

## step 2022/23 – Projektbeschreibung

**step** ist ein interaktiver Schritte-Wettbewerb der fit4future foundation und richtet sich an Kinder der 3. und 4. Klassen.

Ziel ist die Implementierung einer einzigartigen Motivationsplattform, die Kinder wieder mehr in Bewegung bringt. **step** orientiert sich unmittelbar am Zeitgeist und an der Lebenswelt der jungen Generation und nutzt die digitalen Medien für motivierende Anreize, um die Kinder zu mehr Bewegung zu animieren.

Der niederschwellige Wettbewerbscharakter stärkt dabei den Teamgedanken in der Klasse. Darüber hinaus werden die Kinder für eine gesunde und ausgewogene Ernährung sensibilisiert. Die **step**-App ermöglicht den Kindern das Hochladen und Einsehen der gesammelten Schritte. Die Website [www.step-fit.de](http://www.step-fit.de) bietet zudem vielfältige Informationen rund um eine gesunde Lebensweise. Die datenschutzrechtlichen Anforderungen sind dabei sichergestellt.

**step** wird ab dem 14. November 2022 mit ca. 7.000 Schülerinnen und Schülern für den Zeitraum von 12 Wochen durchgeführt (Projektende – 02. Februar 2023).

In den bisherigen Projektphasen haben von März 2018 bis Februar 2022 bereits über 28.000 Kinder erfolgreich am **step**-Projekt teilgenommen. Dabei wurden insgesamt mehr als 7,9 Milliarden Schritte gesammelt und eine Gesamtstrecke von rund 4 Millionen Kilometern zurückgelegt. Das entspricht ca. 101 Weltumrundungen.

### Countdown-Phase

Zu Beginn des Projektes durchlaufen die Kinder die zweiwöchige Countdown-Phase (14. November bis 25. November 2022). Diese umfasst vier verschiedene Moduleinheiten, bei denen die Kinder sensibilisierend und motivierend auf die aktive Projektphase vorbereitet werden.

### Virtuelles Klassenschrittkonto, **step**-App und -Website

Zur Einführung des Projektes erhalten die Kinder kostenfreie Fitnessarmbänder. Die Fitnessarmbänder messen die körperliche Aktivität in Form zurückgelegter Schritte, die vereinfacht mit der **step**-App ausgelesen werden. Auf dieser werden die gesammelten Schritte auf einem virtuellen Klassenschrittkonto zusammengetragen.





In einer Testwoche (zweite Woche der Countdown-Phase – 21. November bis 25. November 2022) haben die Kinder die Möglichkeit, sich mit dem Fitnessarmband vertraut zu machen (Lade- und Ausleseprozess). Pünktlich zum Start der aktiven Projektphase (28. November 2022) wird das virtuelle Klassenschrittkonto auf null zurückgesetzt und der Wettbewerb beginnt.

Im Rahmen des Schritte-Wettbewerbs treten alle teilnehmenden Klassen des bundesweiten **step**-Projektes gegeneinander an. Um den Wettbewerb fair zu gestalten und auch kleineren Klassen dieselbe Siegeschance zu ermöglichen, werden die gesammelten Schritte in Abhängigkeit der Schüler\*innenanzahl mit einer Formel in Scoring-Punkte umgerechnet, anhand derer die Ergebnistabelle geführt wird. Der niederschwellige Wettbewerbscharakter stärkt den Teamgedanken in der Klasse.

Auf der Website haben die Kinder Zugriff auf regelmäßige Bewegungs-Challenges, Motivationsvideos sowie spielerische Bewegungsanreize und Informationen zu einer gesunden Ernährung.

Da in der App und auf der Website nur die Gesamtschrittzahl der Klasse in Scoring-Punkten angezeigt wird, können keine Rückschlüsse auf einzelne Schülerinnen oder Schüler gezogen werden. Im Rahmen des Projektes werden die schulrechtlichen Gesetze und die EU-Datenschutzgrundverordnung berücksichtigt. Eine GPS-Ortung durch die Fitnessarmbänder ist nicht möglich.

Die Teilnahme an **step** ist sowohl für die Schule als auch für die Kinder absolut kostenfrei. Die Fitnessarmbänder verbleiben nach Ablauf des Projektes im Besitz der Kinder. Anschließend können die Kinder über die gleiche App bei der **step**-Championship weiter individuell Schritte sammeln und so ihre Aktivität im Alltag fördern. Hierfür ist keine gesonderte Anmeldung oder Datenangabe notwendig.

### **step-Coach**

Jede Klasse wird von einem **step**-Coach (Lehrkraft) betreut. Zu den Aufgaben zählen die Vorbereitung der Kinder in der zweiwöchigen Countdown-Phase. Diese umfasst verschiedene Moduleinheiten, bei denen die Kinder sensibilisierend und motivierend auf die aktive Projektphase vorbereitet werden. Weitere Aufgaben umfassen die Ausgabe der Fitnessarmbänder, Hilfestellung für die Kinder beim Auslesen der Fitnessarmbänder sowie bei der Bearbeitung der Ernährungsquizze und die Bekanntgabe der Bewegungs-Challenges.



Zusätzlich fungiert ein **step**-Coach als organisatorische/r Ansprechpartner\*in. Die Lehrkräfte erhalten durch einen digitalen Infoworkshop vor Projektstart, das **step**-Portal sowie die Support Hotline eine intensive Betreuung durch unser Team.

Außerdem bekommt die Schule zur Unterstützung für den gesamten aktiven Projektzeitraum leihweise zwei Tablets mit der bereits installierten App zur Verfügung gestellt. So steht dem problemlosen Schritte auslesen im Klassenzimmer nichts mehr im Wege.

### **Siegerehrung**

Am Ende des Projektes wird die Gewinnerklasse als **step**-Champion 2022/23 bei einer Siegerehrung samt Presse vor Ort geehrt. Des Weiteren haben die Klassen die Möglichkeit, Sieger des jeweiligen Bundeslandes zu werden. Alle Teilnehmenden von **step** haben zudem die Möglichkeit, sich ihre persönliche Teilnahmeurkunde auf der Website herunterzuladen.

### **Abschlussbericht**

Unser Anspruch ist es, **step** immer weiter zu optimieren, sodass der Spaß an Bewegung und das Bewusstsein für eine gesunde Ernährung möglichst nachhaltig im Alltag der Kinder integriert werden kann. Daher werden wir den Schulen nach Projektende einen Fragebogen für die Schülerinnen und Schüler sowie einen für die Lehrkräfte zukommen lassen. Natürlich ist die Teilnahme vollkommen anonym und freiwillig. Zusammen mit unserem wissenschaftlichen Begleiter, der Denkfabrik fischimwasser GmbH, werden die Ergebnisse ausgewertet und in einem Abschlussbericht dargestellt.

### **Hintergrund step**

**step** ist ein Projekt der fit4future foundation und wird in Zusammenarbeit mit der planero GmbH (Projektumsetzer der fit4future foundation) umgesetzt.

Die wissenschaftliche Begleitung erfolgt durch die Denkfabrik fischimwasser GmbH sowie den renommierten Sportwissenschaftler Prof. Dr. Ingo Froböse.

Sollten Sie weitere Fragen zu **step** haben, können Sie gern einen Telefontermin mit uns vereinbaren. Senden Sie hierzu eine E-Mail an [info@step-fit.de](mailto:info@step-fit.de). Wir werden uns im Anschluss umgehend mit Ihnen in Verbindung setzen.

Sportliche Grüße

Ihr **step**-Team