



Veranstaltungsbericht zum DIDACTA-Symposium „Gesunde Ernährung kommt nicht von allein“ am 24.02.2011

Das 1992 gegründete Institut Danone Ernährung für Gesundheit e.V. (IDE) ist eine unabhängige Einrichtung, die ausgewählte Forschungsprojekte im Bereich Ernährungswissenschaft und Ernährungsmedizin fördert und für verschiedene Zielgruppen aktuelle, werbefreie Materialien für die Ernährungsaufklärung erstellt. Das Institut engagiert sich seit fast zwanzig Jahren für eine gesundheitsbewusste Ernährung. Da Gesundheitsaufklärung und –information vielfach an Schulen und anderen Einrichtungen geleistet wird, ist es uns ein Anliegen, moderne Ernährungsdidaktik an Schulen zu unterstützen. In diesem Rahmen wurde für die Didacta 2011 eine Fortbildungsveranstaltung mit dem Titel „Gesunde Ernährung kommt nicht von allein“ gestaltet. Die Didacta, ist die größte europäische Fachmesse für Lehrkräfte aller Bildungsbereiche sowie die wichtigste Weiterbildungsveranstaltung der Branche. Die Vortragsreihe des IDE auf der Didacta hatte zum Ziel, Wege aufzuzeigen, wie die durch den Unterricht vermittelten ernährungsbezogenen Themen, praktisch im Alltag integriert und umgesetzt werden können.

Als Referentinnen waren zu diesen Themen Prof. Silke Bartsch, Pädagogische Hochschule Heidelberg, Prof. Ines Heindl, Universität Flensburg und Anke Oepping, Universität Paderborn eingeladen.

Der Beitrag von Frau Prof. Bartsch „Mythen von gestern oder Wissen von morgen?“ zeigt, welche Hilfestellungen eine moderne Ernährungsbildung Schülerinnen und Schüler mit auf den Weg geben kann, um einen reflektierten Umgang mit Ernährungsinformationen zu ermöglichen. Kinder wachsen heute in eine Konsum- und Informationsgesellschaft hinein, die eigenverantwortliche Entscheidungen in komplexen Zusammenhängen fordert. Eine der Herausforderungen dabei ist die große Informationsflut beim Thema Ernährung, die häufig eher zur Verwirrung als zur Klärung einer Sache führt. Diese bedingt, dass heute Informationen didaktisch so aufbereitet werden müssen, dass ein Bezug zur gegenwärtigen Lebenswelt der Lernenden hergestellt wird und situationsbezogene, individuelle Lösungswege, die an die Erfahrungswelt der Kinder anknüpfen möglich sind. Dabei ist es wichtig, die Informationen zu vereinfachen und nicht zu verfälschen.

Vor allem interessengeleitete oder irreführende Texte in Printmedien oder im Internet nutzen oftmals Mythen und Alltagstheorien zur Manipulation. Solche „Mythen“ unterliegen dem soziokulturellen Raster der jeweiligen Autoren und können auch durch Kinder nicht überprüft werden. Beispiele dafür sind Aussagen wie „Künstlich hergestellte Vitamine (Pillen) sind weniger vitaminreich“ oder „Vitamine in Obst und Gemüse sind gesünder“. Durch einen bewussten Umgang mit verschiedenen Texten in den Printmedien oder im Internet sollen Kinder und Jugendliche lernen, Informationen aus den unterschiedlichen Quellen zu bewerten und damit ihren Ernährungsalltag kompetent zu gestalten. Ein gutes Beispiel ist die Ernährungskampagne 5 am Tag (www.5amTag.de). Diese kommt ohne Gesund-

heitsmythen aus und empfiehlt Schülern und Erwachsenen fünf Portionen Obst und Gemüse täglich. In dieser Kampagne werden komplexe Zusammenhänge didaktisch vereinfacht und lassen sich somit leicht in die Erfahrungswelt von Schülern und Erwachsenen einbinden.

Frau Prof. Dr. Ines Heindl stellte in Ihrem Vortrag „Wie sag ich`s meinen Schülerinnen und Schülern?“ zunächst die zunehmende Ernährungsver(w)irrung in unserer Überflussgesellschaft dar. Dass Bildungssysteme und Familien gesunde, entscheidungsfähige Menschen hervorbringen, wird vermutlich über die Zukunft der weltweiten Wirtschafts- und Gesundheitssysteme der Gesellschaften entscheiden. Die Verwissenschaftlichung der Ernährung und die Reduktion auf die Funktionen der Stoffe in der Nahrung zeigen die Entwicklungslinien der Ernährung in den letzten Jahren. Eine moderne Ernährungs-, Gesundheits- und Verbraucherbildung unter Förderung der Sinneswahrnehmung und Einbeziehung kultureller Aspekte des Essens, vor allem in Kindertagesstätten und Schulen, ist daher unabdingbar. Die Erziehungs-, Bildungs- und Beratungsarbeit in den Themenfeldern der Ernährung und Gesundheit bietet die Chance, dass Konsum und Lebensstil im Verlaufe des Heranwachsens bewusst gestaltet werden können. Auf diese Weise steigen Einflussmöglichkeiten auf die Lebensweisen der Menschen, die im frühen Lebensalter geprägt werden.

Als sehr geeigneter Anknüpfungspunkt für die Bildungsarbeit im Bereich Ernährung wurde z. B. die eigene Essbiografie beschrieben. Jeder Mensch habe frühe Kindheitserinnerungen an bestimmte Gerüche von Familiengerichten und Festtagsspeisen, an den Geschmack damals verfügbaren Liebessens oder auch an Speisen, die eher unbeliebt waren. Indem solche Erinnerungen oder aktuelle Prägungen zum Thema in der Bildungsarbeit mit Schülerinnen und Schülern gemacht werden, kann auch ein positives Selbstbild durch Essen und Ernährung gefördert werden.

Die Diplom-Oecotrophologin Anke Oepping stellte Materialien für den ernährungsbezogenen Unterricht in den Mittelpunkt ihres Vortrages. Ernährungsbildende Materialien und Medien sind Versuche, „Wirklichkeit“ so abzubilden, dass diese für Menschen verständlich und leicht zu handhaben sind. Das ersetzt allerdings nicht die Originalbegegnungen mit Lebensmitteln. Hier liegt die Verantwortung vor allem bei den Lehrenden, die ausgewählten Materialien zu ergänzen. Entweder mit praktischen oder naturwissenschaftlichen Inhalten. Die Referentin gab unter Berücksichtigung natur-, sozial- und kulturwissenschaftlicher Zusammenhänge rund um die Ernährung praktische Orientierung und Entscheidungskriterien für die Materialenauswahl.

Sie verdeutlichte die Vielfalt z.B. am Thema „Hühnereier“, zudem eine Vielzahl inhaltlicher Zugänge existiert: Wie entsteht ein Ei im Huhn? Wie wären Feiertage und Rezepte ohne Ei? Wie wird ein Ei verdaut? Welchen Beitrag leistet ein Ei zur gesunden Ernährung? Das Material in Inhalt und Form stellt dabei nicht den Garant einer gelingenden Unterrichtseinheit dar. Vielmehr kommt der Lehrkraft bei der Darstellung von Ernährungsthemen die entscheidende Bedeutung zu, denn sie kann den persönlichen Zugang zu den Schülerinnen und Schülern herstellen.

Die Zielsetzung und thematische Auswahl des Unterrichts sollten sich insgesamt an REVIS-Curriculum Ernährungs- und Verbraucherbildung orientieren. Das

Forschungsprojekt REVIS („Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in allgemeinbildenden Schulen“) definiert Bildungsziele, Kompetenzen, Kerncurriculum und Standards für eine zukunftsgerechte Ernährungs- und Verbraucherbildung. (www.ernaehrung-und-verbraucherbildung.de) Insgesamt neun Bildungsziele mit zugeordneten Kompetenzen, Beispielen für Themen und Inhalten geben hier einen Rahmen.

Die anschließende Diskussion stand unter der Moderation von Prof. Dr. Günther Wolfram und konzentrierte sich auf die Frage, wie das Thema gesunde Ernährung von den Teilnehmern des Symposiums im Schulalltag aufgegriffen wird. Es sei trotz der Fülle an verfügbarem Material nicht einfach, aus dem großen Angebot an Lehrbüchern und Materialien Geeignetes zu finden, zumal die Lehrkräfte sehr bemüht seien, mit den Unterrichtseinheiten an persönliche Erfahrungen der Schüler anzuknüpfen. Man greife vielfach auf das Einfachste zurück, um den Schülern eigene Erfahrungen und eine offene Herangehensweise zu ermöglichen. Von besonderer Bedeutung ist es vor allem den Lehrenden Materialien und Medien im Sinne von den REVIS – Kriterien zur Verfügung zu stellen, die Transparenz und Orientierung geben. Die an den Einrichtungen verfügbaren Verpflegungsmöglichkeiten stehen vielfach im Gegensatz zu einem wünschenswerten Ernährungsumfeld für Schüler und Lehrkräfte. Die Referenten befürworteten alle Bemühungen der Teilnehmer, in der Praxis das Thema Ernährung im Sinne einer bereichernden Esskultur immer wieder auf's Neue aufzugreifen und mit allen Sinnen anzupacken. Das Symposium konnte dazu viele praktische, positive Umsetzungsbeispiele zeigen.

Herausgeber: Institut Danone Ernährung für Gesundheit e.V.

Auswahl weiterführender Literatur:

Barthes, R., Brühmann, H. (2010): Mythen des Alltags. Vollst. Ausg., 1. Berlin: Suhrkamp.

Bartsch, S. (2008): Subjektorientierung in der Ernährungs- und Gesundheitsbildung. In: *Ernährung - Wissenschaft und Praxis* 2 (3), S. 100–106.

Heindl, I. (2008): Kulinaristik und Allgemeinbildung. In: A. Wierlacher und R. Bendix (2008): *Kulinaristik – Forschung – Lehre – Praxis*. Berlin: LIT Verlag Dr. W. Hopf, S. 129-146

Heindl, I. (2009): Ernährungsbildung – curriculare Entwicklung und institutionelle Verantwortung. In: *Ernährungsumschau* 56(10), 568-573

Heseker, H. (Hg.) (2005): Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen. 2003 - 2005 ; REVIS, Modellprojekt ; Schlussbericht für das Bundesministerium für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft. Universität. Paderborn: Univ. Fachgruppe Ernährung und Verbraucherbildung.

Heseker, H. (2005): Neue Aspekte der Ernährungsbildung. Umschau Zeitschriften Verlag

Karmasin, H. (2001): Die geheime Botschaft unserer Speisen. Was Essen über uns aussagt. Vollst. Taschenbuchausg., 1. Bergisch Gladbach: Bastei Lübbe.

Methfessel, B. (2005): "Artgerecht" und mit "gesundem Menschenverstand". Zu typischen Mustern der Manipulation von Meinungen und Verhalten im Umgang mit Ernährungskonzepten. In: H. Heseker (Hg.): *Neue Aspekte der Ernährungsbildung*. Frankfurt am Main: Umschau Zeitschriftenverl, S. 44–51.

Oepping, A., Schlegel-Matthies, K.: (2008): REVIS – Moderne Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen. Bonn: aid

Internetplattform Ernährungs- und Verbraucherbildung: www.evb-online.de

Heseker, H.; Beer, S. (2004): Ernährung und ernährungsbezogener Unterricht in der Schule, Bundesgesundheitsblatt 2004, 47, S. 240-245

Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucherbildung (downloads, kostenlos)
<http://dsg.uni-paderborn.de/evb/publikationen/paderborner-schriften-zur-ernaehrungs-und-verbraucherbildung/>, 03.02.2011