



# DAK-Studie 2016

Gesundheitsfalle Schule – Probleme und Auswege

Berlin, 26. April 2016

**DAK**  
Gesundheit

# Ergebnisse der Lehrer-Befragung

## Prof. Manfred Güller

Geschäftsführer forsa-Institut Berlin

---

# Studie zur Gesundheit von Grundschulern und Lehrern

# Datengrundlage

---

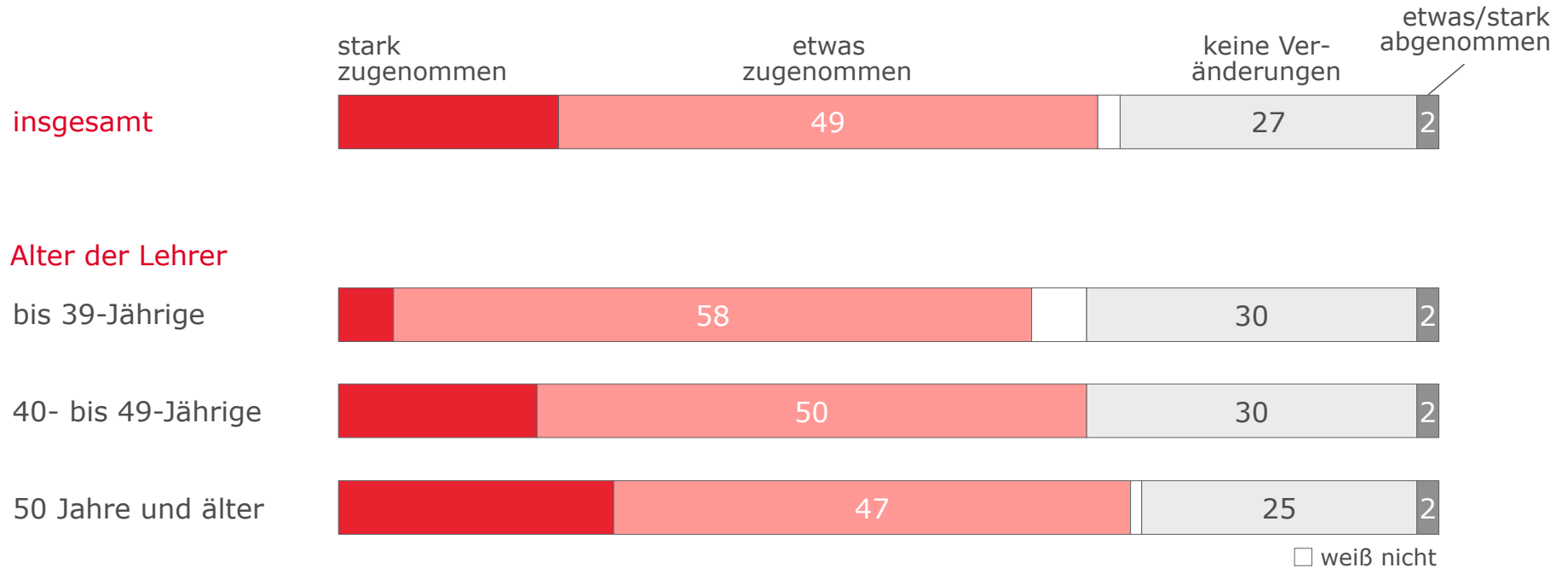
**Zahl der Befragten:** 500 Lehrerinnen und Lehrer  
(Klassenstufen 1 bis 6)

**Erhebungszeitraum:** 15. bis 29. März 2016

**Erhebungsmethode:** Computergestützte Telefon-Interviews

# Einschätzung der Entwicklung des allgemeinen Gesundheitszustands der Schüler

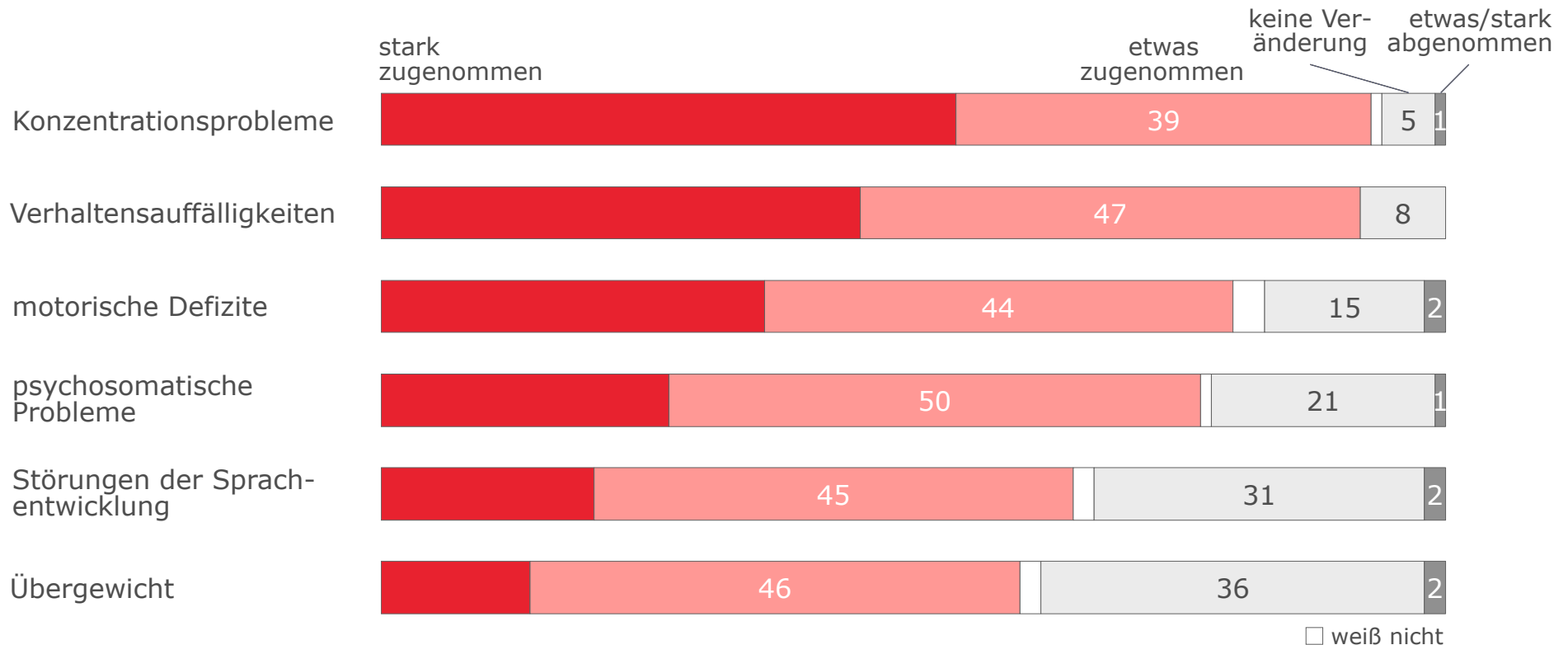
Die Anzahl der Schüler mit gesundheitlichen Problemen hat in den letzten 10 Jahren ...



Basis: alle Befragten

# Einschätzung der Entwicklung spezieller gesundheitlicher Beeinträchtigungen der Schüler (1)

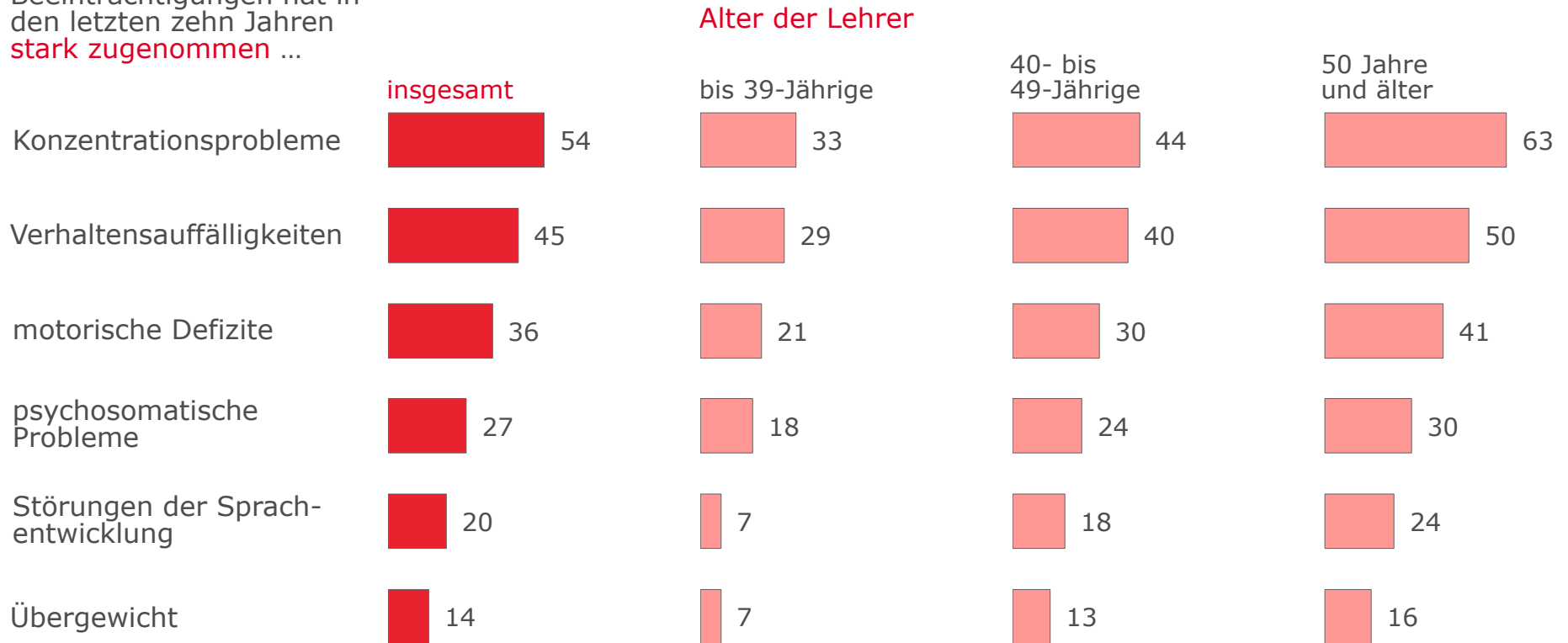
Die Anzahl der Schüler mit folgenden gesundheitlichen Beeinträchtigungen hat in den letzten zehn Jahren ...



Basis: alle Befragten

# Einschätzung der Entwicklung spezieller gesundheitlicher Beeinträchtigungen der Schüler (2)

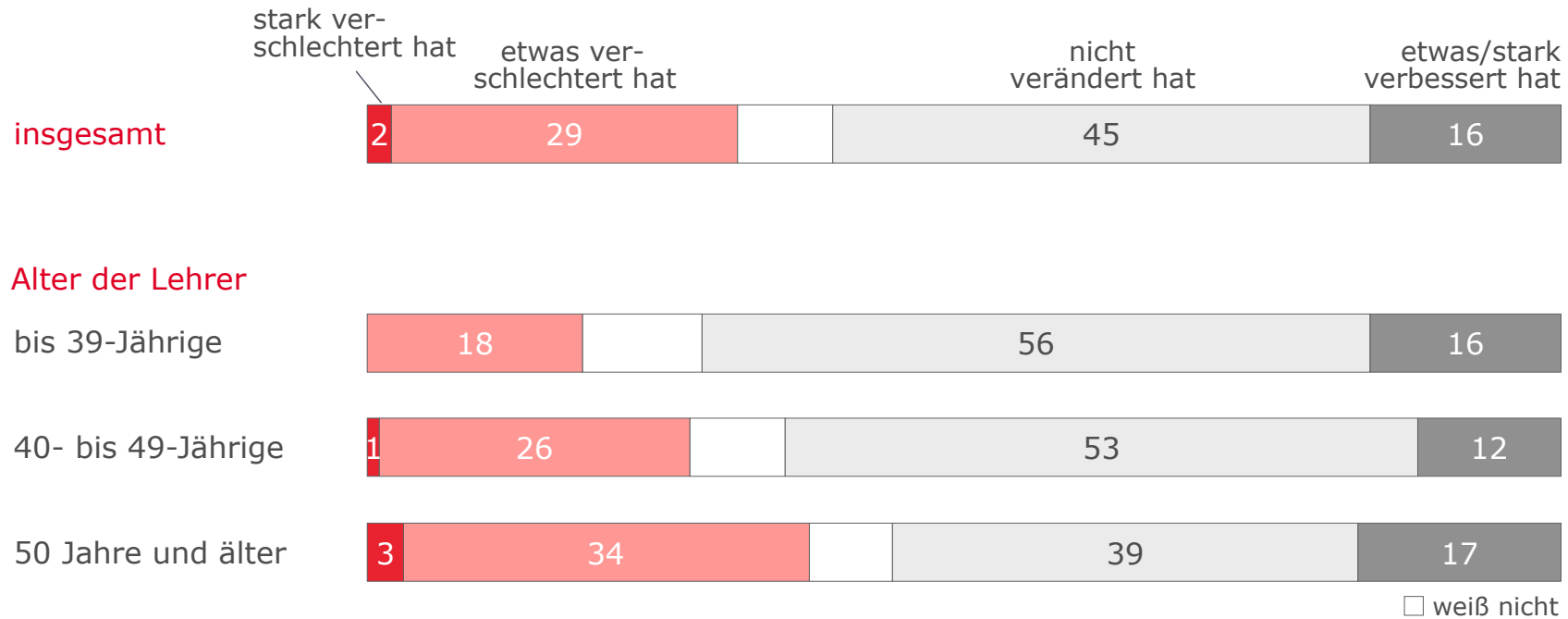
Die Anzahl der Schüler mit folgenden gesundheitlichen Beeinträchtigungen hat in den letzten zehn Jahren **stark zugenommen** ...



Basis: alle Befragten

# Einschätzung der Entwicklung des Gesundheitszustands der Schüler in den ersten Schuljahren

Es würden sagen, dass sich der generelle Gesundheitszustand der Kinder im Laufe der ersten vier bis sechs Schuljahre ...

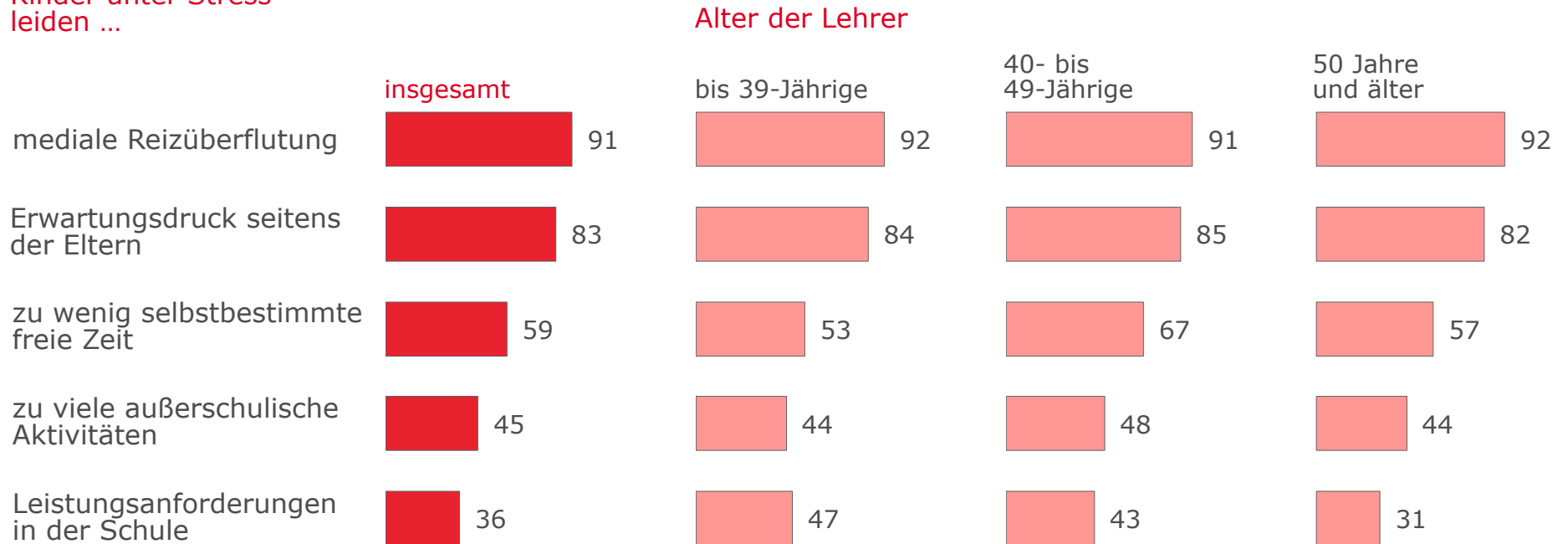


Basis: alle Befragten



# Einschätzung der Ursachen von Stress bei Kindern \*)

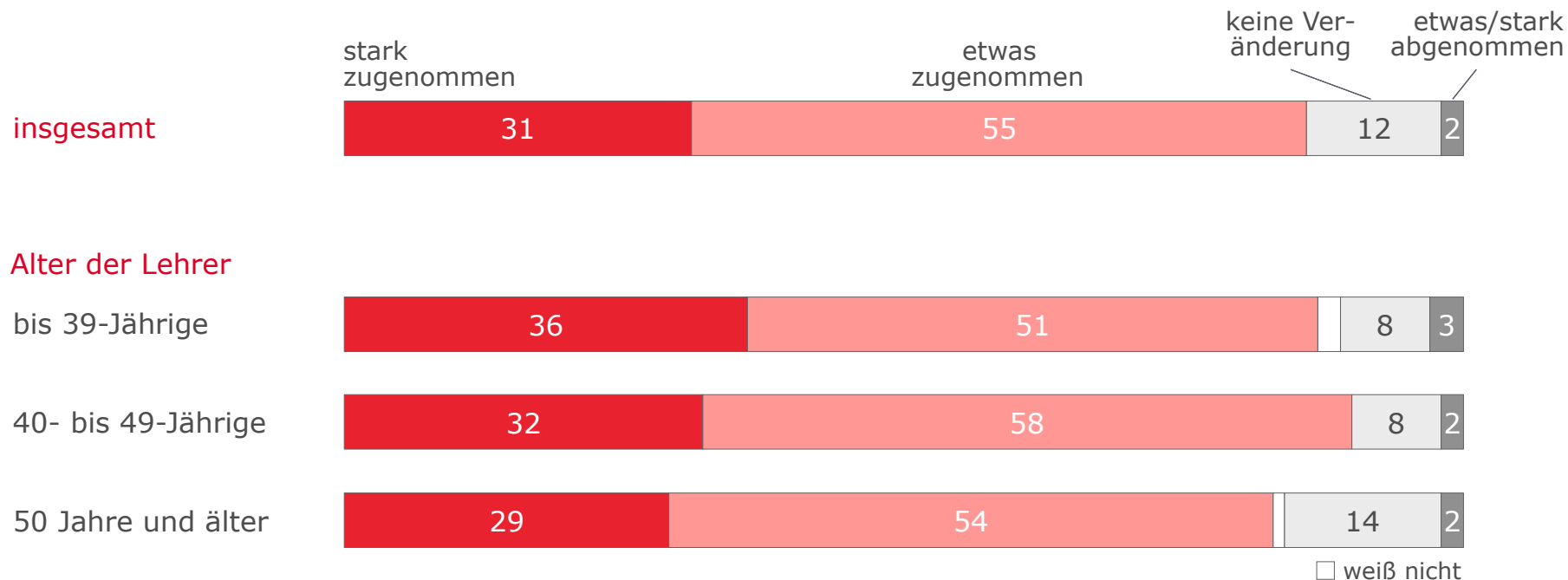
Folgende Faktoren tragen besonders dazu bei, dass Kinder unter Stress leiden ...



\*) Mehrfachnennungen möglich  
Basis: alle Befragten

# Einschätzung der Entwicklung der Stressbelastung der Schüler

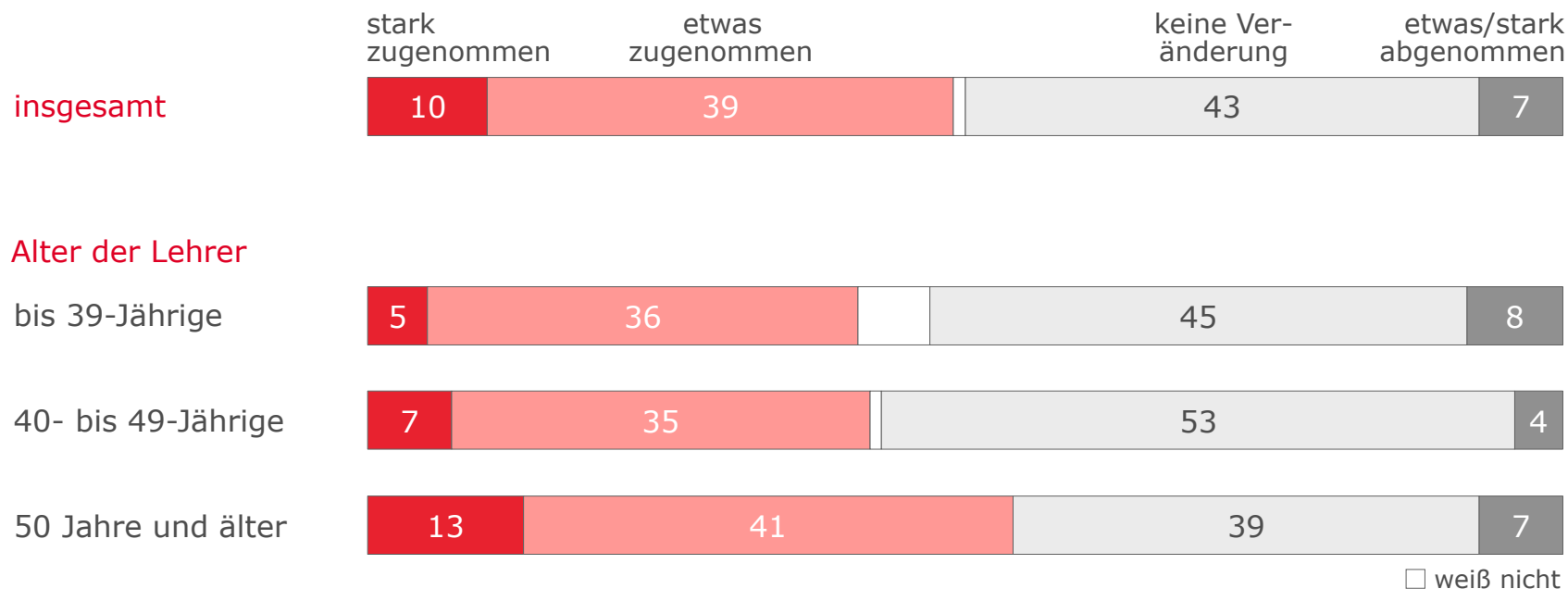
Die Stressbelastung der Schüler hat in den letzten zehn Jahren insgesamt betrachtet ...



Basis: alle Befragten

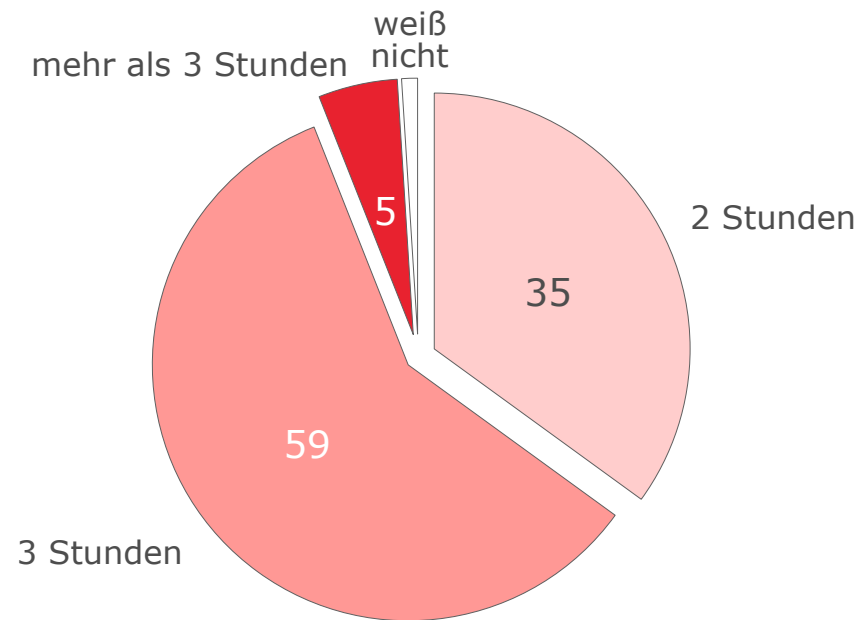
# Einschätzung der Entwicklung von Mobbing und Gewalt

Mobbing und Gewalt haben in den letzten zehn Jahren insgesamt betrachtet ...



Basis: alle Befragten

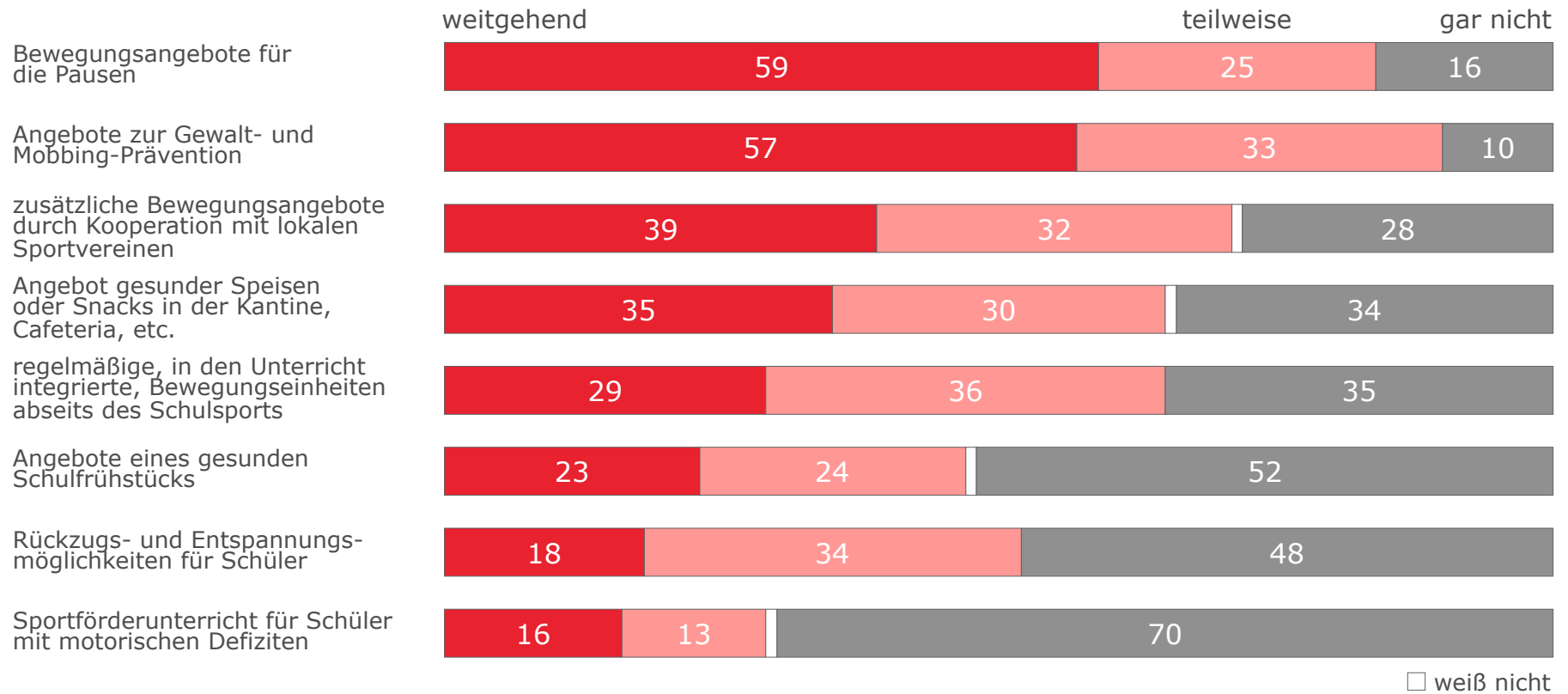
Die Kinder ihrer Schule erhalten im Durchschnitt pro Woche Sportunterricht ...



Basis: alle Befragten

# Umsetzung von Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit der Kinder

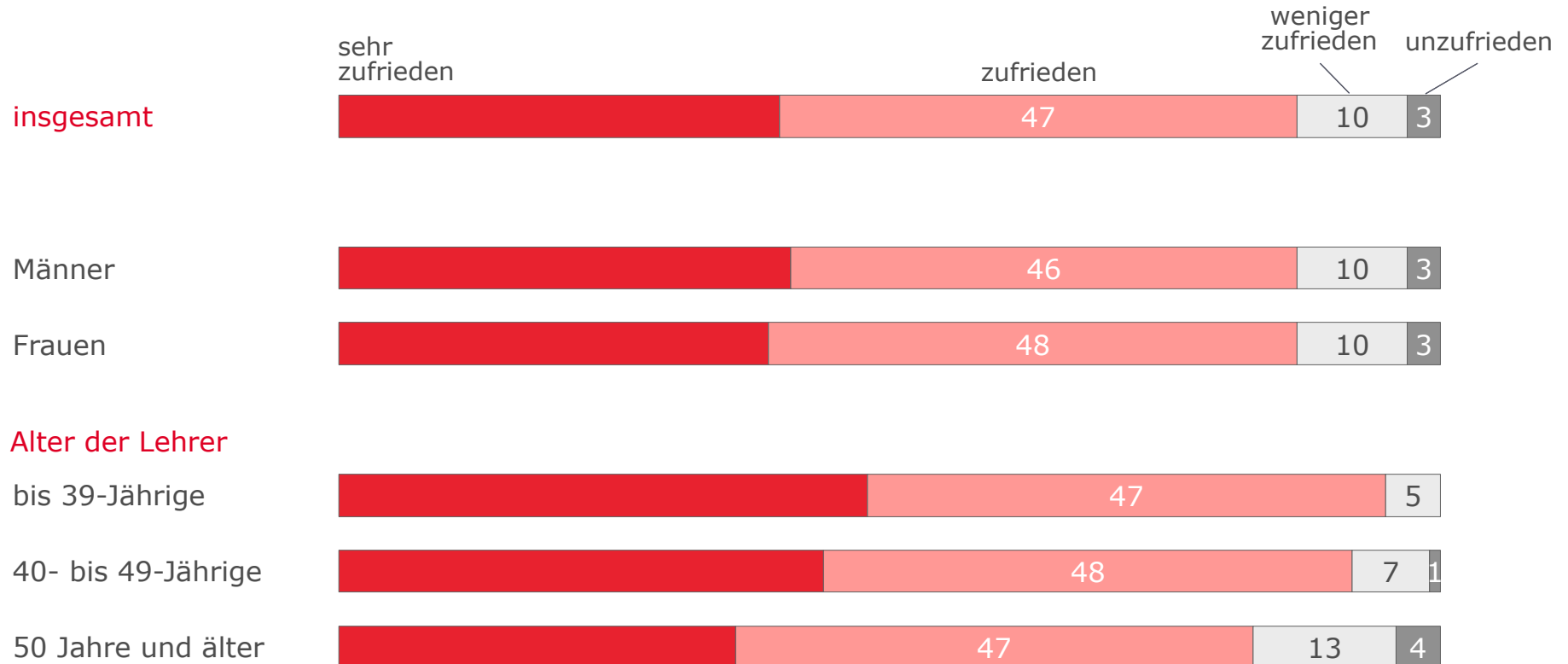
An ihrer Schule werden die folgenden Maßnahmen umgesetzt ...



Basis: alle Befragten

# Zufriedenheit mit dem Beruf

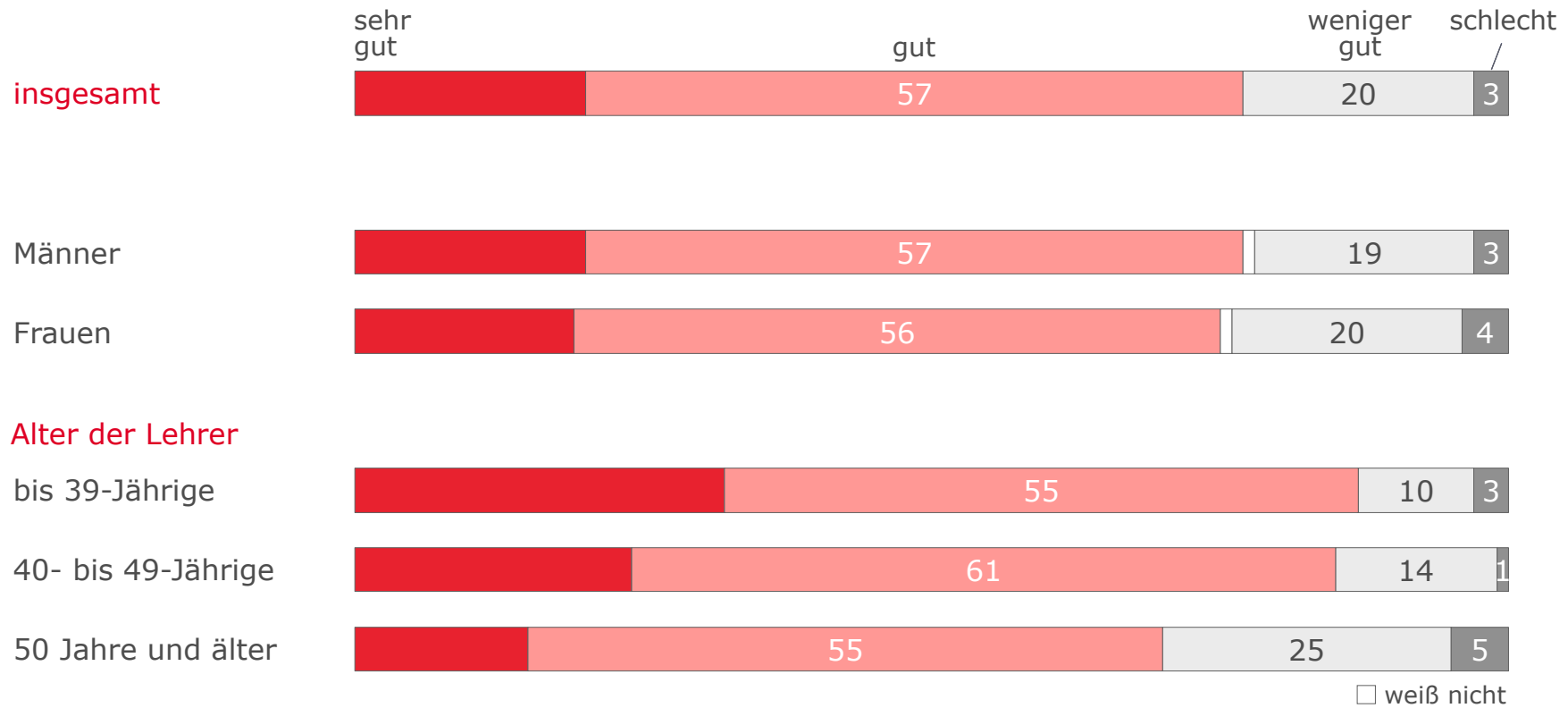
Es sind grundsätzlich mit ihrem Beruf ...



Basis: alle Befragten

# Persönlicher Gesundheitszustand

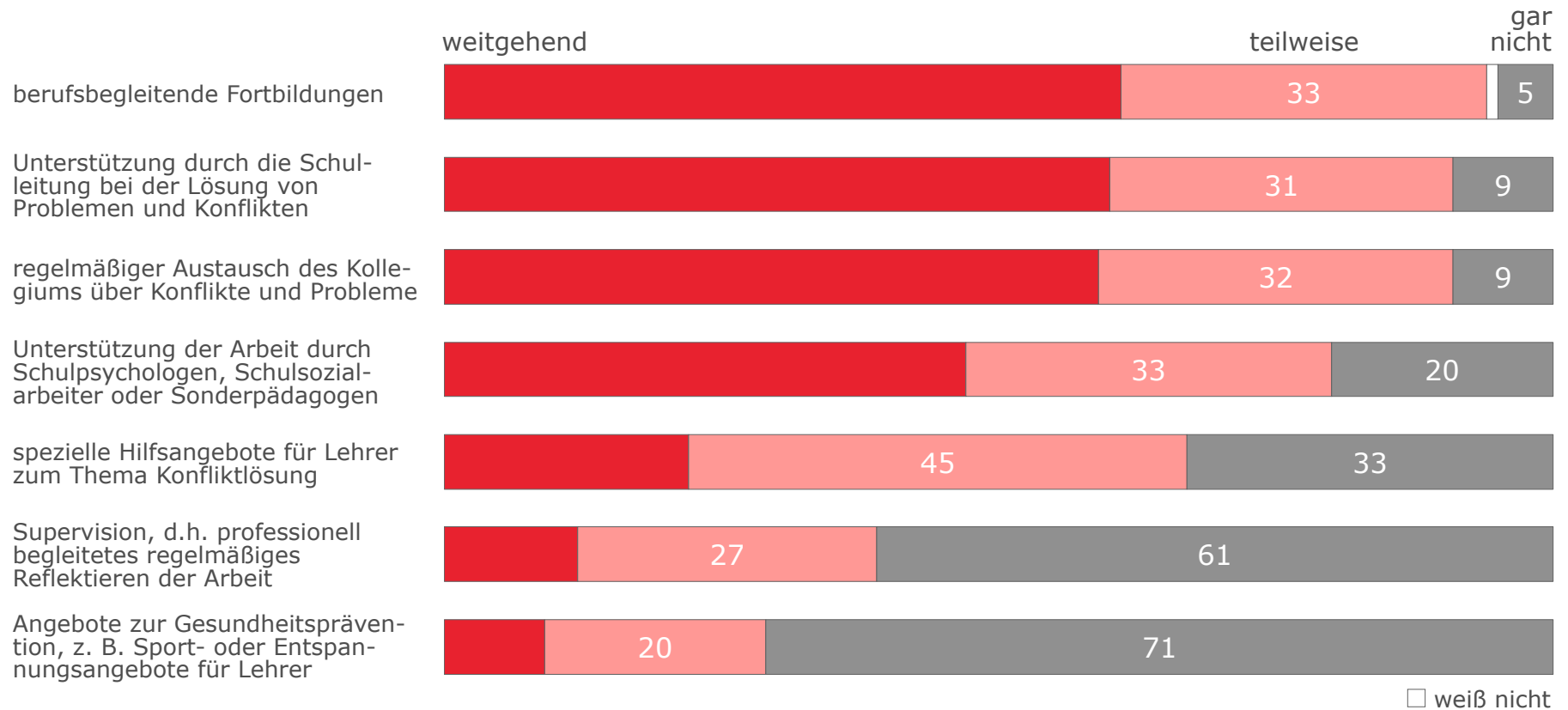
Ihren derzeitigen Gesundheitszustand würden beschreiben als ...



Basis: alle Befragten

# Umsetzung von Maßnahmen zur Unterstützung der Lehrkräfte

An ihrer Schule werden die folgenden Maßnahmen umgesetzt ...

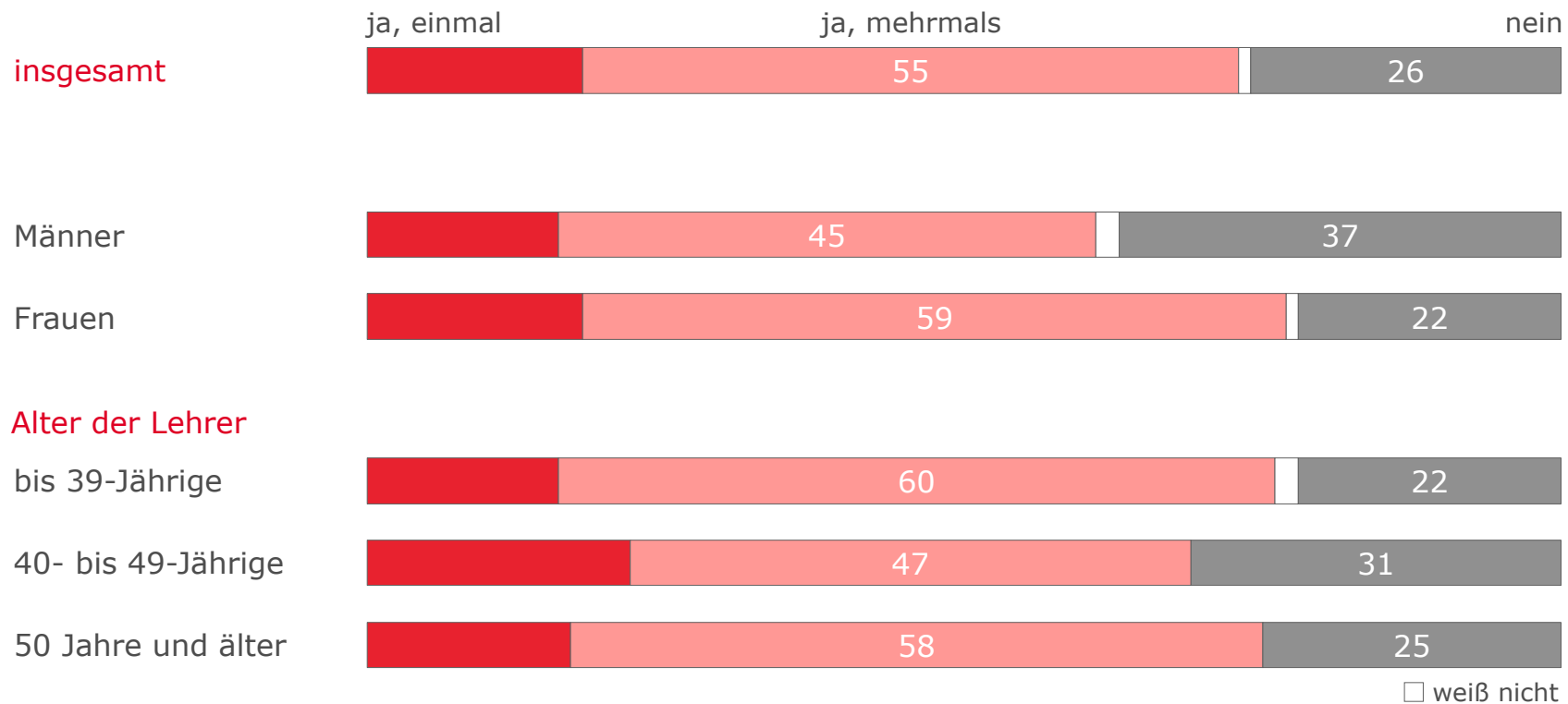


Basis: alle Befragten



# Präsentismus

Es sind in den letzten 12 Monaten einmal oder mehrmals zur Arbeit gegangen, obwohl sie sich aufgrund ihres Gesundheitszustandes besser krank gemeldet hätten ...

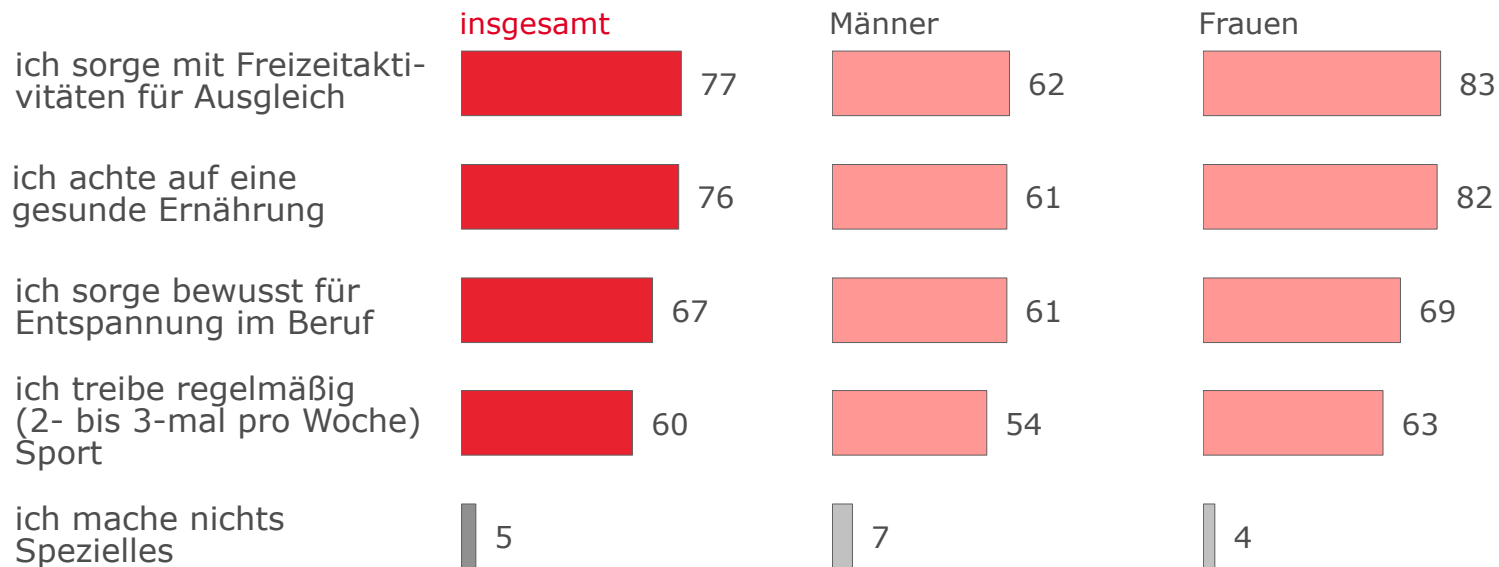


Basis: alle Befragten

# Individuelle Maßnahmen zur Gesundheitsprävention \*)

## - Gesamt vs. Geschlecht

Es tun selbst, um gesund zu bleiben ...

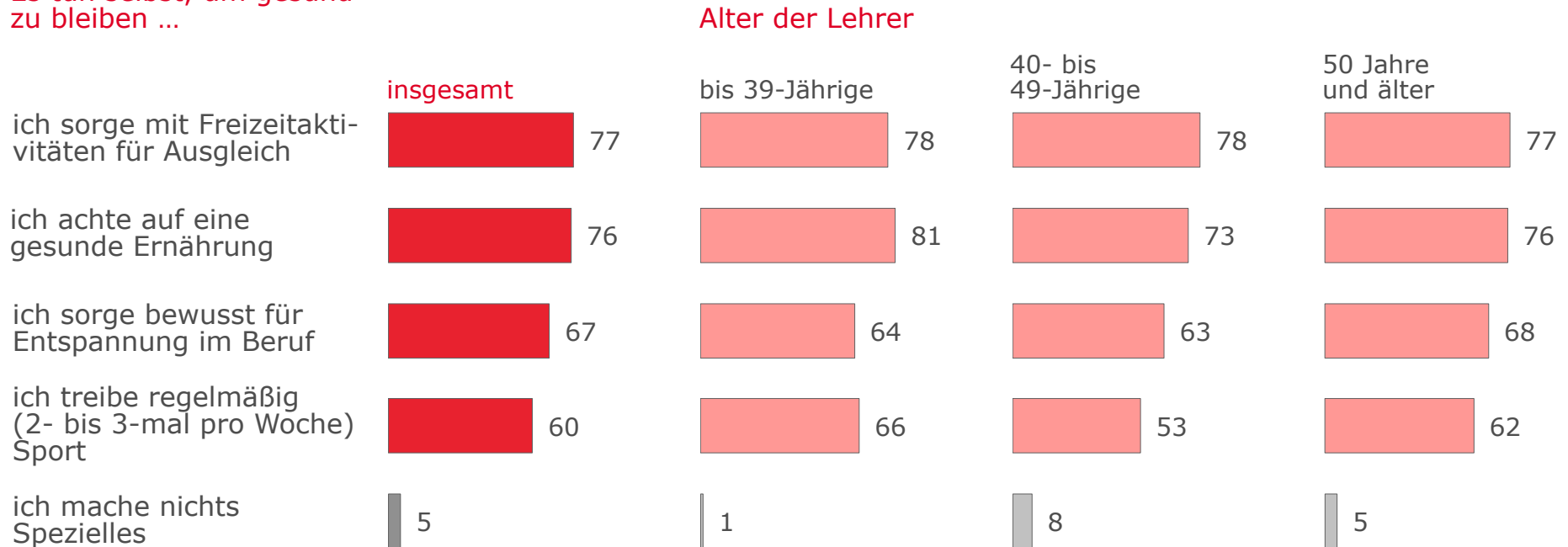


\*) Mehrfachnennungen möglich  
Basis: alle Befragten

# Individuelle Maßnahmen zur Gesundheitsprävention \*)

## - Gesamt vs. Alter der Lehrer

Es tun selbst, um gesund zu bleiben ...

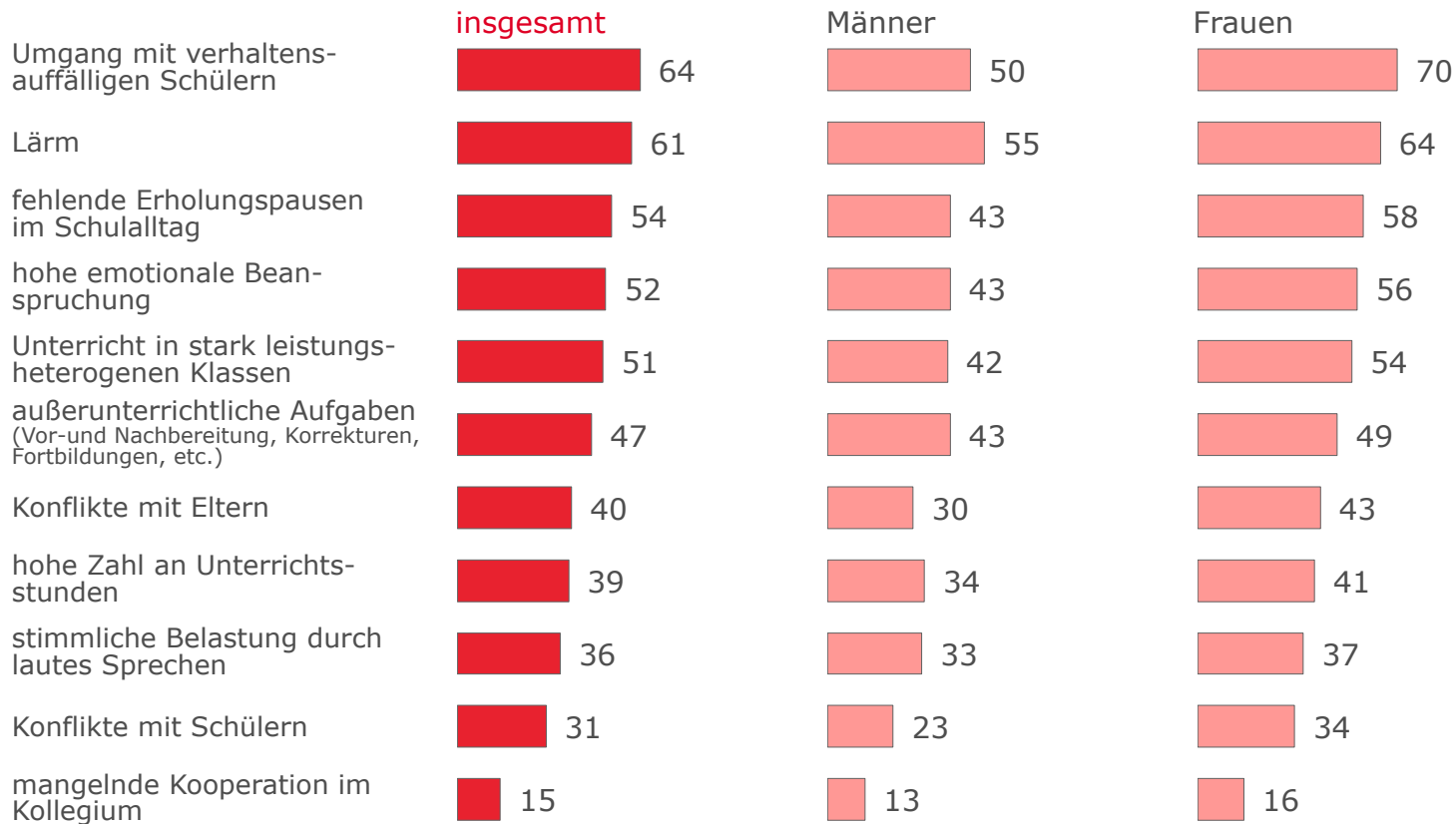


\*) Mehrfachnennungen möglich  
Basis: alle Befragten

# Belastende Faktoren bezogen auf den Lehrerberuf \*)

## - Gesamt vs. Geschlecht

Es fühlen sich persönlich durch folgende Faktoren gesundheitlich belastet ...



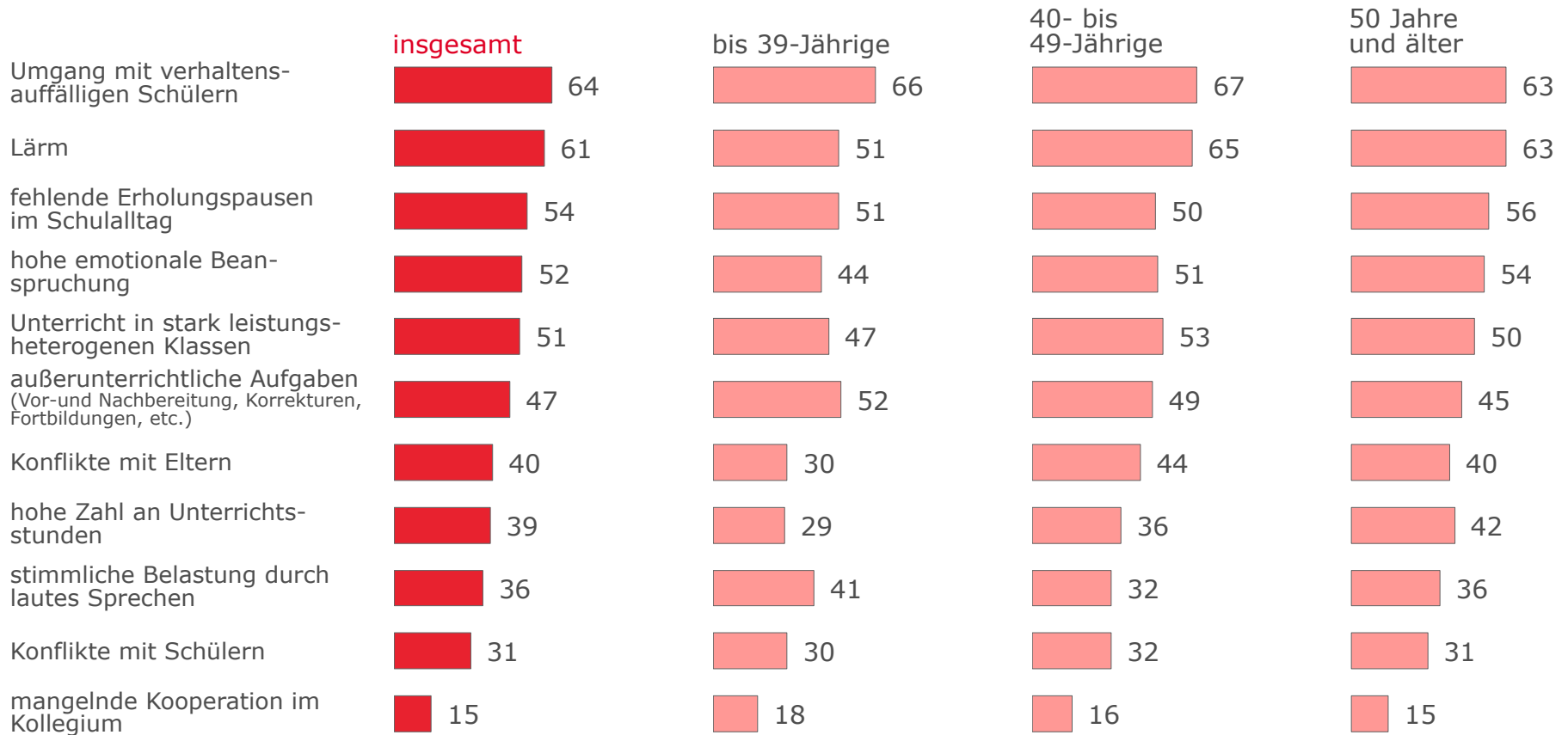
\*) Mehrfachnennungen möglich  
Basis: alle Befragten

# Belastende Faktoren bezogen auf den Lehrerberuf \*)

## - Gesamt vs. Alter der Lehrer

Es fühlen sich persönlich durch folgende Faktoren gesundheitlich belastet ...

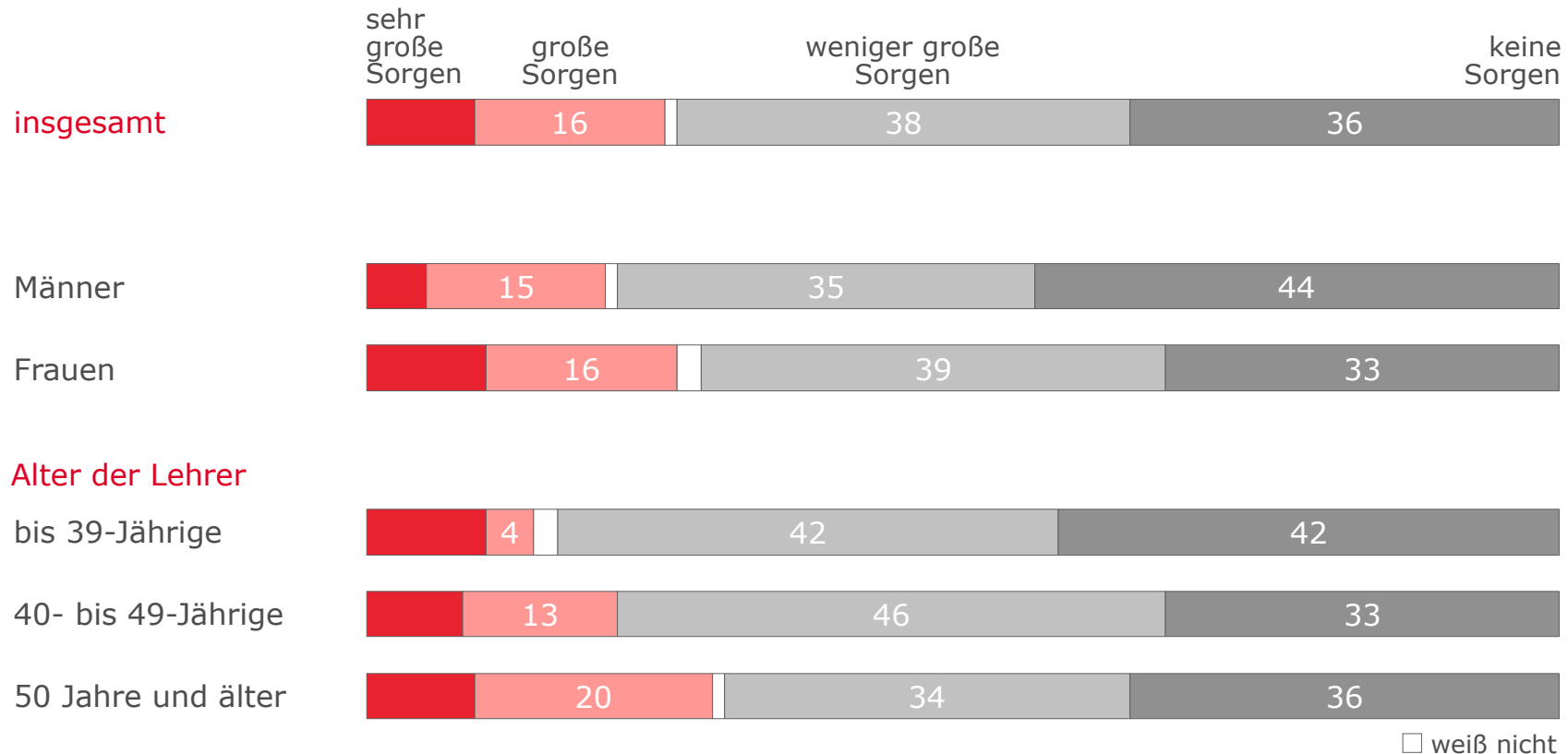
Alter der Lehrer



\*) Mehrfachnennungen möglich  
Basis: alle Befragten

# Sorgen bezüglich der eigenen Belastungsgrenze

Darüber, dass sie den Anforderungen des Lehrerberufs körperlich und psychisch einmal nicht mehr gewachsen sein könnten und sie deshalb vor dem Pensionsalter aus dem Beruf ausscheiden müssten, machen sich ...



Basis: alle Befragten

Das ist *fit4future*  
Robert Lübenoff

Cleven-Stiftung



Eine Initiative der  
.cleven.stiftung  
powered by

**DAK**  
Gesundheit

**fit4future**

**Die Präventionsinitiative für  
gesunde Schulen**



# ...so hat 2005 alles in Hamburg begonnen



Eine Initiative der  
.clevn·stiftung  
powered by

**DAK**  
Gesundheit



# Die Entwicklung



fit4future wurde als Gesundheits-Projekt der Cleven-Stiftung 2005 in Hamburg gestartet mit dem Ziel, die Lebensgewohnheiten und Lebensstile von Kindern im Alter von 6 - 12 Jahren nachhaltig positiv zu beeinflussen, ggf. zu ändern und zu verbessern.

Bis Ende 2015 wurde das Projekt fit4future mit den Modulen Bewegung, Ernährung und Brain-fitness in Deutschland von der Cleven-Stiftung an 700 Grund- und Förderschulen in 14 Bundesländern mit über 200.000 Kindern im Alter von sechs bis zwölf Jahren, deren Lehrern und Eltern umgesetzt.

2015 hat die Cleven-Stiftung entschieden, fit4future qualitativ und quantitativ mit einem nationalen Kompetenz-Partner signifikant zu erweitern. **Mit der DAK-Gesundheit wurde dieser Kompetenz-Partner gefunden.**

Mit der Konsequenz...

Das bisherige fit4future-Projekt wurde in Zusammenarbeit mit der Präventions-Abteilung der DAK-Gesundheit und dem Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin der Technischen Universität München an neueste wissenschaftliche Erkenntnisse angepasst und um die Module Stressbewältigung und Verhältnis-Prävention/System Schule ergänzt. Damit ist fit4future ein ganzheitliches Setting-Projekt im Rahmen des Präventions-Gesetzes.



# Die Vision 2000



Durch das Engagement der DAK-Gesundheit ist es der Cleven-Stiftung zudem möglich, das Projekt von 2016 an in den nächsten drei Jahren an 2.000 zusätzlichen Schulen in Deutschland umzusetzen. Damit können zusätzlich rund 600.000 Kinder, deren Lehrer und Eltern in das in der Form einmalige Gesundheits- und Präventions-Projekt aufgenommen werden und von den gesundheitspräventiven Maßnahmen profitieren.

fit4future soll zudem fortlaufend und umfassend von dem Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin der Technischen Universität München evaluiert werden.

Die Projekt-Umsetzung erfolgte bis heute in engem Austausch mit dem Bundesministerium für Gesundheit. Bundesminister Hermann Gröhe hat die bundesweite Schirmherrschaft von fit4future übernommen.

Ebenso sind und werden weiterhin alle relevanten Entscheidungsträger, kommunalen Behörden und Organisationen in die Projekt-Umsetzung eingebunden.



# fit4future-Standorte



**Ab 2016 : 500  
Schulen in  
10 Metropolen:**

- Frankfurt am Main**
- Stuttgart**
- Köln**
- Dortmund**
- Düsseldorf**
- Hannover**
- Bremen**
- Berlin**
- Hamburg**
- Dresden**



# fit4future – Schulen Status Quo 2017-2018



Eine Initiative der  
.clevn.stiftung  
powered by



1500 weitere Schulen  
ab 2017 bundesweit



# fit4future...



Eine Initiative der  
.cleveland·stiftung  
powered by



.... motiviert für einen nachhaltig aktiven und gesunden Lebensstil

.... bekämpft Bewegungsarmut und Übergewicht

.... fördert die grundmotorischen Fähigkeiten und senkt so Unfallrisiken

.... reduziert das Risiko, an Osteoporose und Diabetes zu erkranken

.... vermittelt Freude an Bewegung, gesunder Ernährung und Brainfitness

.... wirkt frühzeitig Stress entgegen und zeigt Möglichkeiten zur Stressbewältigung auf



# Der Schirmherr



POSTANSCHRIFT Bundesministerium für Gesundheit, 53107 Bonn

Herrn  
Malte Heinemann  
Geschäftsführer der Cleven-Stiftung  
Infanteriestraße 19/6  
80797 München

**Hermann Gröhe**  
Bundesminister  
Mitglied des Deutschen Bundestages

HAUSANSCHRIFT Rochusstraße 1, 53123 Bonn  
POSTANSCHRIFT 53107 Bonn

TEL +49 (0)228 99 441-1003  
FAX +49 (0)228 99 441-1193  
E-MAIL poststelle@bmg.bund.de

Bonn, 8. April 2016

Sehr geehrter Herr Heinemann,

vielen Dank für Ihr Schreiben vom 14. März 2016, in dem Sie mir Information zu Ihrem neuen Präventionsprogramm „fit4future powered by DAK-Gesundheit“ zugeleitet und die Schirmherrschaft für Ihre Initiative angetragen haben. Zugleich kündigen Sie im Schreiben die DAK-Gesundheit als offiziellen Kompetenz- und Gesundheitspartner der Initiative „fit4future“ ab Mai 2016 an. Das Projekt soll die Gesundheitsförderung von Schülerinnen und Schülern im Alter von sechs bis zwölf Jahren entscheidend voranbringen.

Für die zukünftige Ausgestaltung von Präventionsleistungen ist Ihre Initiative sehr zu begrüßen. Gerade die vernetzte Anbindung Ihrer Initiative an weitere außerschulische Unterstützer wie der Technischen Universität München zur Verknüpfung der geplanten Module mit neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen sowie die bewussten Einbeziehung von Förderschulen und der Elternschaft, halte ich für einen guten Weg.

Daher freue ich mich über Ihr Angebot, das ich hiermit gerne annehme. Auch freue ich mich über Ihre innovative Präventionsinitiative, für die das Präventionsgesetz die erforderlichen finanziellen Voraussetzungen geschaffen hat und den Schwerpunkt in der Prävention und Gesundheitsförderung auf ein Engagement in den Lebenswelten Kindertagesstätte, Schulen, Kommunen, Betrieben und Pflegeeinrichtungen legt.

Ich wünsche Ihrer Initiative „fit4future powered by DAK-Gesundheit“ großen Zuspruch, Erfolg und viel Beachtung. Zugleich verbinde ich damit die Hoffnung, dass Sie das gesteckte Ziel von bundesweit 2.000 Grund- und Förderschulen in den nächsten drei Jahren nicht nur erreichen, sondern vielleicht sogar übertreffen werden.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr



Eine Initiative der  
.cleven.stiftung  
powered by

**DAK**  
Gesundheit

# Botschafter & Wissenschaftlicher Beirat



Eine Initiative der  
.clevn·stiftung  
powered by

**DAK**  
Gesundheit



Felix Neureuther



Prof. Dr. Martin Halle



Prof. Dr. Ingo Froböse

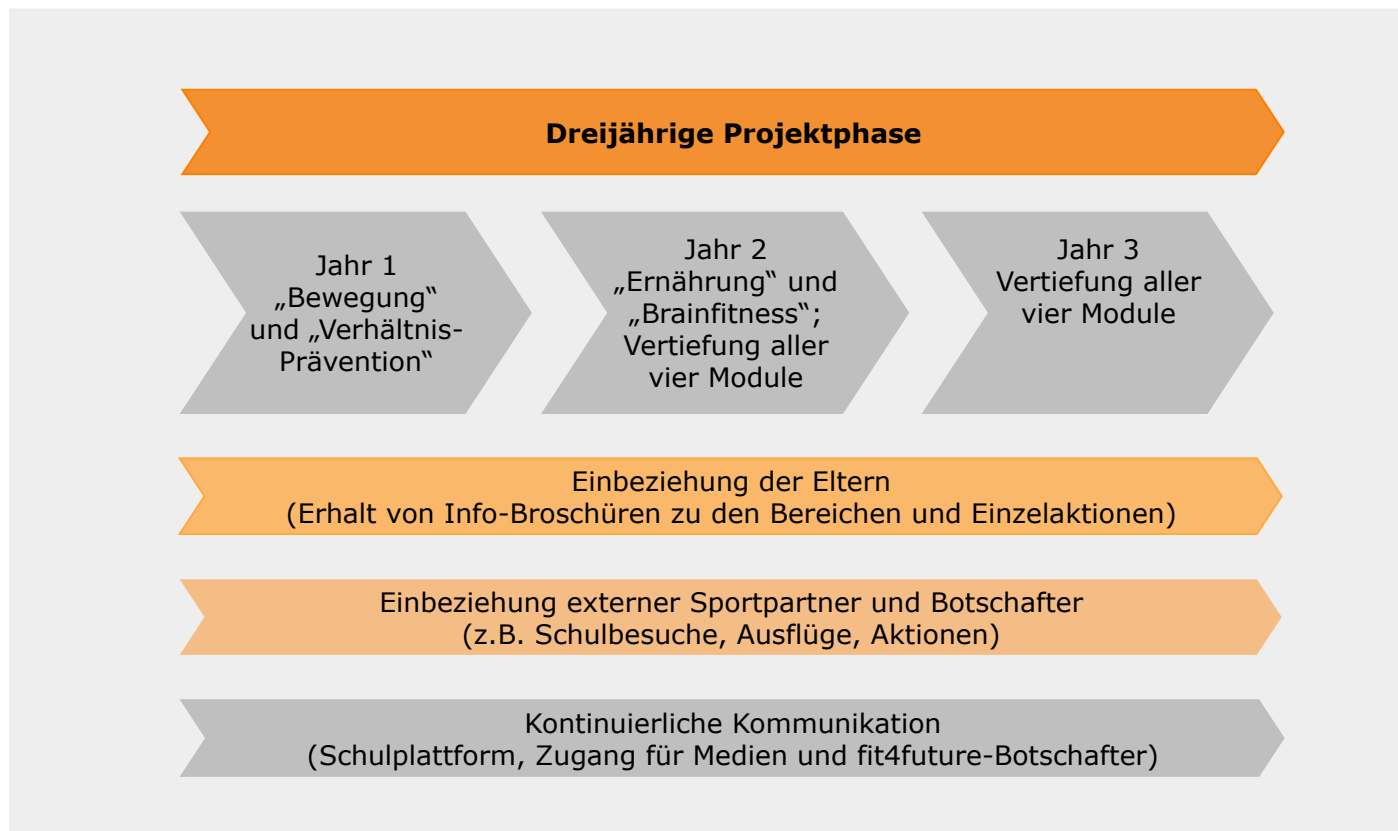


# fit4future-Schulpartnerschaften folgen einem klaren Prozess



Eine Initiative der  
.cleven·stiftung  
powered by

**DAK**  
Gesundheit



# Die Spieltonne



Eine Initiative der  
.cleven·stiftung  
powered by

**DAK**  
Gesundheit



## Modul „Bewegung“: Materialien (1/2)

### Die Spieltonne\*

- 20 Springseile
- 2 Schwungseile
- 4 Gummitwist
- 2 Moonhopper
- 2 Paar Stelzen
- 2 Rola-Bola-Bretter
- 2 Mobi
- 1 Skateboard
- 6 Hula-Hoop-Reifen
- 2 Diabolo
- 15 Jongliertücher
- 15 Bubble Balls
- 6 Tennisringe
- 2 Set Flip-Fly
- 2 Set Scoop Spiel
- 3 Frisbee
- 4 Tennisschläger
- 1 Tennisnetz + Tennisbälle
- 3 Fußbälle
- 8/10 Hüte und Stangen



Die Spielgeräte zielen auf das Trainieren von konditionellen Faktoren ab, wie z.B.

- das Trainieren von Ausdauer
- die Stärkung der Knochen
- Kräftigung der Muskeln

\*Die Inhalte der Tonne wurden entwickelt in Zusammenarbeit mit dem Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel.

# Modul „Bewegung“: Materialien (2/2)

## Bewegungskarten\*



Jede der insgesamt 25 Karten ist einem Primärbedürfnis und einem Themenset zugeordnet:

- Werfen und Fangen
- Gleiten, Rollen, Drehen
- Laufen
- Hüpfen, Federn
- Balancieren, das Gleichgewicht halten
- Zoo
- Weltall
- Fabelwelt
- Schlaraffenland
- Berufe

Ziel ist es, dass den Kindern über die Bewegungskarten kindgerechte Inhalte vermittelt und immer wieder neue Ideen und Anreize zum spielerischen Bewegen gegeben werden.

\*Die Bewegungskarten wurden entwickelt in Zusammenarbeit mit dem Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel.

# Modul „Verhältnis-Prävention“ / System Schule

## Materialien\*:

### Leitfaden

Der Leitfaden besteht aus einer Hauptbroschüre, in der die sechs Themen vorgestellt werden und jeweils einer Broschüre zu einem Thema. Da jede Schule spezielle Strukturen und Bedürfnisse hat, wählen die Schulen jeweils zwei für die Schule besonders relevante Themenfelder aus.

Im Leitfaden Verhältnis-Prävention/System Schule werden Informationen und Möglichkeiten zur Umsetzung aufgezeigt.



\* Das Modul Verhältnis-Prävention/System Schule wurde in Kooperation mit der TU München und der DAK-Gesundheit erarbeitet und derzeit finalisiert

# Modul „Ernährung“: Materialien

## Ernährungskarten\*



Jede der insgesamt 20 Karten ist einer der fünf kindgerecht formulierten Ernährungskernbotschaften zugeordnet:

- Wasser trinken
- Früchte und Gemüse essen
- Regelmäßig essen
- Essen und Trinken schlau auswählen
- Beim Essen Bildschirm aus

Ziel ist es, dass den Kindern über die Ernährungskarten immer wieder neue Ideen und Anreize zum ausgewogenen, bewussten und genussvollen Umgang mit Essen und Trinken gegeben werden.

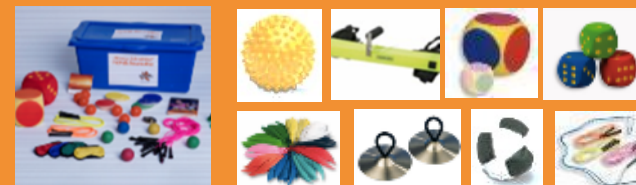
\*Die Ernährungskarten wurden entwickelt in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung.

# Modul „Brainfitness“: Materialien\*

## Aktions-und Spielkarten\*



## Die Brainfitness-Box\*



- Augenbinden
- Springseile
- Schaumstoffwürfel
- Farbenwürfel
- fit4future-Deckel
- Moosgummibälle
- Massagegeräte
- Massagebälle
- Koordinationsleiter
- Cymbeln
- Federn
- Entspannungs-CD

Ziel ist es, dass die Kinder Inhalte und Anweisungen zum Bereich „Brainfitness“ auf einfache Art und Weise vermittelt bekommen, verstehen und entsprechende Übungen unter Aufsicht oder individuell eigenständig umsetzen können.

Die Inhalte der „Brainfitness“-Box regen die Kinder dazu an, die Übungen in ihrer Lebenswelt auszuprobieren.

\* Die Aktions- und Spielkarten sowie die Inhalte der Brainfitness-Box werden in Kooperation mit der TU München und der DAK-Gesundheit derzeit finalisiert

# Anhang: Leistungs-Verzeichnis fit4future



Eine Initiative der  
.clevn.stiftung  
powered by

**DAK**  
Gesundheit





# Anhang: Leistungs-Verzeichnis fit4future

1 Schule	2 Workshops	3 Materialien
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Identifikation der Schule</li> <li>b) Analyse (Standort, Schülerzahl, Gremien, vergleichbare Aktionen)</li> <li>c) Persönliches Akquisitions-Gespräch und Infotage mit Präsentation der Initiative fit4future</li> <li>d) Abschluss fit4future-Vereinbarung</li> <li>e) Initiierung des „fit4future-Schul-Boards“ (Schulleitung, 1-2 Lehrer/ fit4future-Coaches, Mitglied Elternbeirat)</li> <li>f) News-Letter an „fit4future-Board“ und alle interessierten Lehrer</li> <li>g) Bereitstellung aller relevanten fit4future-Präsentationen</li> <li>h) Bereitstellung fit4future-Konzept für Schul-Events</li> <li>i) fit4future-Hotline</li> <li>j) 3 Reporting-Interviews jeweils gegen Schuljahresende</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Kick-off Workshop für Lehrer/ fit4future-Coaches mit den Modulen „Bewegung“ und „Verhältnis-Prävention“</li> <li>b) Workshop für Lehrer/ fit4future-Coaches mit Schwerpunkt „Verhältnis-Prävention“</li> <li>c) Kick-off-Workshop für Lehrer/fit4future-Coaches mit den Modulen „Ernährung“ und „Brainfitness“</li> <li>d) Vertiefungsworkshop 1 für Lehrer/fit4future-Coaches zu allen vier Modulen</li> <li>e) Vertiefungsworkshop 2 für Lehrer/fit4future-Coaches zu allen vier Modulen</li> <li>f) Vertiefungsworkshop 3 für Lehrer/fit4future-Coaches zu allen vier Modulen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) fit4future-Spieltonne mit 20 verschiedenen pädagogisch wichtigen und wertvollen Spiel- und Sportgeräten.</li> <li>b) Ersatz-Material für die fit4future-Spieltonne für die beiden Folge-Jahre.</li> <li>c) Kommunikations-Mittel „Bewegung“ für Kinder (2 Sets Aktions-Karten), Lehrer (2 Broschüren) und Eltern (200 Broschüren).</li> <li>d) Kommunikations-Mittel „Ernährung“ für Kinder (2 Sets Aktions-Karten), Lehrer (2 Broschüren) und Eltern (200 Broschüren).</li> <li>e) Brainfitness-Box* mit verschiedenen Spiel- und Aktions-Materialien (insgesamt 12) inkl. Ersatz-Material für die beiden Folgejahre</li> <li>f) Kommunikations-Mittel „Brainfitness“* für Kinder (2 Sets Aktions-Karten), Lehrer (2 Broschüren) und Eltern (200 Broschüren)</li> </ul>

# Anhang: Leistungs-Verzeichnis fit4future

3 <b>Materialien</b>	4 <b>Events</b>	5 <b>Online</b>
<p>a) Leitfaden „Verhältnis-Prävention/System Schule“* mit 6 Themenfeldern (Ge-sunde Schule als Leitbild, Lehrer-gesundheit, Netz-werk Bewegung, Gesunde Schulverpflegung, Schule als gesunder Raum und Elternarbeit).</p> <p><i>* Die Modul-inhalte „Brainfitness“ und der Leitfaden „Verhältnis-Prävention“ werden derzeit von der TU München entwickelt.</i></p>	<p>a) Aktions-Tag fit4future an der Schule für Schüler, Lehrer und Eltern mit 6-7 Stationen (Optional: Jede Schule hat einen Aktionstag in ihrem 3-jährigen Projektplan)</p>	<p>a) fit4future-Micro-Site bei FOCUS Online</p> <p>b) fit4future-Blog bei FOCUS Online</p> <p>c) Zugriff auf Downloads (alle Broschüren und Aktions-Karten)</p> <p>d) Experten-Chats für Lehrer und Eltern</p> <p>e) Online-Workshops</p>
6 <b>Wissenschaftliche Begleitung</b>	7 <b>Projekt-Verlängerung optional</b>	
<p>a) 3 Evaluierungen durch die TU München (Inhalt und Form t.b.d.)</p> <p>b) Wissenschaftliche Begleitung und qualitative Verbesserung</p>	<p>a) Ergänzung fit4future-Tonne.</p> <p>b) Ergänzung Brainfitness-Box.</p> <p>c) 2 Workshops (zur Wahl)</p> <p>d) Handling Schulen</p>	

# fit4future Ansprechpartner



## **Cleven-Stiftung**

Infanteriestr. 19/6

80797 München

## **Malte Heinemann**

### **Geschäftsführer**

Tel: 089 99275593

Email: [heinemann@cleven-stiftung.com](mailto:heinemann@cleven-stiftung.com)

## **Monika Grünwald**

### **Projektleitung**

Tel: 089 99275593

Email: [gruenwald@cleven-stiftung.com](mailto:gruenwald@cleven-stiftung.com)

[www.cleven-stiftung.com](http://www.cleven-stiftung.com)

[www.fit-4-future.de](http://www.fit-4-future.de)

## **fit4future Deutschland**

c/o planero GmbH

Engelhardstr. 12

81369 München

## **Robert Lübenoff**

### **Strategieentwicklung**

Tel: 089 7466 1445

Email: [rl@luebmedia.com](mailto:rl@luebmedia.com)

## **Irmir Rieplhuber**

### **Projektleitung**

Tel: 089 7466 1445

Fax: 089 7253 401

Email: [ir@luebmedia.com](mailto:ir@luebmedia.com)





# DAK-Studie 2016

Gesundheitsfalle Schule – Probleme und Auswege

Berlin, 26. April 2016

**DAK**  
Gesundheit