



## Evaluationsbericht 2025/26



## **Inhalt**

<b>Executive Summary .....</b>	<b>4</b>
<b>1 Einordnung und Zielsetzung.....</b>	<b>5</b>
<b>2 Zentrale Fragestellungen.....</b>	<b>5</b>
<b>3 Kernergebnisse: Interpretation und Relevanz .....</b>	<b>6</b>
3.1 <i>Wirkung auf körperliche Aktivität .....</i>	6
3.1.1 <i>Bewegungsverhalten .....</i>	6
3.1.2 <i>Bewegungsmotivation .....</i>	7
3.2 <i>Wirkung auf Gesundheitsverständnis .....</i>	8
3.2.1 <i>Bewegung.....</i>	8
3.2.2 <i>Ernährung.....</i>	8
3.2.3 <i>Umweltschutz .....</i>	9
3.3 <i>Wirkung auf Lernklima.....</i>	10
3.4 <i>Kontextfaktoren und strukturelle Bedingungen.....</i>	10
3.4.1 <i>Motivationale Kontextfaktoren .....</i>	10
3.4.2 <i>Strukturelle Voraussetzungen an Schulen.....</i>	11
3.5 <i>Nutzung und Akzeptanz.....</i>	12
3.5.1 <i>Vorbereitung auf Projekt.....</i>	12
3.5.2 <i>Praktische Umsetzung.....</i>	12
3.5.3 <i>Unterstützungsangebote .....</i>	13
3.5.4 <i>Bewertung.....</i>	13
<b>4 Schlussfolgerungen &amp; Handlungsempfehlungen .....</b>	<b>14</b>
4.1 <i>Wirksamkeit im Bereich Bewegung.....</i>	14
4.2 <i>Gesundheitsverständnis und Unterschiede zwischen den Themenbereichen.....</i>	15
4.3 <i>Kontextfaktoren und soziale Rahmenbedingungen .....</i>	16
4.4 <i>Umsetzung im Schulalltag.....</i>	16
<b>5 Fazit.....</b>	<b>17</b>
<b>6 Literaturverzeichnis .....</b>	<b>19</b>
<b>7 Anhang.....</b>	<b>21</b>
7.1 <i>Eltern-Fragebogen Prä .....</i>	21

7.2	<i>Eltern-Fragebogen Post</i> .....	27
7.3	<i>Lehrkräfte-Fragebogen Prä</i> .....	40
7.4	<i>Lehrkräfte-Fragebogen Post</i> .....	45
7.5	<i>Auswertungstabellen</i> .....	54

## Executive Summary

**step** ist ein kostenloses Bewegungsförderungsprojekt für Grundschul Kinder, das über einen digitalen Schrittwettbewerb spielerisch zu mehr Bewegung motiviert, Teamgeist stärkt und Kinder für einen gesunden Lebensstil sowie Umweltbewusstsein sensibilisiert. Seit dem Projektbeginn im Jahr 2018 haben über 70.000 Kinder an **step** teilgenommen, mehr als 20,8 Milliarden Schritte gesammelt und eine Gesamtstrecke von rund 12,6 Millionen Kilometern zurückgelegt. Das entspricht ca. 316,4 Weltumrundungen.<sup>1</sup> In der aktuellen Projektphase 2025/26 zeigt **step** erneut deutliche positive Effekte auf die Gesundheit, Motivation und Entwicklung der Kinder:

- **Signifikante Steigerung der körperlichen Aktivität:** Sowohl Kinder als auch Eltern zeigen im Projektverlauf eine Zunahme der körperlichen Aktivität. Im Durchschnitt erhöht sich die Anzahl der Tage pro Woche mit mindestens 60 Minuten Bewegung um knapp einen halben Tag. Zudem geben 40 % der Eltern an, dass sich ihre Kinder während der Teilnahme mehr bewegt haben als zuvor.
- **Steigerung der Motivation:** Über die Hälfte der Eltern (55 %) berichten über ihre Kinder von gesteigerter Freude an Bewegung, während das eingesetzte Fitnessarmband für 75 % der Kinder einen zusätzlichen Motivationsimpuls darstellt. Auch Lehrkräfte (86 %) bestätigen eine Zunahme der Bewegungsmotivation.
- **Sensibilisierung Gesundheitsverständnis:** Lehrkräfte beobachten bei den Kindern insbesondere ein gestiegenes Verständnis für die gesundheitlichen Vorteile von Bewegung (77 %), während auch in den Bereichen Ernährung (34 %) und Umweltschutz (23 %) positive Entwicklungen wahrgenommen werden.
- **Pädagogische Wirkungen im Schulalltag.** Lehrkräfte berichten von positiven Einflüssen des Projekts auf Konzentration (35 %), Aufmerksamkeit (37 %) und insbesondere den Klassenzusammenhalt (70 %) bei den teilgenommenen Schülerinnen und Schülern.
- **Umsetzbarkeit im schulischen Kontext:** 82 % der Lehrkräfte empfinden die Integration der Inhalte als einfach, 86 % halten die Inhalte für altersgerecht.
- **Kontextfaktor Familie:** **step** setzt im Setting Schule an und kann dort erste wichtige Impulse liefern. Wie Kinder sich langfristig verhalten, wird stark durch ihr familiäres Umfeld geprägt - hier kann **step** nur begrenzt Einfluss nehmen.

Insgesamt belegt die Evaluation, dass **step** ein wirkungsvolles Instrument zur Förderung von Bewegung, Gesundheitsverständnis und sozialen Fähigkeiten bei Grundschul- und Förderschulkindern im Alter von acht bis elf Jahren ist. Das Programm weist eine hohe Akzeptanz im schulischen Umfeld auf und bietet großes Potenzial, langfristig noch mehr Kinder und Familien mit nachhaltiger Gesundheitsförderung zu erreichen.

---

<sup>1</sup> Die Zahlen beziehen sich auf **step**, **step kickt!** und **step BRAWO**. Im Projektjahr 2025/26 wurden **step** und **step BRAWO** gemeinsam evaluiert. Dabei haben insgesamt 9.232 Kinder teilgenommen, mehr als 2,34 Milliarden Schritte wurden gesammelt und eine Gesamtstrecke von rund 1,57 Millionen Kilometern wurde zurückgelegt. Das entspricht ca. 39,2 Weltumrundungen.

## 1 Einordnung und Zielsetzung

**step** ist ein interaktiver Schrittwettbewerb für Schülerinnen und Schüler der 3. und 4. Klassen, der Bewegung spielerisch in den Schulalltag integriert und zugleich Impulse zu gesunder Ernährung sowie zu Umwelt- und Nachhaltigkeitsthemen setzt. Ziel ist es, die körperliche Aktivität zu fördern und gesundheitsbezogene Kompetenzen von Kindern ganzheitlich zu stärken.

Die vorliegende Evaluation dient dazu, die Umsetzung und Wirkung des Projekts systematisch zu reflektieren und eine fundierte Grundlage für die Weiterentwicklung zu schaffen. In diesem Projektjahr 2025/26 wurden **step** und **step BRAWO**<sup>2</sup> gemeinsam evaluiert. Aus Gründen der Lesbarkeit wird im Folgenden einheitlich von **step** gesprochen – die Ergebnisse beziehen sich jedoch auf beide Formate.

Der Bericht versteht Evaluation dabei nicht nur als rückblickende Darstellung von Kennzahlen, sondern als Instrument des wirkungsorientierten Lernens (Anpassung von Inhalten für nachfolgende Projektphasen). Neben der Frage der Wirkung des Projekts wird außerdem abgeleitet, welche Erkenntnisse sich aus den vorliegenden Daten für die Weiterentwicklung des Projekts ziehen lassen. Ziel ist es, Stärken, Herausforderungen und Entwicklungspotenziale sichtbar zu machen.

Der Bericht konzentriert sich daher auf eine kompakte, praxisnahe Einordnung der zentralen Befunde. Ausführliche theoretische Diskussionen werden bewusst vermieden. Die Ergebnisse werden fokussiert dargestellt und mit Blick auf ihre Bedeutung für die datengestützte Weiterentwicklung von **step** eingeordnet.

## 2 Zentrale Fragestellungen

Die Evaluation basiert auf einer standardisierten Online-Befragung von Eltern und Lehrkräften zu zwei Zeitpunkten (Prä: 08. Oktober – 25. November 2025; Post: 02. Februar – 09. März 2026). Erfasst wurden sowohl Ausgangsbedingungen als auch wahrgenommene Veränderungen im Anschluss an die Projektteilnahme. An der Elternbefragung nahmen 1.503 Personen in der Prä- und 277 in der Post-Erhebung teil. Von diesen nahmen 123 Personen an beiden Erhebungszeitpunkten teil und konnten somit für längsschnittliche statistische Analysen berücksichtigt werden (Panel: n = 123; Dropout = 92 %). Bei den Lehrkräften beteiligten sich 223 an der Prä- und 78 an der Post-Befragung. Für längsschnittliche statistische Analysen konnten 55 Datensätze der Lehrkräfte verwendet werden (Panel: n = 55; Dropout = 75 %). Die Datengrundlage ermöglicht damit sowohl Querschnittsbetrachtungen als auch längsschnittliche Einordnungen ausgewählter Veränderungen.

Für die längsschnittliche Analyse der Prä-Post-Daten wurden unterschiedliche statistische Verfahren eingesetzt: Veränderungen metrischer Variablen wurden mit abhängigen t-Tests untersucht, kategoriale Veränderungen mittels McNemar-Test und ordinale Veränderungen mithilfe

---

<sup>2</sup> **step BRAWO** ist das in der Region Braunschweig-Wolfsburg durchgeführte Format von **step**

des Wilcoxon-Tests analysiert. Zur vertieften Analyse von Veränderungen des Bewegungsverhaltens in Abhängigkeit vom Ausgangsniveau körperlicher Aktivität wurde ergänzend eine Mixed Repeated Measures ANOVA durchgeführt. Dadurch konnte geprüft werden, ob sich die Veränderung des Bewegungsverhaltens zwischen unterschiedlich aktiven Kindern systematisch unterscheidet. Als statistisch signifikant wurden Ergebnisse bei einem Signifikanzniveau von  $p < .05$  gewertet. Zusätzlich wurden ausgewählte Fragen der Post-Erhebung deskriptiv im Querschnitt analysiert. Hierfür wurden Häufigkeiten und prozentuale Verteilungen der Antwortkategorien ausgewertet, um beispielsweise Nutzung, Motivation und wahrgenommene Projektwirkungen einzuordnen.

Inhaltlich fokussieren sich die Befragungen auf zentrale Fragestellungen in drei Bereichen. Erstens werden Ausgangsbedingungen der teilnehmenden Kinder und Schulen erfasst, insbesondere zum Bewegungsverhalten, zu gesundheitsbezogenen Gewohnheiten in den Themenbereichen Bewegung, Ernährung und Umweltschutz sowie zu schulischen Rahmenbedingungen. Zweitens wird untersucht, wie **step** im Schulalltag umgesetzt und genutzt wurde. Dazu gehören unter anderem die Integration in den Unterricht, die Nutzung der Materialien und digitalen Angebote sowie die organisatorische Umsetzung. Drittens stehen die wahrgenommenen Wirkungen des Projekts im Mittelpunkt. Erfragt werden insbesondere Veränderungen in Bewegung und Motivation der Kinder, Hinweise auf Sensibilisierung, Verständnis gesundheitsrelevanter Zusammenhänge (Bewegung, Ernährung, Umweltschutz) sowie Einschätzungen zur Konzentration und allgemeinen Projektbewertung.

### 3 Kernergebnisse: Interpretation und Relevanz

Im Nachfolgenden werden die Kernergebnisse von **step** dargestellt. Signifikante Ergebnisse und Unterschiede werden lediglich an den entsprechenden Stellen näher erläutert.

#### 3.1 Wirkung auf körperliche Aktivität

Zur Bewertung der Wirkung von **step** auf die körperliche Aktivität wurden Veränderungen im Bewegungsverhalten, in der Bewegungsmotivation sowie die Nutzung zentraler Bewegungselemente betrachtet. Die Einordnung basiert primär auf Elternangaben zum Alltag der Kinder sowie ergänzend auf Einschätzungen der Lehrkräfte zum schulischen Kontext.

##### 3.1.1 Bewegungsverhalten

Im Prä-Post-Vergleich zeigt der abhängige t-Test über die gesamte Stichprobe eine signifikante Zunahme der körperlichen Aktivität. Die Anzahl der Tage, an denen die Kinder mindestens 60 Minuten aktiv sind, steigt im Mittel um 0,43 Tage pro Woche ( $p = .006$  bei kleinem Effekt  $d = 0,25$ ). Parallel dazu berichten auch Eltern eine Zunahme ihrer eigenen Aktivität um durchschnittlich 0,43 Tage pro Woche ( $p = .006$  bei kleinem Effekt  $d = 0,26$ ). Dies deutet darauf hin, dass **step** nicht nur das Bewegungsverhalten der Kinder beeinflusst, sondern auch Impulse im familiären Umfeld auslöst. Darüber hinaus zeigt der McNemar Test, dass nach Projektende ein signifikant größerer

Anteil der Kinder die WHO-Empfehlung von täglich mindestens 60 Minuten körperlicher Aktivität erreicht als zu Projektbeginn ( $p = .021$ ). Zu Beginn erreicht knapp jedes fünfte Kind (18 %) die Aktivitätsempfehlung der WHO, nach **step** steigt der Wert auf fast jedes dritte Kind (29 %) an. Die Ergebnisse der Mixed Repeated Measures ANOVA weisen zudem nach, dass sich die Veränderungen des Bewegungsverhaltens in Abhängigkeit vom Ausgangsniveau der körperlichen Aktivität unterscheidet ( $p < .001$  bei großem Effekt  $\eta^2p = .177$ ). Besonders Kinder mit geringer Ausgangsaktivität (1-3 Tage) steigerten ihre Anzahl körperlich aktiver Tage deutlich (Prä:  $M = 2,49$ ; Post:  $M = 3,73$ ). Kinder mit mittlerem Aktivitätsniveau (4-5 Tage) zeigen geringere Zuwächse (Prä:  $M = 4,49$ ; Post:  $M = 4,87$ ), während sich bei bereits sehr aktiven Kindern (6-7 Tage) aufgrund des geringeren Verbesserungsspielraums keine weitere Steigerung beobachten lässt (Prä:  $M = 6,73$ ; Post:  $M = 6,07$ ).

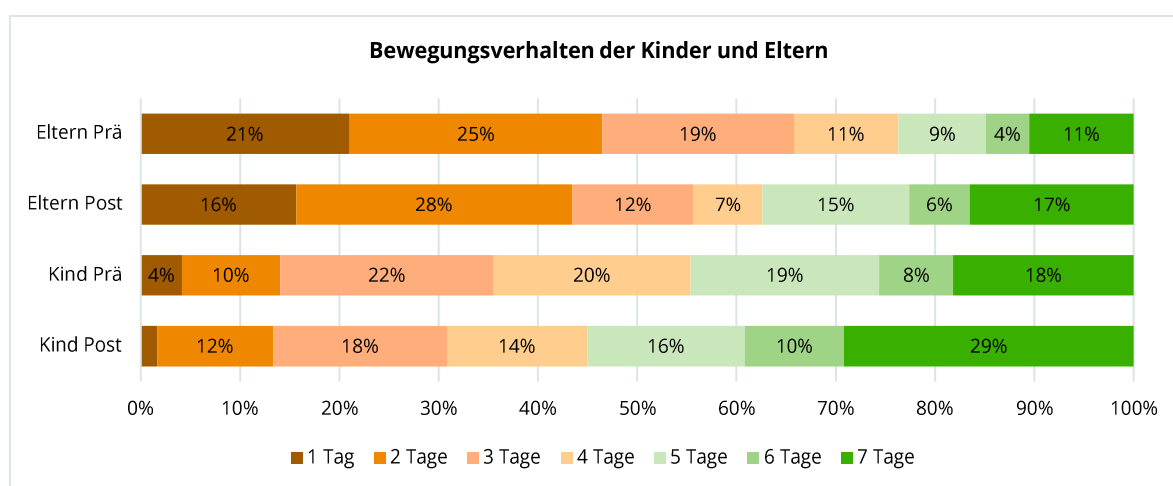


Abbildung 1: Anzahl der Tage, an denen Kinder/Eltern für mindestens 60 Minuten körperlich aktiv sind ( $n=123$ )

### 3.1.2 Bewegungsmotivation

Neben der Verhaltensänderung zeigt sich in den Querschnittsanalysen der Post-Daten eine erhöhte Bewegungsmotivation: 55 % der Eltern berichten von einer gesteigerten Motivation ihres Kindes, 52 % beobachten mehr Freude an Bewegung. Auch aus Sicht der Lehrkräfte überwiegt dieser Eindruck deutlich: 87 % nehmen eine erhöhte Bewegungsmotivation der Schülerinnen und Schüler wahr. Die Ergebnisse sprechen damit für eine motivational unterstützende Wirkung des Projekts im Alltag der Kinder.

Ein zentrales Element der Bewegungsaktivierung ist das Fitnessarmband. Nach Angaben der Eltern tragen 64 % der Kinder das Armband täglich, weitere 23 % an fünf bis sechs Tagen pro Woche. Gleichzeitig wird das Armband am häufigsten als motivierender Faktor genannt (75 %). Auch über die Projektlaufzeit hinaus bleibt die Nutzung relevant: 73 % der Eltern geben an, dass ihr Kind das Fitnessarmband weiterhin tragen möchte. Dies deutet auf eine nachhaltige Aktivierungsfunktion des Fitnessarmbands hin.

Im schulischen Alltag wird die Bewegungsförderung vor allem über niedrigschwellige Aktivierungsmaßnahmen umgesetzt. Lehrkräfte berichten insbesondere über die Umsetzung von Bewegungspausen (87 %), Bewegungsspielen (77 %) und **step**-Übungen (63 %). Diese regelmäßigen Bewegungsanlässe ergänzen die individuelle Aktivierung durch das Fitnessarmband und tragen zur Integration von Bewegung in den Unterrichtsalltag bei.

Insgesamt zeigen die Ergebnisse, dass **step** sowohl das Bewegungsverhalten als auch die Bewegungsmotivation der Kinder positiv beeinflusst. Die Wirkung entsteht insbesondere durch eine Kombination aus spielerischer Selbstmessung, regelmäßigen Bewegungsimpulsen im Unterricht und zusätzlicher Aktivierung im Alltag.

### 3.2 Wirkung auf Gesundheitsverständnis

Es wurde untersucht, ob **step** zur Förderung des Gesundheitsverständnisses in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Umweltschutz beiträgt. Dafür wurden wahrgenommene Veränderungen im Wissen und Verständnis der Kinder sowie Hinweise auf Sensibilisierung und Nutzung der Projektinhalte betrachtet.

#### 3.2.1 Bewegung

Im Bereich Bewegung zeigen die Querschnittsanalysen der Post-Daten überwiegend positive Effekte. Aus Sicht der Eltern verbessert **step** bei 40 % der Kinder das Verständnis für den Zusammenhang zwischen Bewegung und Gesundheit, während 40 % keine Veränderung wahrnehmen. Deutlich positiver fällt die Einschätzung der Lehrkräfte aus: 93 % berichten über eine Sensibilisierung der Kinder für die Relevanz von Bewegung, und 77 % beobachten ein verbessertes Verständnis gesundheitlicher Vorteile. Die Ergebnisse sprechen für eine klare Wissens- und Sensibilisierungswirkung im Bewegungsbereich.

#### 3.2.2 Ernährung

Im Prä-Post-Vergleich ergeben sich keine signifikanten Unterschiede im Ernährungsverhalten: weder im Konsum von Obst und Gemüse (abhängiger t-Test) noch im Konsum gewisser Lebensmittelkategorien (McNemar) zeigen sich signifikante Veränderungen. Deskriptiv sind für beide Erhebungszeitpunkte hohe Zustimmungswerte und damit einen regelmäßigen Konsum folgender Bereiche ersichtlich: Obst und Gemüse (Prä: 89 % / Post: 89 %), Milchprodukte (Prä: 84 % / Post: 80 %) sowie Fleisch und Wurst (Prä: 63 % / Post: 60 %). Auch im familiären Kontext zeigen sich kaum Veränderungen: Alltagsroutinen, wie das gemeinsame Kochen, bleiben im Projektverlauf weitgehend stabil (Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test). Die Mehrheit der Eltern gibt zu beiden Erhebungszeitpunkten an, so gut wie jeden Tag zu kochen (Prä: 80 % / Post: 77 %). Die wahrgenommene Wirkung auf Motivation und Verständnis fällt zurückhaltend aus: 21 % der Eltern und 28 % der Lehrkräfte berichten von einer gesteigerten Motivation der Kinder, während die Mehrheit keine Veränderung wahrnimmt. Rund ein Drittel der Lehrkräfte (34 %) erkennt eine Verbesserung des Verständnisses gesunder Ernährung, während ein großer Anteil keine Veränderung sieht. Gleichzeitig berichten 60 % der Lehrkräfte, dass es gelingt, die Kinder für die Relevanz gesunder

Ernährung zu sensibilisieren. Dies deutet darauf hin, dass vor allem auf Ebene der Bewusstseinsbildung Effekte erzielt werden, während sich diese nur begrenzt im Verhalten niederschlagen. Insgesamt deutet sich damit eine begrenzte Kompetenzentwicklung im Ernährungsbereich an.

### 3.2.3 Umweltschutz

Für den Bereich Umweltschutz zeigen die Ergebnisse des Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test sowie querschnittliche Analysen der Post-Daten ein ähnliches Muster. Veränderungen im umweltbezogenen Verhalten sind nicht signifikant, wobei sich deskriptiv eine leichte Verbesserung beim Umgang mit Müll<sup>3</sup> andeutet. Die wahrgenommene Handlungskompetenz im Umweltbereich bleibt weitgehend stabil. Bereits vor dem Projekt fällt es den meisten Kindern leicht, den Einfluss des eigenen Verhaltens auf die Umwelt zu verstehen (93 %) und sich umweltfreundlich zu ernähren (78 %). Auch beim Umweltverständnis<sup>4</sup> der Kinder sind keine Veränderungen während des Projekts ersichtlich. 16 % der Eltern geben an, dass sich ihr Kind stärker mit dem Thema beschäftigt, während die Mehrheit (75 %) keine Veränderung wahrnimmt. Lehrkräfte berichten mehrheitlich von einer Sensibilisierung für das Thema (52 %), beobachten jedoch nur eingeschränkt einen Zuwachs im Verständnis (23 %). Auch die Motivation der Kinder im Bereich Umweltschutz wird nur von einem kleineren Anteil der Eltern (16 %) und Lehrkräfte (20 %) als erhöht eingeschätzt.

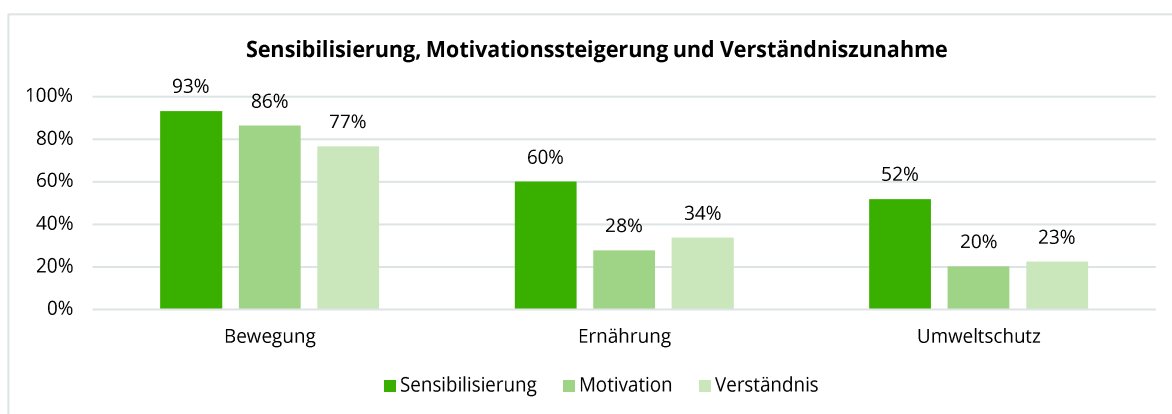


Abbildung 2: Angaben der Lehrkräfte über die Sensibilisierung, die Motivationssteigerung und die Verständniszunahme der Kinder in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Umweltschutz (n=133)

Insgesamt zeigen die Ergebnisse eine unterschiedliche Wirkung des Gesundheitsverständnisses: Während im Bereich Bewegung deutliche Sensibilisierungs- und Wissenseffekte sichtbar werden, fallen diese in den Bereichen Ernährung und Umweltschutz schwächer aus. Dies deutet darauf hin, dass insbesondere bewegungsbezogene Inhalte stärker im Projektalltag verankert und wirksam sind.

<sup>3</sup> In der Prä-Befragung geben 89 % und in der Post-Befragung 95 % der Eltern an, dass das Wegwerfen kleiner Müllteile auf die Straße nie geschieht.

<sup>4</sup> Das Umweltverständnis der Kinder umfasst die Angaben der Eltern zu den zwei Aussagen „Mein Kind weiß viel über Umweltthemen (z. B. Klimawandel, Umweltverschmutzung)“ und „Mein Kind bringt mich aktiv dazu, mein Verhalten gegenüber der Umwelt kritisch zu hinterfragen.“

### 3.3 Wirkung auf Lernklima

Neben gesundheitsbezogenen Effekten wurde untersucht, ob **step** indirekte pädagogische Wirkungen auf das Lernklima entfaltet. Betrachtet wurden insbesondere Konzentration, Aufmerksamkeit und Klassenzusammenhalt.

Aus Sicht der Eltern verbessert sich die Konzentration des Kindes nur bei einem kleineren Teil. 8 % berichten eine Verbesserung, während knapp die Hälfte (48 %) keine Veränderung wahrnimmt. Ein großer Anteil (38 %) kann die Wirkung nicht beurteilen. Dies deutet darauf hin, dass Veränderungen im häuslichen Kontext nur begrenzt wahrgenommen werden.

Die Lehrkräfte berichten von differenzierteren Effekten im Unterrichtskontext. Am deutlichsten zeigt sich ein positiver Einfluss auf den Klassenzusammenhalt: 70 % der Lehrkräfte beobachten hier Verbesserungen. Deutlich zurückhaltender fällt die Einschätzung bei Aufmerksamkeit und Konzentration aus. 37 % erkennen einen positiven Einfluss auf die Aufmerksamkeit, 35 % auf die Konzentration. Gleichzeitig sieht jeweils ein größerer Anteil keine Veränderung (43 % bei Aufmerksamkeit, 44 % bei Konzentration).

Insgesamt zeigen die Ergebnisse, dass **step** insbesondere soziale Aspekte des Lernklimas stärkt, während Effekte auf Konzentration und Aufmerksamkeit weniger ausgeprägt sind. Damit zeigt das Projekt neben der Bewegungsförderung auch indirekte pädagogische Wirkungen, vor allem im Bereich des Klassenzusammenhalts.

### 3.4 Kontextfaktoren und strukturelle Bedingungen

Zur Einordnung der Wirkungen wurde untersucht, welche Akteure und Rahmenbedingungen die Umsetzung und Motivation im Projekt beeinflussen.

#### 3.4.1 Motivationale Kontextfaktoren

Im Bereich Bewegung zeigen die Querschnittsanalysen der Post-Daten, dass die Motivation der Kinder vor allem durch das Fitnessarmband sowie das direkte soziale Umfeld getragen wird. Neben dem Fitnessarmband werden insbesondere Eltern (55 %), Lehrkräfte (39 %) sowie Freundinnen und Freunde (36 %) als motivierende Faktoren genannt, dicht gefolgt von der Bewegungs-Challenge (34 %). Nur ein kleiner Anteil (4 %) berichtet, dass kein zusätzlicher Motivationsfaktor vorlag. Dies deutet auf ein Zusammenspiel aus projektbezogenen Elementen und sozialem Umfeld hin.

Im Bereich Ernährung dominieren ebenfalls Einflüsse aus dem familiären Kontext. Eltern werden am häufigsten als motivierender Faktor genannt (53 %), während Lehrkräfte deutlich seltener genannt werden (30 %). Projektmaterialien, wie die Ernährungsbroschüre (4 %), Arbeitsblätter (5 %) und Ernährungsquizze (2 %) spielen nur eine untergeordnete Rolle. Dies spricht dafür, dass Verhaltensänderungen im Ernährungsbereich stärker vom häuslichen Umfeld abhängig sind.

Auch im Bereich Umweltschutz zeigt sich eine geteilte Verantwortung zwischen Schule und Familie. Lehrkräfte werden am häufigsten als motivierend wahrgenommen (46 %), gefolgt von Eltern (38 %). Gleichzeitig berichtet ein größerer Anteil (40 %), dass keine spezifische Motivation vorlag. Dies deutet darauf hin, dass Umweltschutz für viele Kinder im Alltag weniger präsent und nicht unmittelbar erfahrbar ist. Umso bedeutsamer erscheinen externe Impulse durch Schule, Familie oder Projektinhalte.

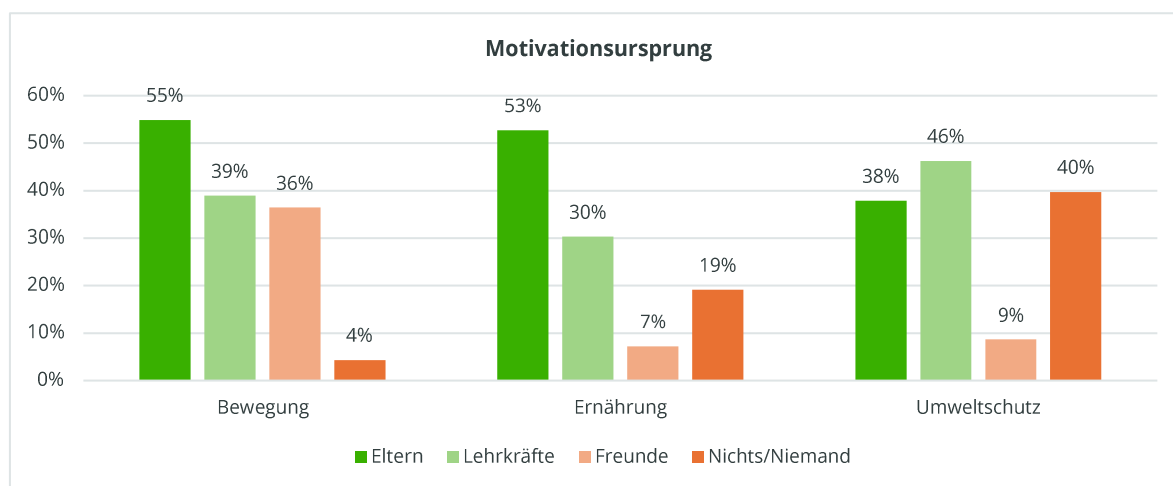


Abbildung 3: Angaben der Eltern über den Motivationsursprung der Kinder zum Schritte sammeln (Bewegung), zu einer gesunden Ernährung und zum Thema Umweltschutz (n=277)

### 3.4.2 Strukturelle Voraussetzungen an Schulen

Die Ergebnisse zeigen, dass die drei Themenbereiche im Schulkontext unterschiedlich stark verankert sind. Bewegung ist bereits gut in Schulprofilen, Maßnahmen und Kooperationen integriert. Demgegenüber befinden sich Ernährung und insbesondere Umweltschutz an vielen Schulen noch im Aufbau. So sehen Lehrkräfte im Bereich Ernährung und Umweltschutz einen vergleichsweise höheren Handlungsbedarf. Gleichzeitig sind Ressourcen, Maßnahmen und Kooperationen in den Bereichen Ernährung und Umweltschutz seltener vollständig umgesetzt.<sup>5</sup> Dies deutet darauf hin, dass **step** in Bereichen mit geringerer struktureller Verankerung bspw. Ernährung, auf weniger bestehende Unterstützungsstrukturen trifft, da diese oft in der Einrichtung noch fehlen.

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt, dass sich strukturelle Rahmenbedingungen an Schulen im Projektzeitraum nicht signifikant verändern. Weder im Schulprofil noch in Ressourcen, Maßnahmen oder Kooperationen lassen sich statistisch bedeutsame Entwicklungen feststellen.

<sup>5</sup> Ressourcen für die Gesundheitsförderung sind im Bereich Ernährung zu 2 % (Prä) / 5 % (Post) und im Bereich Umweltschutz zu 0 % (Prä) / 4 % (Post) voll und ganz erreicht. Maßnahmen zur gesundheitsförderlichen Gestaltung der Schule sind im Bereich Ernährung zu 5 % (Prä) / 9 % (Post) und im Bereich Umweltschutz zu 2 % (Prä) / 9 % (Post) voll und ganz erreicht. Die Zusammenarbeit der Schule mit Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartnern ist im Bereich Ernährung zu 11 % (Prä) / 9 % (Post) und im Bereich Umweltschutz zu 4 % (Prä) / 2 % (Post) voll und ganz erreicht. Detaillierte Ergebnisse sind im Anhang verfügbar.

Allerdings sinkt der wahrgenommene Handlungsbedarf in den Bereichen Bewegung und Ernährung signifikant.<sup>6</sup> Dies deutet darauf hin, dass **step** aus Sicht der Schulen dazu beiträgt, bestehende Bedarfe zumindest teilweise zu adressieren und Handlungssicherheit im Umgang mit den Themen zu erhöhen. Für den Bereich Umweltschutz zeigen sich hingegen keine vergleichbaren Veränderungen.

### 3.5 Nutzung und Akzeptanz

Zur Bewertung der praktischen Umsetzbarkeit wurde anhand der Post-Daten untersucht, wie **step** im Schulalltag genutzt wird und wie Lehrkräfte und Eltern das Projekt bewerten.

#### 3.5.1 Vorbereitung auf Projekt

Die Informationsweitergabe erfolgt überwiegend über direkte schulische Kommunikationswege. Eltern erhalten Informationen vor allem über Elterninformationen (58 %), Lehrkräfte (44 %) oder E-Mail (42 %), während App (18 %), Elternvertretung (16 %) und Website (6 %) seltener genutzt werden. Dies stellt heraus, dass die Kommunikation über mehrere Kontaktpunkte erfolgte und insbesondere etablierte schulische Kanäle funktionieren.

Die Lehrkräfte fühlen sich mehrheitlich gut auf die Umsetzung vorbereitet. Über 85 % geben an, ausreichend vorbereitet zu sein. Gleichzeitig werden Materialien und Maßnahmen überwiegend (86 %) als altersangemessen bewertet, und Anpassungen sind nur selten (5 %) erforderlich. Dies spricht für eine hohe Passung des Projekts zur Zielgruppe.

#### 3.5.2 Praktische Umsetzung

Die Nutzung der Projektinhalte durch die Kinder und Eltern fällt - abgesehen von der Bewegungs-Challenge (57 %) - insgesamt mit maximal 21 %-iger Zustimmung eher gering aus: demnach werden die Ernährungsquizze (18 %), die Ernährungsbroschüre (14 %), Arbeitsblätter zur Ernährung (21 %) sowie Arbeitsblätter zum Umweltschutz (21 %), Umweltschutz-Experimente (10 %) und das Poster zum Umweltschutz (16 %) eher selten in Anspruch genommen. Auch ergänzende sowie organisatorische Materialien erreichen nur einen kleinen Teil der Zielgruppe. So werden die Erklärvideos von 20 % der Kinder und 15 % der Eltern und die Info-Sheets von 17 % der Kinder und 21 % der Eltern genutzt.

Außerdem zeigen sich in der praktischen Umsetzung technische Herausforderungen, insbesondere bei der App-Nutzung. Die Hälfte (50 %) der Kinder kann die Schritte selbstständig hochladen, während ein weiterer großer Anteil Unterstützung durch Eltern, Lehrkräfte oder Mitschülerinnen und Mitschüler benötigt (44 %). Rückfragen zum Projekt von Eltern und Kindern betreffen vor allem das Hochladen der Schritte (52 %), den Umgang mit Fitnessarmbändern (47 % zu

---

<sup>6</sup> Die Prüfung von Veränderungen zwischen Prä- und Postmessung erfolgte mittels Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Tests. Signifikante Veränderungen zeigen sich ausschließlich für den wahrgenommenen Handlungsbedarf in den Bereichen Bewegung ( $p < .001$ ) und Ernährung ( $p = .012$ ), während für Schulprofil, Ressourcen, Maßnahmen und Kooperationen keine statistisch bedeutsamen Veränderungen festgestellt werden konnten. Detaillierte Ergebnisse sind im Anhang verfügbar.

verlorenen oder defekten Fitnessarmbändern) sowie technische Einstellungen (42 % zur Umstellung von Uhrzeit und Datum; 27 % zum Aufladen der Fitnessarmbänder). Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass die Umsetzung grundsätzlich gelingt, jedoch in der betrachteten Altersgruppe der Grundschul Kinder erwartungsgemäß ein erhöhter Unterstützungsbedarf bei technischen und organisatorischen Aufgaben besteht.

### 3.5.3 Unterstützungsangebote

Die begleitenden Unterstützungsangebote werden insgesamt positiv bewertet, erreichen jedoch nicht alle Lehrkräfte gleichermaßen. An der digitalen Schulung nahm rund ein Drittel der Lehrkräfte (32 %) teil, welche die Inhalte überwiegend (81 %) in der Praxis umsetzen konnten.

Knapp die Hälfte (49 %) der befragten Lehrkräfte kontaktierte das Support-Team und bewertete dessen Unterstützung mehrheitlich positiv. So wurde das Support-Team als schnell, hilfreich und kompetent wahrgenommen. Gleichzeitig zeigen die Ergebnisse, dass Unterstützungsangebote nicht durchgängig genutzt werden und damit Potenzial besteht, ihre Reichweite und Sichtbarkeit weiter zu erhöhen.

### 3.5.4 Bewertung

Trotz Herausforderungen fällt die Gesamtbewertung des Projekts positiv aus. Die Mehrheit der Lehrkräfte bewertet **step** als gut (50 %) oder sehr gut (25 %).

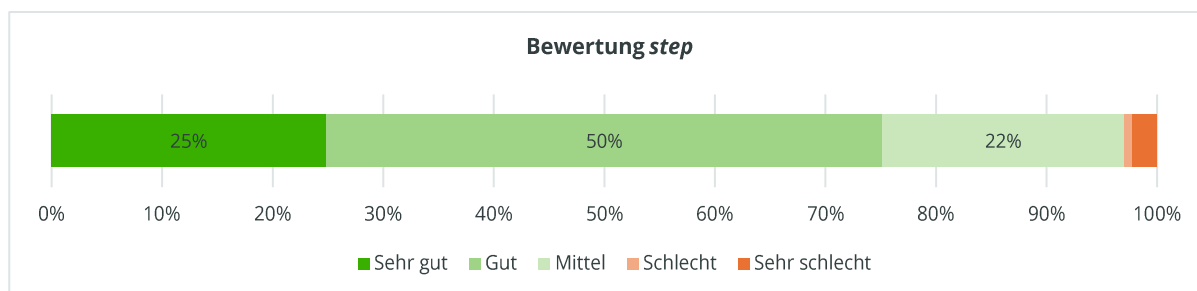


Abbildung 4: Bewertung der Lehrkräfte, wie gut ihnen das Projekt gefallen hat (n=133)

Auch die Website (16 % der Lehrkräfte bewerten diese als „sehr gut“; 56 % als „gut“), die App (23 % „sehr gut“, 42 % „gut“) und die Materialien werden überwiegend positiv eingeschätzt (86 % der Lehrkräfte halten die Inhalte für altersangemessen, 78 % der Lehrkräfte mussten keine Anpassungen vornehmen). Die hohe Akzeptanz spiegelt sich auch in der Teilnahmebereitschaft wider: Rund 78 % der Lehrkräfte möchten erneut teilnehmen.

Insgesamt zeigt sich, dass **step** im Schulalltag überwiegend gut umsetzbar ist. Förderlich sind insbesondere eine gute Vorbereitung, direkt nutzbare Materialien und eine einfache Integration in den Unterricht. Hemmnisse entstehen vor allem durch technische Anforderungen und zusätzlichen Unterstützungsbedarf.

## 4 Schlussfolgerungen & Handlungsempfehlungen

Die Ergebnisse der Evaluation zeigen ein differenziertes Gesamtbild der Wirksamkeit von **step**. Dabei wird deutlich, dass die Effekte stark vom jeweiligen Themenbereich sowie von den zugrunde liegenden Kontextbedingungen abhängen. Besondere Effekte zeigen sich im Bereich Bewegung, während die Wirkungen in den ergänzenden Themenfeldern Ernährung und Umweltschutz geringer ausfallen.

### 4.1 Wirksamkeit im Bereich Bewegung

Im Bereich Bewegung lassen sich die deutlichsten Effekte beobachten. Dies betrifft sowohl das Bewegungsverhalten als auch die Bewegungsmotivation der Kinder. Die Befunde stehen im Einklang mit der Schwerpunktsetzung von **step**, welches primär die Bewegungsförderung der Kinder zum Ziel hat. Ebenso zeigt die aktuelle Forschung, dass insbesondere niedrigschwellige, alltagsnahe und unmittelbar erfahrbare Interventionen im Kindesalter wirksam sind. Maßnahmen, die sich direkt in den Schulalltag integrieren lassen und keine umfangreichen strukturellen Veränderungen erfordern, zeigen bereits nach vergleichsweise kurzer Zeit positive Effekte auf das Bewegungsverhalten (Dobbins et al., 2013; Love et al., 2019).

Als zentraler Wirkmechanismus kann die gesteigerte Motivation der Kinder interpretiert werden. Die Ergebnisse zeigen, dass insbesondere spielerische und digitale Elemente – wie das eingesetzte Fitnessarmband – eine wichtige Rolle für die Aktivierung der Kinder spielen. Dies entspricht Befunden zu digitalen Gesundheitsinterventionen, die zeigen, dass Wearables und gamifizierte Ansätze das Bewegungsverhalten positiv beeinflussen können (Frazer et al., 2025). Gleichzeitig weisen Studien darauf hin, dass solche Effekte differenziert zu betrachten sind und insbesondere vom Ausgangsniveau der Aktivität abhängen (Hydari, Adjerid & Striegel, 2022). Dies zeigt sich auch in der vorliegenden Evaluation: Die vertiefende Analyse nach Ausgangsaktivität macht deutlich, dass insbesondere Kinder mit niedriger Ausgangsaktivität ihre aktiven Tage steigern. Bei Kindern mit mittlerem Aktivitätsniveau fallen die Zuwächse geringer aus, während bei bereits hoch aktiven Kindern keine weitere Steigerung sichtbar wird. Letzteres ist vor dem Hintergrund eines möglichen Ceiling-Effekts plausibel, da bei sehr aktiven Kindern nur wenig Spielraum für zusätzliche Aktivität besteht.

Neben technologischen Komponenten bestätigen die Ergebnisse auch die Bedeutung sozialer und motivationaler Faktoren. Nationale Befunde der MOVE-Studie zeigen, dass „Spaß haben“, „fit bleiben“, „besser werden“ und „Freunde treffen“ zu den zentralen Motiven sportlicher Aktivität im Kindesalter zählen (Deutsche Sportjugend, 2025).

Zugleich unterstreichen die Ergebnisse die Bedeutung sozialer Einflussfaktoren. Eltern, Lehrkräfte und Peers wirken als zentrale Motivatoren und tragen wesentlich dazu bei, dass Bewegungsangebote angenommen und umgesetzt werden. Diese Befunde stehen im Einklang mit Studien, die die Bedeutung sozialer Einbettung, wahrgenommener Kompetenz und gemeinsamer Aktivität für das Bewegungsverhalten von Kindern hervorheben (Paudel et al., 2025; Schoser,

Mackenbrock, Lendt et al., 2024). Auch die Rolle von Freude und Motivation als zentrale Einflussgrößen wird durch aktuelle Forschung gestützt. So zeigt eine aktuelle Studie, dass Kinder mit höherer Bewegungsfreude im Pausenkontext häufiger moderate bis intensive körperlicher Aktivität zeigen und entsprechend weniger Zeit in leichter körperlicher Aktivität verbringen (De Bruijn & Brocken, 2025).

Die im Projekt umgesetzten Maßnahmen, insbesondere niedrigschwellige Bewegungsangebote im Schulalltag, entsprechen zudem evidenzbasierten Ansätzen der Bewegungsförderung im Kindesalter (Huang et al., 2021). Die hohe Umsetzungsquote dieser Maßnahmen spricht für eine gute Praktikabilität und Akzeptanz des Projekts im schulischen Setting.

**Handlungsempfehlung:** Bewegungsbezogene Elemente sollten weiterhin einen zentralen Bestandteil von **step** bilden und gezielt ausgebaut werden. Insbesondere niedrigschwellige, spielerische und digital unterstützte Formate haben sich als wirksam erwiesen und sollten systematisch weiterentwickelt werden.

#### 4.2 Gesundheitsverständnis und Unterschiede zwischen den Themenbereichen

Im Hinblick auf die Förderung vom Gesundheitsverständnis zeigt sich ein differenziertes Bild. Während im Bereich Bewegung deutliche Hinweise auf eine Sensibilisierung und ein verbessertes Verständnis gesundheitlicher Zusammenhänge bestehen, fallen die Effekte in den Bereichen Ernährung und Umweltschutz deutlich geringer aus.

Diese Unterschiede lassen sich plausibel durch die Priorisierung der Themenbereiche im Projekt sowie die unterschiedlichen Anforderungen an die Themen erklären. Das Bewegungsverhalten steht im Fokus von **step**, ist unmittelbar veränderbar und kann direkt im schulischen Kontext adressiert werden. Demgegenüber spielen die Bereiche Ernährung und Umweltschutz eine ergänzende Rolle im Projekt. Außerdem sind Ernährungsgewohnheiten und umweltbezogenes Verhalten stärker in familiäre Routinen, soziale Normen und strukturelle Rahmenbedingungen eingebettet.

Für den Bereich Bewegung lässt sich die beobachtete Sensibilisierung im Kontext der Gesundheitskompetenzforschung einordnen. Frühzeitige Auseinandersetzung mit gesundheitsbezogenen Themen gilt als zentrale Voraussetzung für die Entwicklung langfristiger Gesundheitskompetenz und gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen. Kinder mit höherer Gesundheitskompetenz weisen häufiger gesundheitsfördernde Verhaltensweisen auf, darunter körperliche Aktivität, ausreichend Schlaf sowie ein höheres gesundheitsbezogenes Wohlbefinden (Marchant et al., 2025). Vor diesem Hintergrund kann die im Projekt beobachtete Sensibilisierung für den Zusammenhang zwischen Bewegung und Gesundheit als ein wichtiger Schritt zur Förderung gesundheitsbezogener Kompetenzen interpretiert werden.

Für den Bereich Ernährung bestätigen die Ergebnisse (s. Kapitel 3.4.1) bestehende Befunde, wonach Ernährungsverhalten im Kindesalter maßgeblich durch familiäre Faktoren, Vorbilder und sozioökonomische Rahmenbedingungen geprägt wird (Scaglioni et al., 2018). Auch nationale und

internationale Studien zeigen, dass Veränderungen in diesem Bereich nur begrenzt durch kurzfristige Interventionen erreicht werden können (Rodriguez-Negro, Sanchez-Diaz & Yanci, 2025). Folglich kann **step** zwar Impulse im Ernährungsbereich setzen, doch nachhaltige Veränderungen im Ernährungsverhalten erfordern eine stärkere Einbindung des familiären Umfelds.

Ähnliches gilt für den Bereich Umweltschutz. Studien zeigen, dass Umweltbewusstsein bei Kindern häufig bereits vorhanden ist, nachhaltige Verhaltensänderungen jedoch ein Zusammenspiel von Schule, Familie und weiteren gesellschaftlichen Akteuren erfordern (Gesunde Erde – Gesunde Kinder, 2025).

**Handlungsempfehlungen:** Im Bereich Ernährung sollte die Einbindung der Eltern zuhause stärker berücksichtigt werden. Im Bereich Umweltschutz sollten verstärkt handlungsorientierte und erfahrungsbasierte Formate eingesetzt werden, wie beispielsweise ein Schulgarten oder Hochbeete, das Up- oder Recycling von Alltagsmaterialien sowie gemeinsames Kochen mit regionalen und saisonalen Lebensmitteln. Insgesamt erscheint eine längerfristige und stärker kontextbezogene Ausgestaltung dieser Themenbereiche sinnvoll, wenn eine stärkere Priorisierung der Themen im Projekt gewünscht ist (Scaglioni et al., 2018; Koletzko et al., 2025).

#### 4.3 *Kontextfaktoren und soziale Rahmenbedingungen*

Die Ergebnisse machen deutlich, dass die Wirksamkeit von **step** maßgeblich von den jeweiligen Kontextbedingungen beeinflusst wird. Die Stichprobe ist überwiegend durch einen mittleren bis hohen sozioökonomischen Status geprägt. Aussagen zur Wirksamkeit in sozial benachteiligten Lebenslagen sind daher nur eingeschränkt möglich. Gleichzeitig ist zu berücksichtigen, dass freiwillige Befragungen im schulischen Kontext häufig mit einer selektiven Teilnahme verbunden sind und eher Eltern mit einem höheren sozioökonomischen Status erreichen. Die vorliegenden Ergebnisse könnten daher die Perspektive sozial benachteiligter Familien nur eingeschränkt abbilden.

Die Forschung zur Gesundheitsförderung weist darauf hin, dass sozioökonomische und strukturelle Faktoren eine zentrale Rolle für die Umsetzung und Wirkung von Interventionen spielen. Insbesondere Zugangsvoraussetzungen, Unterstützungsbedarfe und familiäre Ressourcen können die Nutzung und Wirksamkeit von Maßnahmen erheblich beeinflussen (Scaglioni et al., 2018).

**Handlungsempfehlung:** Da mehrsprachige Elterninformationen, einfache Sprache und bildgestützte Erklärvideos bereits vorliegen, sollte **step** den Fokus stärker auf deren Reichweite und Nutzung legen. Entscheidend bleibt dabei das Engagement der Lehrkräfte als zentrale Schnittstelle zu den Eltern; kompakte Kommunikationspakete mit Textbausteinen, QR-Codes und Erinnerungsimpulsen könnten sie dabei entlasten. Ziel ist es, vorhandene Unterstützungsangebote leichter zugänglich zu machen und ihre Nutzung im Projektverlauf gezielt zu erhöhen.

#### 4.4 *Umsetzung im Schulalltag*

Die Umsetzung des Projekts im Schulalltag gelingt insgesamt gut, zeigt jedoch deutliche Unterschiede zwischen den Themenbereichen. Besonders erfolgreich ist die Implementierung im

Bereich Bewegung, der häufig bereits stärker im Schulprofil verankert ist und häufiger auf etablierte Strukturen sowie vorhandene Ressourcen zurückgreifen kann. Dies deckt sich zugleich mit der Schwerpunktsetzung von **step**, das primär auf Bewegungsförderung ausgerichtet ist und bewegungsbezogene Inhalte entsprechend stark im Projektalltag verankert.

In den Bereichen Ernährung und Umweltschutz wird hingegen deutlich, dass fehlende Strukturen, begrenzte Ressourcen und geringere curriculare Verankerung die Umsetzung erschweren. Dies verdeutlicht, dass Programme wie **step** besonders dort wirksam sind, wo sie an bestehende Strukturen anknüpfen können. Zugleich ist zu berücksichtigen, dass Ernährung und insbesondere Umweltschutz innerhalb von **step** eher ergänzende Themenbereiche darstellen und nicht im Fokus stehen.

Dass sich im Projektzeitraum keine signifikanten Veränderungen struktureller Rahmenbedingungen an Schulen zeigen, erscheint vor dem Hintergrund des vergleichsweise kurzen Interventionszeitraums plausibel. Forschungen zur schulischen Gesundheitsförderung weisen darauf hin, dass strukturelle Veränderungen – etwa in Schulprofilen, Kooperationen, Ressourcen oder institutionellen Routinen – langfristige Entwicklungsprozesse darstellen und häufig erst nach längerer Implementierung sichtbar werden (Takens et al., 2024; Yehuda & Baron-Epel, 2024). Vor diesem Hintergrund erscheint insbesondere der Rückgang des wahrgenommenen Handlungsbedarfs in den Bereichen Bewegung und Ernährung als relevanter Hinweis darauf, dass **step** bereits kurzfristig dazu beitragen kann, Handlungssicherheit im Umgang mit gesundheitsbezogenen Themen zu stärken und erste Impulse in Schulen anzustoßen.

Als zentrale Gelingensbedingungen lassen sich die gute Vorbereitung der Lehrkräfte, die Alltagsauglichkeit der Materialien sowie deren altersgerechte Aufbereitung identifizieren. Gleichzeitig zeigen die Ergebnisse, dass technische Anforderungen zusätzliche Belastungen im Schulalltag erzeugen können.

Diese Befunde stehen im Einklang mit Forschung zur schulischen Gesundheitsförderung, die die Bedeutung struktureller Verankerung, institutioneller Unterstützung und praktikabler Umsetzungskonzepte hervorhebt (Langford et al., 2015; World Health Organization, 2021).

**Handlungsempfehlungen:** Die Integration in bestehende schulische Strukturen sollte gezielt gestärkt werden. Technische Prozesse sollten möglichst niedrigschwellig gestaltet werden.

## 5 Fazit

Die Evaluation von **step** zeigt, dass das Projekt einen relevanten Beitrag zur Gesundheitsförderung von Kindern leistet, insbesondere im Bereich Bewegung. Vor allem durch niedrigschwellige, alltagsnahe und motivierende Ansätze gelingt es, Kinder zu mehr körperlicher Aktivität anzuregen und ihre Freude an Bewegung zu stärken. Damit adressiert **step** ein zentrales Handlungsfeld der Gesundheitsförderung im Kindesalter und setzt dort wirksame Impulse.

Der Mehrwert des Projekts liegt insbesondere in der gelungenen Verknüpfung verschiedener Wirkfaktoren. Durch die Kombination aus spielerischen Elementen, digitalen Tools und sozialer Einbindung werden Kinder auf mehreren Ebenen erreicht. Insbesondere das Fitnessarmband sowie die Einbindung von Lehrkräften, Eltern und Peers tragen dazu bei, Motivation zu fördern und Bewegung in den Alltag zu integrieren. Gleichzeitig zeigt sich, dass die Inhalte gut in den schulischen Kontext eingebettet werden können und von den Lehrkräften als praktikabel wahrgenommen werden.

In den Bereichen Ernährung und Umweltschutz leistet **step** vor allem einen Beitrag zur Sensibilisierung (s. Kapitel 3.2). Die Ergebnisse verdeutlichen jedoch, dass Veränderungen in diesen Bereichen stärker von familiären Routinen und strukturellen Rahmenbedingungen abhängen und daher durch ein schulisches Projekt allein nur begrenzt beeinflusst werden können (s. Kapitel 3.4). Hier liegt der Mehrwert von **step** insbesondere darin, Themen anzustoßen und erste Impulse für gesundheitsbezogenes Verhalten zu setzen.

Gleichzeitig machen die Befunde deutlich, dass die Wirkung des Projekts kontextabhängig ist. Bestehende schulische Strukturen, verfügbare Ressourcen sowie soziale Rahmenbedingungen beeinflussen maßgeblich, wie gut die Inhalte umgesetzt werden können und welche Effekte erzielt werden. Für eine nachhaltige und breitenwirksame Gesundheitsförderung erscheint es daher zentral, das Projekt perspektivisch stärker kontextsensibel weiterzuentwickeln und die Einbindung des familiären Umfelds auszubauen.

Insgesamt zeigt sich, dass **step** ein praxistaugliches und wirkungsvolles Instrument der schulischen Gesundheitsförderung ist, das insbesondere im Bereich Bewegung einen klaren Mehrwert bietet. Für eine weitergehende Wirkung in komplexeren Themenfeldern bedarf es künftig ergänzender, längerfristiger und stärker systemisch ausgerichteter Ansätze.

## 6 Literaturverzeichnis

- De Bruijn, A. G. M., & Brocken, J. E. A. (2025). Motor and prosocial skills relate to enjoyment and physical activity levels during primary school recess. *Journal of Sports Sciences*, 43(15), 1532–1546. <https://doi.org/10.1080/02640414.2025.2510096>
- Deutsche Sportjugend. (2025). *MOVE-Studie 2023–2025: Factsheets*. [https://static-dsj-de.s3.amazonaws.com/Themen/Bewegung\\_Spiel\\_und\\_Sport/MOVE/MOVE-Studie-2023-2025-Factsheets.pdf](https://static-dsj-de.s3.amazonaws.com/Themen/Bewegung_Spiel_und_Sport/MOVE/MOVE-Studie-2023-2025-Factsheets.pdf)
- Dobbins, M., Husson, H., DeCorby, K., & LaRocca, R. L. (2013). *School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6–18*. Cochrane Database of Systematic Reviews. doi: 10.1002/14651858.CD007651.pub2.
- Frazer, M., Charlesworth, L., Wilson, L., Hall, J., Batool, F., Subiza-Perez, M., Burkhardt, J., Daly-Smith, A., & Chalkley, A. (2025). Active play in a digital age: Exploring children's (aged 8–13 years) views of a physical activity app: Qualitative formative study. *JMIR Formative Research*, 9, e76498. <https://doi.org/10.2196/76498>
- Gesunde Erde. Gesunde Kinder. (2026). *Jahresbericht 2024–2025*.
- Huang, T., Zhao, G., Tan, H., Wu, H., Fu, J., Sun, S., Lv, W., He, Z., Hu, Q., & Quan, M. (2021). Effects of family intervention on physical activity and sedentary behavior in children aged 2.5–12 years: A meta-analysis. *Frontiers in Pediatrics*, 9, 720830. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.720830>
- Hydari, M. Z., Adjerid, I., & Striegel, A. D. (2023). Health wearables, gamification, and healthful activity. *Management Science*, 69(7), 3920–3938. <https://doi.org/10.1287/mnsc.2022.4581>
- Koletzko, B., Bühren, K., Felderhoff-Müser, U., & Frank, S. (2025). *Kindergesundheitsbericht 2025: Fokus Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen*. Stiftung Kindergesundheit.
- Langford, R., Bonell, C. P., Jones, H. E., Poulidou, T., Murphy, S. M., Waters, E., Komro, K. A., Gibbs, L. F., Magnus, D., & Campbell, R. (2015). *The WHO Health Promoting School framework for improving the health and well-being of students and their academic achievement*. Cochrane Database of Systematic Reviews, (4).
- Love, R., Adams, J., & van Sluijs, E. (2019). *Are school-based physical activity interventions effective? A systematic review*. doi: 10.1111/obr.12823.
- Marchant, E., Lowthian, E., James, M., Davies, N., & Crick, T. (2025). Examining the health literacy and health behaviours of children aged 8–11 in Wales, UK. *Health Promotion International*, 40(2), daaf026. <https://doi.org/10.1093/heapro/daaf026>
- Paudel, S., Hesketh, K. R., Guagliano, J. M., Coombes, E., Brown, H. E., Jones, A. P., Hughes, C., Veitch, J., & van Sluijs, E. (2025). Parent-child coparticipation in physical activity and its

- associations with daily physical activity and key correlates: Findings from the Families Reporting Every Step to Health Study. *Journal of Physical Activity and Health*, 22(11), 1445–1452.
- Rodríguez-Negro, J., Sánchez-Díaz, S., & Yanci, J. (2025). Nutritional habits in 8–11-year-old Spanish children according to their gender. *Nutrients*, 17(6), 1016. <https://doi.org/10.3390/nu17061016>
- Scaglioni, S., De Cosmi, V., Ciappolino, V., Parazzini, F., Brambilla, P., & Agostoni, C. (2018). Factors influencing children's eating behaviours. *Nutrients*, 10(6), 706. <https://doi.org/10.3390/nu10060706>
- Schooser, D. S., Mackenbrock, J., Lendt, C., et al. (2025). Der Zusammenhang von körperlicher Aktivität, sportmotorischer Leistung und Bewegungsmotivation im späten Kindesalter – eine Querschnittstudie. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 55, 637–645. <https://doi.org/10.1007/s12662-024-00999-7>
- Takens, F. E., Indyk, I., Chin A Paw, M. J. M., Ujčič-Voortman, J. K., van Nassau, F., & Busch, V. (2024). Qualitative multi-stakeholder evaluation of the adoption, implementation and sustainment of the school-based dietary intervention “Jump-in”. *BMC Public Health*, 24(1), 1337. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18814-1>
- World Health Organization. (2021). *Making every school a health-promoting school: Global standards and indicators*. WHO.
- Yehuda, A. Z., & Baron-Epel, O. (2024). Factors contributing to the development of health-promoting schools, applying Fullan's triple change model – A qualitative study. *Health Education Journal*, 83(7), 804–818. <https://doi.org/10.1177/00178969241279284>

## 7 Anhang

### 7.1 Eltern-Fragebogen Prä

**Liebe Familien,**

**Liebe Erziehungsberechtigte,**

**vielen Dank, dass Ihr Kind am *step*-Projekt teilnimmt!**

**In diesem Fragebogen möchten wir Ihnen gerne ein paar Fragen zu dem Gesundheitsverhalten Ihres Kindes und Ihrer Familie stellen. Dies dient dazu, die Wirksamkeit des *step*-Projekts zu überprüfen. Bei einigen Fragen kann es hilfreich sein, wenn Sie Ihr Kind mit einbeziehen.**

**Die Beantwortung der Fragen ist freiwillig und wird etwa 5 Minuten dauern.**

**Bitte beachten Sie beim Ausfüllen folgende Hinweise:**

**Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten – dies ist kein Test. Bitte beantworten Sie alle Fragen so ehrlich und so genau wie möglich – das ist sehr wichtig, um aussagekräftige Ergebnisse zu erhalten. Ihre Antworten werden pseudonymisiert (individueller Evaluationscode wird eigenständig generiert) ausgewertet: es ist weder uns noch anderen Lehrkräften, Eltern bzw. Erziehungsberechtigten möglich, diese mit Ihnen in Verbindung zu bringen.**

**Teil A: Evaluationscode**

Um zu überprüfen, ob das *step*-Projekt wirksam ist, werden wir Ihnen nach Projektende, Anfang Februar erneut einige Fragen stellen. Der selbsterstellte Evaluationscode dient der Zuordnung, sodass wir Ihre beiden Fragebögen miteinander vergleichen können, ohne dabei persönliche Daten von Ihnen zu nutzen. Folgen Sie bitte einfach der nachfolgenden Schritt-für-Schritt-Anleitung und füllen Sie die Kästchen mit Ihren eigenen Angaben aus.

**A1. 1. Die ersten beiden Buchstaben des Vornamens der Mutter (oder einer Person, die für das Kind einer Mutter am nächsten kommt) des teilnehmenden Kindes (z. B. *ELke*).**

*Tragen Sie hier bitte nur Großbuchstaben ein.*

\_\_\_\_\_

**A2. 2. Die letzten beiden Buchstaben des Vornamens des Vaters des teilnehmenden Kindes (oder einer Person, die für das Kind einem Vater am nächsten kommt) (z. B. *KlaUS*).**

*Tragen Sie hier bitte nur Großbuchstaben ein.*

\_\_\_\_\_

A3. 3. Der Tag des Geburtsdatums des teilnehmenden Kindes (z. B. 14.11.2012 = 14).

A4. Evaluationscode: {G00Q14 + G00Q15 + if(G00Q16 < 10, '0' + G00Q16, G00Q16)}

## Teil B: Allgemeine Angaben

B1. In welchem Bundesland besucht Ihr Kind die Schule?

Baden-Württemberg

Bayern

Berlin

Brandenburg

Bremen

Hamburg

Hessen

Mecklenburg-Vorpommern

Niedersachsen

Nordrhein-Westfalen

Rheinland-Pfalz

Saarland

Sachsen

Sachsen-Anhalt

Schleswig-Holstein

Thüringen

Keine Angabe

B2. Geburtsjahr Ihres Kindes

**B3. Geschlecht Ihres Kindes**

Männlich

Weiblich

Divers

Keine Angabe

**B4.**

**Welche Sprachen werden bei Ihnen zuhause gesprochen? (Die am meisten gesprochene Sprache bitte zuerst nennen.)**

Sprache 1

Sprache 2

Sprache 3

**Teil C: Bewegungsverhalten**

**C1.**

**An wie vielen Tagen einer normalen Woche (im letzten Monat) ist Ihr Kind für mindestens 60 Minuten am Tag körperlich aktiv?**

*Körperliche Aktivitäten schließen alle Tätigkeiten ein, bei denen das Herz schneller schlägt und für einige Zeit die Atmung erhöht ist.*

1

2

3

4

5

6

7

Keine Angabe

C2.

An wie vielen Tagen einer normalen Woche (im letzten Monat) sind Sie für mindestens 60 Minuten am Tag körperlich aktiv?

*Körperliche Aktivitäten schließen alle Tätigkeiten ein, bei denen das Herz schneller schlägt und für einige Zeit die Atmung erhöht ist.*

1

2

3

4

5

6

7

Keine Angabe

## Teil D: Ernährung

D1. Wie viele Portionen Obst und Gemüse isst Ihr Kind normalerweise an einem Tag? (1 Portion = eine Handvoll)

0 Portionen am Tag

1 Portion am Tag

2 Portionen am Tag

3 Portionen am Tag

4 Portionen am Tag

5 Portionen oder mehr an einem Tag

Keine Angabe

D2. Welche Lebensmittel nimmt Ihr Kind üblicherweise (mehrmals) täglich zu sich?

Obst und Gemüse

Milchprodukte wie Joghurt oder Käse

Süßigkeiten oder herzhafte Knabbereien

Fleisch oder Wurst

Vegetarische/ vegane Alternativen zu tierischen Produkten

Fisch und Meerestiere

Fertiggerichte und Fast Food

Gerichte, die Sie sich liefern lassen oder abholen

Keine Angabe

**D3. Wie oft wird in Ihrer Familie in einer gewöhnlichen Woche gekocht?**

So gut wie jeden Tag

Etwa zwei- bis dreimal pro Woche

Etwa einmal pro Woche

Seltener

Normalerweise gar nicht selbst

Keine Angabe

## Teil E: Klima- und Umweltschutz

**E1. Zuerst wollen wir wissen, wie oft Ihr Kind und/oder Sie gemeinsam im Alltag folgende Dinge tun.**

	immer	oft	manchmal	seltener	nie	keine Angabe
Ihr Kind wirft kleine Müllteile auf die Straße.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zu Hause sprechen wir in der Familie über Umweltschutz (z. B. Wassersparen beim Duschen, Klimaerwärmung, Plastikverpackungen, CO2 einsparen).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**E2. Jetzt wollen wir gerne wissen, wie schwer oder leicht Ihrem Kind manche Sachen fallen.**

	sehr leicht	leicht	schwer	sehr schwer	keine Angabe
... zu verstehen, wie es die Gesundheit des Planeten fördern kann (z. B. Müll trennen, zu Fuß gehen, weniger Fleisch essen).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... sich umweltfreundlich zu ernähren (z. B. weniger Fleisch, Obst und Gemüse aus der Region).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**E3. Bitte bewerten Sie folgende Aussage.**

	stimme voll zu	stimme zu	stimme weder zu noch nicht zu	stimme nicht zu	stimme überhaupt nicht zu	keine Angabe
Mein Kind weiß viel über Umweltthemen (z. B. Klimawandel, Umweltverschmutzung).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mein Kind bringt mich aktiv dazu, mein Verhalten gegenüber der Umwelt kritisch zu hinterfragen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Teil F: Soziale und wirtschaftliche Lage

Stellen Sie sich bitte eine Leiter mit 10 Sprossen vor, die zeigen soll, wo die Menschen in Deutschland stehen.

Ganz oben stehen die Menschen mit dem meisten Geld, der höchsten Bildung und den besten Jobs. Ganz unten stehen diejenigen mit dem wenigsten Geld, der niedrigsten Bildung und den schlechtesten Jobs oder ohne Job.

Je höher man auf der Leiter steht, desto näher ist man den Personen ganz oben, je niedriger, desto näher Personen ganz unten.

**F1.**

**Wo würden Sie sich auf der Leiter platzieren?**

**Bitte wählen Sie, auf welcher Sprosse Sie Ihrer Meinung nach in Ihrer aktuellen Lebensphase im Verhältnis zu anderen Menschen in Deutschland stehen.**

**1 = ganz unten, 10 = ganz oben**

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

keine Angabe

**Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!**

Liebe Familien, liebe Erziehungsberechtigte,

vielen Dank, dass Ihr Kind am *step*-Projekt teilgenommen hat!

In diesem Fragebogen möchten wir Ihnen gerne erneut ein paar Fragen zu dem Gesundheitsverhalten Ihres Kindes und Ihrer Familie stellen. Dies dient dazu, die Wirksamkeit des *step*-Projekts zu überprüfen. Bei einigen Fragen kann es hilfreich sein, wenn Sie Ihr Kind mit einbeziehen.

Die Beantwortung der Fragen ist freiwillig und wird etwa 10 Minuten dauern.

Bitte beachten Sie beim Ausfüllen folgende Hinweise:

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten – dies ist kein Test. Bitte beantworten Sie alle Fragen so ehrlich und so genau wie möglich – das ist sehr wichtig, um aussagekräftige Ergebnisse zu erhalten. Ihre Antworten werden pseudonymisiert (individueller Evaluationscode wird eigenständig generiert) ausgewertet; es ist weder uns noch anderen Lehrkräften, Eltern bzw. Erziehungsberechtigten möglich, diese mit Ihnen in Verbindung zu bringen.

### Teil A: Evaluationscode

Um zu überprüfen, ob das *step*-Projekt wirksam ist, werden wir Ihnen erneut einige Fragen stellen. Der selbsterstellte Evaluationscode dient der Zuordnung, sodass wir Ihre beiden Fragebögen miteinander in Verbindung bringen können, ohne dabei persönliche Daten von Ihnen zu nutzen. Folgen Sie bitte einfach der nachfolgenden Schritt-für-Schritt-Anleitung und füllen Sie die Kästchen mit Ihren eigenen Angaben aus. Bitte in Großbuchstaben ausfüllen.

Pflichtfragen sind mit '\*' markiert.

- A1. 1. Die ersten beiden Buchstaben des Vornamens der Mutter (oder einer Person, die für das Kind einer Mutter am nächsten kommt) des teilnehmenden Kindes (z. B. ELke).**

*Tragen Sie hier bitte nur Großbuchstaben ein.*

- A2. 2. Die letzten beiden Buchstaben des Vornamens des Vaters des teilnehmenden Kindes (oder einer Person, die für das Kind einem Vater am nächsten kommt) (z. B. KlaUS).**

*Tragen Sie hier bitte nur Großbuchstaben ein.*

- A3. 3. Der Tag des Geburtsdatums des teilnehmenden Kindes (z. B. 14.11.2012 = 14).**

A4. Evaluationscode: {G02Q02 + G02Q03 + if(G02Q04 < 10, '0' + G02Q04, G02Q04)}

## Teil B: Allgemeine Angaben

B1. In welchem Bundesland besucht Ihr Kind die Schule?

Baden-Württemberg

Bayern

Berlin

Brandenburg

Bremen

Hamburg

Hessen

Mecklenburg-Vorpommern

Niedersachsen

Nordrhein-Westfalen

Rheinland-Pfalz

Saarland

Sachsen

Sachsen-Anhalt

Schleswig-Holstein

Thüringen

Keine Angabe

B2. Geburtsjahr Ihres Kindes

B3. Geschlecht Ihres Kindes

Männlich

Weiblich

Divers

Keine Angabe

**B4. Welche Sprachen werden bei Ihnen zuhause gesprochen? (die am meisten gesprochene Sprache bitte zuerst nennen)**

Sprache 1

Sprache 2

Sprache 3

### Teil C: Bewegungsverhalten

Im nächsten Abschnitt geht es um das Bewegungsverhalten.

**C1.**

**An wie vielen Tagen einer normalen Woche (im letzten Monat) ist Ihr Kind für mindestens 60 Minuten am Tag körperlich aktiv?**

*Körperliche Aktivitäten schließen alle Tätigkeiten ein, bei denen das Herz schneller schlägt und für einige Zeit die Atmung erhöht ist.*

1

2

3

4

5

6

7

Keine Angabe

**C2.**

**An wie vielen Tagen einer normalen Woche (im letzten Monat) sind Sie für mindestens 60 Minuten am Tag körperlich aktiv?**

*Aktivitäten schließen alle Tätigkeiten ein, bei denen das Herz schneller schlägt und für einige Zeit die Atmung erhöht ist.*

1

2

3

4

5

6

7

Keine Angabe

**C3. Hat sich Ihr Kind während des *step*-Projekts weniger oder mehr bewegt als vor dem Projekt?**

Weniger

Gleich viel

Mehr

Keine Angabe

---

**C4. Hat Ihr Kind durch das *step*-Projekt mehr Spaß und Freude an Bewegung als zuvor?**

Ja

Nein

Keine Angabe

---

**C5. Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das *step*-Projekt die Motivation Ihres Kindes hinsichtlich Bewegung erhöht hat?**

Ja

Nein

Keine Angabe

---

**C6. Wer oder was hat Ihr Kind während des *step*-Projekts zum Schritte Sammeln motiviert?**

Eltern

Lehrkräfte

Freunde

Fitnessarmband

Die Bewegungs-Challenge

Nichts/Niemand

Keine Angabe

Sonstiges

Sonstiges

**C7. Wie oft hat Ihr Kind das Fitnessarmband während des *step*-Projekts getragen?**

0 Mal in der Woche

1-2 Mal in der Woche

3-4 Mal in der Woche

5-6 Mal in der Woche

Jeden Tag

Keine Angabe

---

**C8. Konnte Ihr Kind die Schritte in der App hochladen?**

Ja

Nein, nur mit Unterstützung einer anderen Person (z. B. Eltern, Lehrkraft, Mitschüler\*innen)

Nein

Keine Angabe

---

**C9. Haben Sie durch verschiedene Maßnahmen versucht, die Schrittzahl/Aktivität Ihres Kindes zu erhöhen?**

Wenn Sie 'Ja' auswählen, spezifizieren Sie bitte Ihre Auswahl im entsprechenden Textfeld.

Ja (z. B. über E-Mail/Pop-Ups in der App/Mediathek/Ernährungsbroschüre)

Nein

Keine Angabe

---

**C10. Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das *step*-Projekt bei Ihrem Kind das Verständnis über den Zusammenhang zwischen Bewegung und Gesundheit verbessert hat?**

Ja

Nein

Keine Angaben

**C11. Wird Ihr Kind das Fitnessarmband weiterhin tragen?**

Ja

Nein

Keine Angabe

## **Teil D: Ernährung**

Im nächsten Abschnitt geht es um das Thema Ernährung.

**D1. Wie viele Portionen Obst und Gemüse isst Ihr Kind normalerweise an einem Tag? (1 Portion = eine Handvoll)**

0 Portionen am Tag

1 Portion am Tag

2 Portionen am Tag

3 Portionen am Tag

4 Portionen am Tag

5 Portionen oder mehr an einem Tag

Keine Angabe

**D2. Welche Lebensmittel nimmt Ihr Kind üblicherweise (mehrmals) täglich zu sich?**

Obst und Gemüse

Milchprodukte wie Joghurt oder Käse

Süßigkeiten oder herzhafte Knabbereien

Fleisch oder Wurst

Vegetarische/ vegane Alternativen zu tierischen Produkten

Fisch und Meerestiere

Fertiggerichte und Fast Food

Gerichte, die Sie sich liefern lassen oder abholen

Keine Angabe

**D3. Wie oft wird in Ihrer Familie in einer gewöhnlichen Woche gekocht?**

So gut wie jeden Tag

Etwa zwei- bis dreimal pro Woche

Etwa einmal pro Woche

Seltener

Normalerweise gar nicht selbst

Keine Angabe

---

**D4. Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das *step*-Projekt die Motivation Ihres Kindes hinsichtlich gesunder Ernährung erhöht hat?**

Ja

Nein

keine Angabe

---

**D5. Wer oder was hat Ihr Kind während des *step*-Projekts für eine gesunde Ernährung motiviert?**

Eltern

Lehrkräfte

Freunde

Ernährungsbroschüre

Ernährungsquizze

Arbeitsblätter

Nichts/Niemanden

Keine Angabe

Sonstiges

Sonstiges

## Teil E: Klima- und Umweltschutz

Im nächsten Abschnitt geht es um das Thema Klima- und Umweltschutz.

E1.

Zuerst wollen wir wissen, wie oft Ihr Kind und/oder Sie gemeinsam im Alltag folgende Dinge tun.

	immer	oft	manchmal	selten	nie	keine Angabe
Ihr Kind wirft kleine Müllteile auf die Straße.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zu Hause sprechen wir in der Familie über Umweltschutz (z. B. Wassersparen beim Duschen, Klimaerwärmung, Plastikverpackungen, CO2 einsparen).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

E2. Wie leicht fällt es Ihrem Kind...

	sehr leicht	leicht	schwer	sehr schwer	keine Angabe
... zu verstehen, wie es die Gesundheit des Planeten fördern kann (z. B. Müll trennen, zu Fuß gehen, kein Fleisch essen).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... sich umweltfreundlich zu ernähren (z. B. weniger Fleisch, Obst und Gemüse aus der Region).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

E3. Bitte bewerten Sie folgende Aussage.

	stimme voll zu	stimme zu	stimme weder zu noch nicht zu	stimme nicht zu	stimme überhaupt nicht zu	keine Angabe
Mein Kind weiß viel über Umweltthemen (z. B. Klimawandel, Umweltverschmutzung).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mein Kind bringt mich aktiv dazu, mein Verhalten gegenüber der Umwelt kritisch zu hinterfragen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

E4. Hat sich Ihr Kind während des *step*-Projekts mehr mit dem Thema Umweltschutz beschäftigt als vor dem Projekt?

Ja

Nein

Keine Angabe

E5. Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das *step*-Projekt die Motivation Ihres Kindes hinsichtlich Umweltschutzes erhöht hat?

Ja

Nein

Keine Angabe

E6. Wer oder was hat Ihr Kind während des *step*-Projekts für das Thema Umweltschutz motiviert?

Eltern

Lehrkräfte

Freundinnen/ Freunde

Arbeitsblätter

Nichts/Niemand

Sonstiges

Sonstiges

### Teil F: Vertrautheit mit dem Projekt

In den folgenden Fragen, geht es darum, welche Inhalte Ihr Kind genutzt hat. Nun geht es darum, welche Inhalte Sie (eventuell gemeinsam mit Ihrem Kind) genutzt haben:

**F1. Bitte geben Sie an, über welche Wege Sie Informationen über das *step*-Projekt erhalten haben.**

Elterninformation

E-Mails

Inhalte auf der Website

Inhalte auf der App

step-Elternvertretung

Lehrkraft

Keine der genannten Optionen

Keine Angabe

Sonstiges

Sonstiges

**F2.**

**Bitte geben Sie an, wie häufig Ihr Kind die Inhalte des Projekts genutzt hat.**

**Bewegung:**

Nie    Selten    Manchmal    Oft    Immer    Keine Angabe

Bewegungs-Challenges

	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer	Keine Angabe
Motivationsvideos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ferienprogramm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Countdown-Phase Module (selbstständige Einschätzung, ob hilfreich)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**F3.**

**Bitte geben Sie an, wie häufig Ihr Kind die Inhalte des Projekts genutzt hat.**

**Ernährung:**

	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer	Keine Angabe
Quizze	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Broschüre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbeitsblätter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**F4.**

**Bitte geben Sie an, wie häufig Ihr Kind die Inhalte des Projekts genutzt hat.**

**Gesunde Erde. Gesunde Kinder.:**

	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer	Keine Angabe
Arbeitsblätter (Regional/Saisonal)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Experimente (Mini-Biogasanlage)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gruppenaktivität (wilde Ecke anlegen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Infoposter (Feuer/Hitze, Erde/Müll, Luft)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Weitere Arbeitsblätter und Aktivitäten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**F5.**

**Bitte geben Sie an, wie häufig Ihr Kind die Inhalte des Projekts genutzt hat.**

**Sonstiges/Organisatorisches:**

	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer	Keine Angabe
Erklärvideos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer	Keine Angabe
Info-Sheet für die Eltern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

F6.

Bitte geben Sie an, wie häufig Sie die Inhalte des Projekts genutzt haben.

**Bewegung:**

	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer	Keine Angabe
Ferienprogramm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

F7.

Bitte geben Sie an, wie häufig Sie die Inhalte des Projekts genutzt haben.

**Ernährung:**

	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer	Keine Angabe
Quizze	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Broschüre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbeitsblätter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

F8.

Bitte geben Sie an, wie häufig Sie die Inhalte des Projekts genutzt haben.

*Gesunde Erde. Gesunde Kinder.:*

	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer	Keine Angabe
Arbeitsblätter (Regional/Saisonal)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Experimente (Mini-Biogasanlage)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bewegungsaktivität (Müll-Move-Mania)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Infoposter (Feuer/Hitze, Erde/Müll, Luft)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Weitere Arbeitsblätter und Aktivitäten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**F9.**

**Bitte geben Sie an, wie häufig Sie die Inhalte des Projekts genutzt haben.**

**Sonstiges/Organisatorisches:**

	Nie	Selten	Manchmal	Oft	Immer	Keine Angabe
Erklärvideos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Info-Sheet für die Eltern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**F10. Hat sich durch das *step*-Projekt die Konzentration Ihres Kindes verbessert?**

Ja	<input type="checkbox"/>
Nein	<input type="checkbox"/>
Weiß ich nicht	<input type="checkbox"/>
Keine Angabe	<input type="checkbox"/>

## Teil G: Soziale und wirtschaftliche Lage

Stellen Sie sich bitte eine Leiter mit 10 Sprossen vor, die zeigen soll, wo die Menschen in Deutschland stehen.

Ganz oben stehen die Menschen mit dem meisten Geld, der höchsten Bildung und den besten Jobs. Ganz unten stehen diejenigen mit dem wenigsten Geld, der niedrigsten Bildung und den schlechtesten Jobs oder ohne Job.

Je höher man auf der Leiter steht, desto näher ist man den Personen ganz oben, je niedriger, desto näher Personen ganz unten.

1 = ganz unten, 10 = ganz oben

### G1. Wo würden Sie sich auf der Leiter platzieren?

**Bitte kreuzen Sie an, auf welcher Sprosse Sie Ihrer Meinung nach in Ihrer aktuellen Lebensphase im Verhältnis zu anderen Menschen in Deutschland stehen.**

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

keine Angabe

**Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!**

### 7.3 Lehrkräfte-Fragebogen Prä

Liebe *step*-Coaches,

vielen Dank, dass Sie und Ihre Schule am *step*-Projekt teilnehmen!

In diesem Fragebogen möchten wir Ihnen gerne ein paar Fragen zu Ihrer Schule stellen. Dies dient dazu, die Wirksamkeit des *step*-Projekts zu überprüfen.

Die Beantwortung der Fragen ist freiwillig und wird etwa 5 Minuten dauern.

Bitte beachten Sie beim Ausfüllen folgende Hinweise:

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten – dies ist kein Test. Bitte beantworten Sie alle Fragen so ehrlich und so genau wie möglich – das ist sehr wichtig, um aussagekräftige Ergebnisse zu erhalten. Ihre Antworten werden pseudonymisiert (individueller Evaluationscode wird eigenständig generiert) ausgewertet: es ist weder uns noch anderen Lehrkräften, Eltern bzw. Erziehungsberechtigten möglich, diese mit Ihnen in Verbindung zu bringen.

#### Teil A: Evaluationscode

Um zu überprüfen, ob das *step*-Projekt wirksam ist, werden wir Ihnen nach Projektende, Anfang Februar erneut Fragen stellen. Der selbsterstellte Evaluationscode dient der Zuordnung, sodass wir Ihre beiden Fragebögen miteinander vergleichen können, ohne dabei persönliche Daten von Ihnen zu nutzen. Folgen Sie bitte der nachfolgenden Schritt-für-Schritt-Anleitung und füllen Sie die Kästchen mit Ihren eigenen Angaben aus.

- A1. 1. Die ersten beiden Buchstaben des Vornamens Ihrer Mutter (oder einer Person, die der Mutter am nächsten kommt) (z. B. *ELke*).

*Tragen Sie hier bitte nur Großbuchstaben ein.*

- A2. 2. Die letzten beiden Buchstaben des Vornamens Ihres Vaters (oder einer Person, die dem Vater am nächsten kommt) (z. B. *KlaUS*).

*Tragen Sie hier bitte nur Großbuchstaben ein.*

- A3. 3. Der Tag Ihres Geburtsdatums (z. B. *14.11.1980 = 14*).

A4.

## Teil B: Allgemeine Angaben

B1. Zu welchem Bundesland gehört Ihre Schule?

- Baden-Württemberg
- Bayern
- Berlin
- Brandenburg
- Bremen
- Hamburg
- Hessen
- Mecklenburg-Vorpommern
- Niedersachsen
- Nordrhein-Westfalen
- Rheinland-Pfalz
- Saarland
- Sachsen
- Sachsen-Anhalt
- Schleswig-Holstein
- Thüringen
- Keine Angabe

## Teil C: Bedarfe

C1.

Sehen Sie in Ihrer Schule Handlungsbedarf in folgenden Bereichen?

	Stimme gar nicht zu	Stimme eher nicht zu	Stimme eher zu	Stimme voll zu	Keine Angabe
Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Teil D: Ressourcen, Strukturen und Prozesse

D1.

**Das Schulprofil legt einen Schwerpunkt auf Gesundheitsförderung.**

	Bisher nicht vorgesehen	In Planung	Umsetzung begonnen	Teilweise erreicht	Voll und ganz erreicht	Keine Angabe
Im Bereich Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

D2. **Es gibt Ressourcen für die Gesundheitsförderung (z. B. finanzielle, materielle oder personelle Ressourcen).**

	Bisher nicht vorgesehen	In Planung	Umsetzung begonnen	Teilweise erreicht	Voll und ganz erreicht	Keine Angabe
Im Bereich Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

D3. **Es finden Maßnahmen zur gesundheitsförderlichen Gestaltung der Schule statt (z. B. Aktionstage, Projektwochen, Schulgestaltung).**

	Bisher nicht vorgesehen	In Planung	Umsetzung begonnen	Teilweise erreicht	Voll und ganz erreicht	Keine Angabe
Im Bereich Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

D4. **Die Schule arbeitet zur Gesundheitsförderung mit Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartnern zusammen (z. B. Vereine, externe Einrichtungen, Krankenkassen, Fachpersonen oder andere Bildungseinrichtungen).**

	Bisher nicht vorgesehen	In Planung	Umsetzung begonnen	Teilweise erreicht	Voll und ganz erreicht	Keine Angaben
Im Bereich Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Teil E:

E1. Haben Sie schon einmal an einem *step*-Projekt teilgenommen?

Ja

Nein

Nein, aber meine Schule hat bereits teilgenommen

Keine Angabe

E2. Wie häufig führen Sie Bewegungsmaßnahmen während des normalen Klassenunterrichts durch?

Nie

Selten

Gelegentlich

Oft

Immer

Keine Angabe

E3. Wie häufig thematisieren Sie „ausgewogene Ernährung“ im normalen Klassenunterricht oder Schulalltag?

Nie

Selten

Gelegentlich

Oft

Immer

Keine Angabe

E4. Wie häufig thematisieren Sie „Umweltschutz“ im normalen Klassenunterricht oder Schulalltag?

Nie

Selten

Gelegentlich

Oft

Immer

Keine Angabe

**Wir bedanken uns recht herzlich für Ihre Teilnahme!**

## 7.4 Lehrkräfte-Fragebogen Post

**Vielen Dank, dass Sie in den vergangenen Monaten an der Umsetzung des *step*-Projekts mitgewirkt haben. Durch Ihren Einsatz haben Sie den Alltag Ihrer Schülerinnen und Schüler mit einer gesunden Portion Bewegung bereichert. Mit der Beantwortung des folgenden Fragebogens helfen Sie uns, das Projekt noch weiter zu verbessern und nachfolgenden *step*-Coaches den Einstieg zu erleichtern.**

### Allgemeine Hinweise:

**Die Bearbeitung des Fragebogens ist freiwillig. Die Dauer für die Bearbeitung des Fragebogens beträgt ungefähr 15 Minuten. Wählen Sie bitte pro Frage eine oder mehrere Antwortmöglichkeiten aus. Antworten Sie bitte intuitiv und spontan. Die Auswertung wird vollständig anonym behandelt.**

### Teil A: Evaluationscode

Um zu überprüfen, ob das *step*-Projekt wirksam ist, stellen wir Ihnen hier ähnliche Fragen wie zuvor. Der selbsterstellte Evaluationscode dient der Zuordnung, sodass wir Ihre beiden Fragebögen miteinander in Verbindung bringen können, ohne dabei persönliche Daten von Ihnen zu nutzen. Folgen Sie bitte der nachfolgenden Schritt-für-Schritt-Anleitung und füllen Sie die Kästchen mit Ihren eigenen Angaben aus. Bitte in Großbuchstaben ausfüllen. Evaluationscode: {G02Q02 + G02Q03 + if(G02Q04

- A1. 1. Die ersten beiden Buchstaben des Vornamens Ihrer Mutter (oder einer Person, die der Mutter am nächsten kommt) (z. B. *ELke*).**

*Tragen Sie hier bitte nur Großbuchstaben ein.*

- A2. 2. Die letzten beiden Buchstaben des Vornamens Ihres Vaters (oder einer Person, die dem Vater am nächsten kommt) (z. B. *KlaUS*).**

*Tragen Sie hier bitte nur Großbuchstaben ein.*

- A3. 3. Der Tag Ihres Geburtsdatums (z. B. *14.11.1980 = 14*).**

## Teil B: Allgemeine Angaben

B1. In welchem Bundesland ist Ihre Schule?

- Baden- Württemberg
- Bayern
- Berlin
- Brandenburg
- Bremen
- Hamburg
- Hessen
- Mecklenburg- Vorpommern
- Niedersachsen
- Nordrhein- Westfalen
- Rheinland- Pfalz
- Saarland
- Sachsen
- Sachsen- Anhalt
- Schleswig- Holstein
- Thüringen
- Keine Angabe

## Teil C: Bedarfe

C1.

Sehen Sie in Ihrer Schule Handlungsbedarf in folgenden Bereichen?

	Stimme gar nicht zu	Stimme eher nicht zu	Stimme eher zu	Stimme voll zu	Keine Angabe
Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Teil D: Ressourcen, Strukturen und Prozesse

### D1. Das Schulprofil legt einen Schwerpunkt auf Gesundheitsförderung.

	Bisher nicht vorgesehen	In Planung	Umsetzung begonnen	Teilweise erreicht	Voll und ganz erreicht	Keine Angabe
Im Bereich Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### D2. Es gibt Ressourcen für die Gesundheitsförderung (z. B. finanzielle, materielle oder personelle Ressourcen).

	Bisher nicht vorgesehen	In Planung	Umsetzung begonnen	Teilweise erreicht	Voll und ganz erreicht	Keine Angabe
Im Bereich Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### D3. Es finden Maßnahmen zur gesundheitsförderlichen Gestaltung der Schule statt (z. B. Aktionstage, Projektwochen, Schulgestaltung)

	Bisher nicht vorgesehen	In Planung	Umsetzung begonnen	Teilweise erreicht	Voll und ganz erreicht	Keine Angabe
Im Bereich Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### D4. Die Schule arbeitet zur Gesundheitsförderung mit Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartnern zusammen (z. B. Vereine, externe Einrichtungen, Krankenkassen, Fachpersonen oder andere Bildungseinrichtungen)

	Bisher nicht vorgesehen	In Planung	Umsetzung begonnen	Teilweise erreicht	Voll und ganz erreicht	Keine Angabe
Im Bereich Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Im Bereich Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Teil E: Bewertung

E1. Auf einer Skala von 1 (sehr schlecht) bis 5 (sehr gut), wie gut hat Ihnen das *step*-Projekt gefallen?

1

2

3

4

5

## Teil F: Umsetzung

F1. In welchem Ausmaß haben Sie die Inhalte von *step* im Unterricht integriert?

	Nie	Selten	Häufig	Sehr Häufig	Keine Angabe
Bewegung während des Unterrichts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gesunde Ernährung wird im Unterricht thematisiert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Umweltschutz wird im Unterricht integriert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

F2. In welchem Ausmaß werden die Inhalte von *step* im Schulalltag umgesetzt? (z. B. Pausenhofgestaltung, Flyer/Poster, Wanderungen/Schulausflüge, Gemeinsames Kochen der *step*-Rezepte aus der Ernährungsbroschüre)

Nie

Selten

Häufig

Sehr Häufig

Keine Angabe

F3.

Durch welche Maßnahmen haben Sie versucht, die Schrittzahl/Aktivität Ihrer Schüler/-innen zu erhöhen?

Bewegungspausen im Unterricht

Bewegungsspiele

Bewegungsimpulse (z. B. Arbeitsblätter selbst abholen)

Tanzübungen

Ausflüge

step Übungen (z. B. Bewegungs-Challenges, Inhalte aus der Countdown-Phase)

Ich habe keine Maßnahmen angeleitet

Keine Angabe

Sonstiges

Sonstiges

**F4. Haben Sie an der Schulung/ Digitalen Veranstaltung zu „Mehr Bewegung im Schulalltag“ teilgenommen?**

Ja

Nein

Keine Angabe

**F5. Haben Sie Inhalte der Veranstaltung umgesetzt oder planen Sie dies?**

Ja

Nein

Keine Angabe

**F6. Haben Sie Ihre Schüler/-innen über das Ferienprogramm zusammen mit den Bewegung-Challenges informiert?**

*Wenn Sie "Nein" auswählen, spezifizieren Sie bitte Ihre Auswahl im entsprechenden Textfeld.*

Ja

Nein

Keine Ahnung

## Teil G: Sensibilisierung, Motivation & Wissenszuwachs

G1.

**Konnten Sie die Kinder für die Relevanz der Themenbereiche (Bewegung, Ernährung, Umweltschutz) sensibilisieren?**

	Ja	Nein	Keine Angabe
Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

G2. **Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das *step*-Projekt die Motivation der Schüler/-innen hinsichtlich folgender Themen erhöht hat?**

	Stimme voll zu	Stimme zu	Stimme weder zu noch nicht zu	Stimme nicht zu	Stimme überhaupt nicht zu	Keine Angabe
Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gesunde Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

G3. **Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das *step*-Projekt das Verständnis der Schüler/-innen hinsichtlich dem gesundheitlichen Vorteilen folgender Themen erhöht hat?**

	Stimme voll zu	Stimme zu	Stimme weder zu noch nicht zu	Stimme nicht zu	Stimme überhaupt nicht zu	Keine Angabe
Bewegung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gesunde Ernährung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Umweltschutz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

G4. **Hatte das *step*-Projekt einen positiven Einfluss auf bestimmte Aspekte im Unterricht?**

	Ja	Nein	Keine Angabe
Klassenzusammenhalt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Ja	Nein	Keine Angabe
Aufmerksamkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Konzentration	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Teil H: Strukturen und Prozesse

**H1. Haben Sie sich auf das *step*-Projekt gut vorbereitet gefühlt?**

Trifft nicht zu

Trifft eher nicht zu

Weder noch

Trifft eher zu

Trifft zu

Keine Angabe

**H2. Haben Sie das Support-Team kontaktiert?**

Ja

Nein

Keine Angabe

**H3. Haben Sie bestimmte Anregungen, Lob oder Verbesserungsvorschläge für das Support-Team?**

**H4. Auf einer Skala von 1 (sehr schwierig) bis 5 (sehr einfach), wie einfach ist es Ihnen gefallen, das *step*-Projekt in den Schulalltag zu integrieren?**

*1 = sehr schwierig, 5 = sehr einfach*

1

2

3

4

5

**H5. Waren die Inhalte und Maßnahmen altersgruppengerecht angepasst?**

Ja

Nein

Keine Angabe

---

**H6. Mussten Sie Inhalte und Maßnahmen an die Altersgruppe anpassen?**

Ja

Nein

Keine Angabe

---

**H7. Wie haben Sie die Inhalte und Maßnahmen angepasst?**

---

**H8. Auf einer Skala von 1 (sehr schlecht) bis 5 (sehr gut), wie bewerten Sie die *step*-Website?**

1

2

3

4

5

---

**H9. Auf einer Skala von 1 (sehr schlecht) bis 5 (sehr gut), wie bewerten Sie die *step*-App?**

1

2

3

4

5

---

**H10. Welche Rückfragen kamen von den Schüler/-innen und/oder den Eltern?**

Rückfragen zum Hochladen der Schritte

Rückfragen zum Umstellen von Uhrzeit und Datum

Rückfragen zum Aufladen der Fitnessarmbänder

Andere technische Rückfragen

Rückfragen zum konkreten Ablauf des Projekts

Rückfragen zu verlorenen oder defekten Fitnessarmbändern

Rückfragen zum Datenschutz

Keine Rückfragen

Keine Angabe

**H11. Würden Sie noch einmal am *step*-Projekt teilnehmen?**

Ja

Nein

Keine Angabe

**H12. Im folgenden Textfeld haben Sie die Möglichkeit, uns Ihre individuellen Anregungen, Lob, Kritik oder Verbesserungswünsche mitzuteilen.**

**Wir bedanken uns recht herzlich für Ihre Teilnahme.**

## 7.5 Auswertungstabellen

In den folgenden Auswertungstabellen sind die Angaben der **Eltern-Befragung in orange** und die Angaben der **Lehrkräfte-Befragung in grün** dargestellt.

### A-0. Allgemeine Angaben zur Stichprobe

Zu welchem Bundesland gehört Ihre Schule? /In welchem Bundesland besucht Ihr Kind die Schule?

Bundesland	Lehrkräfte		Eltern	
	Prä (n=223)	Post (n=133)	Prä (n=1.503)	Post (n=277)
Baden-Württemberg	4%	5%	7%	2%
Bayern	15%	13%	23%	23%
Berlin	1%	2%	1%	3%
Brandenburg	2%	4%	2%	1%
Bremen	2%	0%	0%	0%
Hamburg	2%	2%	1%	0%
Hessen	2%	2%	3%	1%
Mecklenburg-Vorpommern	2%	5%	1%	2%
Niedersachsen	27%	41%	28%	37%
Nordrhein-Westfalen	15%	11%	12%	12%
Rheinland-Pfalz	2%	1%	0%	0%
Saarland	0%	0%	0%	0%
Sachsen	4%	3%	3%	8%
Sachsen-Anhalt	5%	2%	4%	2%
Thüringen	9%	8%	9%	4%
Keine Angabe	8%	4%	7%	4%

Wo würden Sie sich auf der Leiter platzieren? Bitte wählen Sie, auf welcher Sprosse Sie Ihrer Meinung nach in Ihrer aktuellen Lebensphase im Verhältnis zu anderen Menschen in Deutschland stehen. 1 = ganz unten, 10 = ganz oben

	Prä (n=1.503)	Post (n=277)
Niedriger SES (Sprossen 1-3)	3%	3%
Mittlerer SES (Sprossen 4-7)	66%	62%
Hoher SES (Sprossen 8-10)	28%	32%
Keine Angabe	4%	3%

## A-1. Wirkung auf körperliche Aktivität

An wie vielen Tagen einer normalen Woche (im letzten Monat) ist **Ihr Kind** für mindestens 60 Minuten am Tag körperlich aktiv?

	Kinder Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>1 Tag</b>	4%	2%	0%	0%	6%	2%	2%	2%
<b>2 Tage</b>	10%	12%	14%	0%	11%	14%	8%	10%
<b>3 Tage</b>	22%	18%	29%	0%	23%	20%	18%	16%
<b>4 Tage</b>	20%	14%	14%	0%	15%	12%	27%	18%
<b>5 Tage</b>	19%	16%	43%	29%	18%	14%	16%	16%
<b>6 Tage</b>	8%	10%	0%	14%	8%	9%	8%	10%
<b>7 Tage</b>	18%	29%	0%	57%	18%	28%	20%	27%
<b>Keine Angabe</b>	0%	0%	0%	0%	0%	2%	0%	0%

Der abhängige t-Test zeigt eine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung. Das Bewegungsverhalten der Kinder hat sich von der Prä- zur Posterhebung signifikant um 0,43 Tage erhöht ( $p = .006$ ,  $d=0.25$  kleiner Effekt).

Die Mixed Repeated Measures ANOVA zeigt, dass sich die Veränderung des Bewegungsverhaltens zwischen Kindern mit unterschiedlichem Ausgangsniveau der körperlichen Aktivität signifikant unterscheidet ( $F(2,119) = 12,83$ ,  $p < .001$ ,  $\eta^2p = .177$ ; großer Effekt). Kinder mit geringer Ausgangsaktivität (1-3 Tage) steigerten ihre aktiven Tage deutlich (Prä:  $M = 2,49$ ; Post:  $M = 3,73$ ). Bei Kindern mit mittlerem Aktivitätsniveau (4-5 Tage) fällt der Anstieg geringer aus (Prä:  $M = 4,49$ ; Post:  $M = 4,87$ ). Bei bereits hoch aktiven Kindern (6-7 Tage) zeigt sich keine weitere Steigerung (Prä:  $M = 6,73$ ; Post:  $M = 6,07$ ), was auf einen möglichen Ceiling-Effekt hindeutet, da Kinder mit bereits sehr hohem Ausgangsniveau nur wenig Spielraum für weitere Steigerungen haben.

Der McNemar-Test zeigt eine signifikante Veränderung hinsichtlich der Erreichung der WHO-Empfehlung von täglich mindestens 60 Minuten körperlicher Aktivität zwischen Prä- und Postmessung ( $\chi^2(1) = 5,33$ ,  $p = .021$ ). Während 20 Kinder die Empfehlung im Projektverlauf neu erreichten, unterschritten 7 Kinder diese nach der Teilnahme.

An wie vielen Tagen einer normalen Woche (im letzten Monat) sind **Sie** für mindestens 60 Minuten am Tag körperlich aktiv?

	Eltern Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>1 Tag</b>	20%	15%	25%	14%	16%	21%	27%	9%
<b>2 Tage</b>	24%	26%	0%	0%	32%	23%	18%	39%
<b>3 Tage</b>	18%	11%	0%	0%	26%	16%	12%	9%
<b>4 Tage</b>	10%	7%	0%	0%	3%	6%	20%	9%
<b>5 Tage</b>	8%	14%	25%	29%	6%	11%	10%	17%
<b>6 Tage</b>	4%	6%	25%	14%	5%	8%	2%	2%
<b>7 Tage</b>	10%	15%	25%	43%	10%	15%	10%	15%
<b>Keine Angabe</b>	7%	7%	0%	0%	2%	0%	0%	0%

Der abhängige t-Test zeigt eine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung. Das Bewegungsverhalten der Eltern hat sich von der Prä- zur Posterhebung signifikant um 0,43 Tage erhöht ( $p = .006$ ,  $d=0.26$  kleiner Effekt).

Hat sich Ihr Kind während des **step**-Projekts weniger oder mehr bewegt als vor dem Projekt? (n = 277)

	Prozent
<b>Weniger</b>	1%
<b>Gleich viel</b>	59%
<b>Mehr</b>	39%
<b>Keine Angabe</b>	0%

Hat Ihr Kind durch das **step**-Projekt mehr Spaß und Freude an Bewegung als zuvor? (n = 277) / Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das **step**-Projekt die Motivation Ihres Kindes hinsichtlich Bewegung erhöht hat? (n = 277)

	Spaß	Motivation
<b>Ja</b>	52%	55%
<b>Nein</b>	38%	40%
<b>Keine Angabe</b>	10%	5%

Wer oder was hat Ihr Kind während des **step**-Projekts zum Schritte Sammeln motiviert? (n=277)

	Prozent
<b>Fitnessarmband</b>	75%
<b>Eltern</b>	55%
<b>Lehrkräfte</b>	39%
<b>Freunde</b>	36%
<b>Bewegungs-Challenge</b>	34%
<b>Nichts/Niemand</b>	4%
<b>Keine Angabe</b>	3%

Haben Sie durch verschiedene Maßnahmen versucht, die Schrittzahl/Aktivität Ihres Kindes zu erhöhen? (n=277)

	Prozent
<b>Ja</b>	20%
<b>Nein</b>	69%
<b>Keine Angabe</b>	10%

Wie oft hat Ihr Kind das Fitnessarmband während des **step**-Projekts getragen? (n=277)

	Prozent
<b>0 Mal in der Woche</b>	1%
<b>1-2 Mal in der Woche</b>	5%
<b>3-4 Mal in der Woche</b>	6%
<b>5-6 Mal in der Woche</b>	23%
<b>Jeden Tag</b>	64%
<b>Keine Angabe</b>	1%

Wird Ihr Kind das Fitnessarmband weiterhin tragen? (n=277)

	Prozent
<b>Ja</b>	73%
<b>Nein</b>	20%
<b>Keine Angabe</b>	7%

Durch welche Maßnahmen haben Sie versucht, die Schrittzahl/Aktivität Ihrer Schüler/-innen zu erhöhen? (n=133)

	Prozent
<b>Bewegungspausen im Unterricht</b>	87%
<b>Bewegungsspiele</b>	77%
<b>step Übungen</b>	63%
<b>Bewegungsimpulse</b>	52%
<b>Ausflüge</b>	35%
<b>Tanzübungen</b>	26%
<b>Sonstiges</b>	10%
<b>Ich habe keine Maßnahmen angeleitet</b>	2%
<b>Keine Angabe</b>	0%

Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das **step**-Projekt die Motivation der Schüler/-innen hinsichtlich Bewegung erhöht hat? (n=133)

	Prozent
<b>Stimme überhaupt nicht zu</b>	0%
<b>Stimme nicht zu</b>	4%
<b>Stimme weder zu noch nicht zu</b>	10%
<b>Stimme zu</b>	61%
<b>Stimme voll zu</b>	26%
<b>Keine Angabe</b>	0%

## A-2. Wirkung auf Gesundheitsverständnis

Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das **step**-Projekt bei Ihrem Kind das Verständnis über den Zusammenhang zwischen Bewegung und Gesundheit verbessert hat.

	Prozente
<b>Ja</b>	40%
<b>Nein</b>	40%
<b>Keine Angaben</b>	20%

Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das **step**-Projekt das Verständnis der Schüler/-innen hinsichtlich den gesundheitlichen Vorteilen im Bereich Bewegung erhöht hat? (n=133)

	Prozent
<b>Stimme überhaupt nicht zu</b>	1%
<b>Stimme nicht zu</b>	4%
<b>Stimme weder zu noch nicht zu</b>	14%
<b>Stimme zu</b>	59%
<b>Stimme voll zu</b>	18%
<b>Keine Angabe</b>	4%

Konnten Sie die Kinder für die Relevanz des Themenbereichs Bewegung sensibilisieren? (n=133)

	Prozent
<b>Ja</b>	93%
<b>Nein</b>	0%
<b>Keine Angabe</b>	7%

Wie viele Portionen Obst und Gemüse isst Ihr Kind normalerweise an einem Tag? (1 Portion = eine Handvoll)

	Kinder Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>0 Portionen</b>	3%	2%	0%	0%	2%	3%	6%	0%
<b>1 Portion</b>	19%	16%	29%	14%	23%	17%	12%	16%
<b>2 Portionen</b>	40%	43%	29%	43%	42%	48%	41%	39%
<b>3 Portionen</b>	25%	28%	43%	43%	22%	23%	29%	33%
<b>4 Portionen</b>	7%	7%	0%	0%	6%	5%	8%	10%
<b>5 Portionen oder mehr</b>	4%	3%	0%	0%	5%	5%	4%	2%

Der abhängige t-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung ( $p = .435$ ).

Welche Lebensmittel nimmt Ihr Kind üblicherweise (mehrmals) täglich zu sich? (n=123)

	Prä	Post
<b>Obst und Gemüse</b>	89%	89%
<b>Milchprodukte</b>	84%	80%
<b>Fleisch/Wurst</b>	63%	60%
<b>Süßigkeiten/ herzhafte Knabberien</b>	62%	56%
<b>Vegetarische/ Vegane Alternativen</b>	18%	20%
<b>Fisch/ Meerestiere</b>	9%	4%
<b>Fertiggerichte/ Fast Food</b>	6%	7%
<b>Gerichte zum Liefern/ Abholen</b>	2%	3%

Welche Lebensmittel nimmt Ihr Kind üblicherweise (mehrmals) täglich zu sich? (n=123)

	Prä	Post
<b>Keine Angabe</b>	1%	2%

Der McNemar Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung für die einzelnen Lebensmittelkategorien.

Wie oft wird in Ihrer Familie in einer gewöhnlichen Woche gekocht?

	Kinder Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>So gut wie jeden Tag</b>	80%	77%	100%	86%	77%	75%	86%	82%
<b>Etwa zwei- bis dreimal pro Woche</b>	16%	20%	0%	14%	20%	25%	14%	16%
<b>Etwa einmal pro Woche</b>	2%	1%	0%	0%	3%	0%	0%	2%
<b>Seltener</b>	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
<b>Keine Angabe</b>	2%	2%	0%	0%	0%	0%	0%	0%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung ( $Z=-0.655$ ,  $p = .513$ ).

Ihr Kind wirft kleine Müllteile auf die Straße.

	Kinder Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Immer</b>	1%	1%	0%	0%	2%	0%	0%	2%
<b>Oft</b>	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
<b>Manchmal</b>	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
<b>Selten</b>	8%	2%	29%	0%	6%	2%	8%	4%
<b>Nie</b>	89%	95%	71%	100%	92%	98%	90%	94%
<b>Keine Angabe</b>	2%	2%	0%	0%	0%	0%	0%	0%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung ( $Z=-1.386$ ,  $p = .166$ ).

Zu Hause sprechen wir in der Familie über Umweltschutz (z. B. Wassersparen beim Duschen, Klimaerwärmung, Plastikverpackungen, CO2 einsparen)

	Kinder Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Immer</b>	10%	11%	0%	0%	12%	8%	8%	16%
<b>Oft</b>	42%	41%	57%	43%	40%	46%	45%	35%
<b>Manchmal</b>	37%	33%	43%	43%	38%	32%	37%	33%
<b>Selten</b>	7%	12%	0%	14%	8%	14%	6%	10%
<b>Nie</b>	2%	2%	0%	0%	2%	0%	2%	4%
<b>Keine Angabe</b>	2%	2%	0%	0%	0%	0%	0%	0%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung ( $Z=-0.571$ ,  $p = .568$ ).

Wie leicht fällt es Ihrem Kind, zu verstehen, wie es die Gesundheit des Planeten fördern kann (z. B. Müll trennen, zu Fuß gehen, kein Fleisch essen).

	Kinder Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Sehr schwer</b>	0%	1%	0%	0%	0%	2%	0%	0%
<b>Schwer</b>	4%	3%	0%	14%	6%	3%	2%	2%
<b>Leicht</b>	61%	59%	86%	57%	62%	65%	59%	55%
<b>Sehr leicht</b>	32%	33%	14%	29%	29%	29%	39%	39%
<b>Keine Angabe</b>	2%	2%	0%	0%	3%	2%	0%	4%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung ( $Z=-0.360$ ,  $p = .719$ ).

Wie leicht fällt es Ihrem Kind, sich umweltfreundlich zu ernähren (zum Beispiel weniger Fleisch, Obst und Gemüse aus der Region).

	Kinder Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Sehr schwer</b>	0%	2%	0%	0%	0%	3%	0%	0%
<b>Schwer</b>	15%	15%	14%	14%	15%	14%	16%	18%
<b>Leicht</b>	61%	57%	71%	43%	63%	63%	59%	53%
<b>Sehr leicht</b>	17%	17%	0%	43%	15%	12%	22%	20%
<b>Keine Angabe</b>	5%	7%	14%	0%	6%	8%	2%	8%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung ( $Z=-1.066$ ,  $p = .286$ ).

Mein Kind weiß viel über Umweltthemen (z. B. Klimawandel, Umweltverschmutzung).

	Kinder Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Stimme voll zu</b>	18%	14%	0%	0%	17%	9%	22%	22%
<b>Stimme zu</b>	44%	58%	29%	57%	42%	60%	51%	57%
<b>Stimme weder zu noch nicht zu</b>	29%	26%	71%	43%	29%	29%	24%	20%
<b>Stimme nicht zu</b>	5%	1%	0%	0%	8%	2%	2%	0%
<b>Stimme überhaupt nicht zu</b>	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
<b>Keine Angabe</b>	4%	2%	0%	0%	5%	0%	0%	0%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung ( $Z=-0.907$ ,  $p = .364$ ).

Mein Kind bringt mich aktiv dazu, mein Verhalten gegenüber der Umwelt kritisch zu hinterfragen.

	Kinder Gesamt (n = 123)		Niedriger SES (n = 7)		Mittlerer SES (n = 65)		Hoher SES (n = 49)	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Stimme voll zu</b>	5%	8%	0%	0%	5%	6%	6%	12%
<b>Stimme zu</b>	32%	31%	29%	14%	26%	31%	41%	35%
<b>Stimme weder zu noch nicht zu</b>	37%	37%	43%	43%	38%	38%	37%	35%
<b>Stimme nicht zu</b>	14%	11%	0%	29%	18%	9%	10%	10%
<b>Stimme überhaupt nicht zu</b>	7%	5%	29%	0%	6%	6%	4%	4%
<b>Keine Angabe</b>	6%	9%	0%	14%	6%	9%	2%	4%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung (Z=-1.039, p = .299).

Hat sich Ihr Kind während des **step**-Projekts mehr mit dem Thema Umweltschutz beschäftigt als vor dem Projekt? (n=277)

	Prozent
<b>Ja</b>	16%
<b>Nein</b>	75%
<b>Keine Angabe</b>	10%

Wer oder was hat Ihr Kind während des **step**-Projekts für die Gesundheitsthemen motiviert? (n=277)

	Gesunde Ernährung	Umweltschutz
<b>Eltern</b>	53%	38%
<b>Lehrkräfte</b>	30%	46%
<b>Freunde</b>	7%	9%
<b>Ernährungsbroschüre</b>	4%	/
<b>Ernährungsquizze</b>	2%	/
<b>Arbeitsblätter</b>	5%	10%
<b>Nichts/Niemanden</b>	19%	40%
<b>Keine Angabe</b>	21%	0%
<b>Sonstiges</b>	2%	1%

Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das **step**-Projekt die Motivation Ihres Kindes für die Gesundheitsthemen erhöht hat? (n=277)

	Gesunde Ernährung	Umweltschutz
<b>Ja</b>	21%	16%
<b>Nein</b>	68%	73%
<b>Keine Angabe</b>	11%	10%

Konnten Sie die Kinder für die Relevanz der Themenbereiche sensibilisieren? (n=133)

	Ernährung	Umweltschutz
<b>Ja</b>	60%	52%
<b>Nein</b>	22%	24%
<b>Keine Angabe</b>	18%	24%

Haben Sie das Gefühl, dass sich durch das **step**-Projekt das Verständnis und die Motivation der Schüler/-innen hinsichtlich den gesundheitlichen Vorteilen folgender Themen erhöht hat? (n=133)

	Ernährung		Umweltschutz	
	Verständnis	Motivation	Verständnis	Motivation
<b>Stimme überhaupt nicht zu</b>	2%	2%	2%	4%
<b>Stimme nicht zu</b>	9%	15%	12%	15%
<b>Stimme weder zu noch nicht zu</b>	44%	51%	50%	53%
<b>Stimme zu</b>	31%	23%	22%	18%
<b>Stimme voll zu</b>	3%	5%	1%	2%
<b>Keine Angabe</b>	11%	4%	14%	8%

### A-3. Wirkung auf Lernklima

Hat sich durch das **step**-Projekt die Konzentration Ihres Kindes verbessert? (n=277)

	Prozent
<b>Ja</b>	8%
<b>Nein</b>	48%
<b>Weiß nicht</b>	38%
<b>Keine Angabe</b>	6%

Hatte das **step**-Projekt einen positiven Einfluss auf bestimmte Aspekte im Unterricht? (n=133)

	Konzentration	Aufmerksamkeit	Klassenzusammenhalt
<b>Ja</b>	35%	37%	70%
<b>Nein</b>	44%	43%	23%
<b>Keine Angabe</b>	21%	20%	8%

#### A-4. Kontextfaktoren und strukturelle Bedingungen

Sehen Sie in Ihrer Schule Handlungsbedarf in folgenden Bereichen? (n=55)

	Bewegung		Ernährung		Umweltschutz	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Stimme voll zu</b>	36%	15%	42%	26%	31%	33%
<b>Stimme eher zu</b>	33%	38%	46%	55%	47%	55%
<b>Stimme eher nicht zu</b>	27%	42%	13%	20%	22%	13%
<b>Stimme gar nicht zu</b>	4%	5%	0%	0%	0%	0%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt eine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung im Bereich Bewegung ( $Z = -3,563$ ,  $p < .001$ ) und Ernährung ( $Z = -2,502$ ,  $p = .012$ ). Die Analyse der Ränge ergibt, dass deutlich mehr Personen eine Abnahme als eine Zunahme berichten. Insgesamt deutet dies darauf hin, dass der wahrgenommene Handlungsbedarf in den Bereichen Bewegung und Ernährung im Zeitverlauf signifikant gesunken ist. Für den Bereich Umweltschutz zeigt der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung ( $Z = -1,015$ ,  $p = .310$ ).

Das Schulprofil legt einen Schwerpunkt auf Gesundheitsförderung. (n=55)

	Bewegung		Ernährung		Umweltschutz	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Bisher nicht vorgesehen</b>	15%	11%	20%	18%	25%	22%
<b>In Planung</b>	5%	7%	2%	5%	4%	9%
<b>Umsetzung begonnen</b>	18%	18%	18%	22%	20%	25%
<b>Teilweise erreicht</b>	47%	45%	55%	51%	45%	40%
<b>Voll und ganz erreicht</b>	13%	18%	4%	2%	2%	0%
<b>Keine Angabe</b>	2%	0%	2%	2%	4%	4%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung in den Bereichen Bewegung ( $Z = -1,015$ ,  $p = .310$ ), Ernährung ( $Z = -0,638$ ,  $p = .523$ ) und Umweltschutz ( $Z = -0,218$ ,  $p = .827$ ).

Es gibt Ressourcen für die Gesundheitsförderung (z. B. finanzielle, materielle oder personelle Ressourcen). (n=55)

	Bewegung		Ernährung		Umweltschutz	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Bisher nicht vorgesehen</b>	25%	24%	27%	18%	42%	29%
<b>In Planung</b>	9%	13%	7%	13%	7%	9%
<b>Umsetzung begonnen</b>	22%	15%	24%	18%	15%	20%
<b>Teilweise erreicht</b>	29%	27%	33%	29%	27%	22%
<b>Voll und ganz erreicht</b>	5%	11%	2%	5%	0%	4%
<b>Keine Angabe</b>	9%	11%	7%	16%	9%	16%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung in den Bereichen Bewegung ( $Z = -0,261$ ,  $p = .794$ ), Ernährung ( $Z = -0,530$ ,  $p = .596$ ) und Umweltschutz ( $Z = -0,670$ ,  $p = .503$ ).

Es finden Maßnahmen zur gesundheitsförderlichen Gestaltung der Schule statt (z. B. Aktionstage, Projektwochen, Schulgestaltung). (n=55)

	Bewegung		Ernährung		Umweltschutz	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Bisher nicht vorgesehen</b>	9%	9%	15%	16%	22%	24%
<b>In Planung</b>	0%	2%	5%	2%	7%	7%
<b>Umsetzung begonnen</b>	16%	9%	25%	18%	18%	16%
<b>Teilweise erreicht</b>	58%	49%	47%	49%	47%	36%
<b>Voll und ganz erreicht</b>	16%	31%	5%	9%	2%	9%
<b>Keine Angabe</b>	0%	0%	2%	5%	4%	7%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung in den Bereichen Bewegung ( $Z = -1,480$ ,  $p = .139$ ), Ernährung ( $Z = -0,404$ ,  $p = .686$ ) und Umweltschutz ( $Z = -0,276$ ,  $p = .782$ ).

Die Schule arbeitet zur Gesundheitsförderung mit Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartnern zusammen (z. B. Vereine, externe Einrichtungen, Krankenkassen, Fachpersonen oder andere Bildungseinrichtungen). (n=55)

	Bewegung		Ernährung		Umweltschutz	
	Prä	Post	Prä	Post	Prä	Post
<b>Bisher nicht vorgesehen</b>	11%	11%	25%	22%	31%	35%
<b>In Planung</b>	5%	9%	7%	7%	5%	7%
<b>Umsetzung begonnen</b>	22%	18%	22%	20%	24%	20%
<b>Teilweise erreicht</b>	45%	40%	33%	33%	31%	24%
<b>Voll und ganz erreicht</b>	15%	20%	11%	9%	4%	2%
<b>Keine Angabe</b>	2%	2%	2%	9%	5%	13%

Der Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test zeigt keine signifikante Veränderung zwischen Prä- und Postmessung in den Bereichen Bewegung ( $Z = -0,053$ ,  $p = .958$ ), Ernährung ( $Z = -0,072$ ,  $p = .943$ ) und Umweltschutz ( $Z = -1,565$ ,  $p = .118$ ).

## A-5. Nutzung und Akzeptanz

Bitte geben Sie an, über welche Wege Sie Informationen über das **step**-Projekt erhalten haben? (n=277)

	Prozent
Elterninformation	58%
Lehrkraft	44%
E-Mail	42%
App	18%
Elternvertretung	16%
Website	6%
Sonstiges	1%
Keine Angabe	1%

Konnte Ihr Kind die Schritte in der App hochladen? (n=277)

	Prozent
Ja	50%
Nein, nur mit Unterstützung einer anderen Person (z. B Eltern, Lehrkraft, Mitschüler*innen)	44%
Nein	4%
Keine Angabe	2%

Bitte geben Sie an, welche Inhalte **Ihr Kind** während des Projekts wie oft genutzt hat. (n=277)

	Immer	Oft	Manchmal	Selten	Nie	Keine Angabe
Bewegungs-Challenge	21%	16%	20%	17%	21%	6%
Motivationsvideos	1%	4%	16%	22%	49%	8%
Ferienprogramm	2%	4%	11%	13%	59%	11%
Countdown-Phase-Module	4%	5%	13%	14%	45%	18%
Ernährungs-Quizze	0%	4%	14%	14%	52%	16%
Broschüre Ernährung	0%	3%	11%	16%	54%	16%
Arbeitsblätter Ernährung	1%	6%	14%	16%	43%	19%
Arbeitsblätter Regional/Saisonal	1%	6%	14%	11%	42%	26%
Experimente (Mini-Biogasanlage)	0%	2%	8%	10%	55%	25%
Gruppenaktivität (wilde Ecke anlegen)	0%	3%	9%	12%	49%	27%
Infoposter Umweltschutz	1%	3%	12%	9%	48%	27%
Weitere Arbeitsblätter	1%	3%	13%	10%	45%	27%
Erklärvideos	0%	4%	16%	18%	40%	22%
Info-Sheet	1%	4%	12%	12%	49%	22%

Bitte geben Sie an, welche Inhalte **Sie** während des Projekts wie oft genutzt haben. (n=277)

	Immer	Oft	Manchmal	Selten	Nie	Keine Angabe
Ferienprogramm	0%	5%	12%	10%	59%	14%
Ernährungs-Quizze	0%	3%	9%	8%	64%	16%
Broschüre Ernährung	1%	2%	12%	11%	58%	16%
Arbeitsblätter Ernährung	0%	3%	10%	6%	64%	17%
Arbeitsblätter Regional/Saisonal	1%	3%	9%	8%	63%	16%
Experimente (Mini-Biogasanlage)	1%	2%	7%	6%	67%	17%
Bewegungsaktivität (Müll-Move-Mania)	2%	2%	9%	6%	64%	17%
Infoposter Umweltschutz	1%	3%	7%	6%	65%	19%

Bitte geben Sie an, welche Inhalte **Sie** während des Projekts wie oft genutzt haben. (n=277)

	Immer	Oft	Manchmal	Selten	Nie	Keine Angabe
<b>Weitere Arbeitsblätter</b>	0%	2%	8%	9%	62%	18%
<b>Erklärvideos</b>	1%	2%	11%	15%	57%	14%
<b>Info-Sheet</b>	3%	3%	15%	12%	49%	16%

Haben Sie schon einmal an dem **step**-Projekt teilgenommen? (n=223)

	Prozent
<b>Ja</b>	33%
<b>Nein</b>	56%
<b>Nein, aber meine Schule hat bereits teilgenommen</b>	11%

Würden Sie noch einmal am **step**-Projekt teilnehmen? (n=133)

	Prozent
<b>Ja</b>	78%
<b>Nein</b>	12%
<b>Keine Angabe</b>	10%

Wie häufig führen Sie folgende Aspekte während des normalen Klassenunterrichts/Schulalltag durch oder thematisieren die Bereiche? (n=223)

	Bewegungsmaßnahmen
<b>Immer</b>	9%
<b>Oft</b>	33%
<b>Gelegentlich</b>	45%
<b>Selten</b>	12%
<b>Nie</b>	1%
<b>Keine Angabe</b>	0%

	Ausgewogene Ernährung
	2%
	31%
	50%
	15%
	2%
	0%

	Umweltschutz
	3%
	19%
	60%
	17%
	0%
	0%

In welchem Ausmaß haben Sie die Inhalte von **step** im Unterricht integriert? (n=133)

	Bewegte Pausen während des Unterrichts
<b>Sehr Häufig</b>	25%
<b>Häufig</b>	50%
<b>Selten</b>	23%
<b>Nie</b>	2%
<b>Keine Angabe</b>	2%

	Gesunde Ernährung thematisiert
	4%
	53%
	36%
	5%
	2%

	Umweltschutz integriert
	5%
	39%
	44%
	8%
	3%

	Weitere Inhalte in Schulalltag integriert
	14%
	39%
	41%
	2%
	5%

Auf einer Skala von 1 (sehr schwierig) bis 5 (sehr einfach), wie einfach ist es Ihnen gefallen, das **step**-Projekt in den Schulalltag zu integrieren? (n=133)

Sehr schwierig	Schwierig	Mittelmäßig	Einfach	Sehr einfach
5%	13%	36%	38%	8%

Waren die Inhalte und Maßnahmen altersgruppenrecht angepasst? (n=133)

	Prozent
<b>Ja</b>	86%
<b>Nein</b>	2%
<b>Keine Angabe</b>	12%

Mussten Sie Inhalte und Maßnahmen an die Altersgruppe anpassen? (n=133)

	Prozent
<b>Ja</b>	5%
<b>Nein</b>	78%
<b>Keine Angabe</b>	17%

Haben Sie sich auf das **step**-Projekt gut vorbereitet gefühlt? (n=133)

	Prozent
<b>Trifft zu</b>	52%
<b>Trifft eher zu</b>	34%
<b>Weder noch</b>	5%
<b>Trifft eher nicht zu</b>	5%
<b>Trifft nicht zu</b>	3%
<b>Keine Angabe</b>	1%

Haben Sie an der Schulung/ Digitalen Veranstaltung zu „Mehr Bewegung im Schulalltag“ teilgenommen und die Inhalte umgesetzt?

	Teilnahme (n=133)	Umsetzung Inhalte (n=43)
<b>Ja</b>	32%	81%
<b>Nein</b>	55%	2%
<b>Keine Angabe</b>	13%	16%

Haben Sie das Support-Team kontaktiert? (n=133)

	Prozent
<b>Ja</b>	49%
<b>Nein</b>	49%
<b>Keine Angabe</b>	2%

Haben Sie Ihre Schüler/-innen über das Ferienprogramm zusammen mit den Bewegungs-Challenges informiert? (n=133)

	Prozent
<b>Ja</b>	62%
<b>Nein</b>	25%
<b>Keine Angabe</b>	13%

Welche Rückfragen kamen von den Schüler/-innen und/oder den Eltern? (n=133)

	Prozent
<b>Hochladen der Schritte</b>	52%
<b>Verlorene/defekte Fitnessarmbänder</b>	47%
<b>Umstellen von Uhrzeit und Datum</b>	42%
<b>Aufladen der Fitnessarmbänder</b>	27%
<b>Keine Rückfragen</b>	17%
<b>Konkreter Ablauf des Projekts</b>	17%
<b>Andere technische Rückfragen</b>	14%
<b>Datenschutz</b>	8%
<b>Keine Angabe</b>	3%

Auf einer Skala von 1 (sehr schlecht) bis 5 (sehr gut), wie gut hat Ihnen das **step**-Projekt gefallen? (n=133)

Sehr schlecht	Schlecht	Mittel	Gut	Sehr gut
2%	1%	22%	50%	25%

Auf einer Skala von 1 (sehr schlecht) bis 5 (sehr gut), wie bewerten Sie die **step**-Website? (n=133)

Sehr schlecht	Schlecht	Mittel	Gut	Sehr gut	Keine Angabe
1%	2%	22%	56%	16%	5%

Auf einer Skala von 1 (sehr schlecht) bis 5 (sehr gut), wie bewerten Sie die **step**-App? (n=133)

Sehr schlecht	Schlecht	Mittel	Gut	Sehr gut	Keine Angabe
2%	6%	25%	42%	23%	2%