

Ernährungsbildung: Frisch auf den Tisch

Mensen gehören zum Schulalltag wie das Lehrbuch, der Bleistift und Klassenarbeiten. Viele Kinder – zumindest der jüngeren Jahrgänge – essen hier. Doch dass die Schulen den Anlass der Nahrungsaufnahme auch nutzen, um Ernährungsbildung zu betreiben, gilt noch nicht als Normalfall. Bedauern Fachleute.

Prof. Dr. Barbara Methfessel lehrte bis 2013 Ernährungs- und Haushaltswissenschaft und ihre Didaktik an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg. Unermüdlich setzt sie sich dafür ein, dass in Kita und Schule nicht nur der Mensatisch gedeckt wird. Sie bezieht Stellung. So auch als der Ex-Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft, Christian Schmidt, nach einem eigenen Schulfach Ernährungsbildung rief. Damals vor zwei Jahren erinnerte sie den Politiker, dass es diese Fächer durchaus bereits gäbe, außer an den Gymnasien. „Nur sie werden bundesweit abgebaut“, klagte sie.

In einem Interview mit dem Schulportal für Verbraucherbildung antwortete sie auf die Frage, ob das Thema zu oft unter den Tisch falle: „Allerdings. Und das ist ein Fehler. Denn Ernährungsbildung ist wichtig. Nur: Wo sie heute in den Bildungsplänen nicht fachlich verankert ist, wird sie – wenn überhaupt – nur in Einzelaspekten unterrichtet, und da geht es dann um vereinzelte Aspekte wie Verdauungsorgane. Lebensweltbezogener und handlungsorientierter Unterricht sieht unseres Erachtens aber anders aus. Hinzu kommt: Wer nur nach Ernährungsbildung ruft, formuliert eine Forderung, die sich nicht umsetzen lässt. Einfach deswegen, weil wir nicht unendlich neue Fächer einführen können.“

Ernährungsbildung solle mit Verbraucher- und Gesundheitsbildung zum verpflichtenden Fächerverbund werden, mit Überschneidungen und eigenständigen Inhalten. „Dann können Schulen diese Inhalte gleichzeitig in weiteren Fächern aufgreifen, etwa in Politik oder Wirtschaft. Das wäre angemessener. Denn die Ernährungs- und Verbraucherbildung betrifft Kinder und Jugendliche doch ganz direkt in ihrem Alltag. Wer sie dafür fit machen will, muss sich im Unterricht an ihrem Leben orientieren und ihnen zeigen, wie sie tagtäglich kompetent handeln können“, fügte sie hinzu.

Zahlreiche Initiativen und Projekte zur Ernährung

Schulen bietet sich eine schier nicht enden wollende Fülle an Materialien, Portalen, Beratungsangeboten und Literatur. Sie reicht von IN FORM, einer bundesweiten Initiative des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft, das kürzlich erst den online-Auftritt des Nationalen Qualitätszentrums für Ernährung in Kita und Schule (NQZ) online stellte, über Vernetzungsstellen Schulverpflegung in den Ländern bis hin zu vielfältigen kleinteiligen Projekten und Initiativen zur Ernährungsbildung.

Eine solche erfreut sich in einigen Städten großer Beliebtheit. Das SlowMobil macht beispielsweise in Stuttgart halt. Die „Essperlen“ besuchen mit ihrer kompakten Küche in einem Fahrzeug Schulen, Bürgerfeste, Kinder- und Jugendhäuser. Sie kochen und essen gemeinsam mit den zumeist sechs- bis zwölfjährigen Kindern. Mirjam Hülsmann gehört dem Team der „Essperlen“ an. Sie ist überzeugt: „Bei uns können die Kinder an Lebensmitteln riechen, sie schmecken und erfahren, wo sie herkommen. Sie erleben, dass Essen und Kochen Spaß macht und werden so motiviert, sich mit dem Ernährungs- und Gesundheitsfragen intensiver zu beschäftigen.“ Sie beobachtet einen weiteren,

wertvollen Effekt am SlowMobil: Kinder trauen sich, auch einmal etwas Unbekanntes – etwa eine lila Möhre – zu probieren. Und nicht selten hört die ehrenamtliche „Ernährungsbotschafterin“ Sätze wie: „Das muss ich mal meiner Mutter zeigen ...“.

Auf dem richtigen Weg

Das Bewusstsein für gesunden Lebenswandel und die damit einhergehende Ernährung und Bewegung zu schärfen, gelingt nicht allein durch punktuelle Maßnahmen wie Projektwochen oder Veggie-Tage. Darin sind sich Bildungsforscherinnen und -forscher einig. So manch eine Schule zieht ihre Schlüsse aus dieser Erkenntnis, bereitet Ernährungsfragen fächerübergreifend auf und bindet Eltern sowie Kinder und Jugendliche in die Gestaltung der Speisepläne der Schulmensa ein. So wie es jahrelang am Gymnasium Am Römerkastell in Bad Kreuznach der Fall war. Hier hatte Starkoch Johannes Lafer seine erste Schulmensa etabliert. Das Erfolgskonzept endete 2017. Der Kreis trennte sich von Lafers Projekt „Foodeducation“. Wohl, weil das tägliche, qualitativ hochwertige Mensaessen zu teuer gewesen sei.

Keine Frage des Geldes ist allerdings, ob Schulen der Ernährungsbildung die angemessene Bedeutung geben. Melanie Kahl leitet die Vernetzungsstelle Schulverpflegung in Sachsen-Anhalt. Sie ist überzeugt, dass sich ihr Bundesland auf einem guten Weg befindet: „Ich glaube, Ernährungsbildung ist bei uns gut etabliert. Das belegt auch eine bundesweite Befragung. Wie systematisch und bewusst sie von der einzelnen Schule aber betrieben wird, ist jedoch nicht erforscht. Die Voraussetzungen sind besonders an den Sekundarschulen gut. Dort gibt es gut ausgestattete Übungsküchen. In ihnen werden den Schülerinnen und Schülern im Fach Hauswirtschaft Grundfertigkeiten vermittelt – oft eben auch unter Berücksichtigung des Qualitätsaspektes.“

Ein Baustein im Bildungsplan

Auch Baden-Württemberg gilt als Vorzeigeland. Die neuen Bildungspläne sehen Ernährungsbildung im Sachunterricht der Grundschule vor. Im neuen Fach „Alltagskultur, Ernährung, Soziales“ (AES) kommt es in den Mittelschulen zur Sprache. Andere weiterführende Schulen greifen es unter den Leitlinien „Verbraucherbildung“ sowie „Prävention und Gesundheitsförderung“ auf. Da die Basis für jedes Lernen nun einmal in jungen Jahren gelegt wird, führten in der Vergangenheit einige Bundesländer den sogenannten Ernährungsführerschein in der Grundschule ein. Ein entsprechendes Medienpaket wurde in Zusammenarbeit mit dem Ernährungszentrum Mittlerer Neckar in Ludwigsburg entwickelt und stellt das praktische Arbeiten mit frischen Lebensmitteln, das Genießen und die Freude am Selbermachen in den Mittelpunkt des Unterrichts.

„Es geht nicht um richtig oder falsch, um gesunde und ungesunde Ernährung und um einen erhobenen Zeigefinger. Der Ernährungsführerschein ist ein Baustein der im Bildungsplan verankerten Ernährungsbildung, die die Lehrkräfte in den Schulen im regulären Unterricht umsetzen.“ Verlautet aus dem Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz. Wie viele der 2400 Grundschulen das Konzept nutzen, soll vor den Sommerferien abgefragt werden. Die dortige Staatssekretärin Friedlinde Gurr-Hirsch betont, dass aber auch die Eltern für die Essensentwicklung ihrer Kinder verantwortlich sind. Sie empfiehlt: „Lassen Sie die Kinder in die Küche. Die Kinder werden durch den Unterricht rund ums Essen in der Schule offener für neue Lebensmittel und probieren auch Unbekanntes aus. Nehmen Sie sich immer wieder Zeit für gemeinsame Mahlzeiten und leben Sie den

Kindern Wertschätzung des Essens und Genuss vor. Diese Erfahrungen begleiten die Kinder ein Leben lang.“ Bundesweit scheint allerdings noch Nachhilfe in Sachen Vorbildfunktion zu herrschen: Nach wie vor sind Schokolade, Kartoffelchips und zuckerhaltige Getränke an (zu) vielen Schulen diskussionslos zu kaufen.

Autor: Stephan Lüke

Kompakt

2014 startete die dänische Hauptstadt Kopenhagen mit dem „House of Food“ ein ungewöhnliches Projekt zu mehr Bio in der öffentlichen Verpflegung: Koch-Trainings für das Küchenpersonal, Verwendung von Frischzutaten statt Convenience-Produkten, drastische Reduzierung von Lebensmittelverlusten und Ausrichtung der Speisepläne auf saisonal gut verfügbare heimische Zutaten. Heute beziehen alle Verpflegungseinrichtungen in Kopenhagen – von der Kinderkrippe bis zum Seniorenheim – 90 Prozent der Zutaten in Bio-Qualität. Und das (nahezu) ohne Preiserhöhung. In Deutschland wollen Berlin und Thüringen diesem Beispiel folgen. Quelle: Deutsches Netzwerk Schulverpflegung e.V.

Buchtipps



[starke Seiten Alltagskultur / Ernährung / Soziales](#), Ausgabe Baden-Württemberg ab 2017, Schülerbuch Klasse 7-10, ISBN: 978-3-12-007101-3. Das Lehrwerk für die mittleren Schulformen vermittelt wichtige Grundlagen für ein gesundes Leben, gute Ernährung, nachhaltigen Konsum und soziales Engagement. Zudem macht es kompetent für ein ökologisch und ökonomisch bewusstes Leben - weit über den Schulalltag hinaus.



[starke Seiten – Arbeitslehre Hauswirtschaft/Wirtschaft](#), Ausgabe Nordrhein-Westfalen ab 2017, Klasse 6/7, ISBN: 978-3-12-006516-6. Das Lehrwerk für mittlere Schulformen fokussiert auf eine moderne Ernährungs- und Verbraucherbildung und bietet vielfältiges Material und praxistaugliche Tipps zu den Themen Ernährung, Gesundheit, Esskultur und Haushalt sowie zu wirtschaftlichen Themen.