

Evaluation zur „Gesundheit in der Schule“

Vorbemerkung

Der 5. Stern in unserem Schulprogramm heißt „Wir sind eine bewegte und gesundheitsbewusste Schule“ und der dazugehörige Leitsatz lautet: „Wir essen gesund, bewegen uns viel und achten auf andere und uns selbst.“

Die richtige Ernährung hat einen großen Einfluss auf die Gesundheit, Konzentration und Leistungsfähigkeit der Kinder. In dieser Evaluation gehen wir der Frage nach: Gelingt es uns, bereits zu Beginn der Schulzeit ein gesundheitsförderliches Ernährungsverhalten zu fördern und die Schülerinnen und Schüler für eine ausgewogene Ernährung durch Extraportionen an Obst und Gemüse zu begeistern?

Die wöchentliche Elternaktion „Gesundes Frühstück am Donnerstag“ und das „EU-Schulobst- und Gemüseprogramm“ sollen dabei durch eine Schülerbefragung näher in Augenschein genommen werden.

Seit vielen Jahren bietet die Elternschaft einmal in der Woche am Donnerstag in der ersten großen Pause ein „Gesundes Frühstück“ an. Die Kinder können belegte Brötchen, Laugenstangen, Joghurt mit Früchten, Obstsalat, Säfte usw. kaufen.

Durch die Schülerbefragung möchten wir herausfinden, wie wichtig den Kindern das gesunde Frühstück ist, was sie am liebsten essen, was sie gerne noch im Angebot hätten und ob sie Anregungen für ihre häusliche Ernährung bekommen.

Seit dem Schuljahr 2014/15 bietet das Land Niedersachsen gemeinsam mit der Europäischen Union Schulen die Chance, sich an dem EU Schulobst- und Gemüseprogramm zu beteiligen. Die ASS ist von Anfang an dabei. Zwei Mal in der Woche erfolgt eine kostenlose Lieferung mit frischem und saisonalem Obst und Gemüse. Die Kinder lernen die Vielfalt der Obst- und Gemüsearten kennen und erfahren dabei, wo ihr Essen herkommt und wie es angebaut wird.

In Bezug auf das EU Obst- und Gemüseprogramm geht die Evaluation den Fragen nach, welche Obst- und Gemüsesorten die Kinder am liebsten essen, wie wichtig ihnen das Obst- und Gemüseangebot in der Schule ist und ob sie durch die Teilnahme am Programm täglich mehr Obst und Gemüse verzehren.

1. Gesundes Frühstück

Das gesunde Frühstück wird an unserer Schule seit mehreren Jahren durch Elternmitarbeit einmal wöchentlich angeboten. Um eine objektivere Einschätzung der Beliebtheit des Frühstücks bei den Schülern sowie Rückmeldung über die Akzeptanz der angebotenen Lebensmittel und Anregungen für Erweiterungen des Angebots zu erhalten, haben wir eine Befragung in den Klassen 1 bis 4 durchgeführt. Hierfür haben wir einen Fragebogen entwickelt, den die Schüler und Schülerinnen in den Klassen ausgefüllt haben. (s. Anhang).

Nachfolgend sind die **Ergebnisse** der Befragung aufgeführt:

In **Frage 1** wurde die Klassenstufe erfragt. Es nahmen alle Klassen, **insgesamt 280 Schülerinnen und Schüler**, an der Befragung teil:

Vier 1. Klassen, vier 2. Klassen, drei 3. Klassen und vier 4. Klassen. Stunden genutzt worden.

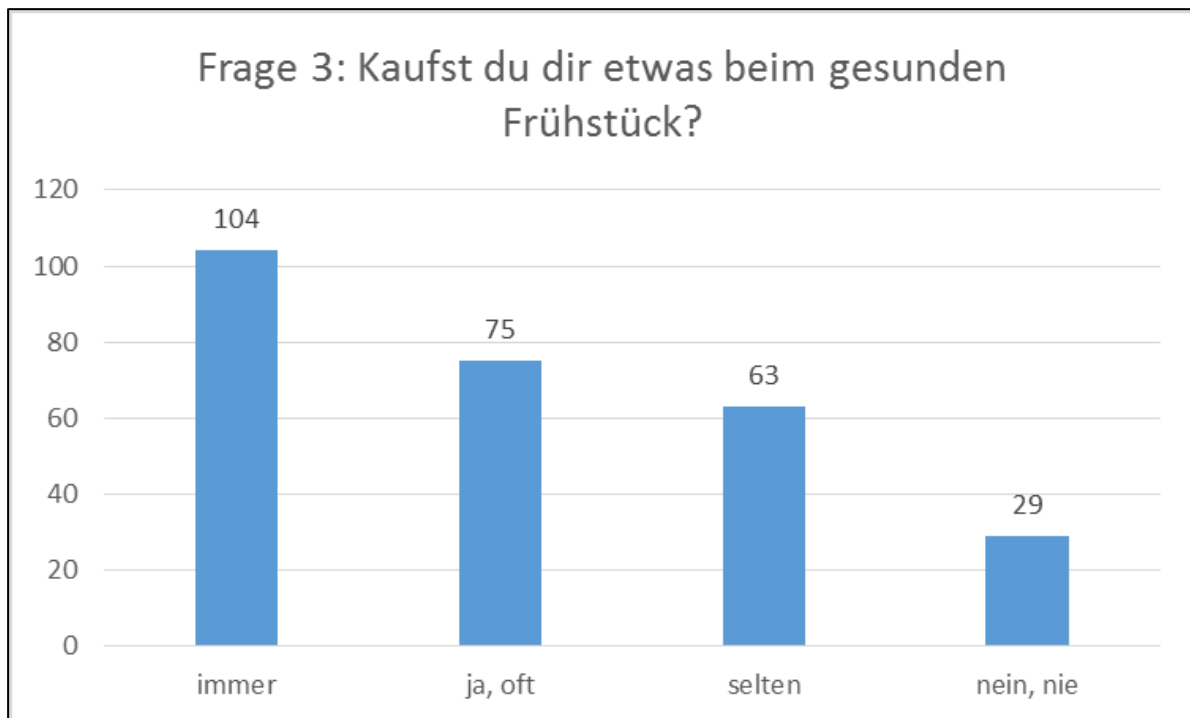


Von den **280 befragten Schülern** gaben 252 Schülerinnen und Schüler (90%) an, sich wöchentlich auf das gesunde Frühstück zu freuen.

Nur 24 Schüler (8,6%) antworteten mit nein. 4 Schüler (1,4%) machten keine Angabe.

Fazit:

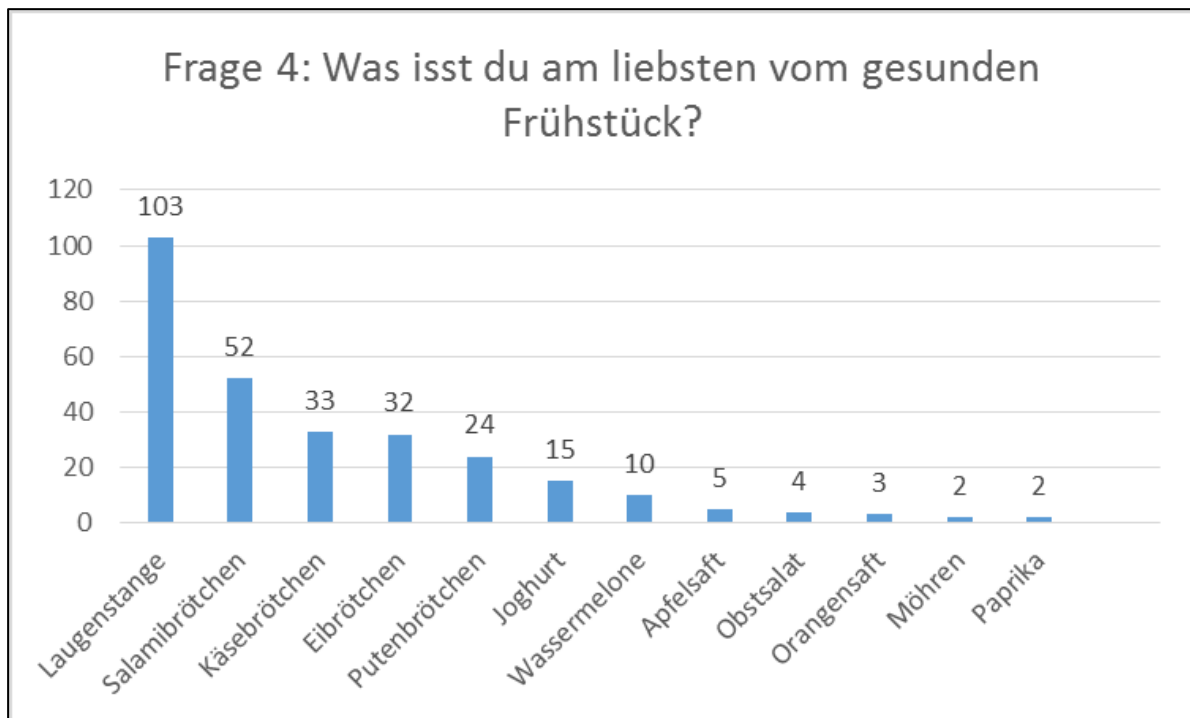
90 % der Kinder freuen sich auf das gesunde Frühstück. Damit ergibt sich eine überwältigende Zustimmung für diese Elternaktion.



Die Ergebnisse von Frage 3 zeigen, dass sich 104 Schüler (37%) immer, 75 Schüler (26,8%) oft, 63 Schüler (22,5%) selten und 29 Schüler (10,4%) nie beim gesunden Frühstück etwas kaufen. 9 Schüler (3,2%) machten zu dieser Frage keine Angaben.

Fazit:

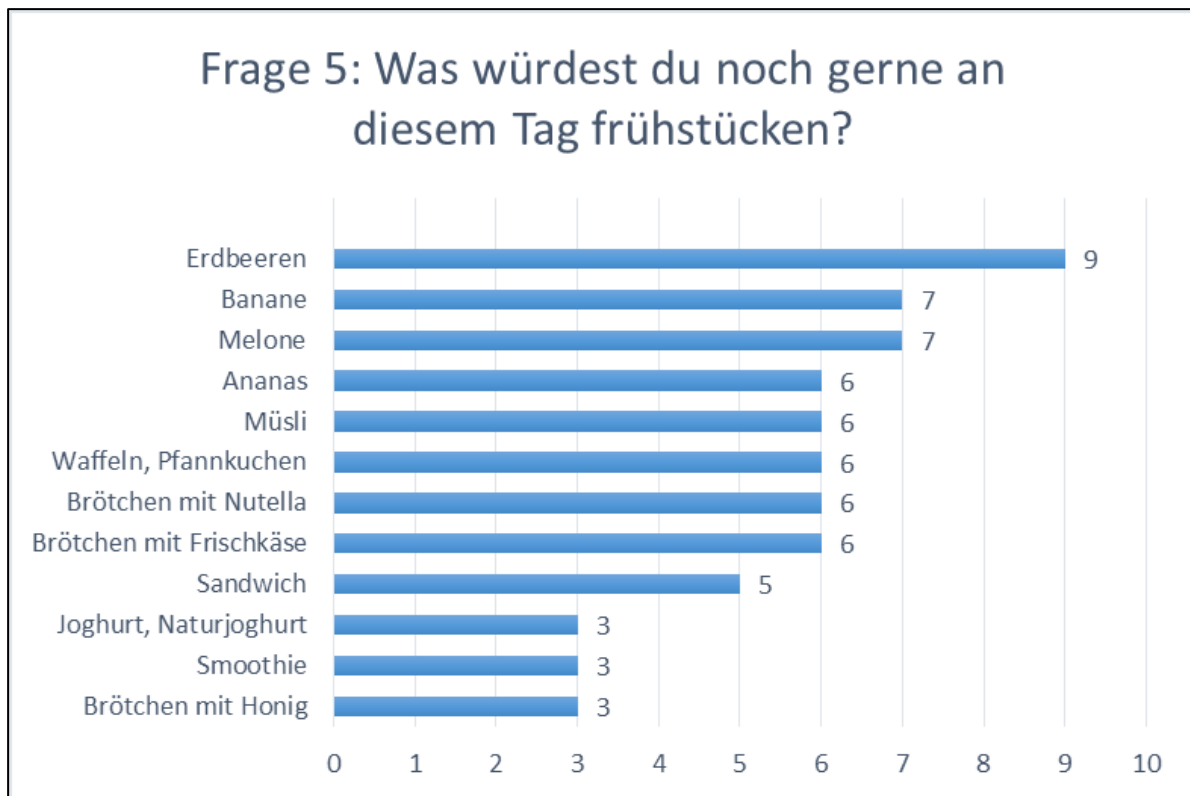
63,8 % unserer Schüler und Schülerinnen nutzen dieses Verpflegungsangebot am Donnerstag immer bzw. oft. Nur 10 % der Kinder nutzen das Angebot gar nicht und bringen auch an diesem Tag ihr eigenes Frühstück mit in die Schule.



Das beliebteste Lebensmittel beim gesunden Frühstück ist mit großem Abstand die Laugenstange mit 103 Nennungen. Es folgen Salamibrötchen (52), Käsebrötchen (33), Eibrötchen (32) und Putenbrötchen (24). Weitere Angaben sind aus dem Diagramm zu entnehmen.

Fazit:

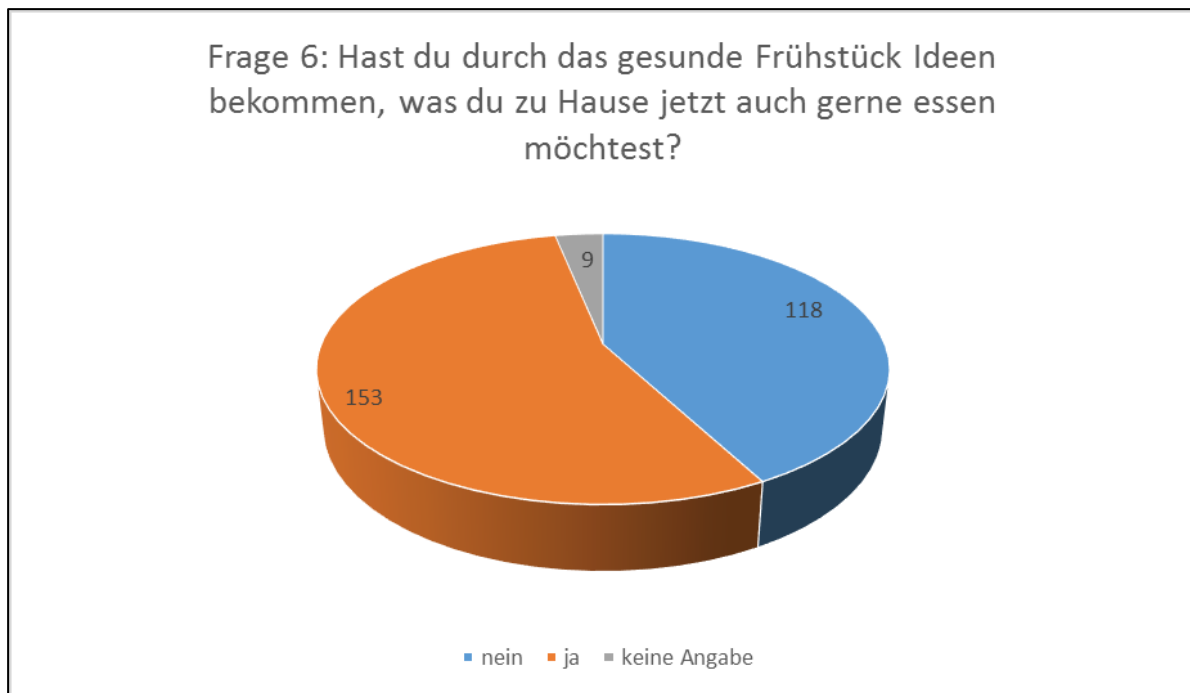
Die Laugenstange und belegte Brötchen – hier vor allem Salamibrötchen – werden am häufigsten gekauft und verzehrt. Bei Obst und Gemüse greifen die Kinder nicht so oft zu. Es ist zu vermuten, dass dieser Bedarf durch das EU Obst- und Gemüseprogramm abgedeckt wird.



In Frage 5 haben die Kinder weitere Angebotswünsche geäußert (Zahlen siehe Diagramm). Es gab 34 sonstige Einfachnennungen und Zweifachnennungen, die im Diagramm nicht berücksichtigt sind, z.B. Pizza, Pommes, Kuchen und Lasagne.

Fazit:

Erdbeeren, Bananen, Melonen und Ananas stehen oben auf der Wunschliste der Kinder. Diese Obstarten können, bis auf die Banane, allerdings nur saisonal angeboten werden und sind für den Lieferanten beim Einkauf sicher auch eine Preisfrage. Die weiteren Essenswünsche der Kinder, wie Müsli, Waffeln, Pfannkuchen, Sandwiches und Smoothies würden in ihrer Herstellung und Vorbereitung das für die Eltern zeitlich und organisatorisch Realisierbare sicherlich überschreiten.



Von den 271 Schülern setzen nach eigenen Angaben 153 Schüler (54,6%) Anregungen auch zu Hause um. 118 (42,1%) verneinen dies. 9 Schüler (3,2%) äußerten sich nicht.

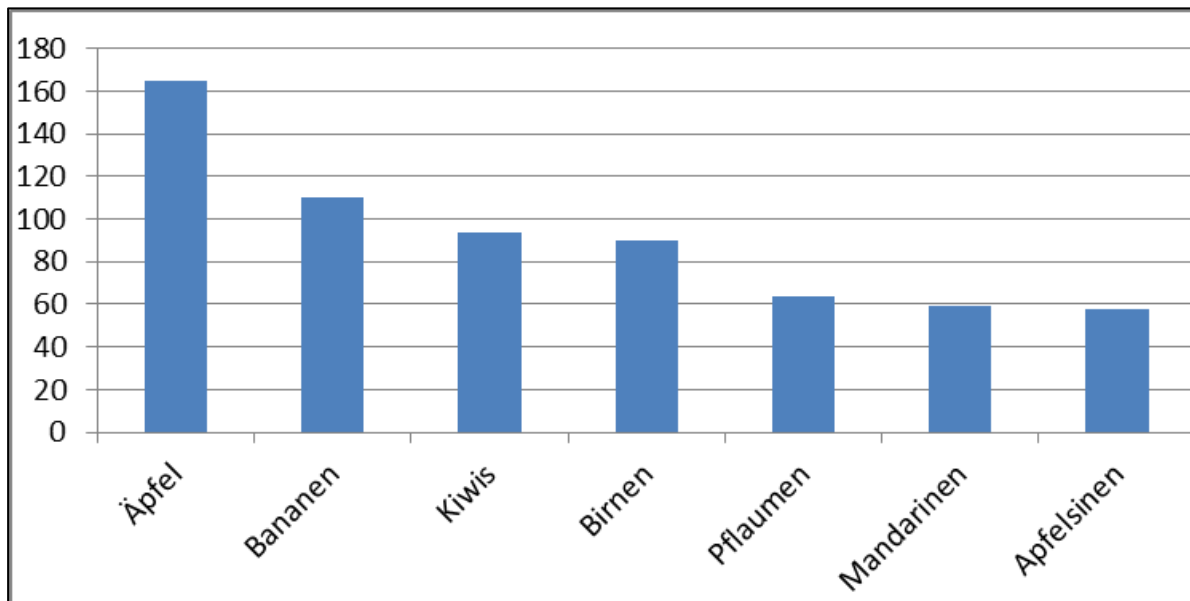
Fazit:

Das Gesamtergebnis der Befragung zeigt, dass das gesunde Frühstück von den Schülern nach eigenen Angaben sehr gut angenommen wird und auch nachhaltige Veränderungen im Essverhalten bewirkt.

Das Ergebnis der Befragung zum Angebot wird den durchführenden Eltern des gesunden Frühstücks zur Verfügung gestellt, um ihnen diese positive Rückmeldung für ihr Engagement zu geben. Eventuell können die Wünsche der Kinder zum Angebot aufgegriffen werden, wenn keine Gründe, z.B. finanzieller, gesundheitlicher, saisonaler und/oder organisatorischer Art dagegen sprechen.

2. EU Schulobst- und Gemüseprogramm

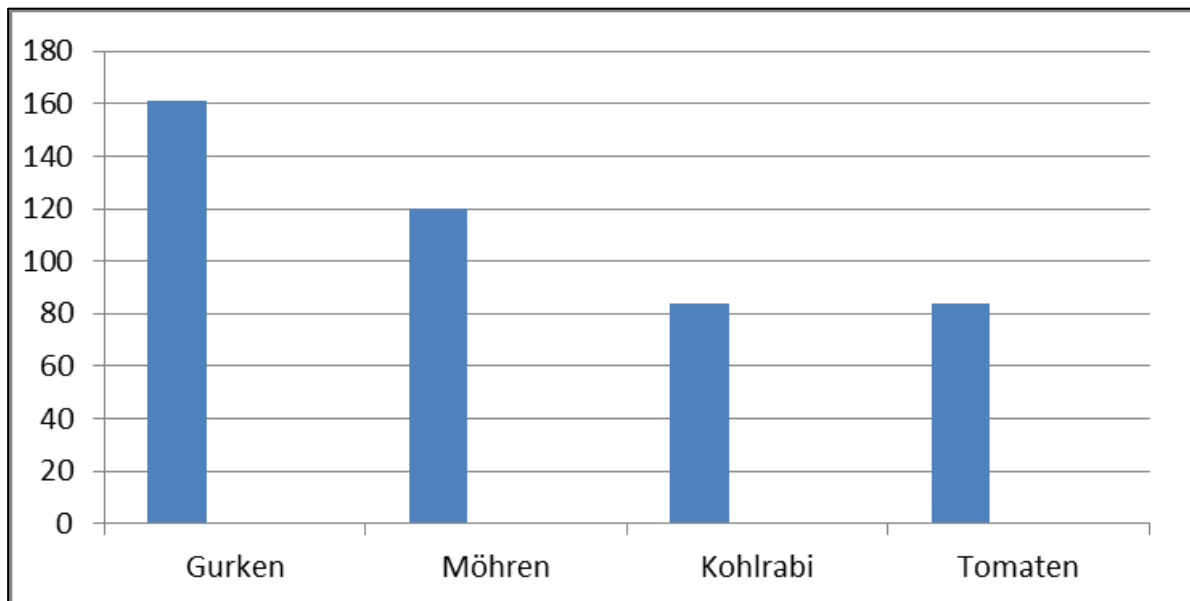
Frage: Welches Obst isst du am liebsten?



Fazit:

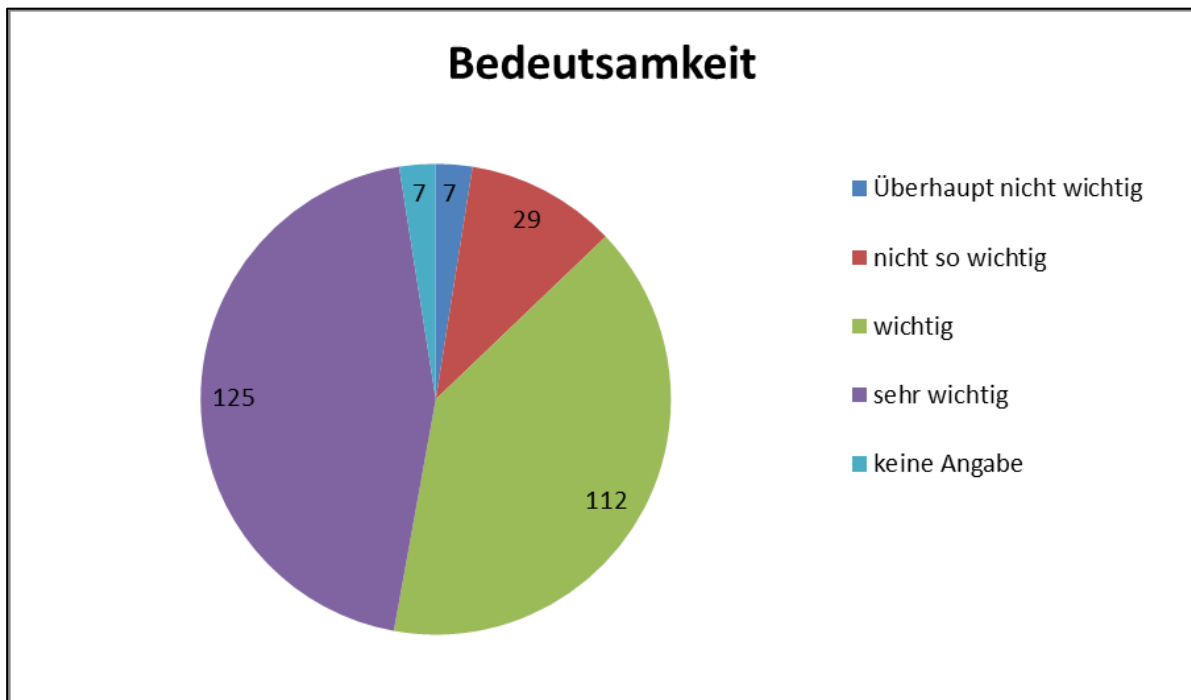
Das beliebteste Obst der Schülerinnen und Schüler ist **der Apfel**. Bananen, Kiwis und Birnen werden auch gerne gegessen. Wenige beliebt sind Pflaumen, Mandarinen und Apfelsinen. Allerdings darf nicht außer Acht gelassen werden, dass es sich um saisonale Angebote handelt und somit nicht ganzjährig jede Obstsorte zur Verfügung steht. Zusätzlich zu den oben genannten Obstsorten wünschten sich die Schülerinnen und Schüler am meisten **Erdbeeren, Melonen** und **Kirschen**. Ferner würden sie gerne noch **Weintrauben, Ananas, Himbeeren, Blaubeeren** und **Mangos** in der Schule essen. Auch hier sei darauf hingewiesen, dass sowohl die saisonale Verfügbarkeit, als auch der Preis der jeweiligen Obstsorte dazu führen kann, dass die Wünsche kaum umsetzbar sind.

Frage: Welches Gemüse isst du am liebsten?

**Fazit:**

Die Auswertung hat ergeben, dass Gurken besonders gern von den Schülerinnen und Schülern der Albert-Schweitzer-Schule verzehrt werden; dicht gefolgt von Möhren. Kohlrabi und Tomaten werden zwar gegessen, jedoch konnten diese Gemüsesorten die Kinder nicht ganz überzeugen. Paprika, Radieschen und Salat würden sich die Schülerinnen und Schüler zusätzlich zu den oben aufgeführten Sorten wünschen.

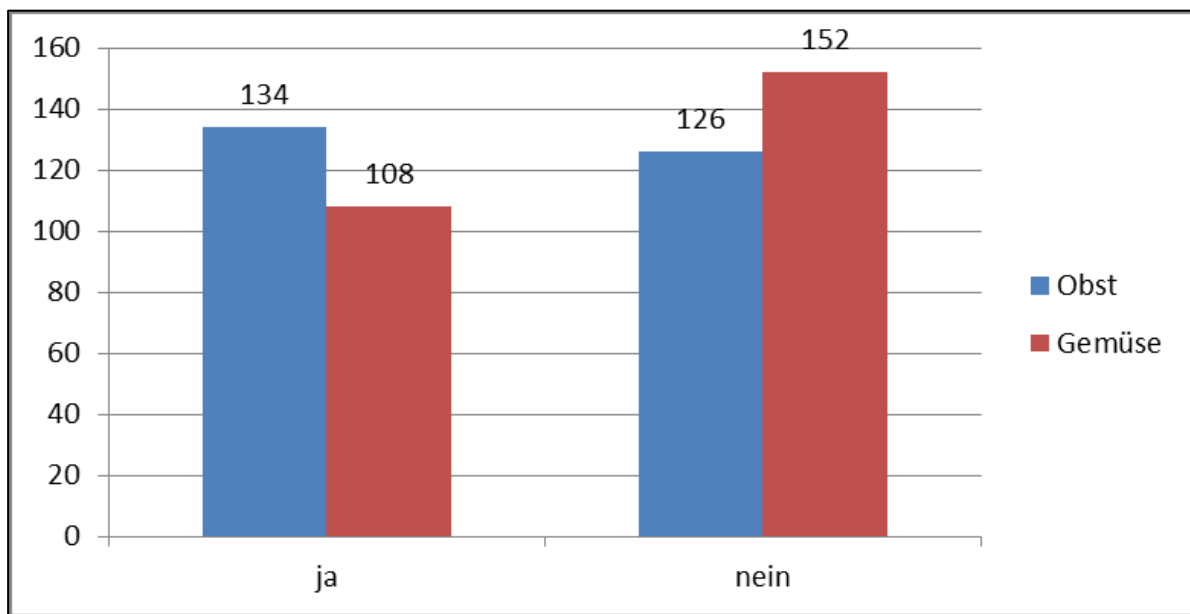
Frage: Wie wichtig ist dir das Obst und Gemüse in der Schule?



Fazit:

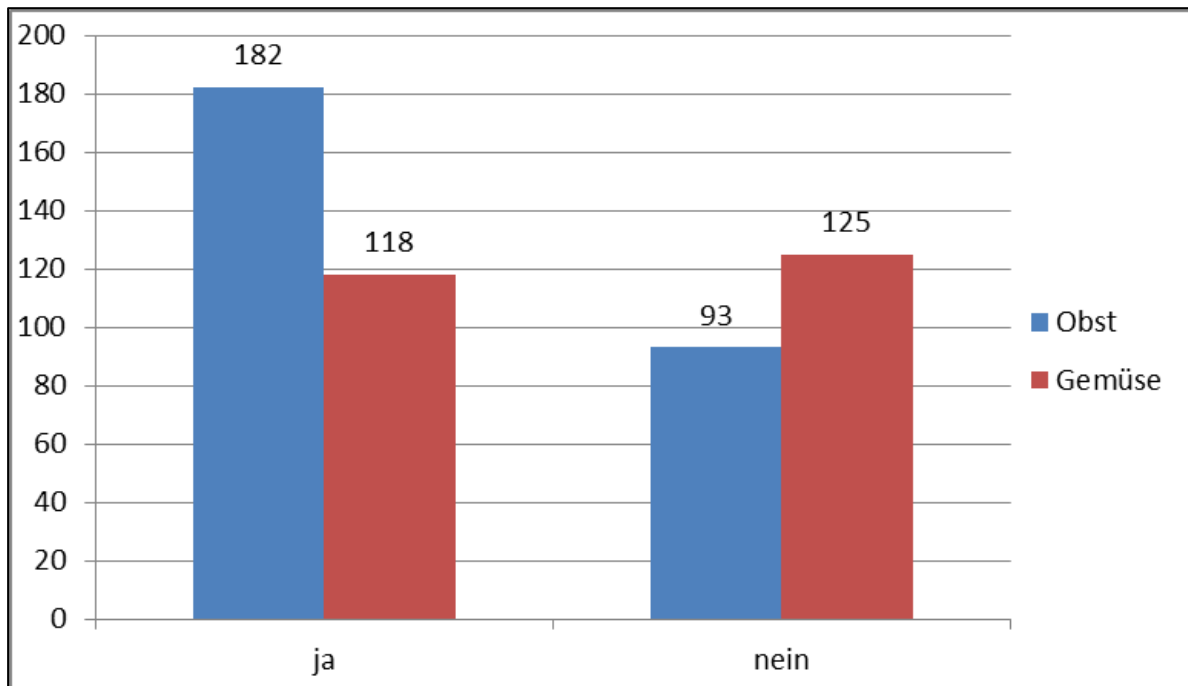
Die Auswertung des Fragebogens hat ergeben, dass von 280 Schülerinnen und Schülern den meisten das Obst und Gemüse in den Pausen wichtig bzw. sehr wichtig (86,82%) ist. Daraus lässt sich schließen, dass das Programm mittlerweile einen hohen Stellenwert bei den Schülerinnen und Schülern unserer Schule hat und deshalb weitergeführt werden sollte.

Frage: Isst du jeden Tag Obst bzw. Gemüse in der Schule?



51,5% der Schülerinnen und Schüler geben an, jeden Tag Obst in der Schule zu essen. Im Gegensatz dazu ist der Anteil der Kinder, die täglich **Gemüse** in den Pausen essen, **geringer (41,5%)**. Allerdings wird in der Regel auch mehr Obst als Gemüse geliefert, was die unterschiedlichen Ergebnisse erklären könnte. Von 280 Schülerinnen und Schülern machten 20 Kinder keine Angabe.

Frage: Isst du jetzt mehr Obst bzw. Gemüse seit es das „Schulobst“/„Schulgemüse“ gibt?



66,18% der Schülerinnen und Schüler geben an, dass sie seitdem es das Obst- und Gemüseprogramm an der Albert-Schweitzer-Schule gibt, **mehr Obst** essen. **33,82%** der Befragten nehmen nicht mehr Obst als sonst zu sich. Von 280 Kindern machten fünf keine Angabe. **Mehr Gemüse** verzehren **48,56%** der befragten Kinder, allerdings geben **51,44%** an, dass sie nicht mehr Gemüse als vor dem Schulobst- und Gemüseprogramm essen. Bei dem Gemüseverzehr füllten 37 Kinder den Fragebogen nicht aus.

Fazit:

Insgesamt ist festzuhalten, dass die Mehrheit der Schülerinnen und Schüler durch das Schulprogramm mehr Obst isst als vorher. Beim Gemüse ist jedoch kein gesteigerter Verzehr zu erkennen. Durch die Auswertung der Fragen zum häuslichen und schulischen Konsum von Obst und Gemüse lässt sich vermuten, dass das Essverhalten der Schülerinnen und Schüler sich positiv entwickelt hat. Die Wünsche der befragten Kinder können möglicherweise zum Angebot des Lieferanten hinzugefügt werden, wenn keine Aspekte finanzieller, saisonaler oder organisatorischer Art dagegen sprechen.

3. Anhang

Unser gesundes Frühstück am Donnerstag

1. In welcher Klasse bist du? – Kreuze an.

Klasse 1

Klasse 2

Klasse 3

Klasse 4

2. Freust du dich auf das gesunde Frühstück?

ja

nein

3. Kaufst du dir etwas beim gesunden Frühstück?

nein, nie

selten

ja, oft

immer

4. Was isst du am liebsten vom gesunden Frühstück? - Schreibe auf.

5. Was würdest du noch gerne an diesem Tag frühstücken?

6. Hast du durch das gesunde Frühstück Ideen bekommen, was du zu Hause jetzt auch gerne essen möchtest?

nein

ja

Vielen Dank für deine Hilfe!

Unser Schulobst und Schulgemüse

1. Welches Obst isst du am liebsten? Kreuze an

Äpfel Apfelsinen Mandarinen Birnen Bananen Kiwis Pflaumen

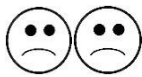
2. Welches Obst würdest du noch gerne essen?

3. Welches Gemüse isst du am liebsten?

Möhren Kohlrabi Gurken Tomaten

4. Welches Gemüse würdest du noch gerne essen?

5. Wie wichtig ist dir das Obst und Gemüse in der Schule?



überhaupt nicht wichtig



nicht so wichtig



wichtig



sehr wichtig

6. Isst du jeden Tag Obst in der Schule?

Ja Nein

7. Isst du jeden Tag Gemüse in der Schule?

Ja Nein

8. Falls nein: Wie oft in der Woche isst du Obst und/oder Gemüse in der Schule?

Obst _____ mal Gemüse _____ mal

9. Isst du zu Hause auch Obst und Gemüse?

Ja Nein

10. Isst du jetzt mehr Obst seit es das „Schulobst“ gibt?

Ja Nein

11. Isst du jetzt mehr Gemüse seit es das „Schulgemüse“ gibt?

Ja Nein

Vielen Dank für deine Antworten

