische Forschung und Beratung GmbH, Osnabrück (unveröffentlichtes Manuskript) 2008.

**Graf, Ch., S. Dordel und Th. Reinehr (Hrsg.).** Bewegungsmangel und Fehlernährung bei Kindern und Jugendlichen: Prävention und interdisziplinäre Therapieansätze bei Übergewicht und Adipositas. Köln 2007.

**Graf, Ch., und S. Dordel.** „Körperliche Aktivität in Kindergärten – frühe Prävention von Übergewicht und Adipositas“. Haltung und Bewegung 2 2006. 5–10.

**Hauskeller, F.** Einflussfaktoren auf den Gewichtsstatus von Kindern und Jugendlichen: Präventionsansätze bei Übergewicht und Adipositas. Saarbrücken 2007.

**Huber, E., und M. Vinzens-Schwander.** Praxis-Buch Übergewicht bei Kindern: Leo will es wissen (Kurze theoretische Einführung, Leitgeschichte, Unterrichtssequenzen, zahlreiche Arbeitsblätter). Schaffhausen 2006.

**Kersting, M.** Materialien für die Ernährungsschulung von übergewichtigen Kindern und Jugendlichen. Hrsg. vom Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund GmbH. Dortmund 2009.

**Korsten-Reck, U., et al.** „Bedeutung des Freizeit- und Ernährungsverhaltens und der Sozialanamnese im Rahmen der Therapie der Adipositas im Kindesalter“. *Perfusion* 17 (12) 2004. 458–464.

**Kottmann, L., D. Küpper und R. P. Pack.** Bewegungsfreudige Schule – Schulentwicklung bewegt gestalten. Gütersloh 2005.

**Lehrke, S., und R. G. Leassle.** Adipositas im Kindes- und Jugendalter: Basiswissen und Therapie. 2. Aufl. Heidelberg 2009.

**Moens, E., C. Braet und B. Timbremont.** „Depression und Selbstwertgefühl bei adipösen Kindern und Jugendlichen“. *Kindheit und Entwicklung* 14 (4) 2005. 237–243.

**Momm-Zach, H.** Adipositas – der Leidensweg der dicken Kinder: Hintergründe für Kindergarten und Schule. Duisburg 2007.

**Nilshon, I., und C. Schminder.** Die gute gesunde Schule gestalten. Gütersloh 2005.

**Päffgen, S.** Prävention von Übergewicht bei Kindern. GO!Kids auf Schatzsuche – Zielgruppenorientierte Konzeption, Durchführung und Evaluation eines bewegungsorientierten Gesundheitsförderungsprogramms. Schriften zur Sportwissenschaft, Bd. 81. Hamburg 2009.

**Pust, S.** Evaluation eines Adipositas-Präventionsprogrammes für Kinder: Ergebnisse der Kieler Adipositas-Präventionsstudie (KOPS). Schriftenreihe des Instituts für Humanernährung und Lebensmittelkunde der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel, Bd. 34. Lübeck 2006.

**Rabehl, Ch.** Adipositasprävention in der Primarstufe – Studie zur Entwicklung eines Curriculums ‚Ernährungslehre‘. Module für die Klassenstufen 1–4 im Rahmen eines Ernährungslehreunterrichts. Göttingen 2007.

**Reinehr, T., M. Dobe und M. Kersting.** Therapie der Adipositas im Kindes- und Jugendalter: das Adipositas-Schulungsprogramm Obeldicks. Göttingen 2009.

**Robert Koch-Institut (Hrsg.).** Lebensphasenspezifische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Ergebnisse des Nationalen Kinder- und Jugendgesundheits surveys (KiGGS). Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Berlin 2008.

**Senatsverwaltung für Gesundheit, Soziales und Verbraucherschutz (Hrsg.).** Zur gesundheitlichen und sozialen Lage von Kindern in Berlin – Ergebnisse und Handlungsempfehlungen auf der Basis der Einschulungsuntersuchungen 2004 – Spezialbericht 2006 – 1. Berlin 2006.

**Siegrist, M., C. Lammel, A. Schmidt-Trucksäss und M. Halle.** Projekt: Grundschulkindern als Gesundheitsexperten Stufe 2, Hrsg. Präventive und Rehabilitative Sportmedizin Klinikum Rechts der Isar TU München dt.

**Thiel, A., M. Alizadeh, K. Giel und S. Zipfel.** „Stigmatisierung von adipösen Kindern und Jugendlichen durch ihre Altersgenossen“. *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie (PPmP)* 58 (12) 2008. 16–24.

**Wittig, Ch.** Belastungsintensität im Sportunterricht der Primarstufe: Unter der besonderen Berücksichtigung übergewichtiger und adipöser Kinder. Saarbrücken 2009.

**Herausgeber:**

Verein Anschub.de  
Programm für die gute  
gesunde Schule e.V.  
Carl-Bertelsmann-Straße 256  
33311 Gütersloh

www.anschub.de

AOK Berlin-Brandenburg –  
Die Gesundheitskasse  
Pallasstr. 25  
10957 Berlin

www.aok.de/berlin-brandenburg

**Redaktion:**

Rüdiger Bockhorst,  
Bertelsmann Stiftung  
Arne-Christoph Halle,  
Bertelsmann Stiftung  
Karola Schulte (Interviews), Berlin  
Christopher von Taube,  
Bertelsmann Stiftung

**Lektorat:**

Dr. Arno Kappler, Soest

**Gestaltung/Illustrationen:**

Ines Meyer  
A3plus GmbH, Gütersloh

**Druck:**

Druckerei Scholz, Oelde

© 2010

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch  
auszugsweise, mit vorheriger schriftlicher  
Einwilligung der Herausgeber.

Weitere Infos zu den Themenheften sowie eine Gesamtübersicht finden Sie auf der website [www.anschub.de/themenhefte](http://www.anschub.de/themenhefte)



**Verein Anschub.de**  
Programm für die gute gesunde Schule e.V.