
Abschlussbericht step 2018



Inhaltsverzeichnis

1	DAS PROJEKT STEP	1
2	ALLGEMEINE INFORMATIONEN STEP 2018.....	2
3	ZUSAMMENFASSUNG STEP 2018.....	3
4	EVALUATION DER ONLINE-FRAGEBÖGEN.....	4
5	ZUSAMMENFASSUNG ZENTRALER ERGEBNISSE DER EVALUATION STEP 2018	5
6	DETAILLIERTE ERGEBNISSE FRAGEBOGEN SCHÜLER.....	5
6.1	FAZIT SCHÜLERBEFRAGUNG.....	17
6.2	ÜBERBLICK ERGEBNISSE BEFRAGUNG SCHÜLER	18
7	DETAILLIERTE ERGEBNISSE FRAGEBOGEN COACHES	19
7.1	FAZIT LEHRKRÄFTEBEFRAGUNG	37
7.2	ÜBERBLICK ERGEBNISSE BEFRAGUNG COACHES.....	38
8	EVALUATION DES DATENEXPORTS.....	40
	ABBILDUNGSVERZEICHNIS.....	45
	TABELLENVERZEICHNIS	46

1 Das Projekt step

Das step Projekt hat ein großes Ziel: Kinder in Bewegung zu bringen und damit der steigenden Inaktivität der jungen Generation entgegenzuwirken! Das schaffen wir, indem wir im Rahmen unseres Projekts step Kinder nachhaltig motivieren, spielerisch aktivieren und digital informieren. Das Projekt wurde von der planero GmbH gemeinsam mit der Gesundheitsagentur fischimwasser GmbH sowie dem Sportwissenschaftler und Gesundheitsexperten Prof. Dr. Ingo Froböse konzipiert und wird von diesem und seinem Team wissenschaftlich begleitet.

step ist eine interaktive Schrittchallenge, die Kinder zu mehr Bewegung motiviert und sie gleichzeitig über die Homepage www.step-fit.de auch in dem immer wichtiger werdenden digitalen Alltag begleitet.

Zur Einführung des Projekts wurden den Kindern kostenfrei Fitnessarmbänder zur Verfügung gestellt. Findet das Projekt im Setting „Schule“ statt, muss sich eine Lehrkraft als step Coach und somit als Organisator und Ansprechpartner während des Projektzeitraumes zur Verfügung stellen. Die Armbänder messen die körperliche Aktivität in Form zurückgelegter Schritte und können eigenständig auf der step Website www.step-fit.de ausgelesen werden. Dort werden die gesammelten Schritte auf einem virtuellen „Klassenschrittkonto“ zusammengetragen. Verschiedene Klassen können sich somit deutschlandweit untereinander vergleichen und einen Wettkampf austragen. Durch diesen niederschweligen Wettbewerbscharakter stärken wir gleichzeitig den Teamgedanken im Klassenverbund. Darüber hinaus informieren und aktivieren wir die Kinder durch wöchentliche Motivationsvideos mit Tipps und Anleitungen zu spielerischen Bewegungsmöglichkeiten im Alltag.

Da auf der Homepage nur die Gesamtschrittzahl des Klassenverbunds angezeigt wird, können keine Rückschlüsse auf einzelne Schüler gezogen werden. **Bei dem gesamten Projekt werden aktuelle Landesdatenschutzgesetze fortlaufend berücksichtigt.**

Die erste Projektphase von 1. März bis 15. Juni 2018 ist erfolgreich zu Ende gegangen - knapp 10.000 Schüler haben **1.976.947.580 Schritte** gesammelt und damit eine Spitzenleistung erbracht. Eine Fortsetzung des **step** Projekts ist aktuell für Oktober 2019 geplant, nähere Informationen dazu finden Sie unter www.step-fit.de im Infobereich.

Das step Projekt hatte das Ziel Schülerinnen und Schüler von Grundschulen zur Bewegung zu motivieren. Insgesamt wurden über 9000 Kinder mit einem step Armband ausgestattet. „Das ist ein großer Erfolg. Wir konnten mit dem step Projekt eine riesen Reichweite erzielen und deutschlandweit Kinder in die Klassenchallenge einbinden. Die frühe Motivation ist heute besonders wichtig – wo doch die körperliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen drastisch gesunken ist. Das step Projekt hat es geschafft, auf niederschwellige Art und Weise die Bewegung zurück in die Schule zu bringen.“ Prof. Dr. Froböse, unter dessen Aufsicht das Projekt entwickelt wurde, hat das Projekt mit der Formel Froböse ausgezeichnet, welche herausragende Projekte und Produkte im Gesundheits- und Präventionsmarkt kürt. „Das step Projekt ist so einfach wie effektiv. Kindern ein technisches Gadget zu überlassen mit welchem Sie individuell, aber auch im Verbund mit den Klassenkameraden Schritte sammeln können bringt Spaß und motiviert so niederschwellig, dass sogar die Bewegungsmuffel aktiv werden.“

2 Allgemeine Informationen step 2018

Die Tabelle liefert einen Überblick über grundlegende Informationen zum step Projekt.

Tabelle 1: Allgemeine Informationen zum step Projekt

Projekt	step
Gesamter Projektzeitraum inkl. Vor- und Nachbereitung	01. September 2017 – 31. August 2018
Zeitraum „aktive Phase“	01. März 2018 – 15. Juni 2018
Sponsoren	<ul style="list-style-type: none"> • Cleven-Stiftung • Stiftung RTL – Wir helfen Kindern • DAK-Gesundheit
Anzahl der teilnehmenden Schulen	163
Anzahl aktiver Schulen	160
Anzahl der teilnehmenden Klassen (> 10.000 Schritte)	423

Anzahl aktiver Klassen	418
Anzahl der teilnehmenden Schüler	9283
Anzahl aktiver Schüler	9068
Anzahl der step Coaches	201
Anzahl der ausgestiegenen Schulen vor Projektstart	9
Anzahl der ausgestiegenen Schulen während des Projektes	2
Gründe für den Ausstieg	<ul style="list-style-type: none"> • Schritte auslesen funktioniert nicht • Zu viele defekte/verlorene Armbänder • Das Projekt ist mit zu viel Aufwand verbunden
Zeitraum der Datenerhebung Evaluation	16. Juni 2018 – 02. Juli 2018
Evaluationszeitraum	03. Juni 2018 – 15 Oktober 2018
Evaluationsmethode	<ul style="list-style-type: none"> • Querschnittsanalyse nach Ablauf der Intervention
Art der Daten	<ul style="list-style-type: none"> • Subjektive Befragung bei Schülern und Lehrkräften zur Durchführbarkeit der Maßnahme (Online Survey) • Schrittzahlen (Datenexport aus dem Backend)

Nachfolgend finden sie die wissenschaftliche Auswertung und Analyse des Projekts step 2018, durchgeführt von der fischimwasser GmbH.

3 Zusammenfassung step 2018

Aktuelle wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass sich die Steigerung der Bewegungsaktivität positiv auf das Wohlbefinden und die physischen und sozialen Gesundheitsressourcen auswirkt. Ziel von step ist es die körperliche Aktivität von Schülern der vierten Schulklassen zu steigern. Ob das Projekt diesen Anforderungen gerecht werden kann und

welche Optimierungsmaßnahmen für eine weitere Projektphase ergriffen werden können, wird im vorliegenden Bericht dargestellt.

Im Vorfeld wurde von 14. November bis zum 19. Dezember 2017 eine Pilotphase an einer Kölner Grundschule durchgeführt. Aus den daraus hervorgegangenen Ergebnissen wurden einige Anpassungen vor Projektstart vorgenommen, wie zum Beispiel die bestehenden Schulungsunterlagen angepasst, FAQs ergänzt, die Website überarbeitet und die Funktionen des Armbandes reduziert. Darüber hinaus fand eine umfassende Schulung der Area Manager statt, die den Schulen als unmittelbarer Ansprechpartner während dem Projekt zur Verfügung stehen. Nach der Organisation und dem Versand der step Starter-Boxen, startete das Projekt am 01. März 2018 und endete am 15. Juni 2018.

Über diesen Zeitraum wurden 9283 Schüler aus 423 Klassen und 163 Schulen deutschlandweit durch das Projekt begleitet.

Die darauffolgende Evaluation wurde vom 03. Juni 2018 bis zum 15. Oktober 2018 durchgeführt. Für die Auswertung wurden Daten aus dem Backend sowie Online-Fragebögen für Schüler und Coaches verwendet.

4 Evaluation der Online-Fragebögen

Die Evaluation des step Projekts erfolgt mit Hilfe eines selbst entwickelten Online-Fragebogens. Die Software Limesurvey wird zur Umsetzung des Online Fragebogens genutzt. Vom 16. Juni 2018 bis zum 02. Juli 2018 nehmen teilnehmende Coaches (=Lehrkräfte) und Schüler an der Befragung teil. Die Bearbeitung der Fragebögen ist freiwillig und die erhobenen Daten werden vollständig anonym ausgewertet. Die Weblinks zur Teilnahme waren auf der step Website einsehbar. Ergänzend dazu wurde den Coaches ein Link per Mail zugeschickt.

An der Online-Befragung nahmen 48 step Coaches und 174 Schüler teil. Der Fragebogen der step Coaches umfasst 37, der Fragebogen der Schüler 23 Items.

Inhaltlich beziehen sich die Fragebögen auf die Wirksamkeit des Projekts, die Umsetzung (z.B. das Hochladen der Schritte) und die Technik (Armband und Website). Zusätzlich wurden die Coaches über die Schulungsunterlagen und Rückmeldungen von Schülern, Lehrern und Eltern befragt, sowie anthropometrische Daten erhoben. Folgende anthropometrische Daten werden erfasst: Geschlecht, Alter, Bundesland der Schule, Klassengröße, fachlicher Hintergrund.

5 Zusammenfassung zentraler Ergebnisse der Evaluation step 2018

Das step Projekt gefällt insgesamt 97 % der teilnehmenden Schüler.

72 % der Schüler berichten, dass sich die körperliche Aktivität auch außerhalb der Schule durch das Projekt erhöht hat.

Im Setting Schule geben 60 % der Schüler an im Sportunterricht und 67 % in den Schulpausen aktiver zu sein. Diese positiven Ergebnisse sind vergleichbar mit gängigen Studienergebnissen. Bereits der Einsatz von einfachen Pedometern konnte in einem Review von Lubans und Kollegen (2009)¹ bestätigen, dass das Aufzeichnen von Schritten und das gemeinsame Verfolgen von Schrittziele einen Aktivitätszuwachs mit sich bringen. Ein neueres Review von Ridgers und Kollegen (2016)² fokussiert sich auf den Einsatz von moderneren Fitness-Trackern und zeigt zwar weniger deutliche, aber dennoch messbare positive Effekte auf. Das step Projekt ist an dieser Stelle insbesondere hervorzuheben, da es im Vergleich zu den in Reviews gelisteten Studien (zwischen 6 und 244 TeilnehmerInnen in Studien mit Fitness-Trackern) weitaus mehr Kinder mit einem Tracker ausgestattet hat.

Die Aktivitätssteigerung kann zu einem großen Anteil von den Coaches bestätigt werden. So berichten **67 % der Coaches, dass sich die Schüler allgemein durch das Projekt mehr bewegen.** 33 % der Coaches bestätigen, dass die Schüler aktiver im Sportunterricht sind und 58 % nehmen eine Aktivitätssteigerung in den Schulpausen wahr.

Im Sinne der Nachhaltigkeit geben 61 % der Schüler an die gesteigerte körperliche Aktivität auch nach Projektende beizubehalten. Von den Coaches denken sogar 77 %, dass die Schüler

auch nach Projektende aktiv bleiben. Auch hier sind diese Ergebnisse nach einer Gegenüberstellung mit Studienergebnissen als positiv zu bewerten, denn die in Follow-Ups erhobenen Daten zeigen, dass die in Studien durchgeführten Interventionen nach Beenden der Intervention keine Effekte mehr nach sich ziehen und für Follow-Up Erhebungen keine Daten mehr zur Verfügung stehen (Slootmaker et al., 2010, Schaefer et al., 2016).

Insgesamt geben 90 % der Schüler an, dass sie die Schrittzahl auf dem Armband zu mehr Bewegung motiviert.

In das Projekt sind Eltern wie auch Lehrkräfte involviert. 43 % der Schüler geben an, dass die Lehrer/innen zusätzliche Bewegungsmaßnahmen in den Unterrichtsalltag integrieren. Zusätzlich erfahren 60 % der Schüler Unterstützung von ihren Eltern.

Zur Umsetzung des Projektes binden 81 % der Coaches weitere Lehrkräfte ein. 40 % involvieren eine weitere Lehrkraft, 23 % involvieren zwei weitere Lehrkräfte und 19 % binden drei weitere Lehrkräfte in das Projekt ein.

Der Ausleseprozess der Armbänder wird als eher schwierig bewertet. Dennoch können 28 % der Schüler die Schritte eigenständig auszulesen. 61 % nehmen Hilfe von Lehrern, Eltern und Mitschülern in Anspruch und lediglich 11 % können ihre Schritte gar nicht hochladen. Dementsprechend werden 92 % der Coaches mit Rückfragen zum Ausleseprozess konfrontiert. Auch in vergleichbaren Studien zeichnet sich eine Diskrepanz zwischen der Akzeptanz bzw. der Nutzung der Tracker und dem erforderlichen Datenauslesen ab. So stellten Schaefer und Kollegen (2016)³ fest, dass die eingesetzten Fitness-Tracker unregelmäßig getragen und nicht ausgelesen wurden – weswegen der resultierende Datensatz mit brauchbaren Daten lediglich 15 % betrug (Tage mit weniger als 10 Schritten wurden als nicht getragen interpretiert und isoliert). Eine Studie von Slootmaker und Kollegen (2010)⁴ zeigt, dass nur 56 % der Kinder die Daten regelmäßig hochgeladen haben, aber 65 % von Ihnen den Tracker regelmäßig getragen haben. Sogar in einer Studie, welche Pedometer eingesetzt hat, die erst am Ende einer wöchentlichen Intervention vom Versuchsleiter ausgelesen wurden, konnten am Ende nur 72 % der Daten vollständig ausgelesen werden (Sigmund et al., 2009)⁵. Die Gegenüberstellung mit Studien zeigt, dass der Ausleseprozess und die Akzeptanz der Tracker im step Projekt offenbar vergleichsweise positiv zu bewerten ist.

Insgesamt gefällt den Schülern und den Coaches das Projekt gut. 90 % der Schüler und 81 % der Coaches geben an, auch bei einer weiteren Projektphase teilnehmen zu wollen.

Auf Grundlage der Evaluation lassen sich einige Anpassungen und Optimierungen im Bereich Projektdauer, Anpassung der Schulungsunterlagen und allgemeinem Prozessablauf für eine weitere Projektphase ableiten.

¹Lubans, D. R., Plotnikoff, R. C., Miller, A., Scott, J. J., Thompson, D., & Tudor-Locke, C. (2015). Using pedometers for measuring and increasing physical activity in children and adolescents: the next step. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 9(6), 418-427.

²Ridgers, N. D., McNarry, M. A., & Mackintosh, K. A. (2016). Feasibility and Effectiveness of Using Wearable Activity Trackers in Youth: A Systematic Review. *JMIR mHealth and uHealth*, 4(4), e129. <http://doi.org/10.2196/mhealth.6540>

³Schaefer, S. E., Ching, C. C., Breen, H., & German, J. B. (2016). Wearing, thinking, and moving: testing the feasibility of fitness tracking with urban youth. *American Journal of Health Education*, 47(1), 8-16.

⁴Slotmaker, S. M., Chinapaw, M. J., Seidell, J. C., van Mechelen, W., & Schuit, A. J. (2010). Accelerometers and Internet for physical activity promotion in youth? Feasibility and effectiveness of a minimal intervention [ISRCTN93896459]. *Preventive medicine*, 51(1), 31-36.

⁵Sigmund, E., Sigmundová, D., & Ansari, W. E. (2009). Changes in physical activity in pre-schoolers and first-grade children: longitudinal study in the Czech Republic. *Child: care, health and development*, 35(3), 376-382.

6 Detaillierte Ergebnisse Fragebogen Schüler

Im Folgenden werden zunächst die Ergebnisse des **Schülerfragebogens** vorgestellt und graphisch veranschaulicht.

Abbildung 1 beschreibt die Beliebtheit des step Projekts. Insgesamt geben 97 % der Schüler an, dass ihnen das Projekt gefällt.



Abbildung 1: Beliebtheit (in %)

In **Abbildung 2** wird der Spaßfaktor aufgeführt. Insgesamt erleben 93 % der befragten Schüler das Projekt als Spaßig.

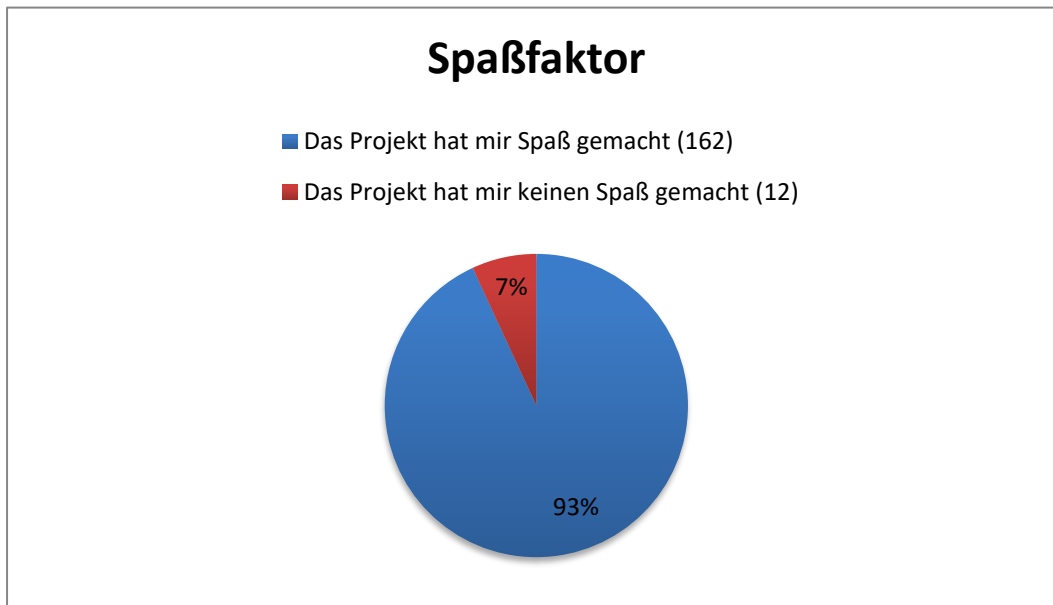


Abbildung 2: Spaßfaktor (in %)

In **Abbildung 3** wird dargestellt wie viele Schüler sich während des Projekts in einem Sportverein anmelden. 14 % der Schüler treten während der Projektdauer einem Sportverein bei.

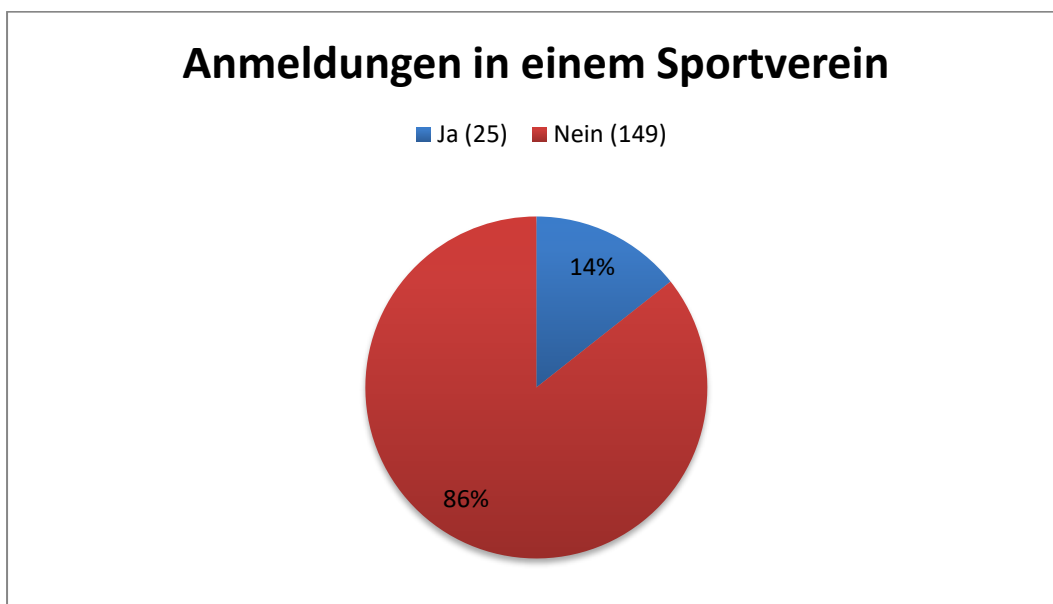


Abbildung 3: Anmeldungen in einem Sportverein (in %)

Abbildung 4 gibt einen Überblick über die allgemeine Aktivitätssteigerung durch das Projekt. Insgesamt geben 72 % der Schüler an sich in ihrer Freizeit während der Projektdauer mehr zu bewegen.

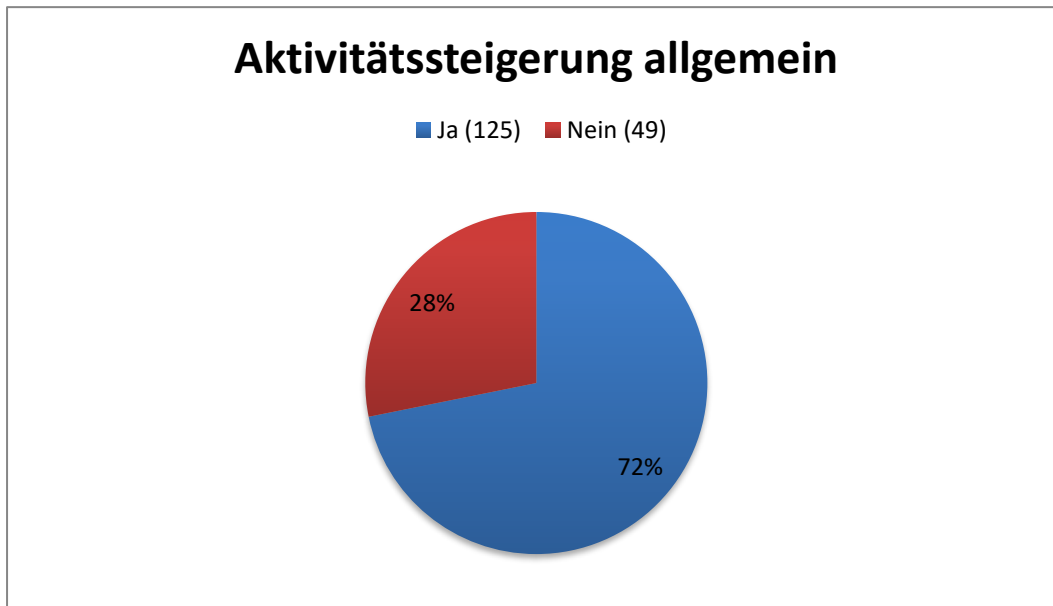


Abbildung 4: Aktivitätssteigerung allgemein (in %)

In **Abbildung 5** wird die Aktivitätssteigerung der Schüler in den Schulpausen veranschaulicht. Analog zu der Steigerung der allgemeinen Aktivität geben 67 % der Schüler an sich während der Projektdauer in den Schulpausen mehr zu bewegen.

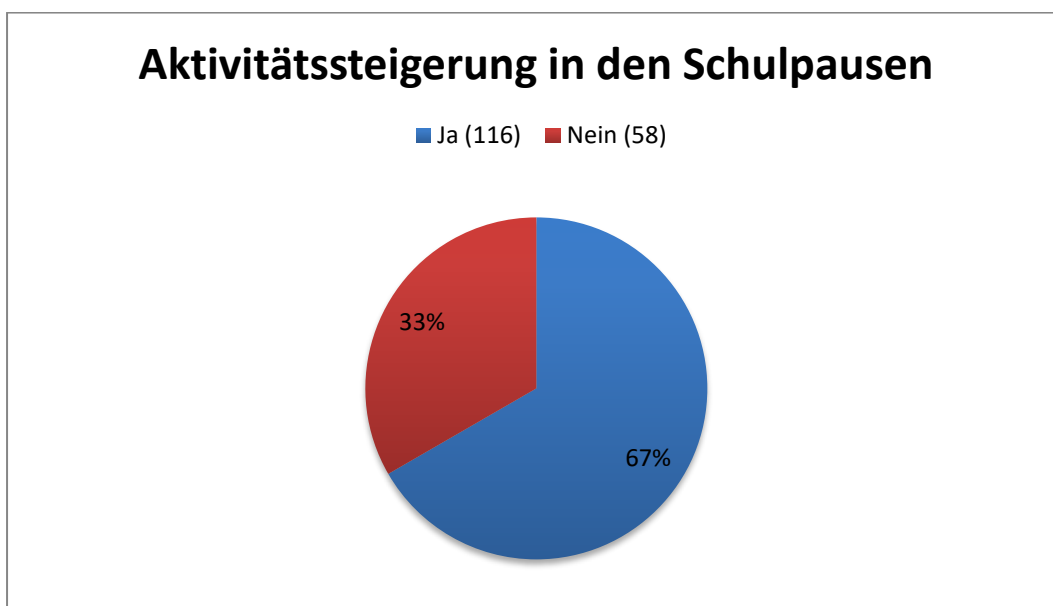


Abbildung 5: Aktivitätssteigerung in den Schulpausen (in %)

In **Abbildung 6** wird die Aktivitätssteigerung der Schüler im Sportunterricht dargestellt. Insgesamt geben 60 % der Schüler an sich im Sportunterricht mehr zu bewegen.

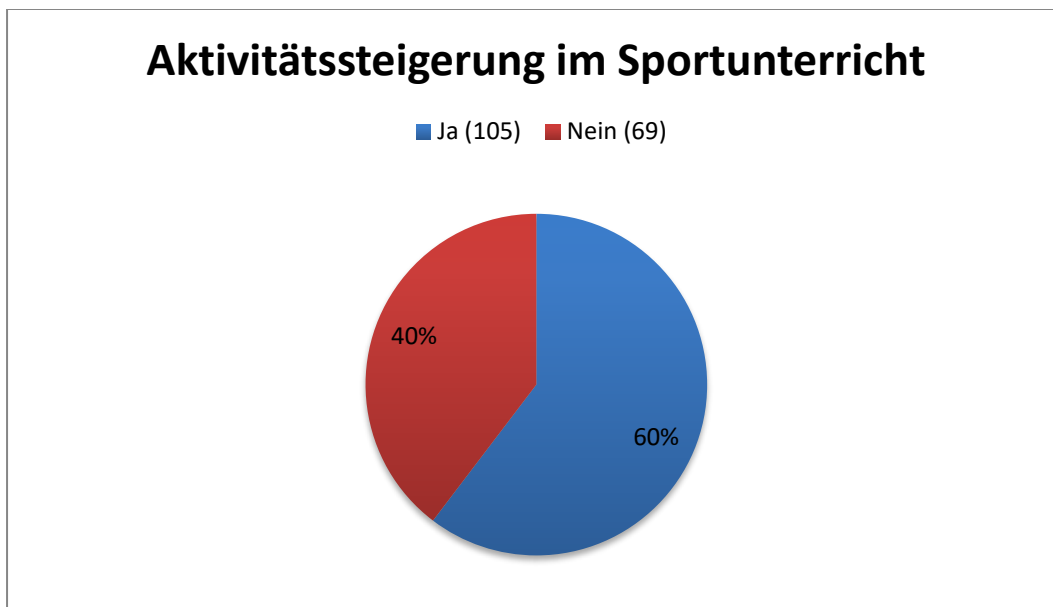


Abbildung 6: Aktivitätssteigerung im Sportunterricht (in %)

Abbildung 7 zeigt den Anteil der Schüler, die nach Projektende die WHO Empfehlungen erreichen. Insgesamt erreichen 16 % der Schüler die WHO Empfehlungen von mindestens einer Stunde körperlicher Aktivität pro Tag.

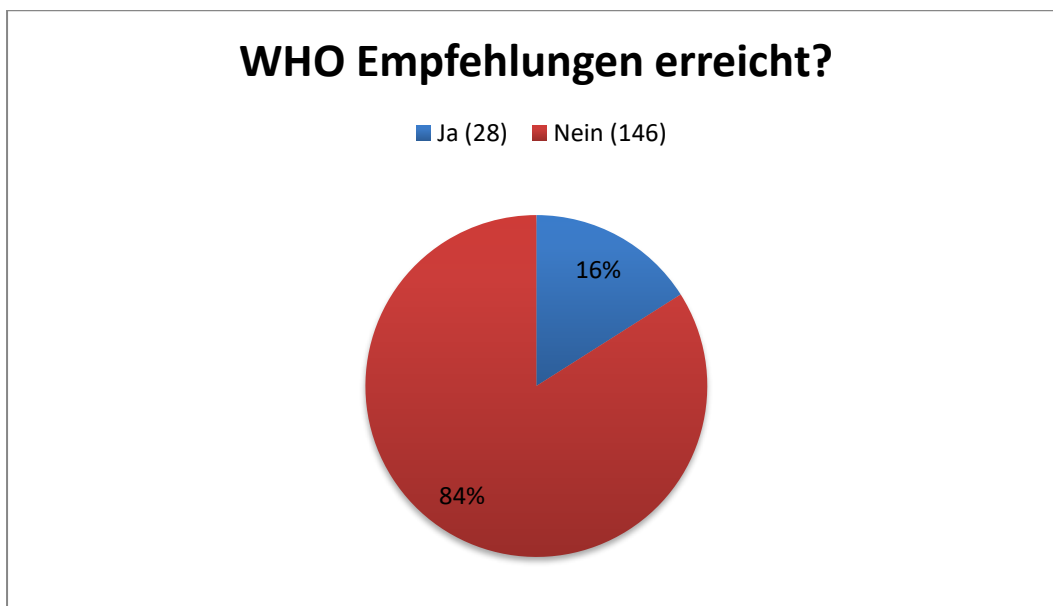


Abbildung 7: WHO Empfehlungen (in %)

In **Abbildung 8** wird die prognostizierte Aktivitätsveränderung der Schüler nach Projektende dargestellt. 61 % der Befragten geben an ihre gesteigerte körperliche Aktivität durch das Projekt auch nach Projektende beizubehalten.

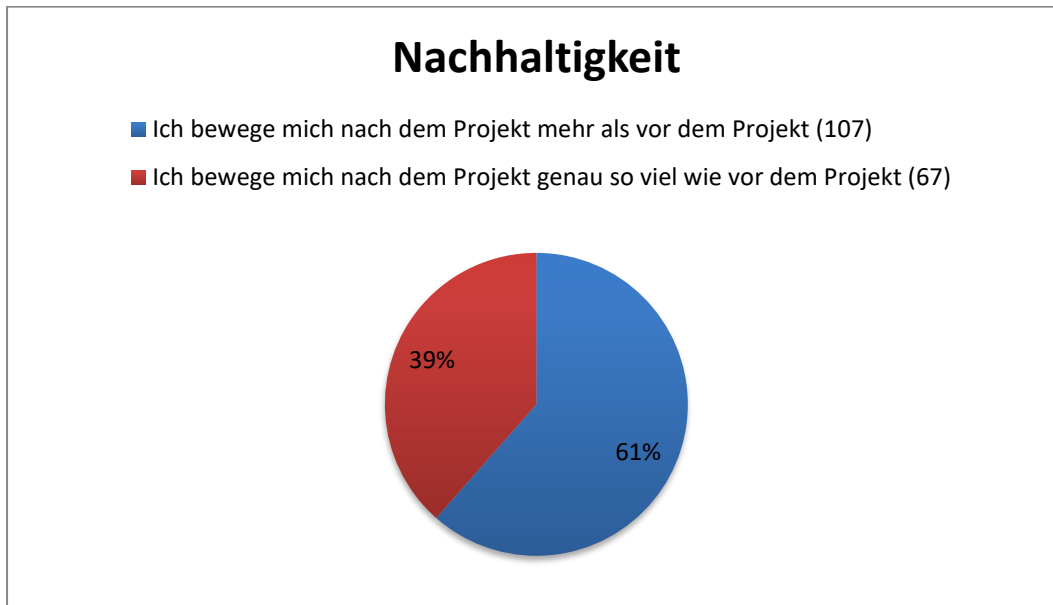


Abbildung 8: Nachhaltigkeit (Schüler) (in %)

In **Abbildung 9** und **Abbildung 10** werden die bevorzugten Transportmittel der Schüler für den Schulweg vor bzw. während des Projekts aufgeführt. Die prozentualen Angaben wie auch die Änderungsquote können in Tabelle 1 eingesehen werden.

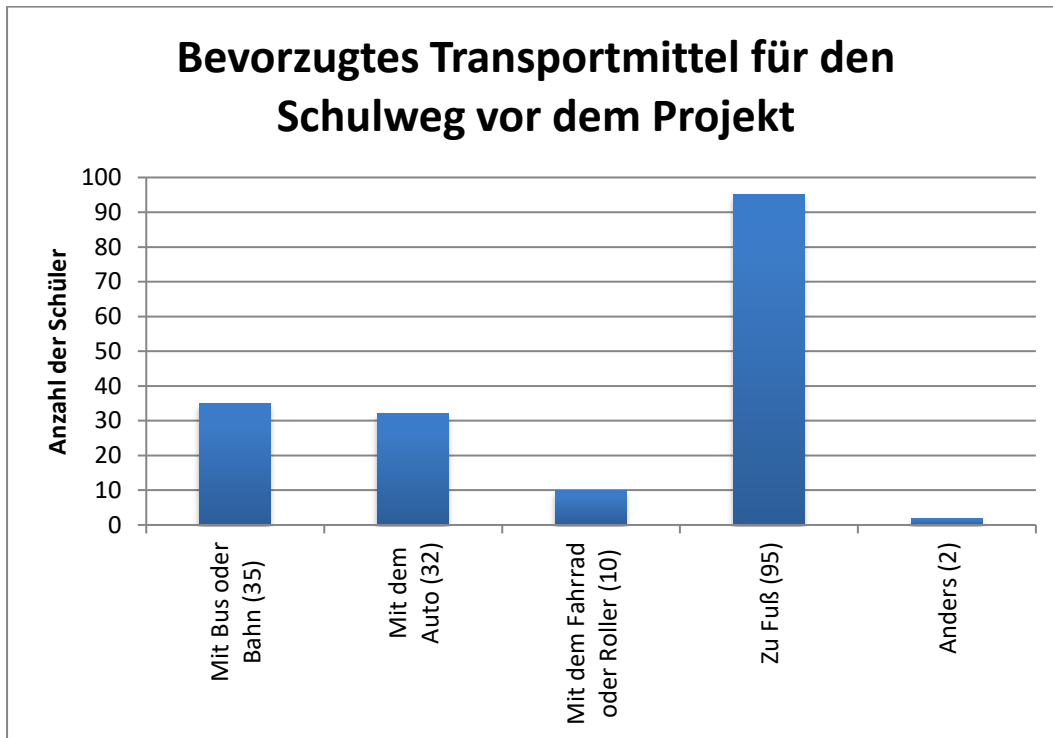


Abbildung 9: Gewähltes Transportmittel vor dem Projekt (absolute Zahlen)

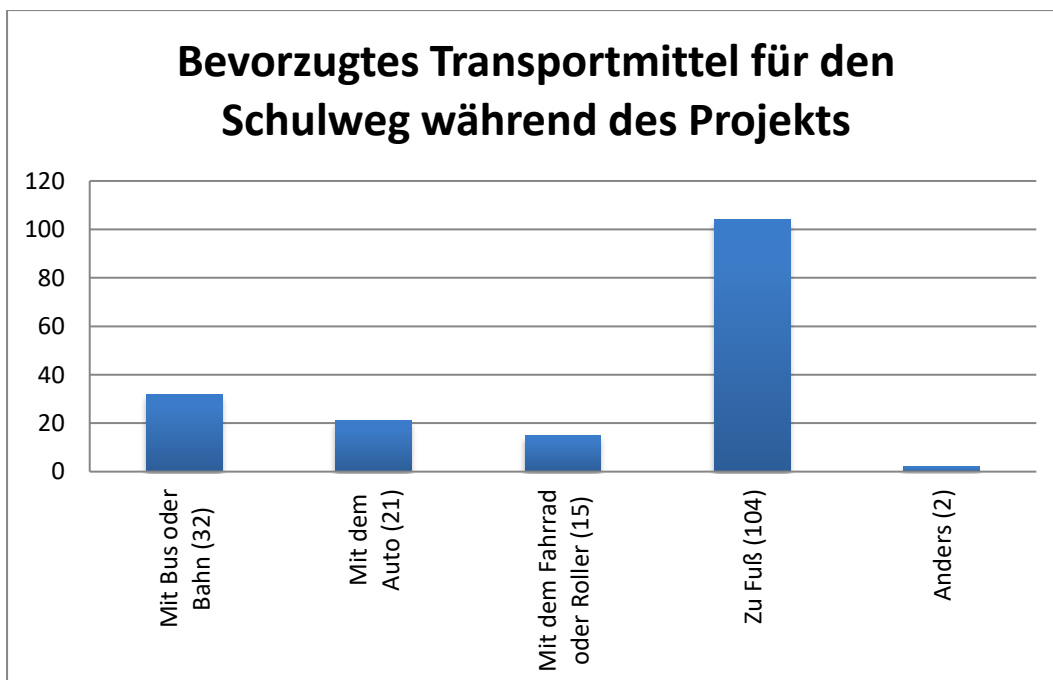


Abbildung 10: Gewählte Transportmittel während des Projektes (absolute Zahlen)

Tabelle 2: Übersicht gewählter Transportmittel für den Schulweg

Transportmittel	Vor dem Projekt	Während des Projektes	Änderung
Bus / Bahn	20 %	18 %	- 2 %
Auto	18 %	12 %	- 6 %
Fahrrad / Roller	6 %	9 %	+ 3 %
Zu Fuß	55 %	60 %	+ 5 %
Anders	1 %	1 %	0 %

Abbildung 11 veranschaulicht wie viele Lehrer/innen ihre Schüler mit zusätzlichen Bewegungsübungen während des Unterrichts unterstützen. 43 % der befragten Schüler führen zusätzliche Bewegungsmaßnahmen während der regulären Unterrichtszeit mit ihrem/r Lehrer/in durch.

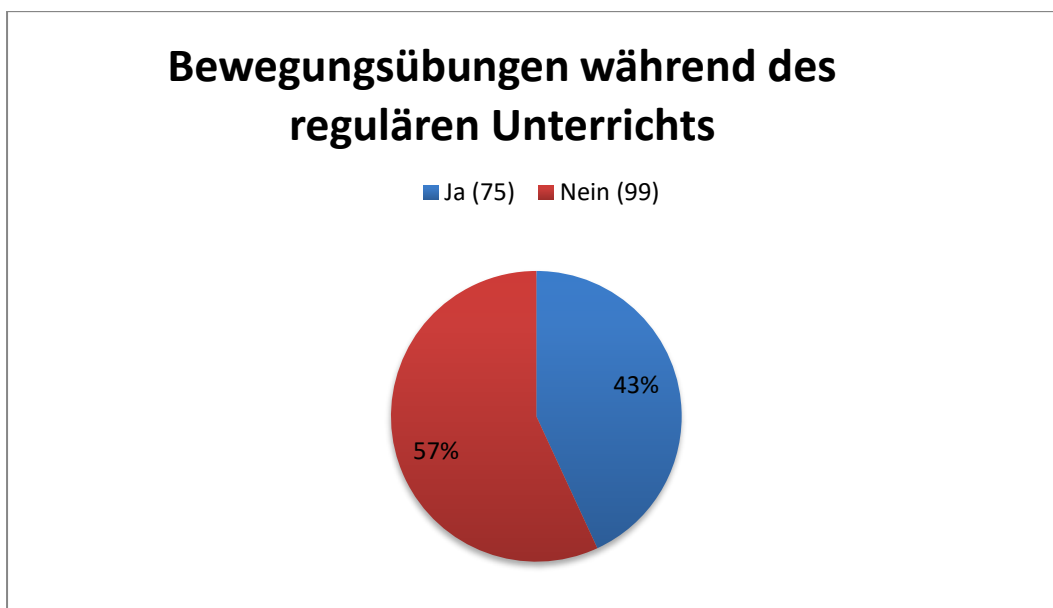


Abbildung 11: Zusätzliche Bewegungsübungen (in %)

In **Abbildung 12** wird gezeigt, wie viele Schüler während des Projekts von ihren Eltern unterstützt werden. 66 % aller befragten Schüler erfahren Unterstützung von ihren Eltern.

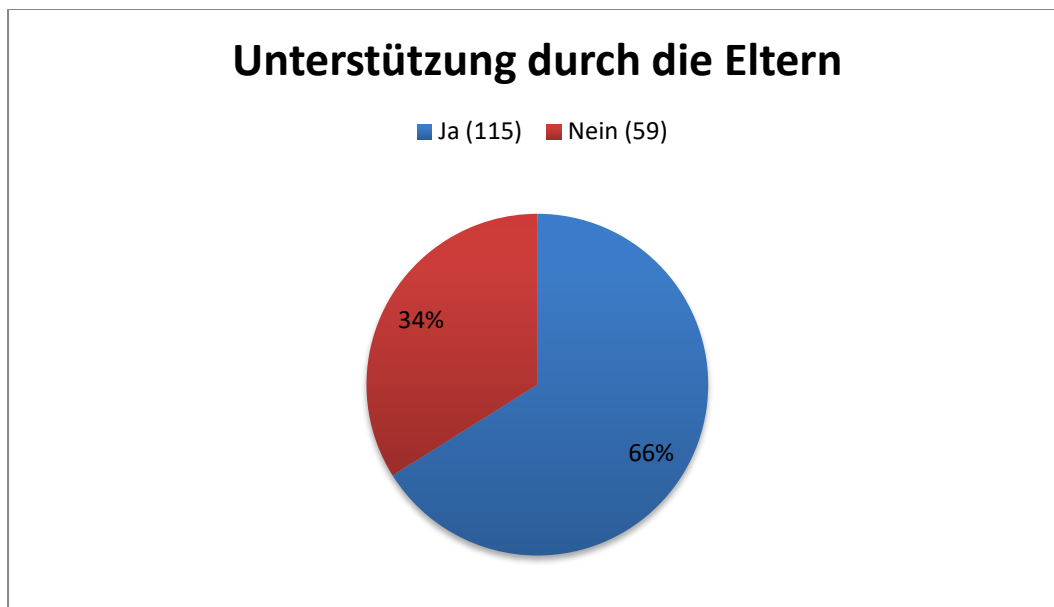


Abbildung 12: Unterstützung durch Eltern (in %)

Abbildung 13 veranschaulicht inwiefern das Armband zur Motivation der Schüler beiträgt. 90 % der Schüler werden durch die Schrittzahl auf ihrem Armband motiviert.

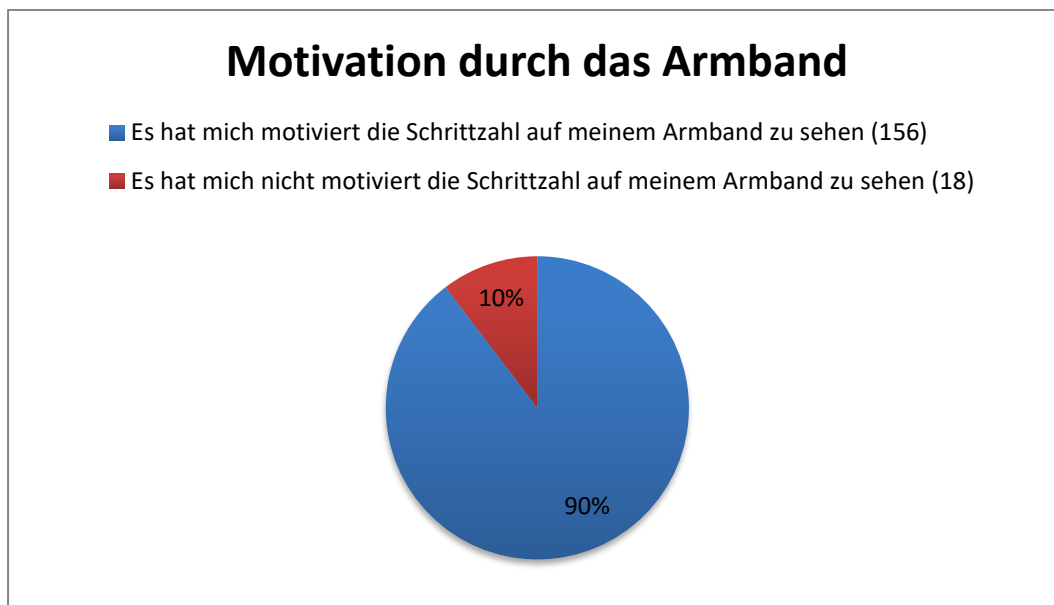


Abbildung 13: Motivation (in %)

In **Abbildung 14** wird die Benutzerfreundlichkeit des Armbandes aufgeführt. 72 % der Schüler verstehen alle Funktionen von Beginn an. 26 % brauchen einige Tage um sich mit dem Armband vertraut zu machen und 2 % verstehen bis zum Ende des Projektes die Funktionen ihres Armbandes nicht.

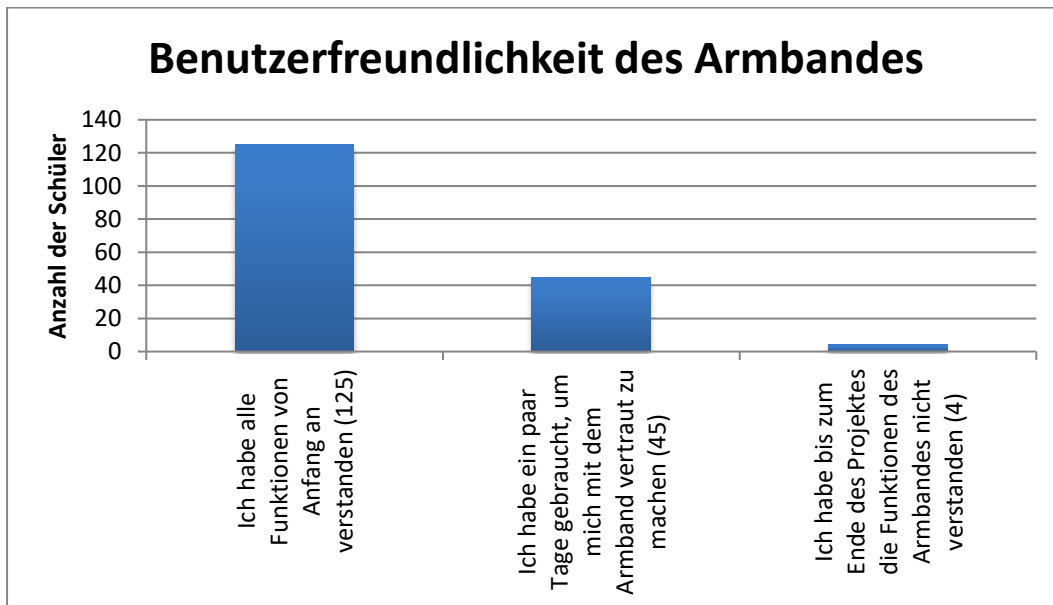


Abbildung 14: Benutzerfreundlichkeit der Armbänder (absolute Zahlen)

Abbildung 15 veranschaulicht die Einschätzung der zeitlichen Nutzung des Armbandes. 47 % der befragten Schüler tragen ihr Armband permanent während der Projektdauer. 40 % geben an ihr Armband „oft“ zu tragen. 13 % tragen ihr Armband „selten“ und 1 % der Schüler nutzen ihr Armband gar nicht.

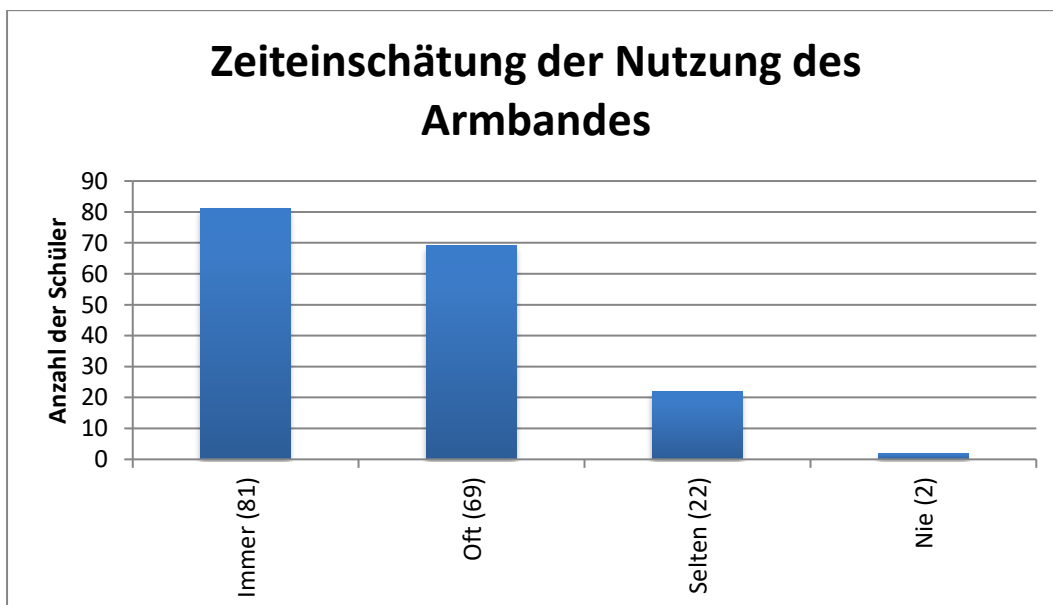


Abbildung 15: Nutzung des Armbandes (absolute Zahlen)

In **Abbildung 16** wird veranschaulicht, wie attraktiv die dauerhafte Nutzung des step Armbands scheint. 80 % der befragten Schüler würden ihr Armband gerne dauerhaft tragen.



Abbildung 16: Beliebtheit der Armbänder (in %)

In **Abbildung 17** wird die Anwenderfreundlichkeit des Ausleseprozesses dargestellt. 28 % der befragten Schüler können eigenständig ihre Schritte hochladen. 31 % laden ihre Schritte mit Hilfe ihrer Eltern hoch. 25 % bitten ihren Lehrer um Hilfe. 5 % der Schüler suchen Unterstützung bei ihren Mitschülern und 11 % können ihre Schritte gar nicht hochladen.

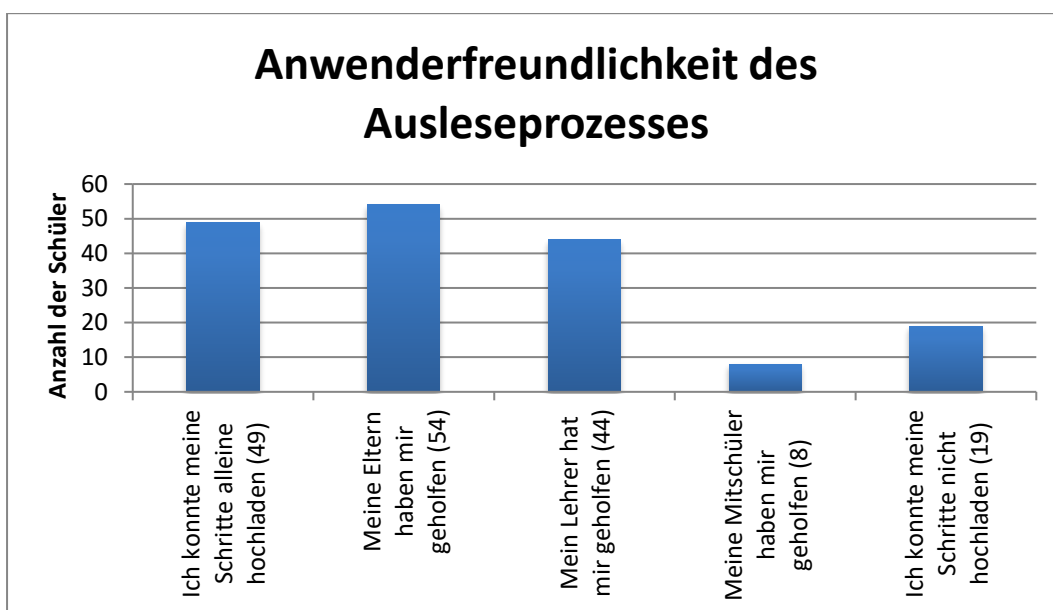


Abbildung 17: Ausleseprozess der Armbänder (absolute Zahlen)

In **Abbildung 18** werden die Einschätzungen der Schüler hinsichtlich der Optik der Website aufgeführt. 36 % der befragten Schüler gefällt die Website „sehr gut“. 41 % gefällt die Website „gut“. 10 % gefällt die Website „teilweise nicht“ und 1 % gefällt die Website überhaupt nicht. 11 % der befragten Schüler besuchen die Website gar nicht.

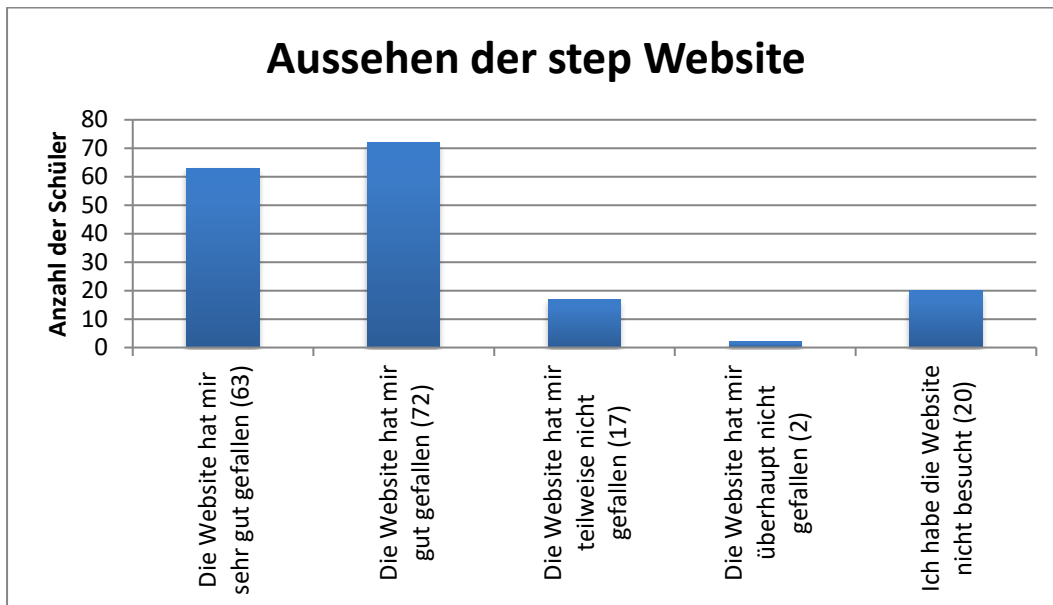


Abbildung 18: Optik der Website (absolute Zahlen)

Abbildung 19 verdeutlicht die Präsenz der Motivationsvideos unter den Schülern. Lediglich 10 % der Schüler schauen sich alle Videos an. 29 % schauen sich ein paar Videos an und 61 % schauen sich keins der Videos an.

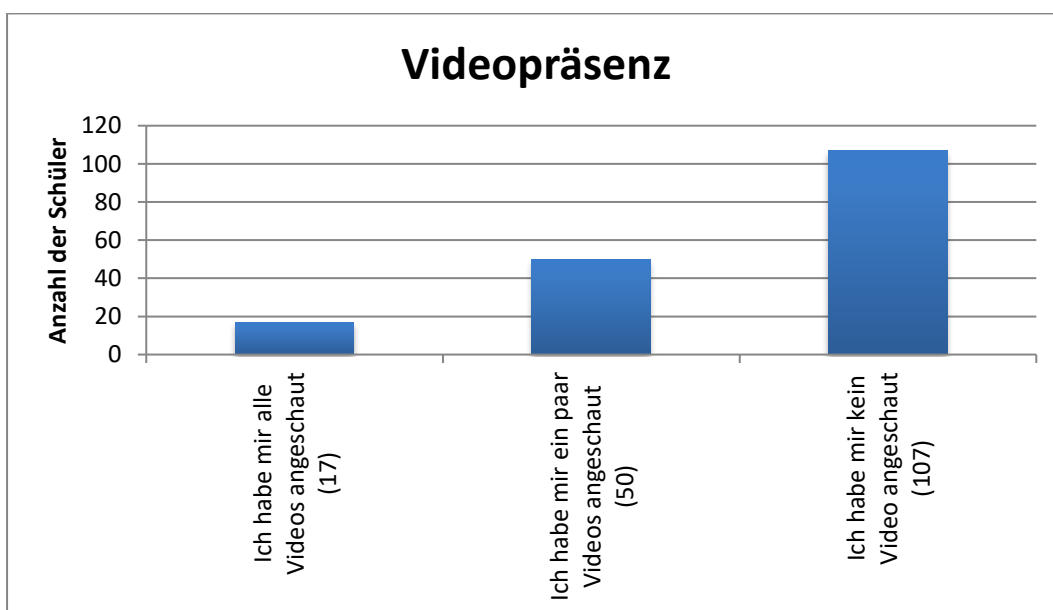


Abbildung 19: Videopräsenz (absolute Zahlen)

In **Abbildung 20** wird dargestellt wie beliebt die Motivationsvideos eingeschätzt werden. Von allen Schülern, die sich Videos angesehen haben, gefallen 82 % die bereitgestellten Videos. Den übrigen 13 % der Schüler gefallen die Videos nicht.

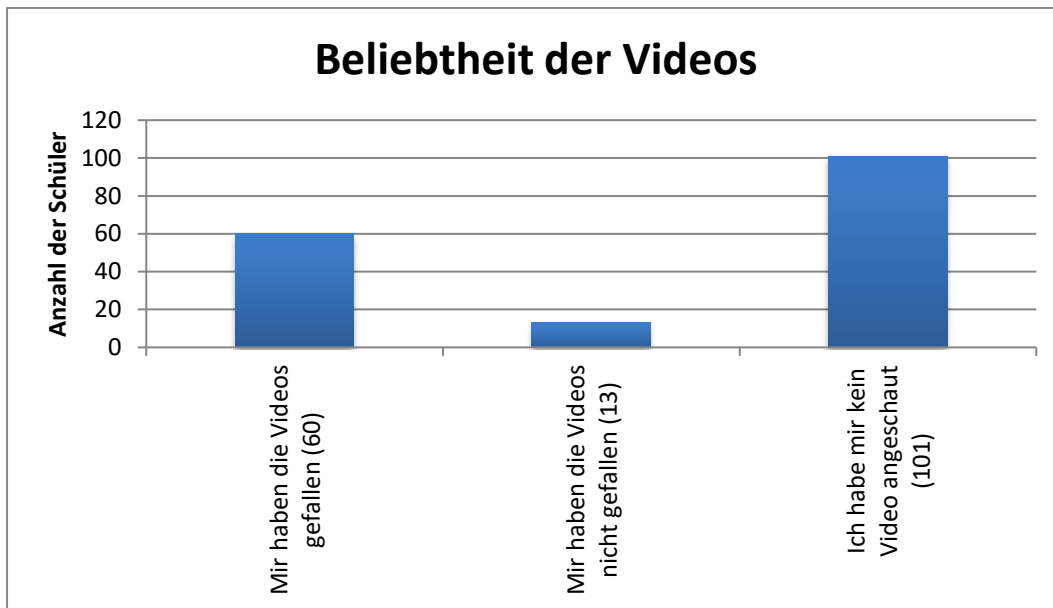


Abbildung 20: Beliebtheit der Videos (absolute Zahlen)

Abbildung 21 zeigt wie hoch das Interesse der Schüler ist, an einer weiteren Projektphase teilzunehmen. 90 % der Befragten würden gerne noch einmal am step Projekt mitmachen.

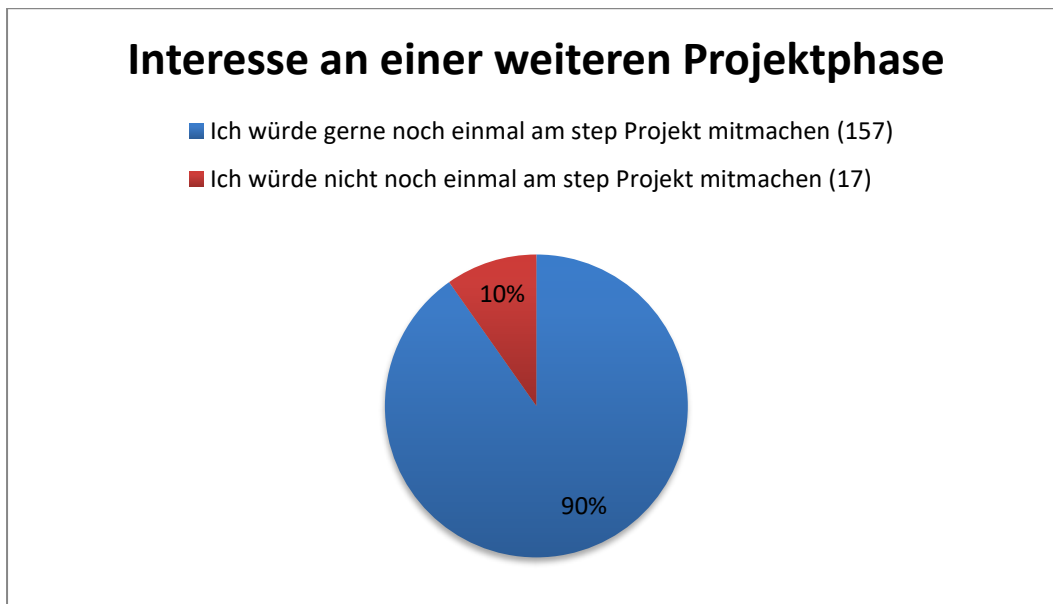


Abbildung 21: Interesse an einem Folgeprojekt (Schüler) (in %)

6.1 Fazit Schülerbefragung

Im Hinblick auf die Ergebnisse der Schülerbefragung kann festgehalten werden, dass das step Projekt zu einer Steigerung der körperlichen Aktivität geführt hat. **72 % der Schüler bewegen sich in ihrer Freizeit mehr als vor dem Projekt.**

Doch auch im Setting Schule können **Aktivitätssteigerungen - bei 60 % der Schüler im Sportunterricht und 67 % in den Schulpausen** - nachgewiesen werden.

Leichte positive Änderungen können auch auf das vorzüglich gewählte Transportmittel zur Schule erfasst werden. Die Anzahl der Schüler, die normalerweise mit dem Bus bzw. der Bahn (-2 %) oder mit dem Auto (-6 %) zur Schule fahren, reduziert sich. Stattdessen wählen mehr Schüler die körperlich aktiveren Transportmittel während des Projekts. Sie fahren mehr mit dem Fahrrad bzw. Roller (+3 %) oder gehen zu Fuß (+5 %).

14 % der Schüler treten während der Projektdauer sogar einem Sportverein bei.

Das Potential die Erhöhung der körperlichen Aktivität auch nach dem Projekt beizubehalten ist vorhanden. **61 % der Schüler wollen das Aktivitätslevel auch nach Projektende aufrechterhalten.**

Für 90 % der Schüler stellt die Schrittzahl auf dem Armband eine zusätzliche Motivation dar.

87 % der Schüler geben an, dass sie das Armband immer bis oft tragen. **80 % der Schüler würden gerne dauerhaft ein step Armband tragen.**

In das Projekt sind Eltern wie auch Lehrkräfte involviert. 43 % der Schüler geben an, dass die Lehrer/innen zusätzliche Bewegungsmaßnahmen in den Unterrichtsalltag integrieren. Zusätzlich erfahren 60 % der Schüler Unterstützung von ihren Eltern.

Hinsichtlich der Motivationsvideos kann festgestellt werden, dass diese nur wenig präsent sind. Lediglich 10 % der Schüler schauen sich alle Videos an. 29 % der Schüler schauen ein paar der Videos und 61 % schauen gar kein Video. Dennoch geben 82 % der Schüler an, die sich Videos anschauen, dass sie ihnen gefallen.

Das Aussehen der Website bewerten 77 % der Schüler als sehr gut bis gut. 10 % gefällt das Aussehen stellenweise nicht und 1 % gefällt die Website überhaupt nicht.

Die selbständige Durchführung des Ausleseprozesses fällt einigen Schülern schwer. Lediglich 28 % können die Schritte eigenständig hochladen. 61 % nehmen die Hilfe von Lehrern, Eltern oder Mitschülern in Anspruch und 11 % können die Schritte überhaupt nicht hochladen.

90 % aller Schüler würden gerne an einem Folgeprojekt teilnehmen.

6.2 Überblick Ergebnisse Befragung Schüler

Tabelle 3: Übersicht aller Ergebnisse der Schülerbefragung

Bereich	Ergebnisse
Allgemein	<ul style="list-style-type: none"> • 93 % macht das Projekt Spaß • 97 % gefällt das Projekt • 80 % würden gerne dauerhaft ein step Armband tragen • 90 % haben Interesse an einem Folgeprojekt
Aktivitätssteigerung	<ul style="list-style-type: none"> • 72 % bewegen sich in der Freizeit mehr • 60 % bewegen sich im Sportunterricht mehr • 67 % bewegen sich in den Schulpausen mehr
Nachhaltigkeit	<ul style="list-style-type: none"> • 61 % behalten die gesteigerte Aktivität auch nach dem Projekt bei
Transportmittel Schulweg	<ul style="list-style-type: none"> • +3 % Fahrrad / Roller • +5 % zu Fuß • -2 % Bus / Bahn • -6 % Auto
Unterstützung	<ul style="list-style-type: none"> • 43 % der Lehrer unterstützen die Schüler mit zusätzlichen Bewegungsmaßnahmen während des Unterrichts • 66 % erfahren Unterstützung von ihren Eltern
Motivation	<ul style="list-style-type: none"> • 90 % werden durch die Schrittzahl auf dem Armband motiviert • 87 % tragen das Armband immer – oft • 14 % tragen das Armband selten oder nie
Armband	<ul style="list-style-type: none"> • 72 % kommen sofort mit dem Armband zurecht • 26 % brauchen ein paar Tage, um mit dem Armband zurecht zu kommen • 2 % kommen gar nicht mit dem Armband zurecht
Ausleseprozess	<ul style="list-style-type: none"> • 28 % können die Schritte alleine hochladen

	<ul style="list-style-type: none"> • 61 % nehmen die Hilfe von Eltern, Lehrern und Mitschülern in Anspruch • 11 % können die Schritte gar nicht hochladen
Website	<ul style="list-style-type: none"> • 77 % gefällt das Aussehen der Website sehr gut – gut • 10 % gefällt das Aussehen der Website stellenweise nicht • 1 % gefällt das Aussehen der Website gar nicht
Motivationsvideos	<ul style="list-style-type: none"> • 10 % schauen sich alle Videos an • 29 % schauen sich ein paar Videos an • 61 % schauen sich gar kein Video an • 82 % derjenigen, die sich Videos anschauen, gefallen die Videos • 13 % derjenigen, die sich Videos anschauen, gefallen die Videos nicht

7 Detaillierte Ergebnisse Fragebogen Coaches

Im Folgenden werden die Ergebnisse des **Coach-Fragebogens** vorgestellt und graphisch veranschaulicht.

Abbildung 22 gibt einen Überblick über die Geschlechterverteilung der teilnehmenden Coaches. Insgesamt nehmen 21 % Männer und 79 % Frauen an der Befragung teil.

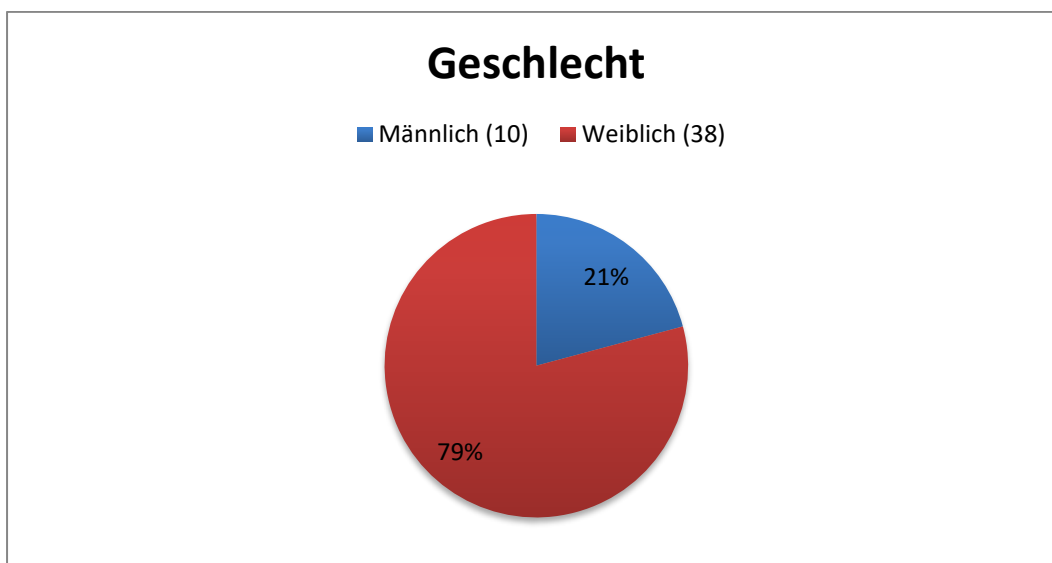


Abbildung 22: Geschlechterverteilung Coaches (in %)

In **Abbildung 23** wird die Altersverteilung der Coaches aufgeführt. 31 % der Coaches sind zwischen 25 und 34 Jahre alt, 15 % zwischen 35 und 44 Jahren, 27 % zwischen 45 und 49 Jahren, 25 % zwischen 50 und 59 Jahren und 2 % sind älter als 60 Jahre alt. Das durchschnittliche Alter der Coaches liegt zwischen 35 und 44 Jahren.

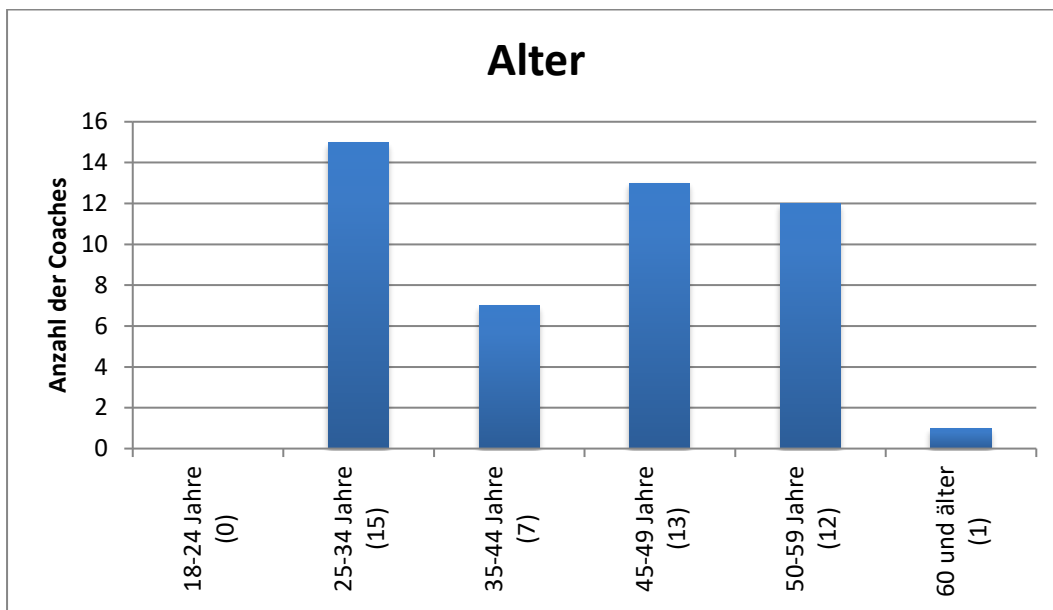


Abbildung 23: Altersverteilung Coaches (absolute Zahlen)

Abbildung 24 veranschaulicht die Beliebtheit des Projekts. 92 % der Coaches gefällt das Projekt.



Abbildung 24: Beliebtheit Coaches (in %)

In **Abbildung 25** wird veranschaulicht in wie fern die step Coaches eine positive Veränderung hinsichtlich des Bewegungsverhaltens der Schüler feststellen. 67 % der befragten Coaches können positive Veränderungen feststellen. 10 % nehmen keine Veränderungen wahr und 23 % wissen nicht, ob sich das Bewegungsverhalten der Schüler durch das Projekt verändert.

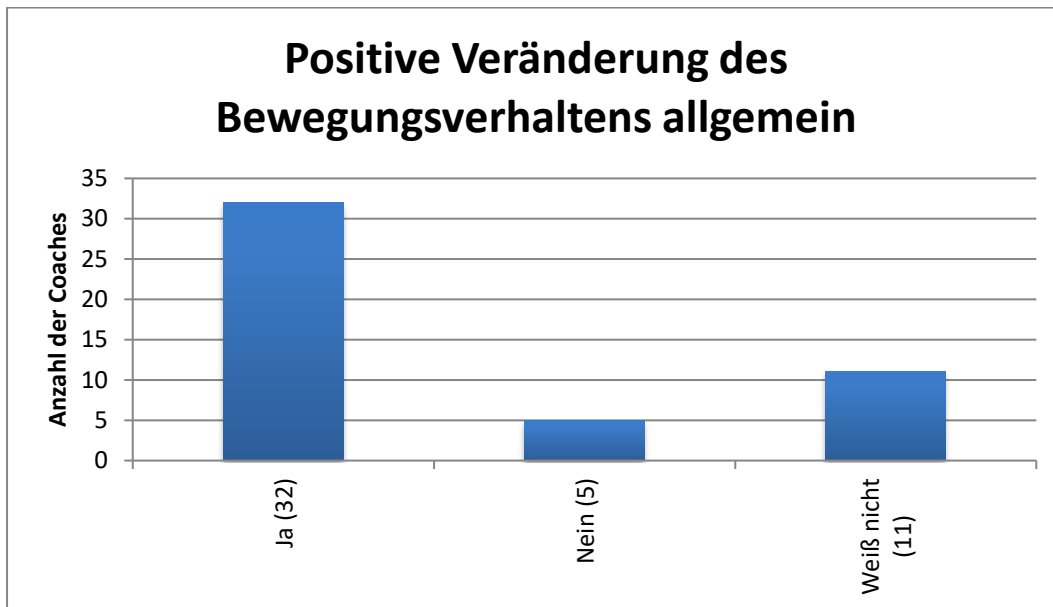


Abbildung 25: Allgemeine Veränderung des Bewegungsverhaltens (absolute Zahlen)

Abbildung 26 zeigt, inwiefern die Coaches positive Veränderungen der Schüler hinsichtlich des Bewegungsverhaltens im Sportunterricht wahrnehmen. 33 % können eine gesteigerte Aktivität der Schüler beobachten. 50 % nehmen keine Änderung wahr und 17 % der Coaches wissen nicht, ob sich das Bewegungsverhalten der Schüler im Sportunterricht durch das Projekt verändert.

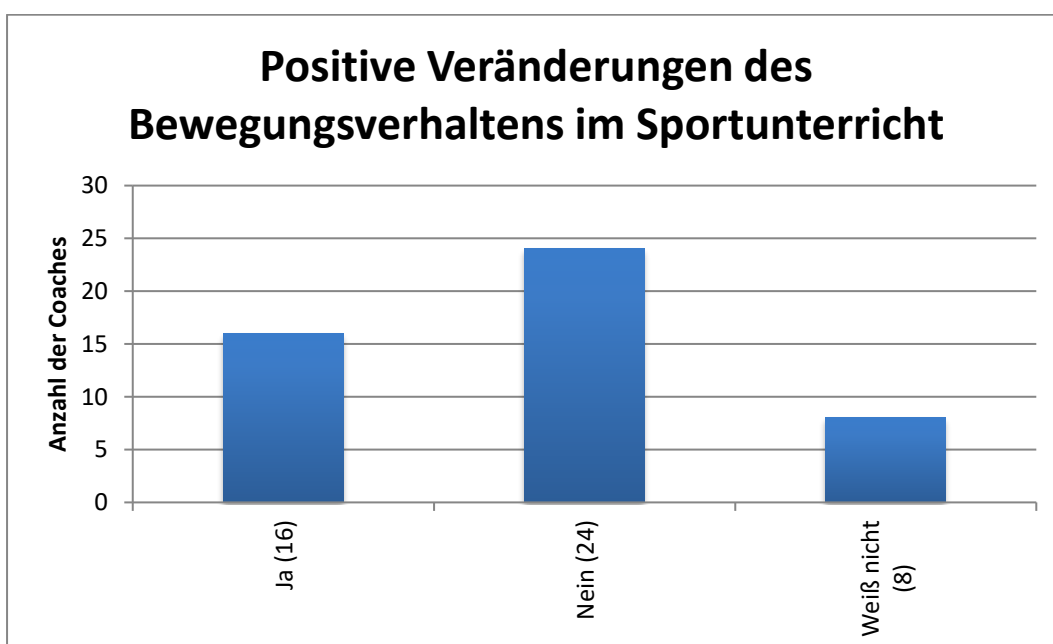


Abbildung 26: Veränderungen des Bewegungsverhaltens in den Schulpausen (absolute Zahlen)

In **Abbildung 27** wird veranschaulicht, ob die Coaches positive Veränderungen des Bewegungsverhaltens der Schüler in den Schulpausen feststellen. 58 % geben an, dass sich die Schüler in den Schulpausen mehr bewegen. 25 % können keine Veränderung feststellen und 17 % wissen nicht, ob das Projekt einen Einfluss auf das Bewegungsverhalten der Schüler in den Schulpausen hat.

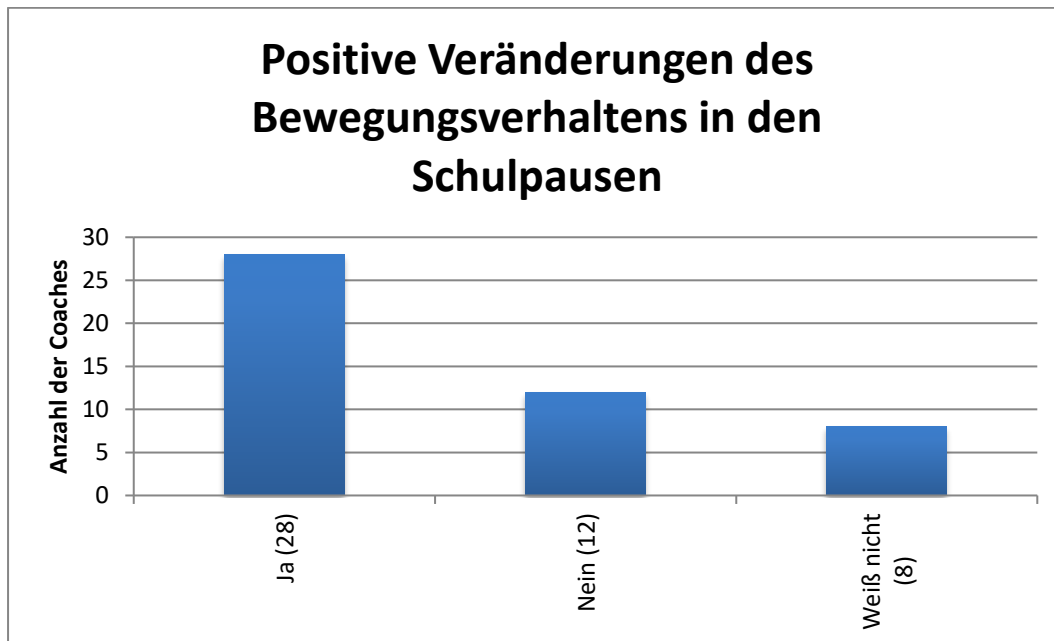


Abbildung 27: Veränderung des Bewegungsverhaltens in den Schulpausen (absolute Zahlen)

In **Abbildung 28** werden die zusätzlich von den Coaches aktiv durchgeführten Maßnahmen zur Aktivitätssteigerung aufgeführt. Der Großteil der Coaches (81 %) motiviert ihre Schüler regelmäßig zur Aktivitätssteigerung. 52 % der Coaches spielen mit den Schülern regelmäßig Lauf- und Fangspiele. 42 % führen andere – hier nicht aufgeführte – Maßnahmen durch. 40 % integrierten verschiedene Bewegungsmaßnahmen in den Unterricht und 31 % der Coaches unternehmen „Aktiv-Ausflüge“ mit den Schülern. Lediglich ein kleiner Anteil der Coaches (8 %) ergreift keine Maßnahmen zur Aktivitätssteigerung.

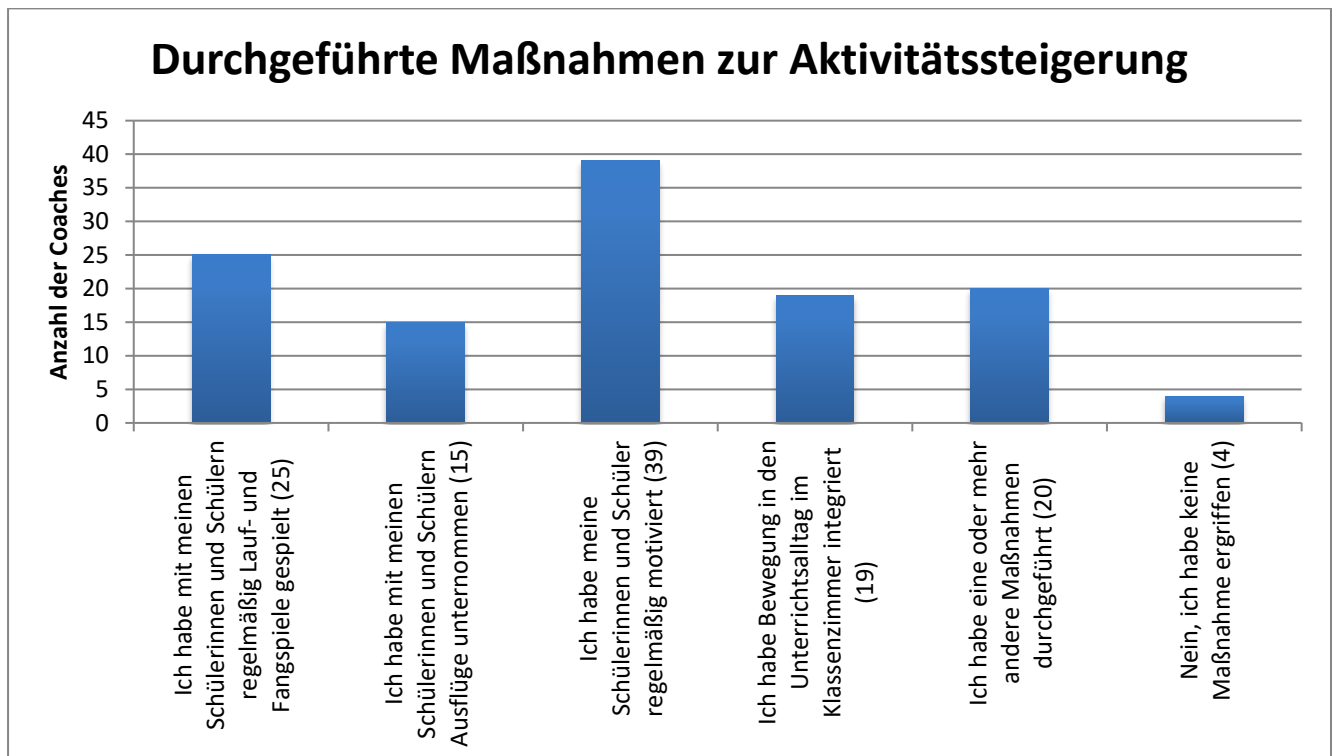


Abbildung 28: Durchgeführte Maßnahmen zur Aktivitätssteigerung (absolute Zahlen)

In **Abbildung 29** wird der Einfluss des Projekts auf Konfliktsituationen in der Klasse dargestellt. Eine positive Wirkungsweise des Projektes auf Konfliktsituationen kann von 12 % aller befragten Coaches festgestellt werden.

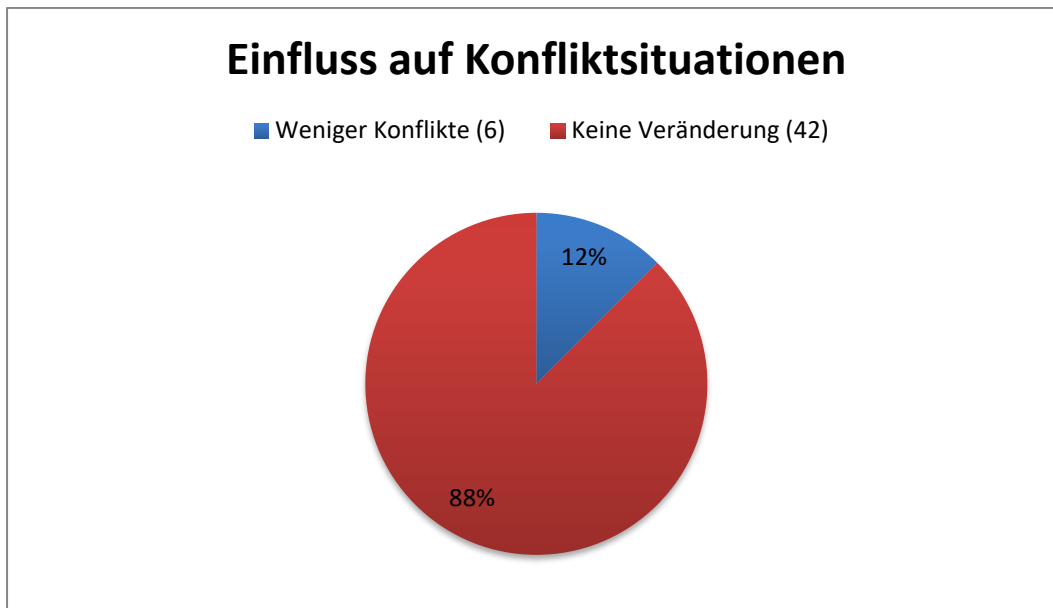


Abbildung 29: Konfliktsituationen (in %)

Abbildung 30 stellt den Einfluss des Projektes auf den Lärmpegel dar. 8 % der Coaches können einen positiven Einfluss hinsichtlich des Lärmpegels in ihrer Klasse feststellen.

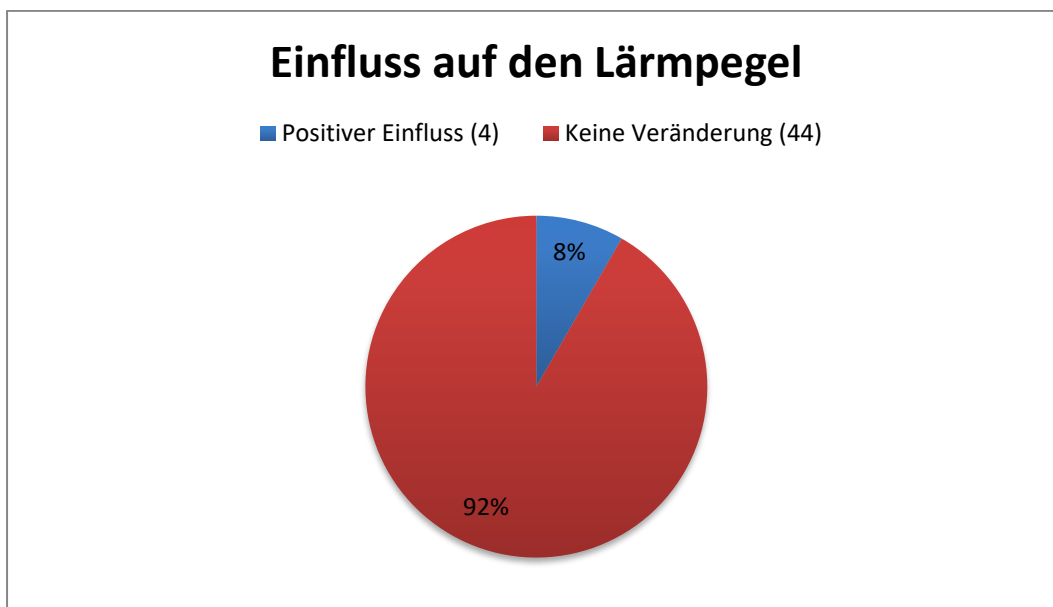


Abbildung 30: Lärmpegel (in %)

Abbildung 31 zeigt den Einfluss des Projekts auf die Aufmerksamkeit der Schüler. Einen positiven Einfluss hinsichtlich der Aufmerksamkeit kann von 6 % der Coaches bestätigt werden.



Abbildung 31: Aufmerksamkeit (in %)

Abbildung 32 veranschaulicht den Einfluss des Projekts auf die Konzentrationsfähigkeit. 8 % der Coaches nehmen positive Veränderungen hinsichtlich der Konzentrationsfähigkeit ihrer Schüler wahr.

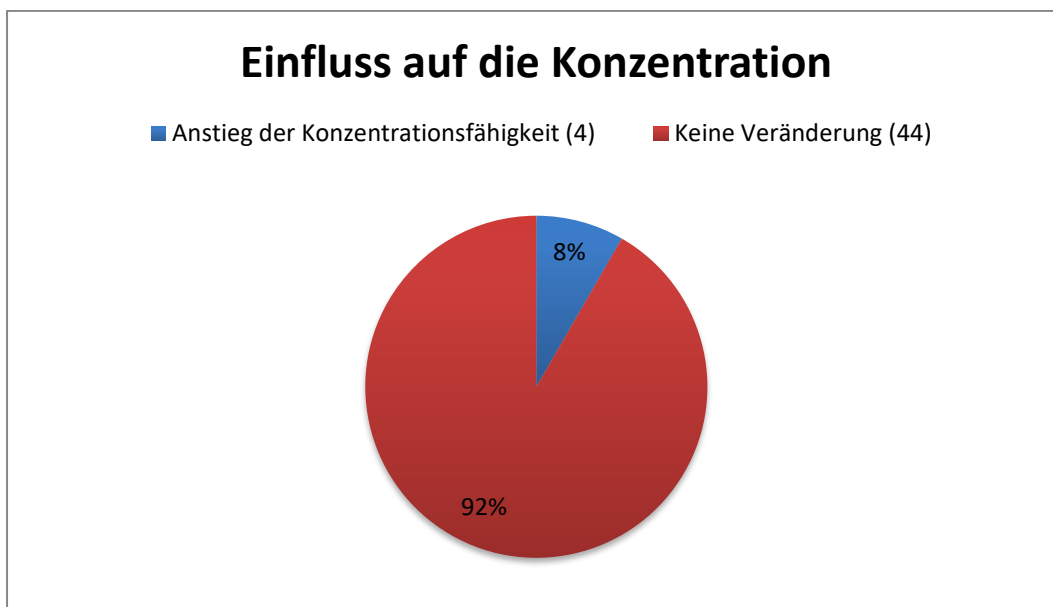


Abbildung 32: Konzentrationsfähigkeit (in %)

Abbildung 33 zeigt, ob sich die Coaches insgesamt gut auf das Projekt vorbereitet gefühlt haben. Insgesamt geben 83 % der Coaches an auf das Projekt gut vorbereitet worden zu sein.

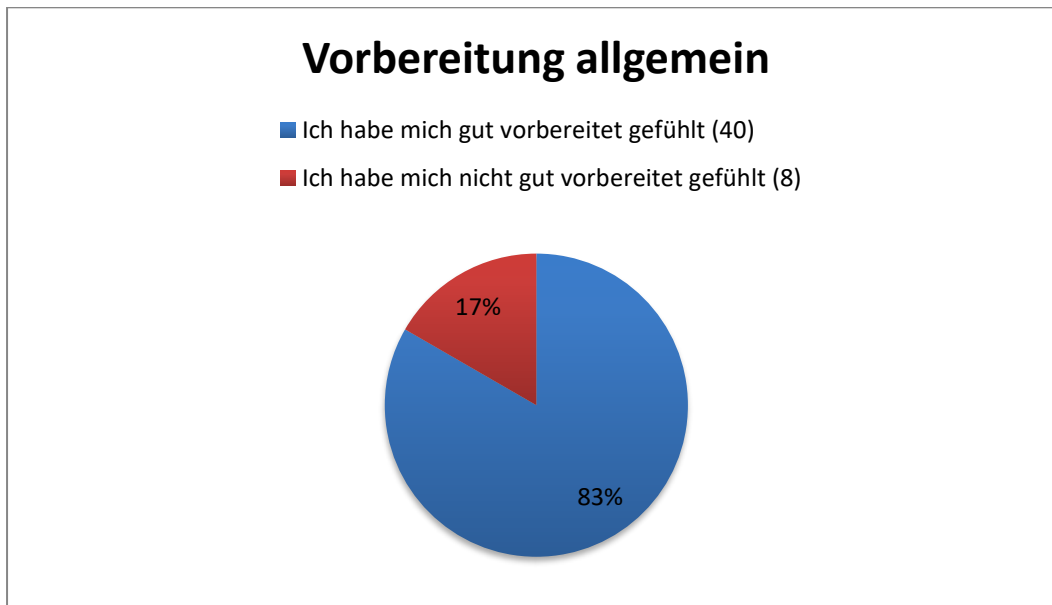


Abbildung 33: Allgemeine Vorbereitung (in %)

In **Abbildung 34** wird dargestellt, ob das Handbuch die Coaches gut auf das Projekt vorbereitet hat. 75 % empfinden die Vorbereitungen durch das „Handbuch für den step Coach“ als ausreichend.

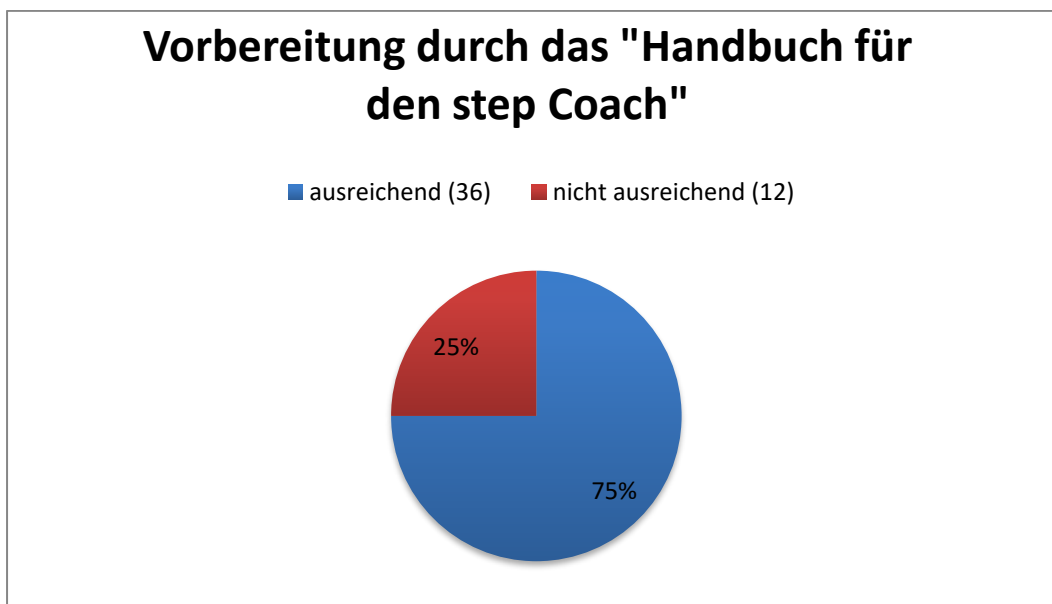


Abbildung 34: Vorbereitung durch das "Handbuch für den step Coach" (in %)

In **Abbildung 35** wird die durchschnittliche Vorbereitungszeit vor Projektstart dargestellt. Im Schnitt beträgt die Vorbereitungszeit für das step Projekt 3,3 Stunden (SD = 3,2). Das Minimum der Vorbereitungszeit beträgt 1 Stunde und das Maximum liegt bei 20 Stunden.

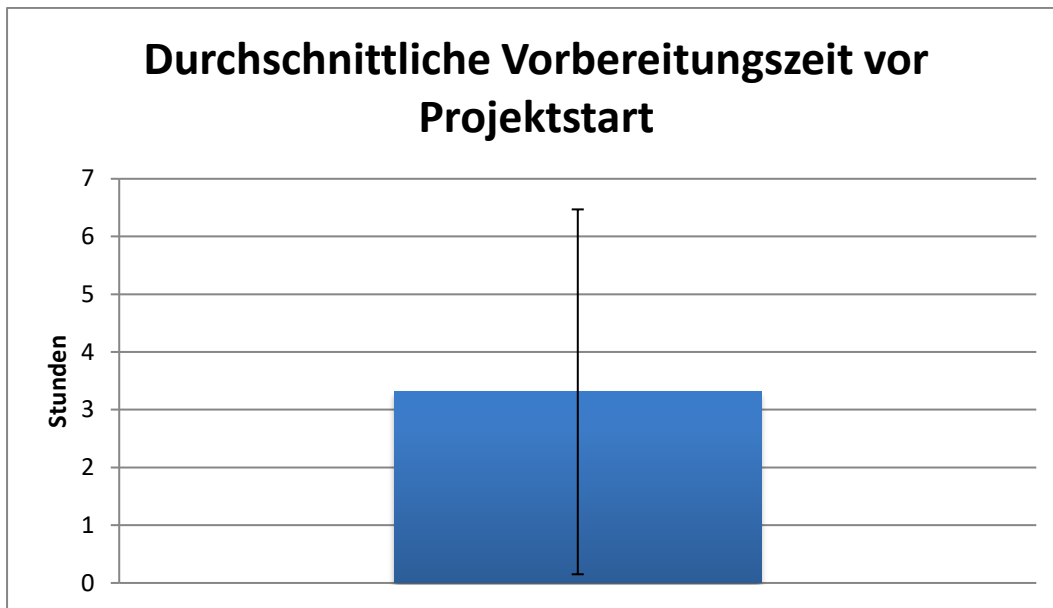


Abbildung 35: Durchschnittliche Vorbereitungszeit

In **Abbildung 36** wird dargestellt, wie viele Coaches den step Support kontaktiert haben. 77 % der Coaches nutzen den Support (mindestens 1 Mal).

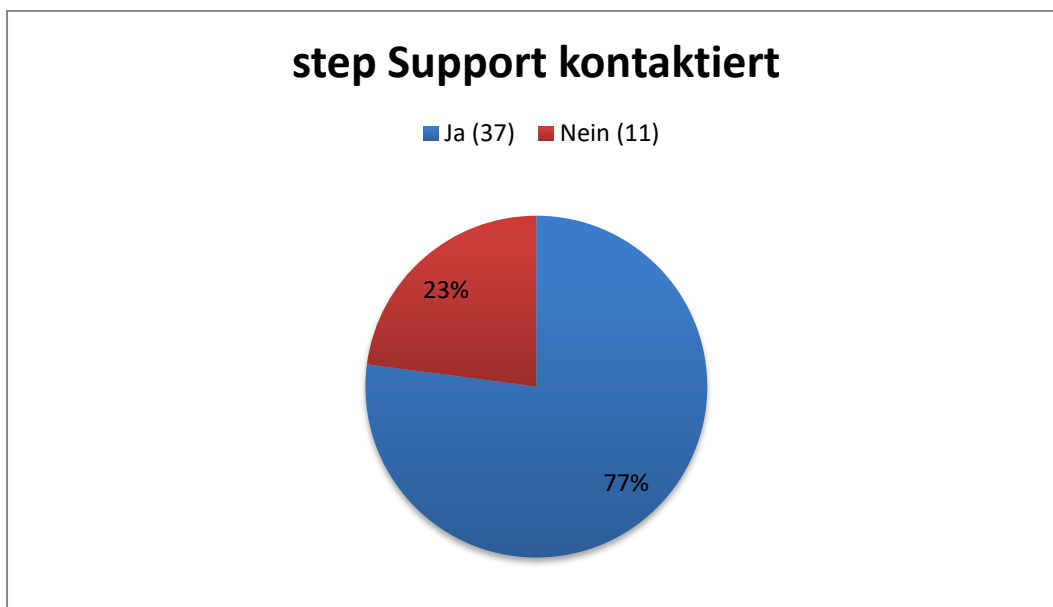


Abbildung 36: step Support kontaktiert (in %)

In **Abbildung 37** wird aufgeführt, ob der Kontakt mit dem step Support als hilfreich wahrgenommen wird. 95 % der Support Nutzer beurteilen den Kontakt als hilfreich.



Abbildung 37: step Support als Hilfreich empfunden (in %)

Abbildung 38 veranschaulicht die wöchentliche, durchschnittlich investierte Zeit in das Projekt hinsichtlich der Organisation und der Durchführung zusätzlicher Bewegungsmaßnahmen. Im Durchschnitt bringen die Coaches 65 Minuten (SD = 54) für die Organisation des Projektes auf. Das Minimum liegt bei 5 Minuten und das Maximum bei 240 Minuten.

In zusätzliche Bewegungsmaßnahmen investieren die Coaches durchschnittlich 34 Minuten (SD = 27). Die Spannweite reicht von 0 Minuten bis 120 Minuten.

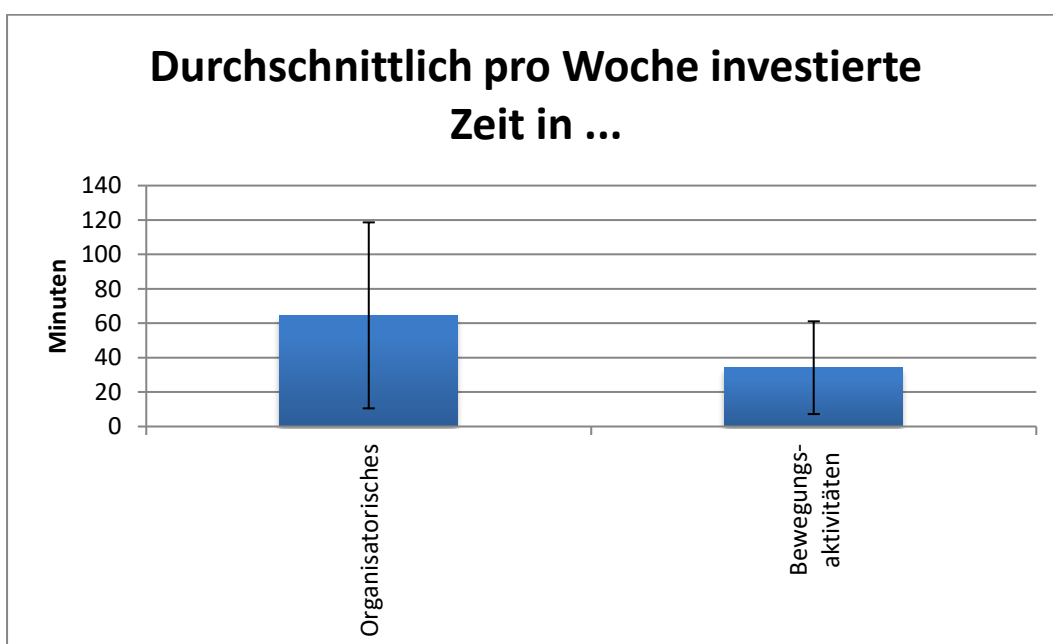


Abbildung 38: Durchschnittliche, investierte Zeit (pro Woche)

In **Abbildung 39** wird dargestellt wie viele Lehrkräfte neben dem Coach in das Projekt eingebunden werden. 40 % der befragten Coaches betreuen das Projekt mit Hilfe einer weiteren Lehrkraft. 23 % binden zwei weitere Lehrkräfte in das Projekt ein. 19 % geben an, dass drei weitere Lehrkräfte involviert sind. Vier oder mehr als vier Lehrkräfte sind jedoch nicht beteiligt. 19 % geben an das Projekt alleine zu betreuen.

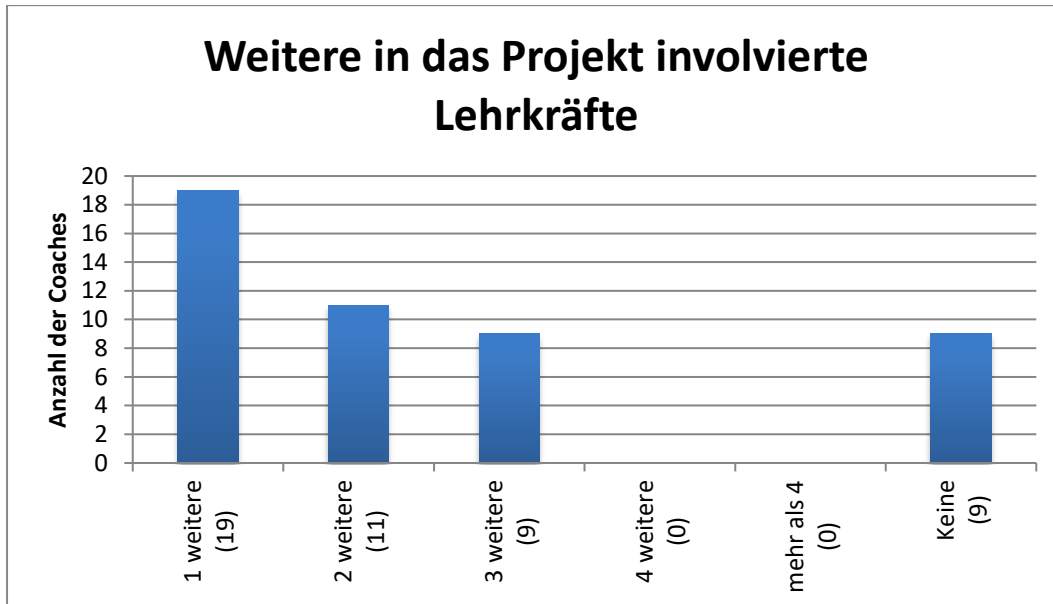


Abbildung 39: Involvierte Lehrkräfte (absolute Zahlen)

In **Abbildung 40** wird die Einschätzung der Coaches hinsichtlich der Projektdauer dargestellt. 42 % der Coaches empfinden die Projektdauer als passend. Als zu kurz wird die Projektdauer von keinem Coach beurteilt. 58 % nehmen die Projektdauer als zu lang wahr.

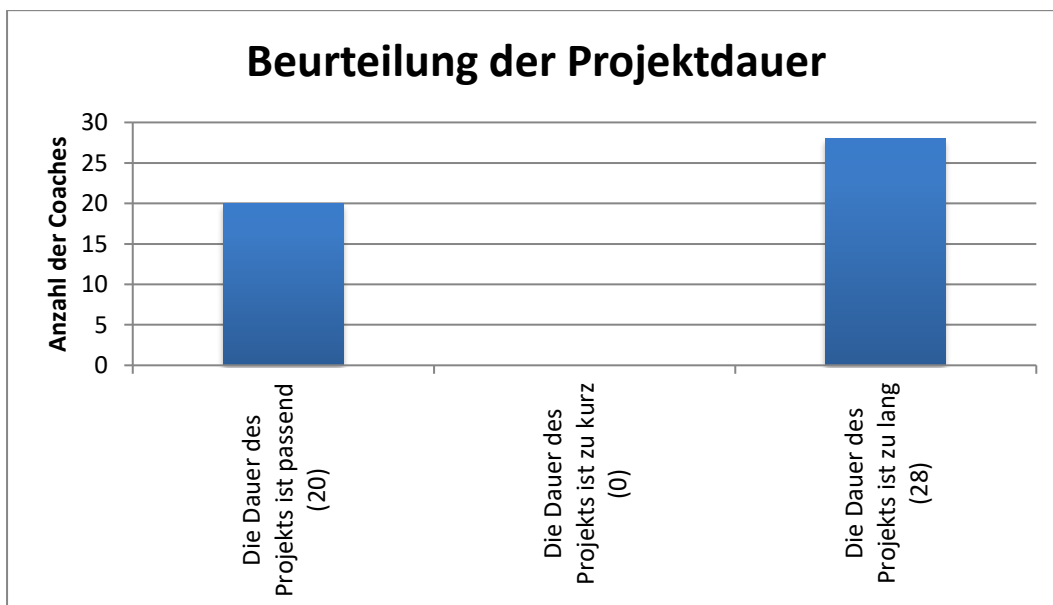


Abbildung 40: Projektdauer (absolute Zahlen)

In **Abbildung 41** wird dargestellt wie sorgfältig die Schüler mit ihren Armbändern umgehen. 69 % der befragten Coaches geben an, dass die Schüler gut mit den Armbändern umgehen.

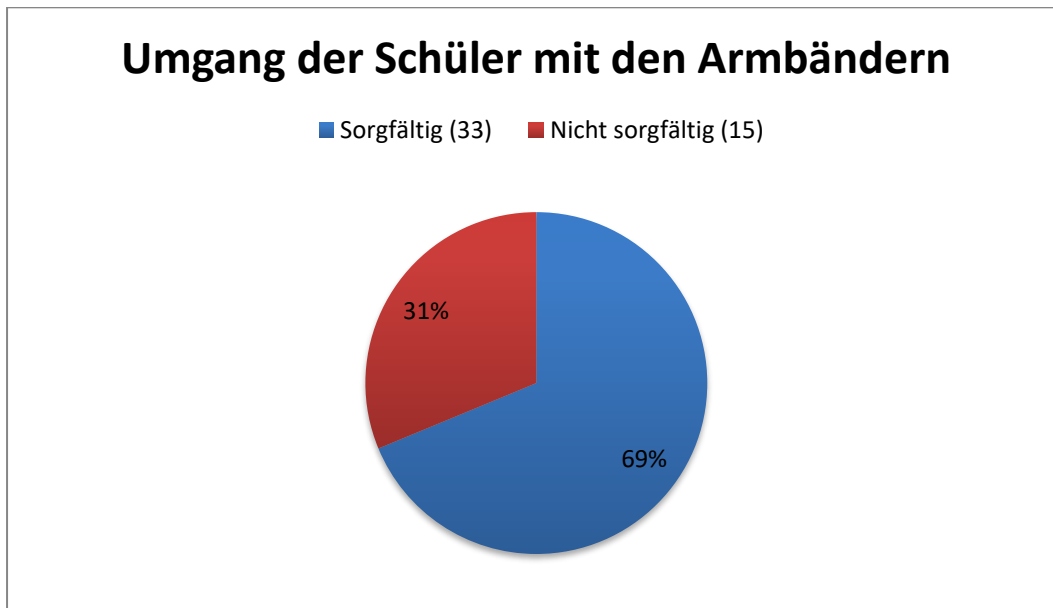


Abbildung 41: Sorgfalt in %

In **Abbildung 42** werden die Rückfragen der Schüler aufgeführt. 92 % der Coaches geben an, dass die Schüler Rückfragen zum Hochladen der Schritte gestellt haben. 90 % werden mit Fragen zum Umstellen von Uhrzeit und Datum konfrontiert. 73 % bekommen Fragen zum Aufladen der Armbänder. 58 % erhalten zusätzlich weitere, hier nicht aufgeführte, technische Rückmeldungen. 38 % beantworten Rückfragen zum Ablauf des Projektes. Rückfragen zum Schritte sammeln (z.B. welche Aktivitäten eignen sich?) treten nur bei 35 % der Coaches auf. Eine Vielzahl an Fragen machen Rückfragen zu verlorenen und defekten Geräten aus. Hiermit werden 96 % konfrontiert. Weitere nicht-technische Rückfragen treten lediglich bei 29 % auf.

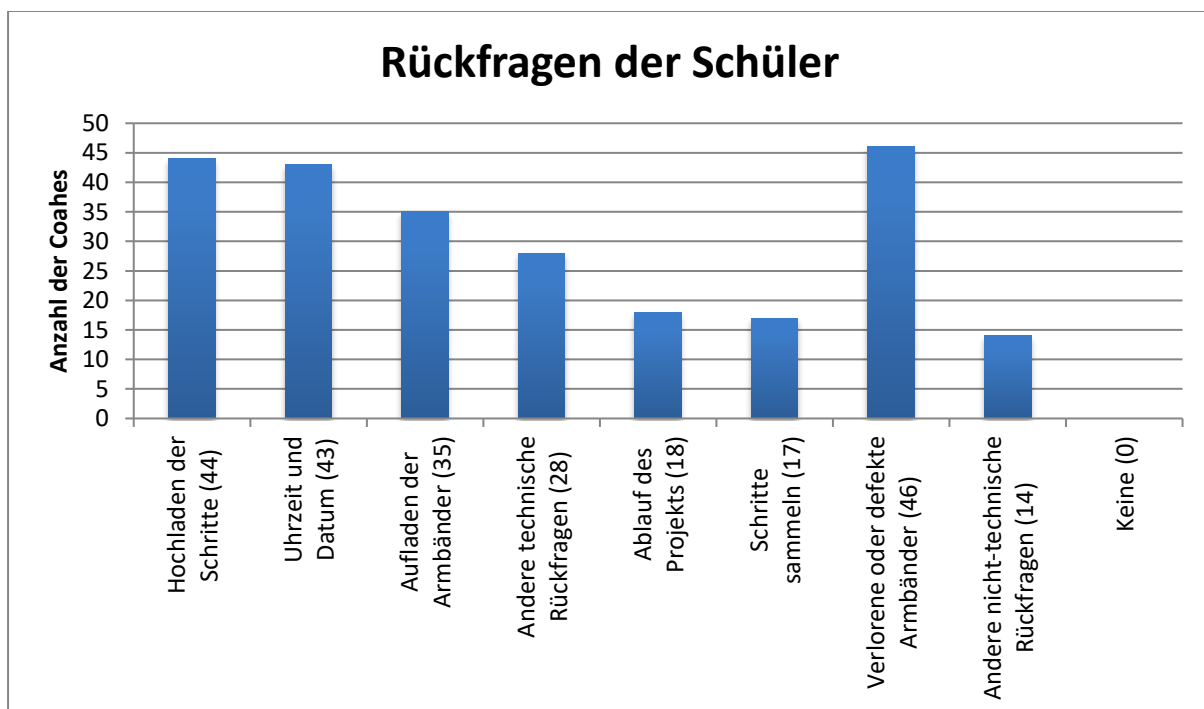


Abbildung 42: Rückfragen der Schüler

In **Abbildung 43** werden die Rückfragen der Eltern dargestellt. 52 % der Coaches beantworten Rückfragen zum Hochladen der Schritte. 23 % der Coaches bekommen Rückfragen der Eltern zum Umstellen von Uhrzeit und Datum. 17 % der Coaches sind mit Fragen zum Auslesen der Armbänder konfrontiert und 27 % mit weiteren, hier nicht aufgeführten, technischen Rückfragen. Zum Ablauf des Projektes geben 21 % der Coaches Auskunft. Fragen zum Schritte sammeln treten lediglich bei 4 % der Coaches auf. Mit Rückfragen zu verlorenen oder defekten Armbändern sind 52 % der befragten Coaches konfrontiert. 23 % erhielten Fragen zum Datenschutz und 10 % werden andere nicht-technische Rückfragen gestellt. 27 % der befragten Coaches werden mit gar keinen Rückfragen der Eltern konfrontiert.

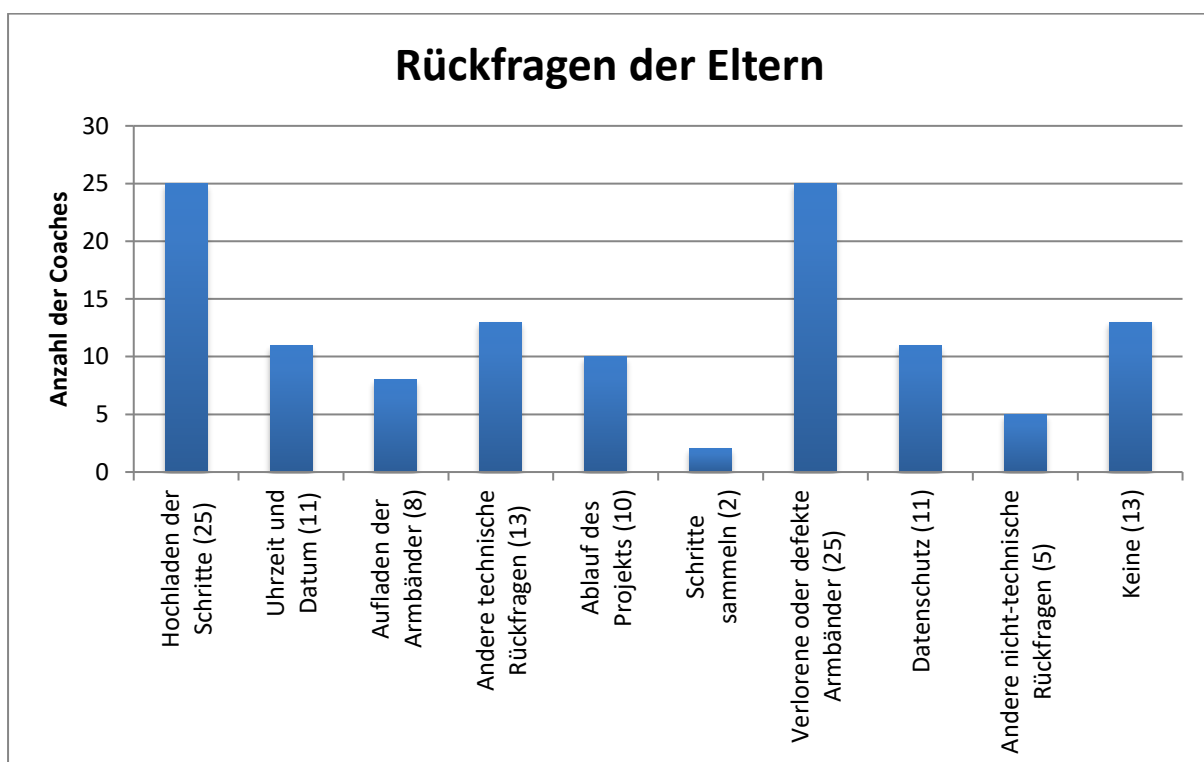


Abbildung 43: Rückfragen der Eltern (absolute Zahlen)

Abbildung 44 führt die Handlungsfähigkeit der Coaches hinsichtlich der von Schülern und Eltern aufgetretenen Rückfragen auf. 25 % der Coaches sind in der Lage alle der aufgetretenen Rückfragen zu beantworten. 44 % geben an die „meisten Rückfragen“ beantworten zu können. 19 % der Coaches können „manche Rückfragen“ eigenständig beantworten und 13 % greifen zur Beantwortung der Rückfragen auf die Unterstützung des step Supports zurück.

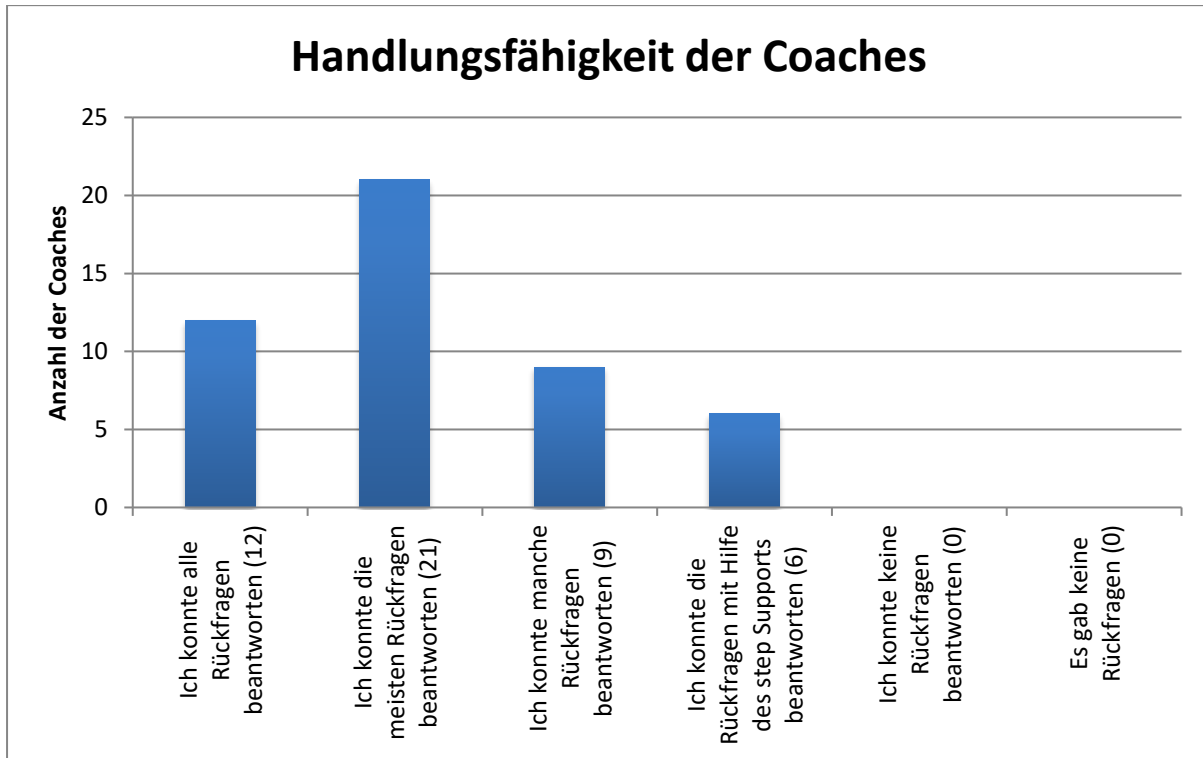


Abbildung 44: Handlungsfähigkeit der Coaches (absolute Zahlen)

In **Abbildung 45** wird die prognostizierte Aktivitätsänderung der Schüler aus Sicht der Coaches dargestellt. 77 % der befragten Coaches glauben, dass die Schüler die gesteigerte körperliche Aktivität auch nach Projektende beibehalten.

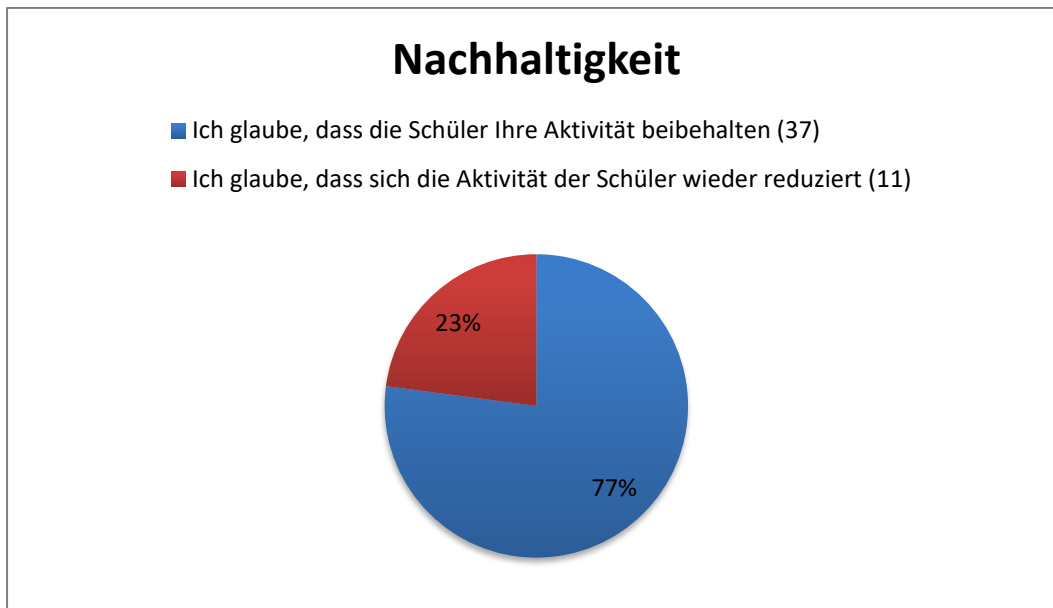


Abbildung 45: Nachhaltigkeit (Coaches) (in %)

Abbildung 46 zeigt wie hoch das Interesse der Coaches ist an einer weiteren Projektphase teilzunehmen. 81 % der Coaches würden gerne an einem Folgeprojekt teilnehmen.

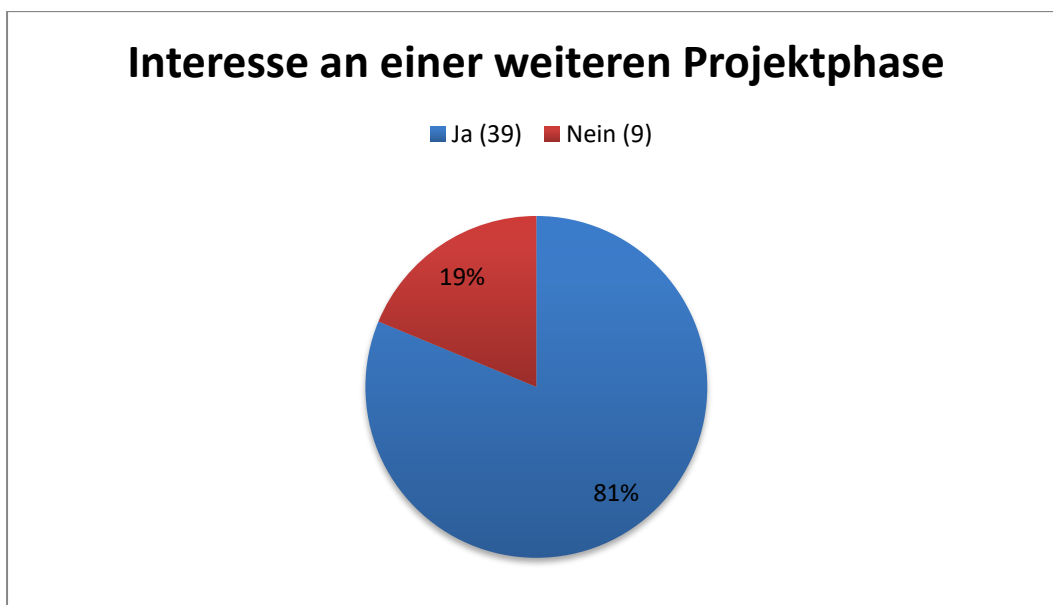


Abbildung 46: Interesse an einem Folgeprojekt (Coaches) (in %)

Abbildung 47 gibt einen Überblick über die Geschlechterverteilung der an der Befragung teilnehmenden Coaches. 21 % Männer und 79 % Frauen nehmen an der Befragung teil.

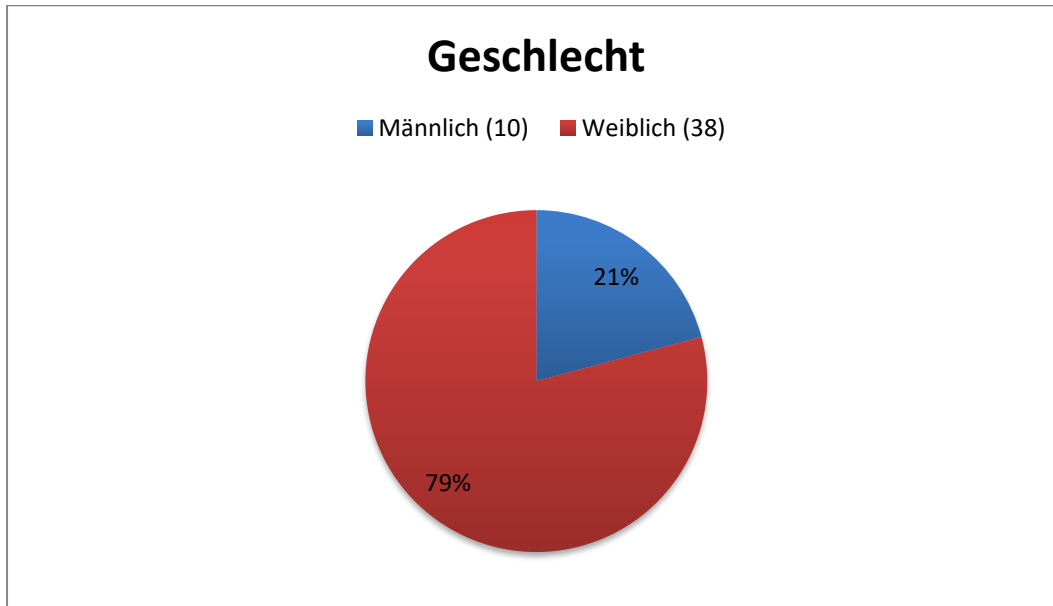


Abbildung 47: Geschlechterverteilung Coaches (in %)

Abbildung 48 gibt einen Überblick über die Herkunft der Coaches. 29 % der Coaches kommen jeweils aus Baden-Württemberg und Bayern. 23 % kommen aus Nordrhein-Westfalen. 4 % jeweils aus Berlin, Brandenburg und Sachsen und 2 % sind jeweils in Bremen, Hamburg und Thüringen wohnhaft.

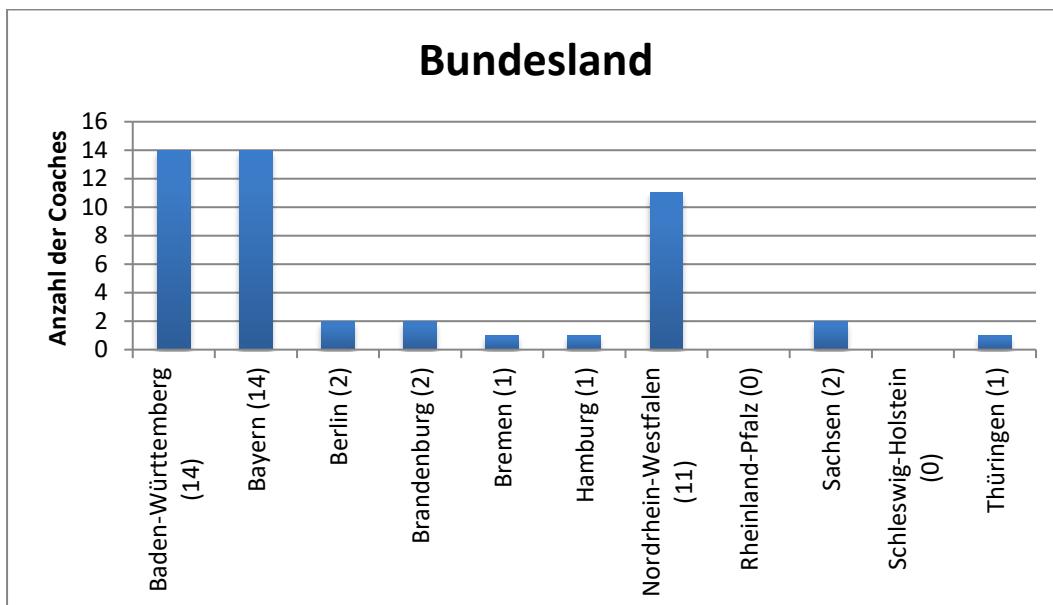


Abbildung 48: Verteilung der Coaches auf Bundeslandebene (absolute Zahlen)

In **Abbildung 49** werden die Klassengrößen der befragten Coaches dargestellt. 15 % der Coaches haben eine Klasse von 15 bis 19 Schülern. 58 % der Coaches haben eine Klasse von 20 bis 24 Schülern. 23 % betreuen eine Klasse von 25 bis 29 Schülern und 4 % machen über ihre Klassengröße keine Angabe.

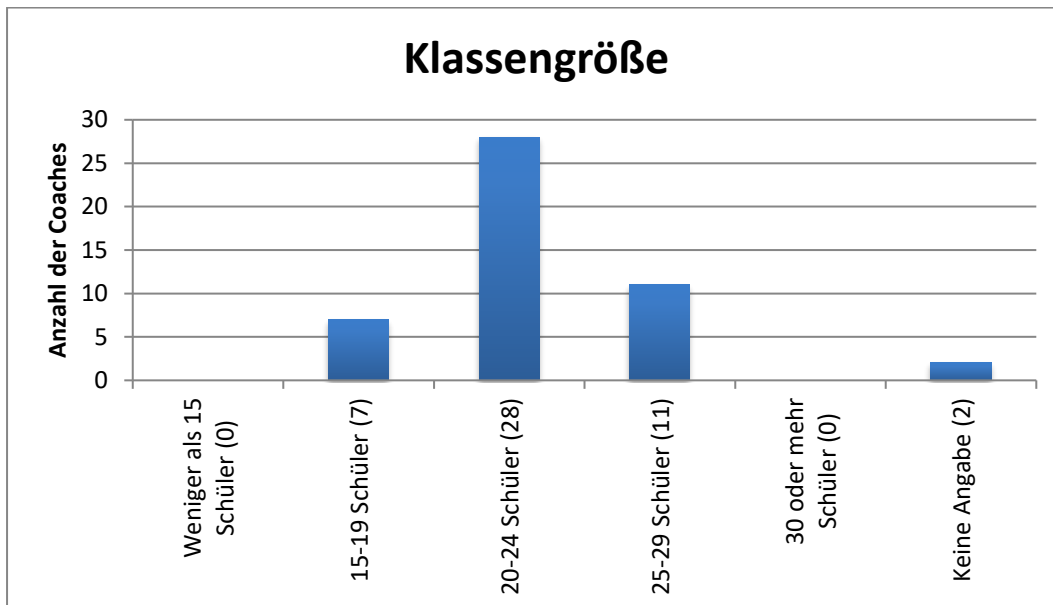


Abbildung 49: Klassengröße (absolute Zahlen)

In **Abbildung 50** wird der Anteil der Sportlehrer veranschaulicht. Insgesamt geben 85 % der Coaches an Sportlehrer zu sein.

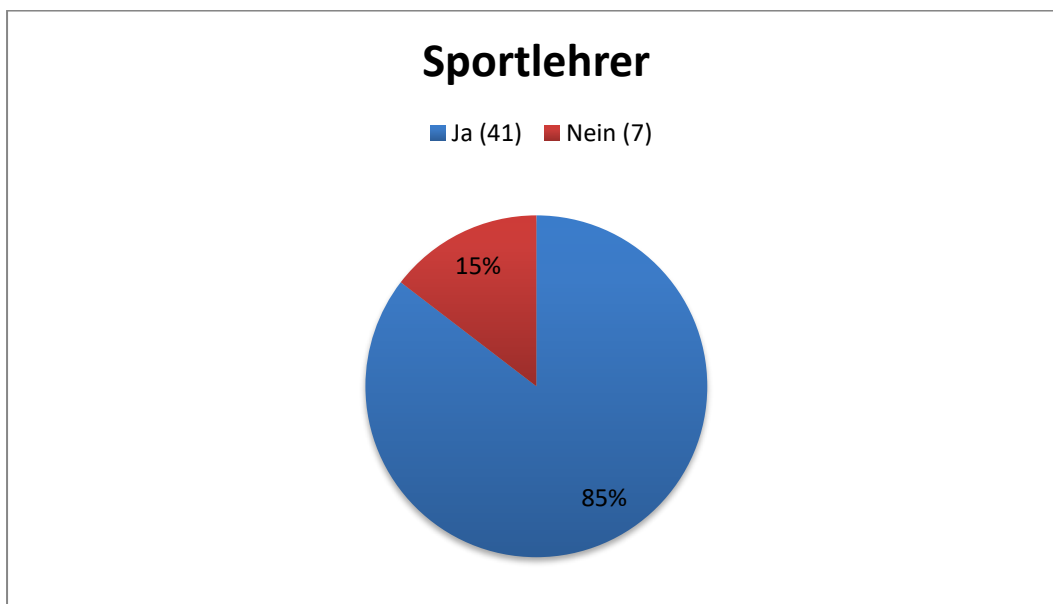


Abbildung 50: Anteil der Sportlehrer (in %)

7.1 Fazit Lehrkräftebefragung

Die Befragung der Coaches/ Lehrkräfte bestätigt die Ergebnisse der Schülerbefragung hinsichtlich der Steigerung der körperlichen Aktivität: **67 % der Coaches berichten von einer allgemeinen Aktivitätssteigerung.**

Im Setting Schule stellen 33 % eine erhöhte Aktivität im Sportunterricht und 58 % ein gesteigertes Bewegungsverhalten in den Schulpausen fest.

Darüber hinaus können geringe positive Wirkungsweise auf kognitiver Ebene festgestellt werden. 8 % der Coaches nehmen eine gesteigerte Konzentrationsfähigkeit und 6 % eine erhöhte Aufmerksamkeit der Schüler wahr. Eine Reduktion des Lärmpegels in der Klasse kann von 8 % der Coaches beobachtet werden. Außerdem scheint das Projekt einen geringen Einfluss auf das Konfliktverhalten der Schüler zu haben. 12 % berichten von weniger Konfliktsituationen während der Projektdauer.

Die Coaches tragen aktiv zu einer Steigerung der körperlichen Aktivität der Schüler bei. **92 % ergreifen Maßnahmen, um die Schüler zu unterstützen.** Insgesamt investieren die Coaches durchschnittlich 34 Minuten wöchentlich in zusätzliche Bewegungsmaßnahmen. Der organisatorische Aufwand beträgt im Durchschnitt 65 Minuten pro Woche.

Zur Umsetzung des Projekts werden weitere Lehrkräfte eingebunden. 40 % binden eine weitere Lehrkraft, 23 % binden 2 weitere Lehrkräfte und 19 % binden drei weitere Lehrkräfte in das Projekt ein.

Darüber hinaus beurteilen 42 % der Coaches die Projektdauer als passend und 58 % als zu lang.

Im Hinblick auf aufgetretene Rückfragen werden am häufigsten (>50 %) Rückfragen zum Hochladen der Schritte (92 % Schülern, 52 % Eltern), Rückfragen zum Aufladen der Armbänder (58 % Schüler, 17 % Eltern), weitere technische Rückfragen (58 % Schüler, 27 % Eltern) und Rückfragen zu verlorenen und defekten Armbändern (96 % Schüler, 52 % Eltern) an die Coaches gestellt. 25 % aller Coaches können alle Rückfragen eigenständig beantworten. 44 % können die meisten Rückfragen beantworten. 19 % sind in der Lage manche Rückfragen zu beantworten und 13 % müssen für eine Rückmeldung den step Support kontaktieren.

7.2 Überblick Ergebnisse Befragung Coaches

Tabelle 4: Übersicht aller Ergebnisse der Coach-Befragung

Bereich	Ergebnisse Coaches
Allgemein	<ul style="list-style-type: none"> • 92 % gefällt das Projekt • 81 % haben Interesse an einer weiteren Projektphase
Aktivitätssteigerung	<ul style="list-style-type: none"> • 67 % können allgemein eine Aktivitätssteigerung feststellen • 33 % können im Sportunterricht eine Aktivitätssteigerung feststellen • 58 % können in den Schulpausen eine Aktivitätssteigerung feststellen
Weitere Wirkungsweisen	<ul style="list-style-type: none"> • 8 % nehmen einen reduzierten Lärmpegel wahr • 12 % nehmen weniger Konfliktsituationen wahr • 8 % nehmen eine Steigerung der Konzentrationsfähigkeit wahr • 6 % nehmen eine erhöhte Aufmerksamkeit wahr
Nachhaltigkeit	<ul style="list-style-type: none"> • 77 % glauben, dass ihre Schüler die gesteigerte körperliche Aktivität nach dem Projekt beibehalten
Durchgeführte Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> • 81 % verbale Motivation • 52 % Integration von Lauf- und Fangspielen • 42 % andere Maßnahmen • 40 % Integration von Bewegungsmaßnahmen in den Unterricht • 31 % Durchführung von Aktiv-Ausflügen • 8 % keine Maßnahmen
Vorbereitung	<ul style="list-style-type: none"> • 83 % fühlen sich gut vorbereitet • 75 % fühlen sich durch das Handbuch für den step Coach ausreichend vorbereitet • Die durchschnittliche Vorbereitungszeit beträgt 3,3 Stunden • 77 % kontaktieren den step Support • 95 % empfinden den Support als hilfreich
Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> • 65 Minuten werden durchschnittlich für die Organisation des Projektes pro Woche investiert

	<ul style="list-style-type: none"> • 34 Minuten werden durchschnittlich für Bewegungsmaßnahmen pro Woche investiert • 40 % binden eine weitere Lehrkraft in das Projekt ein • 23 % binden zwei weitere Lehrkräfte in das Projekt ein • 19 % binden drei weitere Lehrkräfte in das Projekt ein • 19 % betreuen das Projekt alleine • 42 % empfinden die Projektdauer als passend • 58 % empfinden die Projektdauer als zu lang
Armbänder	<ul style="list-style-type: none"> • 69 % empfinden, dass die Schüler mit den Armbändern gut umgehen
FAQs	<ul style="list-style-type: none"> • 56 % empfinden die FAQs als hilfreich • 11 % empfinden die FAQs als nicht hilfreich • 33 % lesen die FAQs nicht
Rückfragen	<ul style="list-style-type: none"> • 92 % bekommen Rückfragen der Schüler und 52 % der Eltern zum Hochladen der Schritte • 90 % bekommen Rückfragen der Schüler und 23 % der Eltern zum Verstellen von Uhrzeit und Datum • 58 % bekommen Rückfragen der Schüler und 17 % der Eltern zum Aufladen der Armbänder • 58 % bekommen Rückfragen der Schüler und 27 % der Eltern zu weiteren technischen Rückfragen • 38 % bekommen Rückfragen der Schüler und 21 % der Eltern zum Ablauf des Projektes • 35 % bekommen Rückfragen der Schüler und 4 % der Eltern zum Schritte sammeln • 96 % bekommen Rückfragen der Schüler und 52 % der Eltern zu verlorenen und defekten Armbändern • 29 % bekommen Rückfragen der Schüler und 10 % der Eltern zu weiteren nicht-technischen Rückfragen • 23 % bekommen Rückfragen der Eltern zum Datenschutz • 27 % bekommen keine Rückfragen der Eltern
Handlungsfähigkeit	<ul style="list-style-type: none"> • 25 % können alle Rückfragen beantworten • 44 % können die meisten Rückfragen beantworten • 19 % können manche Rückfragen beantworten

	<ul style="list-style-type: none"> • 13 % beantworten die Rückfragen mit Hilfe des step Supports
Anthropometrische Daten	<ul style="list-style-type: none"> • Geschlecht <ul style="list-style-type: none"> ○ männlich 21 % ○ weiblich 79 % • durchschnittliches Alter zwischen 35 und 44 Jahren • Bundesland: <ul style="list-style-type: none"> ○ Baden-Württemberg 29 % ○ Bayern 29 % ○ Nordrhein-Westfalen 23 % ○ Berlin 4 % ○ Brandenburg 4 % ○ Sachsen 4 % ○ Bremen 2 % ○ Hamburg 2 % ○ Thüringen 2 % • Klassengröße <ul style="list-style-type: none"> ○ 15-19 Schüler 15 % ○ 20 – 24 Schüler 58 % ○ 25 – 29 Schüler 23 % ○ keine Angabe 4 % • Sportlehrer 85 %

8 Evaluation des Datenexports

Für die weitere Evaluation wurden Daten (Anzahl der Schritte) aus dem Backend verwendet. Hierbei werden die gesammelten Schritte über den Projektzeitraum, die Anzahl der Schüler pro Klasse und die Herkunft der Schulen in die Auswertung eingebunden. Klassen, die vor Projektstart ausgestiegen sind, werden bei der Evaluation nicht berücksichtigt. Die Ergebnisse werden im Folgenden dargestellt und graphisch veranschaulicht.

In **Abbildung 51** werden alle Klassen pro Bundesland aufgeführt. Die absolute und prozentuale Verteilung kann in Tabelle 3 eingesehen werden.

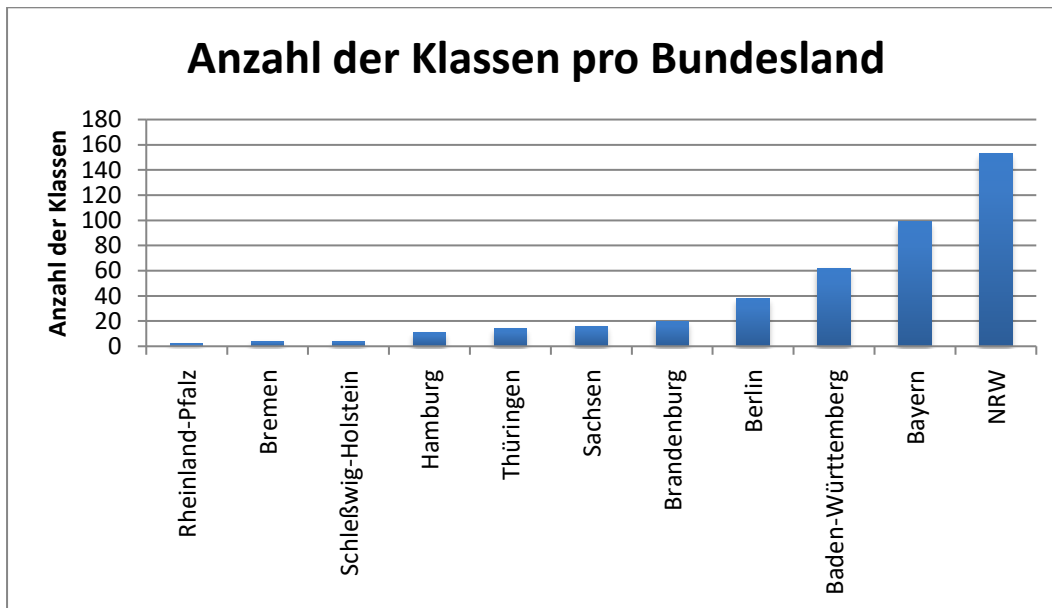


Abbildung 51: Klassen pro Bundesland (absolute Zahlen)

Tabelle 5: Übersicht aller Klassen und Bundesländer

Bundesland	Rheinland-Pfalz	Bremen	Schleswig-Holstein	Hamburg	Thüringen	Sachsen	Brandenburg	Berlin	Baden-Württemberg	Bayern	NRW	Gesamt
Klassen absolut	2	4	4	11	14	16	20	38	62	99	153	423
Klassen prozentual	<1 %	1 %	1 %	3 %	3 %	4 %	5 %	9 %	15 %	23 %	36 %	100 %

In **Abbildung 52** wird die durchschnittliche Schrittzahl der jeweiligen Bundesländer auf Klassenebene aufgeführt. Sachsen, Thüringen und Schleswig-Holstein zeigen sich als die Bundesländer mit den aktivsten Klassen. Klassen aus Bremen, Hamburg und Berlin legen im Durchschnitt am wenigsten Schritte zurück. Eine Übersicht der durchschnittlichen Schrittzahlen der Klassen liefert Tabelle 4.

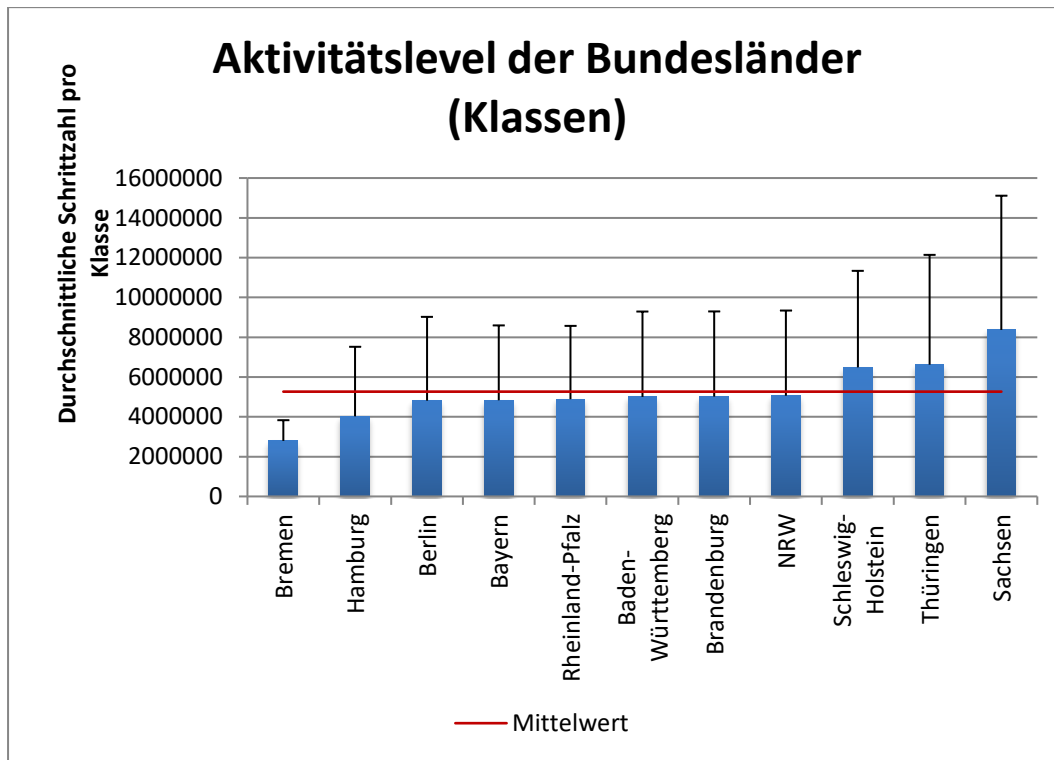


Abbildung 52: Aktivitätslevel der Bundesländer auf Klassenebene

Tabelle 6: Mittelwerte und Standardabweichungen aller Klassen pro Bundesland

Bundesland	Mittelwert	SD
Bremen	2791117	1040649
Hamburg	4025326	3494161
Berlin	4815269	4208077
Bayern	4833919	3760132
Rheinland-Pfalz	4890821	3679660
Baden-Württemberg	5001889	4289481
Brandenburg	5019268	4277410
NRW	5061319	4280194
Schleswig-Holstein	6486369	4848949
Thüringen	6621966	5516285
Sachsen	8366901	6745228
Gesamt	5264924	1459828

In **Abbildung 53** wird aufgeführt, wie viele Schritte jeder Schüler durchschnittlich pro Bundesland während der Projektdauer täglich zurücklegt. Analog zu der durchschnittlichen Klassenschrittzahl sind die Schüler aus Thüringen, Schleswig-Holstein und Sachsen am aktivsten. Einzelne Schüler aus Bremen, Hamburg und Berlin legen die wenigsten Schritte zurück. Schüler, die ihr Armband auf Grund von mangelnder Motivation, Verlust oder Defekt oder auch Vergesslichkeit nicht über die gesamte Projektdauer tragen, fallen in der Statistik negativ ins Gewicht. Ebenfalls senken Schüler den Schnitt, die Probleme beim Hochladen ihrer Schritte haben oder dies wiederholt vergessen haben. Dementsprechend kann diese Statistik auch als Marker der Bundesländer betrachtet werden, die mit der Umsetzung des Projektes am besten zurechtgekommen sind. Die durchschnittlichen Schrittzahlen pro Schüler der jeweiligen Bundesländer werden in Tabelle 5 dargestellt.

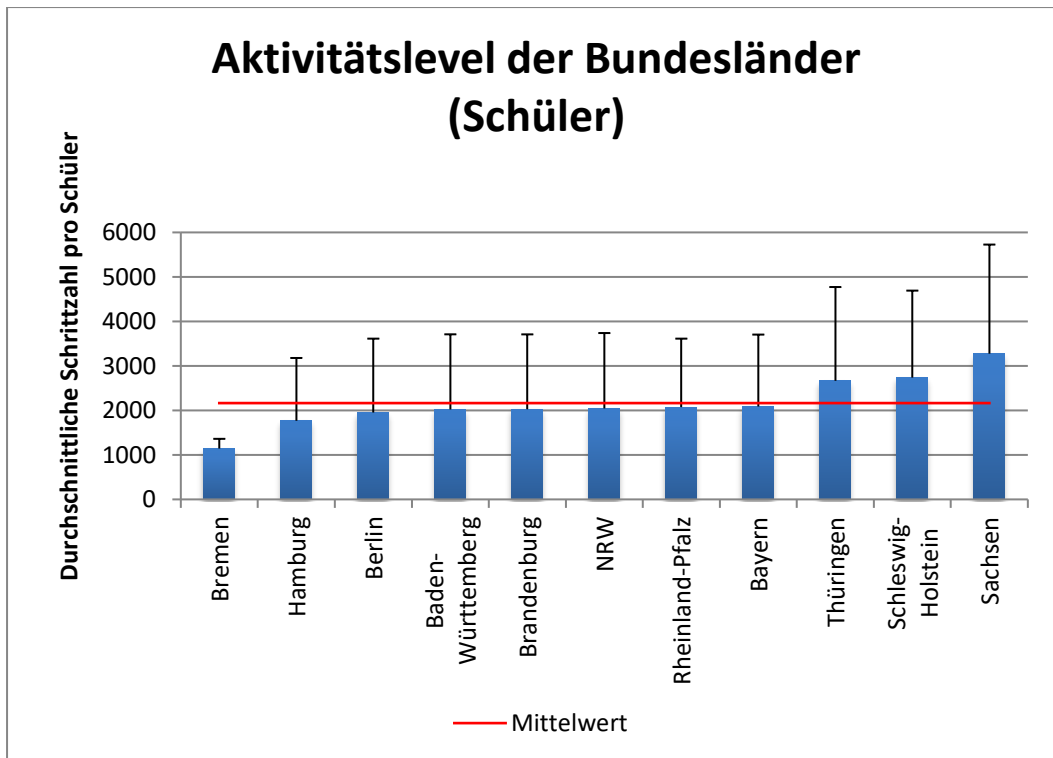


Abbildung 53: Aktivitätslevel der Bundesländer auf Schülerebene

Tabelle 7: Mittelwerte und Standardabweichungen der Schüler pro Bundesland

Bundesland	Bremen	Hamburg	Berlin	Baden-Württemberg	Brandenburg	NRW	Rheinland-Pfalz	Bayern	Thüringen	Schleswig-Holstein	Sachsen	Gesamt
Mittelwert	1144	1768	1954	2023	2028	2045	2076	2089	2666	2738	3276	2164
SD	217	1410	1659	1687	1681	1694	1537	1615	2107	1954	2451	559

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Beliebtheit (in %)	5
Abbildung 2: Spaßfaktor (in %)	6
Abbildung 3: Anmeldungen in einem Sportverein (in %)	6
Abbildung 4: Aktivitätssteigerung allgemein (in %).....	7
Abbildung 5: Aktivitätssteigerung in den Schulpausen (in %)	7
Abbildung 6: Aktivitätssteigerung im Sportunterricht (in %)	8
Abbildung 7: WHO Empfehlungen (in %).....	8
Abbildung 8: Nachhaltigkeit (Schüler) (in %)	9
Abbildung 9: Gewähltes Transportmittel vor dem Projekt (absolute Zahlen)	10
Abbildung 10: Gewählte Transportmittel während des Projektes (absolute Zahlen).....	10
Abbildung 11: Zusätzliche Bewegungsübungen (in %)	11
Abbildung 12: Unterstützung durch Eltern (in %).....	12
Abbildung 13: Motivation (in %).....	12
Abbildung 14: Benutzerfreundlichkeit der Armbänder (absolute Zahlen).....	13
Abbildung 15: Nutzung des Armbandes (absolute Zahlen)	13
Abbildung 16: Beliebtheit der Armbänder (in %)	14
Abbildung 17: Ausleseprozess der Armbänder (absolute Zahlen)	14
Abbildung 18: Optik der Website (absolute Zahlen)	15
Abbildung 19: Videopräsenz (absolute Zahlen).....	15
Abbildung 20: Beliebtheit der Videos (absolute Zahlen).....	16
Abbildung 21: Interesse an einem Folgeprojekt (Schüler) (in %)	16
Abbildung 22: Geschlechterverteilung Coaches (in %).....	19
Abbildung 23: Altersverteilung Coaches (absolute Zahlen).....	20
Abbildung 24: Beliebtheit Coaches (in %).....	20
Abbildung 25: Allgemeine Veränderung des Bewegungsverhaltens (absolute Zahlen)	21
Abbildung 26: Veränderungen des Bewegungsverhaltens in den Schulpausen (absolute Zahlen)	21
Abbildung 27: Veränderung des Bewegungsverhaltens in den Schulpausen (absolute Zahlen) .	22
Abbildung 28: Durchgeführte Maßnahmen zur Aktivitätssteigerung (absolute Zahlen)	23

Abbildung 29: Konfliktsituationen (in %)	24
Abbildung 30: Lärmpegel (in %)	24
Abbildung 31: Aufmerksamkeit (in %)	25
Abbildung 32: Konzentrationsfähigkeit (in %)	25
Abbildung 33: Allgemeine Vorbereitung (in %)	26
Abbildung 34: Vorbereitung durch das "Handbuch für den step Coach" (in %)	26
Abbildung 35: Durchschnittliche Vorbereitungszeit	27
Abbildung 36: step Support kontaktiert (in %)	27
Abbildung 37: step Support als Hilfreich empfunden (in %)	28
Abbildung 38: Durchschnittliche, investierte Zeit (pro Woche)	28
Abbildung 39: Involvierte Lehrkräfte (absolute Zahlen)	29
Abbildung 40: Projektdauer (absolute Zahlen)	29
Abbildung 41: Sorgfalt in %	30
Abbildung 42: Rückfragen der Schüler	31
Abbildung 43: Rückfragen der Eltern (absolute Zahlen)	32
Abbildung 44: Handlungsfähigkeit der Coaches (absolute Zahlen)	33
Abbildung 45: Nachhaltigkeit (Coaches) (in %)	34
Abbildung 46: Interesse an einem Folgeprojekt (Coaches) (in %)	34
Abbildung 47: Geschlechterverteilung Coaches (in %)	35
Abbildung 48: Verteilung der Coaches auf Bundeslandebene (absolute Zahlen)	35
Abbildung 49: Klassengröße (absolute Zahlen)	36
Abbildung 50: Anteil der Sportlehrer (in %)	36
Abbildung 51: Klassen pro Bundesland (absolute Zahlen)	41
Abbildung 52: Aktivitätslevel der Bundesländer auf Klassenebene	42
Abbildung 53: Aktivitätslevel der Bundesländer auf Schülerebene	44

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Allgemeine Informationen zum step Projekt	2
Tabelle 2: Übersicht gewählter Transportmittel für den Schulweg	11
Tabelle 3: Übersicht aller Ergebnisse der Schülerbefragung	18
Tabelle 4: Übersicht aller Ergebnisse der Coach-Befragung	38

Tabelle 5: Übersicht aller Klassen und Bundesländer	41
Tabelle 6: Mittelwerte und Standardabweichungen aller Klassen pro Bundesland	43
Tabelle 7: Mittelwerte und Standardabweichungen der Schüler pro Bundesland	44