

**Kurzfassung**  
**zur wissenschaftlichen Begleitung des**  
**Pilotprojekts „Schulfrucht“**

**Das Problem: Unsere Kinder ernähren sich nicht gut genug –  
Schulfrucht ist ein Baustein zur Lösung!**

Kinder essen zu wenig Obst und Gemüse, insbesondere in der Verpflegung am Vormittag. Jungen essen weniger Obst und Gemüse als Mädchen; Kinder an Brennpunktschulen essen weniger Obst und Gemüse als Gymnasiasten.

Hier verbessert die Verteilung von Obst und Gemüse in der Schule effizient und effektiv das Ernährungsverhalten. Das Schulfruchtprojekt zeigt den Kindern, dass gesundes Essen schmeckt und Spaß machen kann. Dieses Erleben fördert ein nachhaltig gesunderes Ernährungsverhalten.

Schulfruchtprojekte lassen sich erfolgreich umsetzen. Die Erfolgsfaktoren sind:

1. die kostenfreie Abgabe der Früchte
2. eine verlässliche Logistik
3. ein breites Sortiment an Obst und Gemüse: garantierte Abwechslung und Qualität
4. pädagogische Begleitmaßnahmen
5. Evaluierung

**CO CONCEPT**

Dr. Marianne Altmann

## **Ergebnisse des Monitoring des „Pilotprojekts Schulfrucht“**

### **1. Ausgangslage und Zielsetzung**

Ziel des von 5 am Tag e.V. durchgeführten „Pilotprojekts Schulfrucht“ ist es, anhand unterschiedlicher Modelle/Varianten zu prüfen, ob und auf welche Weise es gelingen kann, den Verzehr von Obst und Gemüse bei Schulkindern zu erhöhen. Die Erkenntnisse aus dem vom BMELV geförderten Pilotprojekts liefern wichtige Hinweise für die Durchführung von Schulfruchtprogrammen. Untersucht werden drei unterschiedliche Verfahrensweisen, mit denen die 18 teilnehmenden Schulen unterschiedlichen Schultyps mit Obst und Gemüse beliefert werden. Die Varianten unterscheiden sich in Hinblick auf die Fruchtvielfalt und die Intensität der pädagogischen Begleitmaßnahmen. Als Begleitmaßnahmen werden Unterrichtsstunden durchgeführt, in denen altersgerecht und spielerisch die Wichtigkeit von Obst und Gemüse vermittelt wird. Ein Wettbewerb um die beste Geschichte rund um Obst und Gemüse mit attraktiven Gewinnen steigert die Motivation der Schülerinnen und Schüler, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen.

Um die Verzehrsentwicklung von Obst und Gemüse bei den Schulkindern zu messen, wurde im Vorfeld eine „Nullmessung“ (Baseline) durchgeführt. Die Evaluation misst in der Mitte und am Ende der Projektlaufzeit die Wirkungsweise, Praktikabilität, Effektivität und Effizienz der Schulfruchtverteilung.

Mit der Evaluation wurde das Marktforschungsunternehmen CO CONCEPT aus Luxemburg beauftragt.

### **2. Ergebnisse der Baseline-Erhebung**

Die wichtigsten Befragungsergebnisse der Schüler und Schülerinnen der Klassen 4 und 5 der am Programm teilnehmenden Schulen sind wie folgt:

- § Die Schülerinnen und Schüler geben an, Obst und Gemüse gerne, teilweise auch sehr gerne zu essen. Obst ist hierbei beliebter als Gemüse. Dieser Sachverhalt ist auch aus anderen Studien bekannt.
- § Beliebt ist eine große Vielfalt an Obst und Gemüse. Durchschnittlich haben die Schulkinder 9 verschiedene Obstarten als Lieblingsobst und 6 verschiedene Lieblingsgemüsearten benannt.

- § Spitzenreiter beim Lieblingsobst sind Erdbeeren, Äpfel und Kirschen, gefolgt von Trauben und Bananen. Die beliebtesten Gemüsearten sind Gurken, Karotten und Tomaten.
- § Obst und Gemüse wird häufiger zur Mittags- und zur Abendmahlzeit oder auch zwischendurch als Nachmittagssnack gegessen. Früchte zum Frühstück oder vormittags zu essen, ist nur bei 15% bzw. 24% der befragten Schulkinder üblich. Im Durchschnitt geben die Kinder an, ca. 1,5 Mal am Tag Obst und/oder Gemüse zu essen.
- § Die Angaben zum Verzehr von Obst und Gemüse zeigen, dass die Kinder und Jugendlichen nicht genug davon essen. Sie geben an, pro Tag knapp 3 (2,7) Stück Obst und Gemüse zu essen. Mit anderthalb Stück ist Obst etwas beliebter als Gemüse. Dazu kommt noch der Fruchtsaft, den ein Großteil der Kinder trinkt. Es wird deutlich, dass die Kinder weniger als die empfohlenen 5 Portionen am Tag essen und deshalb die Extraportion, die nun in der Schule angeboten wird, die Lücke schließt.
- § Wie auch aus anderen Untersuchungen bekannt, gibt es in den Verzehrsgewohnheiten geringe geschlechtsspezifische Unterschiede: Mädchen essen etwas häufiger, etwas mehr und auch etwas lieber Obst und Gemüse als Jungen.
- § Auch zwischen den Schultypen zeigen sich geringfügige Unterschiede im Verzehrverhalten: Gymnasiasten haben mit 2,9 Portionen an Obst und Gemüse am Tag einen etwas höheren Verzehr als der Durchschnitt. Werden Obstsaftgetränke mit berücksichtigt, erhöht sich dieser Abstand nochmals.

### **3. Ergebnisse der Zwischenevaluation (Monitoring)**

Die Befragungen der Schulen zur Mitte der Projektlaufzeit ergibt ein sehr positives Bild. Es gibt von den 18 teilnehmenden Schulen keine einzige negative Rückmeldung.

Wichtige Ergebnisse sind:

- § Die Kinder sind begeistert; sie sind neugierig auf die täglich unterschiedlichen Fruchtarten.
- § Gerade die Schülerinnen und Schüler von Grundschulen und von sog. Brennpunktschulen fühlen sich durch das Projekt aufgewertet; es wird für sie etwas zubereitet; sie bekommen ein Geschenk.

- § Die Kinder essen die Früchte; ein Wegwerfen oder Verderb wird nicht beobachtet; bei Abwesenheit von Schülern wird die übrig gebliebene Portion an die Mitschüler verteilt. Da alle Kinder Früchte essen, motiviert es jedes Kind mitzumachen. Die Gruppendynamik hat hier einen stärkeren Einfluss als die Vorgaben der Eltern.
- § Schülerinnen und Schüler identifizieren sich stark mit „ihrem“ Projekt, nehmen es als Gemeinschaftserlebnis wahr; sie übernehmen Verantwortung für den Transport ihrer Klassenkiste und für die Verteilung der Früchte.
- § Das Schulbild hat sich verändert; anstatt Schokoriegel haben die Schüler jetzt in den Pausen Früchte in der Hand. Viele Schulen erwarten eine nachhaltige Veränderung bei den Kindern aufgrund der breiten Erfahrung mit unterschiedlichen Obst- und Gemüsearten.
- § Das Projekt wird vielfältig in den Unterricht eingebunden, bspw. als Ernährungslehre im Fach Biologie, als Aufsatzthema im Fach Deutsch, Mengenlehre in Mathematik und als Wortschatzerweiterung zu Obst und Gemüse im Englischunterricht.
- § Der Ablauf und die Organisation des Projekts verlaufen mit viel weniger Aufwand und reibungsloser als erwartet. Die Organisation der Fruchtverteilung wird aufgrund der Konfektionierung in Fruchtkisten pro Klasse als unproblematisch empfunden. Die Belastung der Schulen ist vertretbar.
- § Das „Pilotprojekt Schulfrucht“ ist ein Projekt, bei dem Eltern, Schüler und das Lehrpersonal dasselbe wollen.
- § Das Projekt übertrifft die Erwartungen der Schulträger, Schulleitung und der Lehrerinnen und Lehrer. Sie alle sind interessiert, das Projekt fortzuführen.

#### **4. Schlussevaluierung**

Mit der Schlussevaluierung wurde Ende Juni begonnen. Die ersten Ergebnisse der Befragung der Schulleitungen bestätigen den positiven Eindruck aus der Zwischenevaluierung.

Die Befragung der Schulen, der Schülerinnen und Schüler sowie Eltern und den Personen, die mit der Organisation der Fruchtverteilung betraut waren, sind Mitte Juli abgeschlossen.

Die Gesamtauswertung des Pilotprojekts liegt im September vor.

Im Auftrag des 5 am Tag e.V.

## Anlage

**Tab. 1: Stichprobe**

Referenzklassen 4. oder 5. Schuljahr an den 18 teilnehmenden Schulen	
6	Grundschulen
6	Gymnasien
6	Haupt- und Förderschulen
502 verwertbare Interviews, davon 50% von Mädchen und 50% von Jungen	

**Tab. 2: Beliebtheit des Obst- und Gemüseverzehrs**

„Wie gerne isst du Obst?“								
	Angaben in %							
	sehr ungerne (1)	ungerne (2)	eher ungerne (3)	teils/teils (4)	eher gerne (5)	gerne (6)	sehr gerne (7)	Ø
Mädchen	0,0	1,2	0,4	1,2	4,0	20,2	72,9	6,6
Jungen	0,4	2,0	0,8	4,0	7,6	24,9	60,2	6,3
alle	0,2	1,6	0,6	2,6	5,8	22,6	66,5	6,5
„Wie gerne isst du Gemüse?“								
	Angaben in %							
	sehr ungerne (1)	ungerne (2)	eher ungerne (3)	teils/teils (4)	eher gerne (5)	gerne (6)	sehr gerne (7)	Ø
Mädchen	2,4	2,8	1,6	6,9	18,1	31,5	36,7	5,8
Jungen	6,0	2,8	3,6	11,6	17,7	24,1	34,1	5,4
alle	4,2	2,8	2,6	9,2	17,8	27,8	35,6	5,6

**Tab. 3: „Obst und Gemüse essen finde ich....“**

(Stimmungsbarometer von 0=superblöd bis 100=supertoll)

Angaben in %	bis 50 Punkte	51 bis 99 Punkte	100 Punkte	Ø Punktzahl
Mädchen	7,3	40,2	52,5	88,47
Jungen	12,5	44,9	42,6	83,33
Grundschüler	7,2	32,2	60,6	89,26
Haupt- und Förderschüler	14,5	32,6	52,9	84,87
Gymnasiasten	7,6	66,7	25,7	83,19
<b>Alle</b>	<b>10,0</b>	<b>42,6</b>	<b>47,4</b>	<b>85,80</b>

**Tab. 4: Das Lieblingsobst**

	Angaben in % der Nennungen*	Angaben in % der Befragten
Erdbeeren	86,9	10,0
Äpfel	85,9	9,9
Kirschen	75,3	8,7
Trauben	72,1	8,3
Bananen	71,7	8,2
Orangen, Mandarinen, Clementinen	64,7	7,4
Himbeeren und andere Beeren	63,1	7,3
Kiwis	62,7	7,2
Birnen	61,0	7,0
Pfirsiche, Nektarinen	60,6	7,0
Melonen, Wassermelonen	60,0	6,9
Ananas	45,6	5,2
Pflaumen	38,6	4,4
Anderes Obst	22,0	2,6
<b>Summe</b>	<b>870,2</b>	<b>100</b>

\* Mehrfachantworten möglich

Wortlaut der Frage: „Was ist dein Lieblingsobst?“

Nennungen anhand einer visualisierten Vorgabenliste

**Tab. 5: Das Lieblingsgemüse**

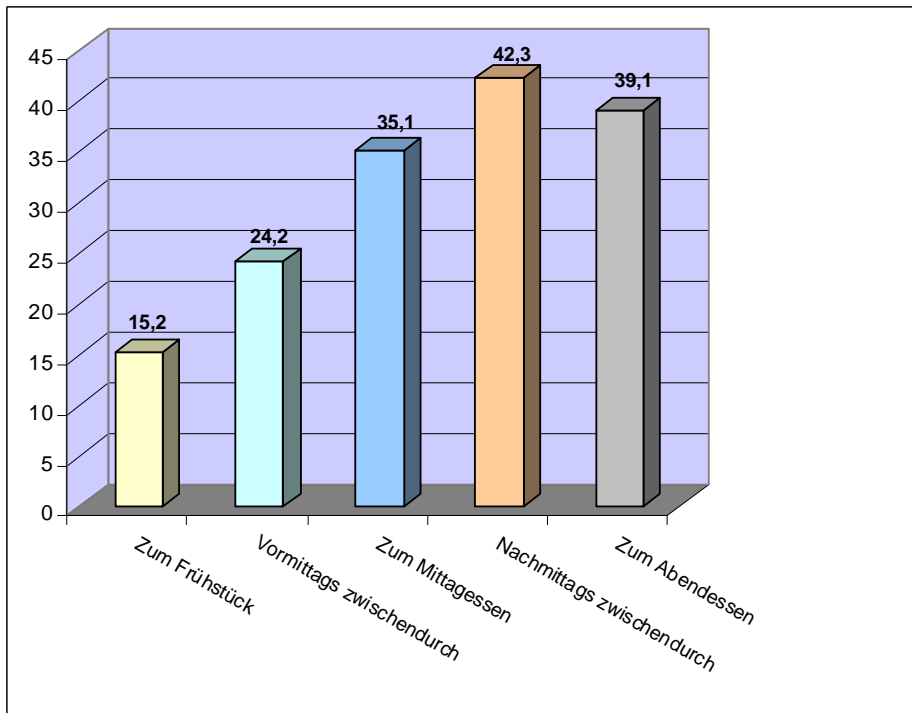
	Angaben in % der Nennungen*	Angaben in % der Befragten
Gurken	77,5	11,9
Karotten/Möhren	75,9	11,7
Tomaten	67,3	10,4
Paprika	64,1	9,9
Blattsalat/Grüner Salat	63,1	9,7
Essiggurken	45,8	7,1
Radieschen	44,8	6,9
Brokkoli	42,4	6,5
Blumenkohl	33,5	5,2
Spargel	31,5	4,9
Kohlrabi	29,1	4,5
Krautsalat	28,7	4,4
Rotkohl	21,5	3,3
Kartoffeln	10,0	1,5
Anderes Gemüse	14,0	2,1
<b>Total</b>	<b>649,2</b>	<b>100,0</b>

\* Mehrfachantworten möglich

Wortlaut der Frage: „Was ist dein Lieblingsgemüse?“

Nennungen anhand einer visualisierten Vorgabenliste

**Abb. 1:** „Wann hast du gestern Obst oder Gemüse gegessen?“  
(Mehrfachnennungen möglich – Angaben in %)

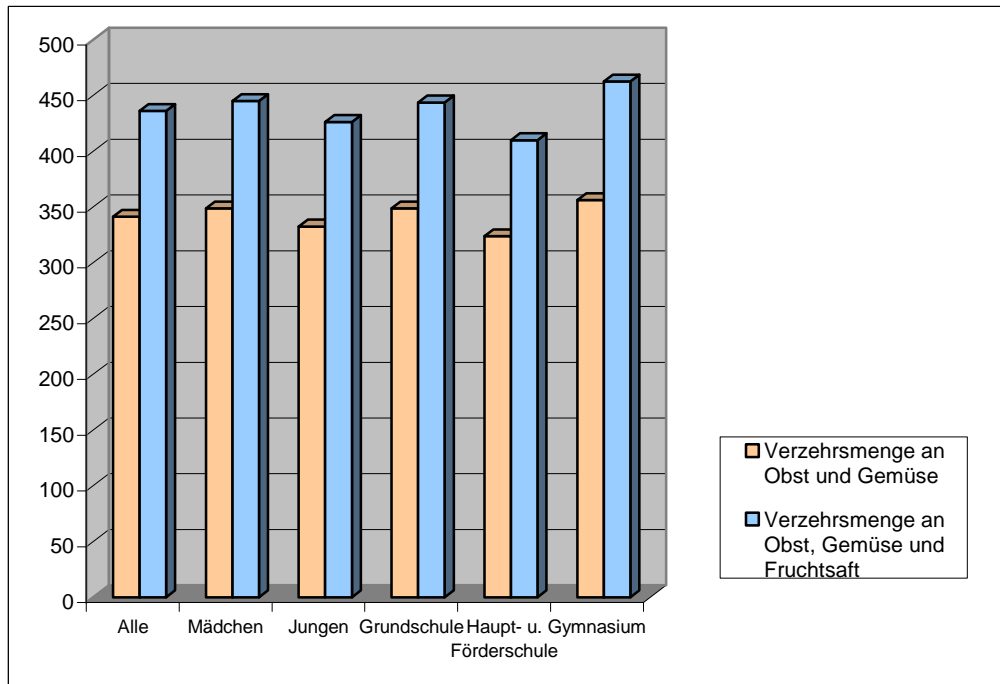


**Tab. 6: Verzehrsmengen in Portionen an Obst, Gemüse und Fruchtsaft pro Tag**

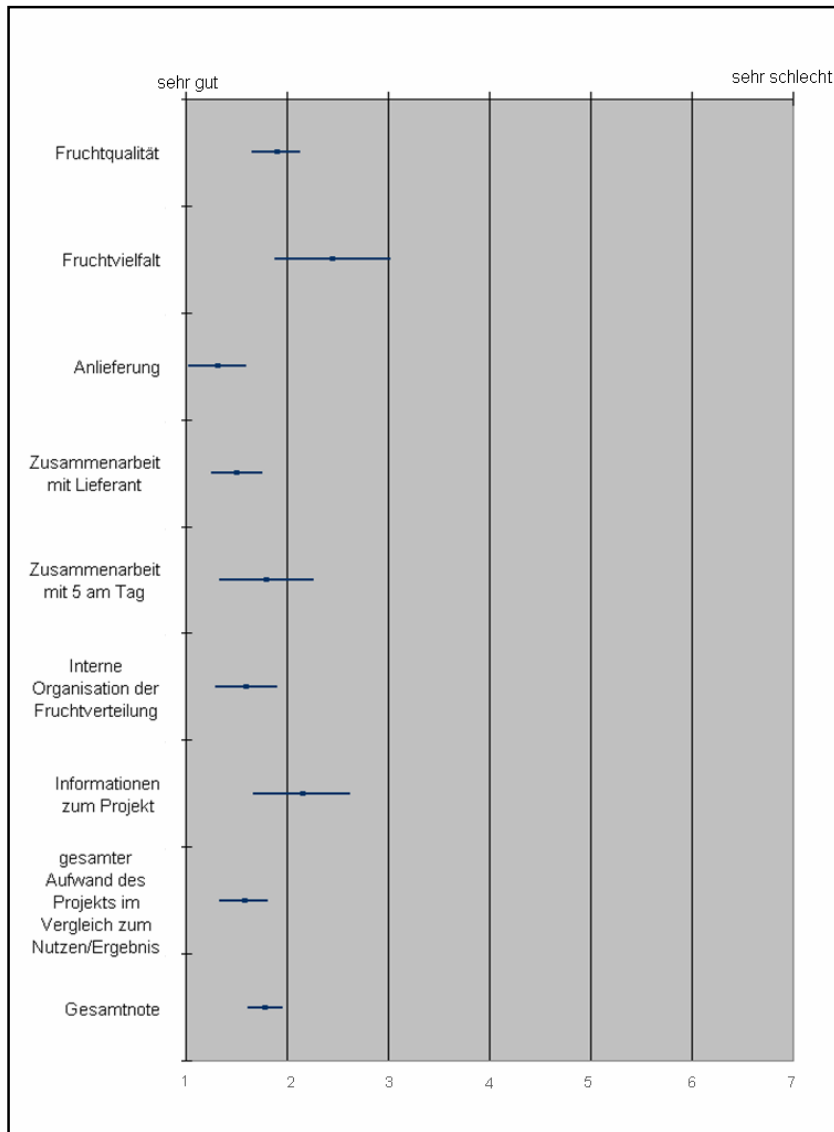
Angaben in Portion oder Stück	Verzehrmeng e an Obst und Gemüse	Verzehrmenge an Fruchtsaft*	Verzehrmenge an Obst , Gemüse und Fruchtsaft
Mädchen	2,79	0,77	3,56
Jungen	2,66	0,75	3,41
Grundschüler	2,79	0,76	3,55
Haupt- und Förderschüler	2,59	0,69	3,28
Gymnasiasten	2,85	0,85	3,70
<b>Alle</b>	<b>2,73</b>	<b>0,76</b>	<b>3,49</b>

\*Anmerkung: bei der Darstellung der Saftportion wird 1 Portion pro Angabe „Ja, habe Saft getrunken“ unterstellt

**Abb. 2: Errechnete Verzehrsmenge**  
(Basis 125g pro Portion / Stück)



**Abb. 3: Bewertung wesentlicher Einzelkriterien des Schulfruchtprojekts durch die Schulen**  
(Bewertungsskala 1= sehr gut bis 7= sehr schlecht)



## Kontakt:

### CO CONCEPT

Dr. Marianne Altmann  
17, rue Glesener  
L – 1631 Luxemburg  
Tel.: 00352 295235  
Fax: 00352 295236  
E-mail: [info@coconcept.lu](mailto:info@coconcept.lu)