

Das Spiralcurriculum Ernährungsbildung als präventive Maßnahme in Kita und Schule



Europa-Universität
Flensburg

Institut für mathematische, naturwissenschaftliche
und technische Bildung
Abteilung für Sachunterricht

Dr. Claudia Plinz

1. Hintergrund und Ziel eines Spiralcurriculums Ernährungsbildung

- Die Ernährungsbildung als Spiralcurriculum muss auf differenzierte, kognitive und sprachliche Niveaus Rücksicht nehmen.
- Einzelne Themen der Ernährungsbildung werden im Laufe der Kita-, Grundschul- und weiterführenden Schulzeit mehrmals je nach Entwicklungsstand des Kindes vermittelt.
- Wichtig ist, dass die Kinder selbst experimentieren, Ideen entwickeln, diese überprüfen und immer wieder anwenden → Handlungsorientiert.

2. Ernährungsbildung in Kita und Schule

- Die Themen Essen und Ernährung sind in den Bildungsplänen der Bundesländer für Kita und Schule verankert.
- Sachunterricht (Primarstufe), Biologie bzw. Naturwissenschaften, Verbraucherbildung, Haushaltslehre, Hauswirtschaft sind Leitfächer für Ernährungsbildung im Pflichtunterricht.
- Während im Sachunterricht der Grundschulen zum Teil einige Bereiche der Ernährungsbildung abgedeckt werden, wird z.B. im Biologieunterricht vor allem die naturwissenschaftliche Perspektive in den Blick genommen.

vgl. www.bmel.de



„Weshalb wir ausgewählte Speisen essen, wer was isst und wie und aus welchem Grund sich das Essverhalten im Lebenslauf bildet und verändert, welche Ereignisse in der Essbiographie eine Rolle spielen und wie sich der Mensch essend durch sein Leben erzählt, das sind Fragen, auf die die Ernährungsbildung eingehen sollte.“

Plinz 2021, S. 14

Abb. 1: Lustiges Brotgesicht

Quelle: Plinz 2021

3. Didaktisches Modell

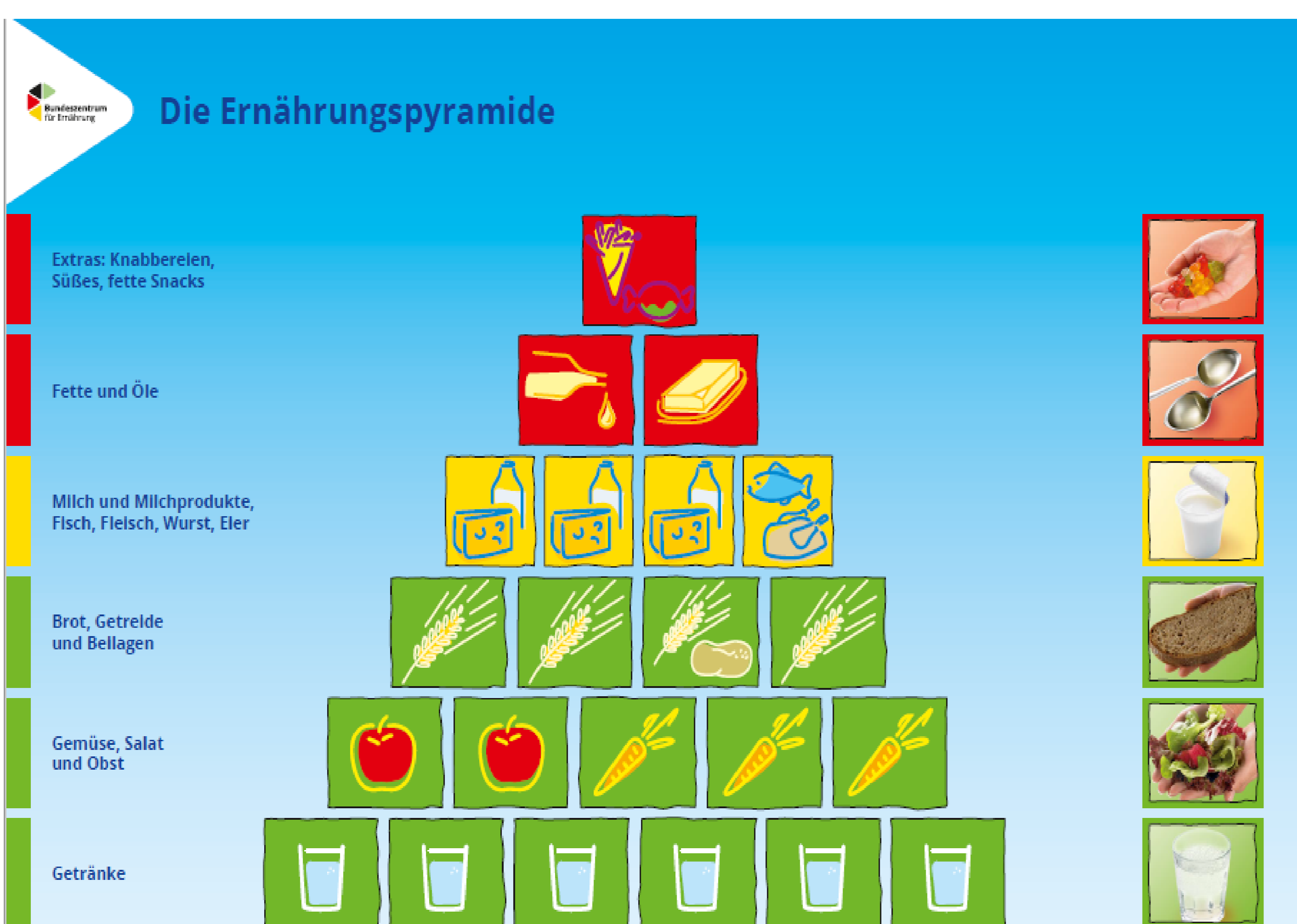


Abb. 2: Ernährungspyramide

Quelle: www.bzfe.de

4. Erhebungsdesign & Ergebnisse

Ernährungsbildungskonzept: Der Feinschmeckerkurs für 4-7-Jährige

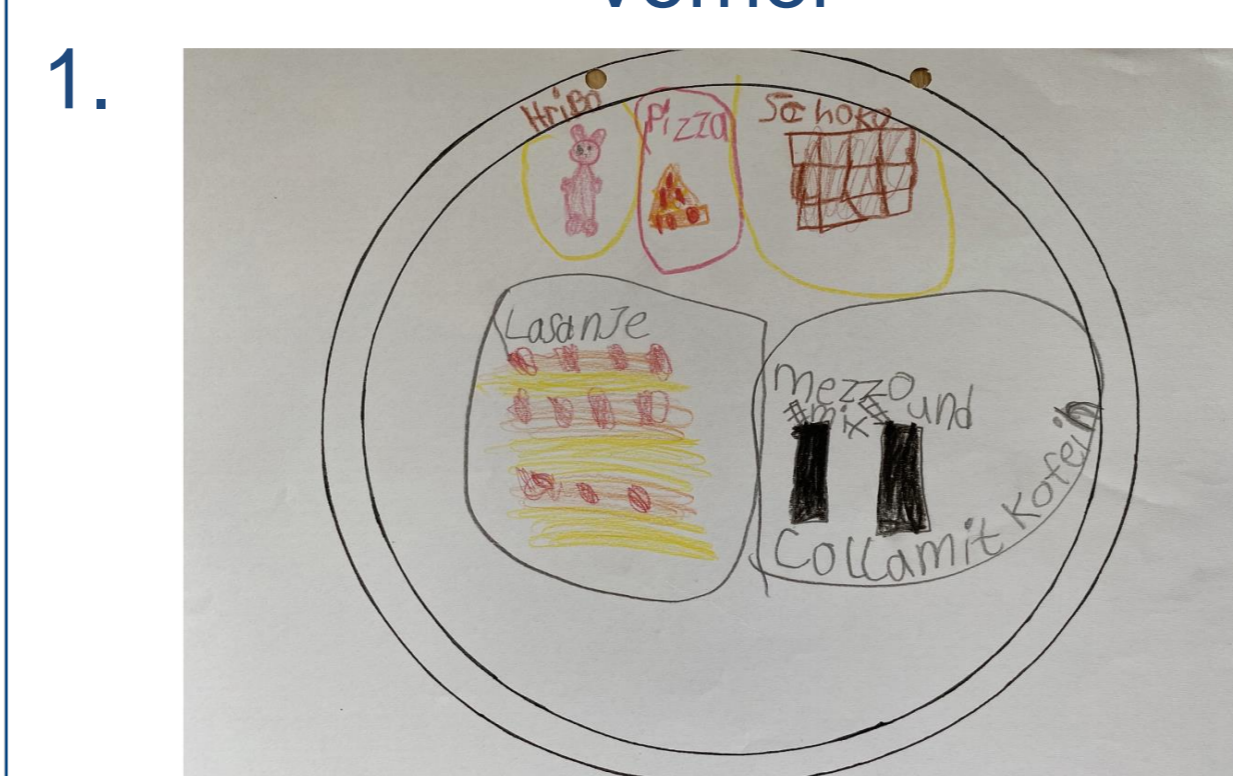
Erhebungsdesign:

- Auswertung von Kinderzeichnungen (6-8-Jährige) (Hennig 2020)
- 4 Experteninterviews (Grundschullehrkräfte & Autorinnen) (Schnakenberg 2021)

Ergebnisse:

- Vor Beginn des Projektes waren die „Teller“ z.B. mit kalorienhaltigen Getränken und verarbeiteten Lebensmitteln befüllt.
- Ein Großteil der Kinder würde nach dem Projekt auf eine bunte Vielfalt an Obst und Gemüse sowie Wasser und Milch- und Getreideprodukte zurückgreifen.
- Innerhalb von sechs Unterrichtsstunden war es mit Hilfe des Feinschmeckerkurses möglich, einen positiven Trend in der Auswahl von Lebensmittel seitens der SchülerInnen zu erkennen.
- Das Konzept setzt auf eine große Handlungsorientierung als Unterrichtsprinzip; basiert auf ein didaktisches Modell (Ernährungspyramide) und schafft bei den Kindern erstes Bewusstsein für eine ausgewogene Ernährung und kann so ernährungsbezogene Krankheiten verringern.

Vorher



Nachher

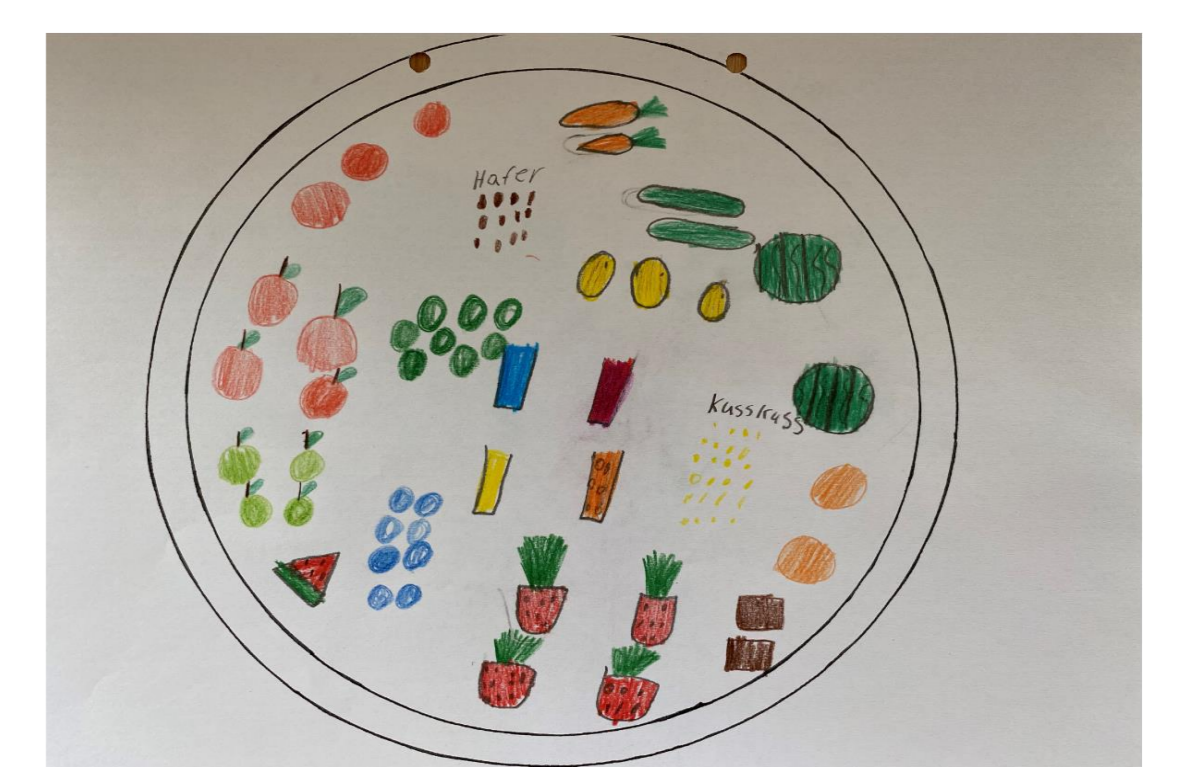


Abb. 3: Kinderzeichnungen

Quelle: Hennig, C. (2020)

5. Handlungsempfehlung

Da sich das Ernährungs- und Essverhalten bereits im Kindesalter in Form von **Ernährungsmustern** bildet, hat das Spiralcurriculum in Kita und Schule eine relevante Rolle in der Ernährungsbildung. Folgende Aspekte sollten in der Ernährungsbildung berücksichtigt werden:

- Offenheit für Veränderung und neue Impulse bzgl. der menschlichen Ernährung.
- Genuss als Wegweiser für ein positiv besetztes Essverhalten.
- Die Ernährungspyramide als Basismodell, das eigenen Bedürfnissen und Vorlieben Raum gibt.
- Nicht nur das denkende, sondern vielmehr das handelnde und forschende Kind ansprechen.
- Die Sinnesbildung berücksichtigen.
- Ernährungsbildung als lebenslanger Prozess sehen.
- Über den Tellerrand schauen, denn.....

Essen ist reden mit anderen Mitteln!

Literatur

Plinz, C. (2021). Ernährungsbildung im Sachunterricht. Ein Spiralcurriculum mit Grundlagen und Praxisbeispielen. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren
Plinz, C.; Hennig, C. & Schnakenberg, S. (2022). Der Feinschmeckerkurs – Ernährungsbildung mit allen Sinnen. Eine Evaluation. In: Ernährung im Fokus (im Druck)

Online-Literatur

<https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/kita-und-schule/studie-ernaehrungsbildung.html> (letzter Zugriff am 20.06.2022)

Kontakt

Dr. Claudia Plinz
Europa-Universität Flensburg, Abt. Sachunterricht
Auf dem Campus 1, 24943 Flensburg
claudia.plinz@uni-flensburg.de

