

Universität Flensburg

---

Master- Arbeit im Studiengang  
„Master Prävention und Gesundheitsförderung“

Auf dem Weg zur gesunden Schule!  
Bedarfserhebung zur Entwicklung eines Konzepts  
für die Gesundheitsförderung an einer Grundschule.

**Vorgelegt von:** Uta Ketelsen, 532333

**Erstbetreuer:** Prof. Dr. Faltermaier, Toni

**Zweitbetreuer:** Dr. Wihofszky, Petra

**Husum, im Januar 2011**

Inhaltsverzeichnis	Seite
<b>1. Zusammenfassung/Abstract</b> .....	4
<b>2. Einleitung</b> .....	6
<b>3. Theoretische Grundlagen und Darstellung des Forschungsstandes</b> .....	7
3.1 Gesundheitskriterien in der Lebensphase Kindesalter (6– 10 Jahre).....	7
3.2 Gesundheitlicher IST- Zustand der Schüler in Deutschland, Schleswig- Holstein und Nordfriesland (Epidemiologische Sekundärdaten).....	9
3.3 Begriffserklärung und Entwicklung der Gesundheitsförderung im Setting Schule in der Theorie .....	14
3.3.1 Der Gesundheitsbegriff.....	14
3.3.2 Der Settingansatz.....	15
3.3.3 Der Gegenstand der Gesundheitsförderung und die Unterschiede zur Prävention.....	16
3.3.4 Von der Gesundheitserziehung zur Gesundheitsbildung und von der Gesundheitsförderung in Schulen zu Gesundheitsfördernden Schulen.....	19
3.4 Die Praxis der Gesundheitsförderung in der Schule.....	23
3.4.1 BLK- Modellversuch „Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen“ 1993- 1997 .....	23
Evaluation des Modellversuchs.....	26
Ergebnisse.....	28
3.4.2 BLK Modellversuch „OPUS- Offenes Partizipationsnetz und Schulgesundheit“1997-2000.....	29
Evaluation und Qualitätssicherung im OPUS- Netzwerk .....	31
Ergebnisse.....	32
3.4.3 Gesundheitsfördernde Schule in Sachsen 2003- 2006.....	33
Evaluation.....	33
3.4.4 Anschub.de 2002- 2010.....	34
Evaluation des Modellversuchs.....	36
Ergebnisse.....	37
3.5 Darstellung des Projekts „Gesunde Schule“ .....	37

<b>4.</b>	<b>Forschungsfragen</b> .....	<b>39</b>
4.1	Fragestellung und Hypothesen.....	39
4.2	Ziele.....	41
<b>5.</b>	<b>Methodisches Vorgehen</b> .....	<b>42</b>
5.1	Ausgangssituation.....	42
5.2	Messinstrumente.....	43
5.3	Datenerhebung/ Projektverlauf.....	48
5.4	Auswertungsmethoden.....	51
<b>6.</b>	<b>Darstellung der Ergebnisse der Schülerbefragung</b> .....	<b>51</b>
6.1	Häufigkeiten- Auffälligkeiten.....	52
<b>7.</b>	<b>Diskussion</b> .....	<b>75</b>
7.1	Zusammenfassung der Ergebnisse und Interpretation.....	75
7.2	Beantwortung der Forschungsfragen.....	77
<b>8.</b>	<b>Entwicklung eines Konzepts für die Gesundheitsförderung in der Grundschule</b> .....	<b>79</b>
8.1	Konzeptentwicklung nach dem Public- Health- Action- Cycle.....	79
8.2	Maßnahmenplanung.....	84
<b>9.</b>	<b>Schlussfolgerung/ Handlungsempfehlungen</b> .....	<b>86</b>
<b>10.</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> .....	<b>89</b>
<b>11.</b>	<b>Anhang</b> .....	<b>93</b>
<b>12.</b>	<b>Verzeichnis der Abbildungen</b> .....	<b>128</b>
<b>13.</b>	<b>Persönliche Erklärung</b> .....	<b>128</b>

## 1. Zusammenfassung

Im Kindes- und Jugendalter entwickeln und verfestigen sich gesundheitliche Risikoverhaltensweisen wie Bewegungsmangel, Fehlernährung sowie regelmäßiger Nikotin-, Alkohol- und Drogenkonsum (Jerusalem, 2003). Fehlverhalten im frühen Kindesalter kann mit späteren gravierenden Gesundheits- und Verhaltensproblemen in Zusammenhang gebracht werden, und früh ausgebildete Gewohnheiten können zu Beeinträchtigungen und Krankheiten (wie zum Beispiel Diabetes mellitus, koronaren Herzerkrankungen, Schlaganfällen oder Krebsleiden) führen (Jerusalem, 2003). Um solche langfristigen Folgen zu verhindern, sind präventive Maßnahmen aus entwicklungspsychologischer Sicht sowie aus der Kosten- Nutzen- Perspektive besonders sinnvoll (Jerusalem, 2003; Ev Elben, Lohaus, 2003). Gesundheitsbezogene Handlungserfahrungen in jungen Jahren sind für die spätere Bereitschaft zu verantwortungsvollem Verhalten von großer Bedeutung, und daher werden Kinder zu einer viel versprechenden Zielgruppe entwicklungsangemessener psychologischer Prävention (Ev Elben, Lohaus, 2003). Hierbei sollen nicht nur Faktoren, die ein Risikoverhalten begünstigen verhindert oder verzögert werden, sondern auch Ressourcen gestärkt. Durch den relativ einfachen Zugang zu einer großen Menge von Kindern und Jugendlichen der präferierten Altersstufen, ist die Schule das ideale Setting für präventive und gesundheitsfördernde Maßnahmen (Bals et al, 2008).

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit der Forschungsfrage, wie die Entwicklung eines Konzepts für die Gesundheitsförderung an einer Grundschule im ländlichen Raum sinnvoll gestaltet und umgesetzt werden kann, um die Gesundheit der Schüler zu erhalten. Basis eines jeden Projektes sollte eine zielgruppenspezifische Bedarfsanalyse sein. Mit Hilfe einer Befragung (Fragebogen bzw. mündliche Befragung) der Zielgruppe Schüler von 6 bis 11 Jahren und ihrer Lehrer sollten Aspekte des Gesundheitszustandes (z.B. körperliches und psychisches Wohlbefinden, Selbstwert, Gesundheitsverhalten,...) erfasst werden, um Ansatzpunkte für Maßnahmen in dieser Schule zu erlangen. Neben der Befragung stehen außerdem Sekundärdaten der Schuleingangsuntersuchung 2008 und Daten des Robert Koch Instituts (RKI) zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in S.- H. 2007 zur Verfügung, die ebenfalls miteinbezogen werden. Ziel der Arbeit ist es, aufgrund dieser Daten ein nachhaltiges Konzept zu konstruieren, dass gegebenenfalls auch für andere Schulen ansprechend sein könnte.

## **Abstract**

In childhood and youth develop and strengthen healthy risk behaviours like a deficiency of movement, malnutrition as well as regular consumption of nicotine, alcohol and drugs (Jerusalem, 2003). Incorrect conduct in the early childhood can lead to serious future problems in health and behaviour and early skilled habits can cohere with impairments and diseases (like diabetes, coronary heart diseases, strokes or cancer (Jerusalem, 2003)). To prevent such longterm consequences are, from the developmental psychological point of view as well as from the perspective of costs and benefits, preventive measures necessary (Jerusalem, 2003; Ev Elben, Lohaus, 2003). In early years experienced deeds in relation to health are significant for a responsible behaviour at a future time, and that is why children become a auspicious target group for adequate psychological prevention (Ev Elben, Lohaus, 2003). At this, there shouldn't be considered only the facts that benefit, avoid or delay risky behaviour but facts for strengthening the resources. With the relatively easy access to a large amount of children and adolescents of the preferred age, school is the ideal setting for preventive and healthpromotive measures (Bals, Hanses, Melzer, 2008).

The present master thesis deals with the research question how concepts for health promotion in rural schools can be developed, designed and realized to keep the health of pupils. The foundation of every project should be a target group specific analysis of needs. With the aid of a questioning (questionnaire respectively oral questioning) of the target group (pupils from 6 to 11 years and their teachers) aspects of the state of health (like physical and psychological welfare, self-worth, health behaviour,...) should get comprehended, to achieve approaches for further moves. Beside the questioning there are facts of the public health department (2008) about the first check up before school entry and data of the RKI about the health of children and adolescents in Schleswig- Holstein 2007. Target of this thesis is to design a persistent concept because of this data that also fits for other schools.