
Schulische Ernährungsbildung und kulinarische Kompetenz

Symposium: Kulinarische Intelligenz
- Genuss ist Lebensqualität -

Prof. Dr. Ines Heindl: Universität Flensburg
Wien: 04. März 2010

Pädagogische Anforderungen

Essalltag am Familientisch

Pathologien des Sozialen

Essverhalten, Sinnlichkeit und Sensorik

→ Wie lernt das Gehirn?

Ästhetisch-kulinarische Bildung

Institutionelle Rahmenbedingungen

→ Moderne Ernährungs-/Verbraucherbildung

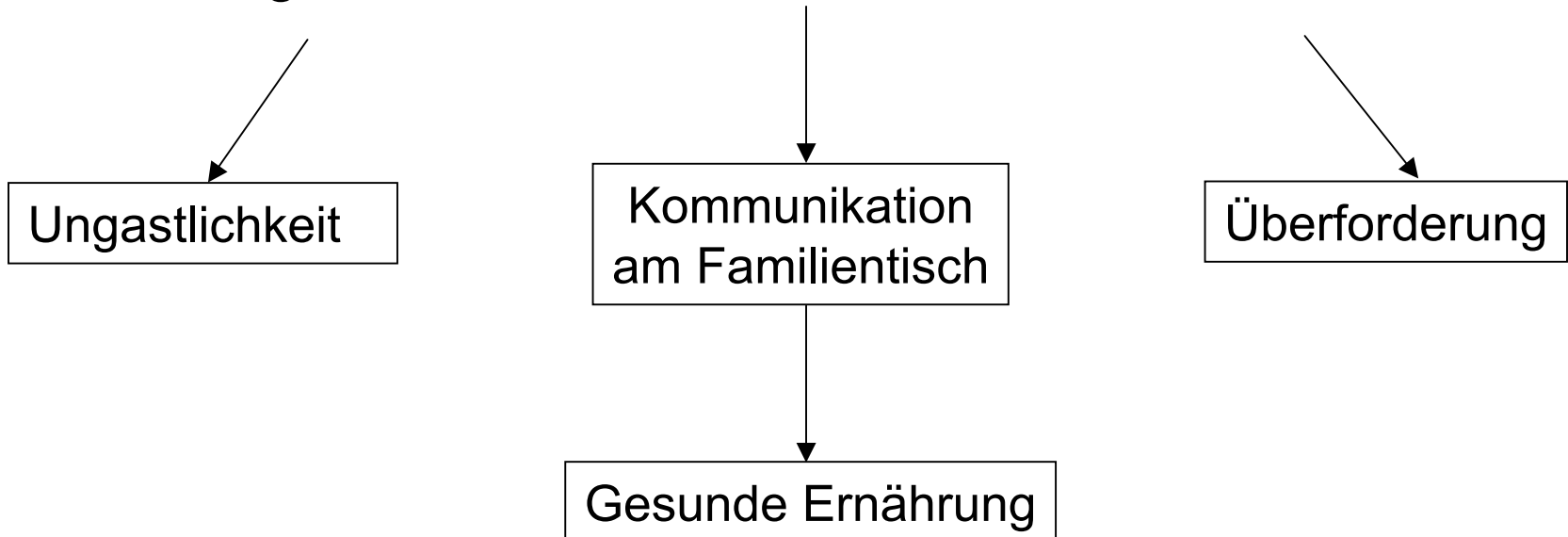
→ Lebensraum Schule: Alltagskultur der Gastlichkeit erfahren...

Essalltag am Familientisch

Ernährungsversorgung → Dominanz der Frauen →
Sparsame Haushaltsführung

Quelle: Leonhäuser et al. 2009

Kinder/Jugendliche wachsen auf im Privaten zwischen



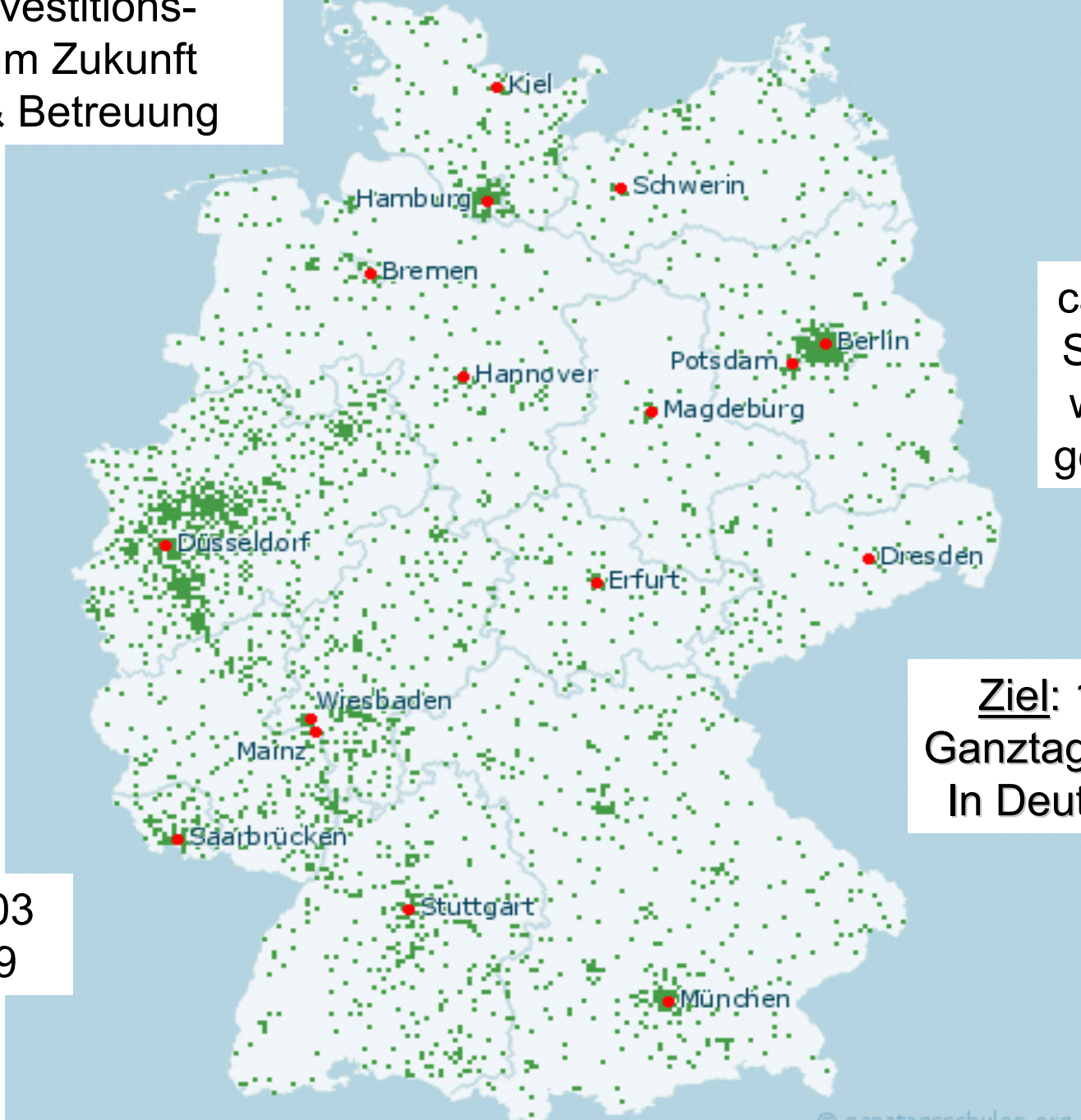
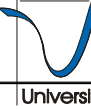
Pathologien des Sozialen

- **Gesundheitsstudien:** Essverhalten, Inaktivität, Medienzeiten → Gesundheit und Bildung
- **Enritualisierung, Entrhythmisierung:** Entscheidungsspielräume im Privaten verlagern die Essenswahl vom Tisch in den Kühlschrank
- Bedeutung der **Tischgemeinschaft** → Ist der gedeckte Tisch ein Tisch der Unsicherheit? (Allergien, Diäten, Essstörungen)
- **Ernährungsbildung...??**

Definition: Ernährungsbildung

*„...wird als **persönliche Bemühen** des Menschen angesehen, eine sinnvolle und gesundheitsförderliche Ernährungsweise aufzubauen, worin er **Unterstützung** und Begleitung erfährt. Sie beschränkt sich nicht auf die Korrektur und Entfaltung des **individuellen** Essverhaltens, sondern berücksichtigt **soziale, ökologische** und **ökonomische** Aspekte eines selbstbestimmten und mitverantwortlichen menschlichen Handelns.“*

IZBB: Investitions-
programm Zukunft
Bildung & Betreuung



ca. 6000
Schulen
wurden
gefördert

Ziel: 10.000
Ganztagsschulen
In Deutschland

IZBB 2003
bis 2009

Ästhetisch-kulinarische Bildung

Ästhetik → zurück zur sinnlich vermittelten Wahrnehmung (= aisthesis)

Kulinarische Bildung → Verständnis

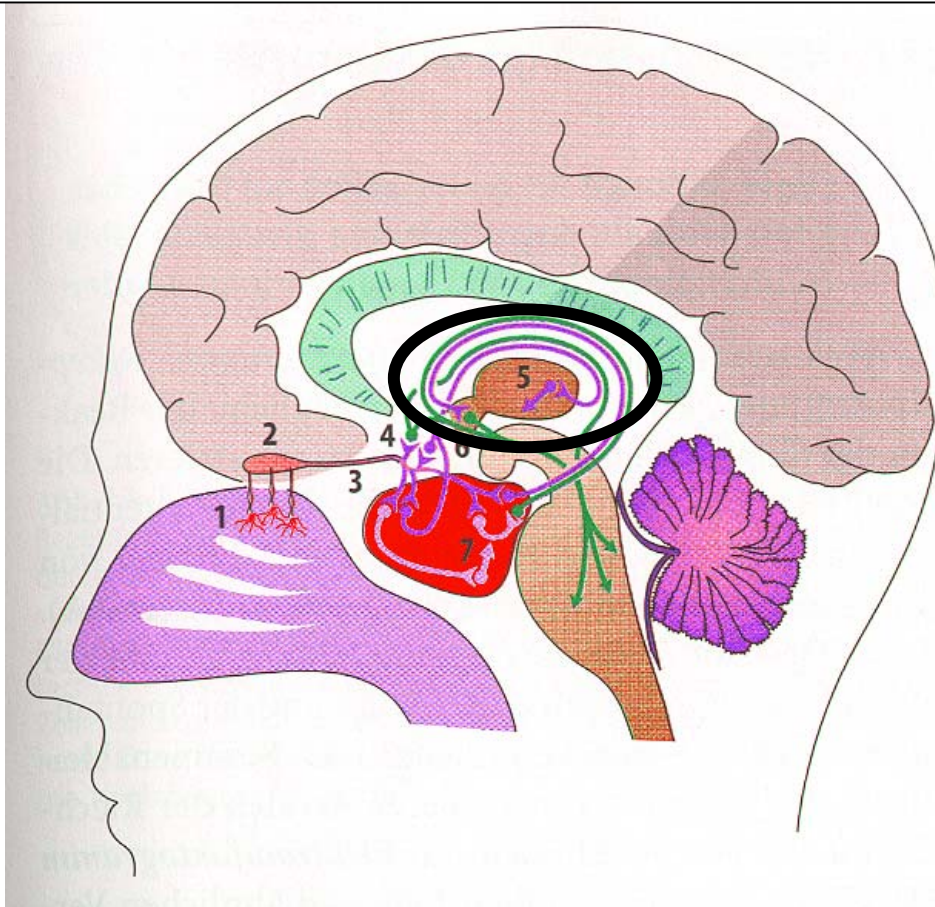
- **Basiswissen** über Lebensmittel
- Rolle des/der Koch/Köchin
- Essen und **Kommunikation**
- Neue Anthropologie der Sinnlichkeit
- **Geschmack, Genuss (aktiv!!), Gastlichkeit**

Essverhalten – Sinnlichkeit – Sensorik

Wie lernt das Gehirn?

- Neurobiologie: Genetik und **soziale Ausformung** [wichtig: frühe Förderung]
- Der Säugling kann hören, sehen, riechen, fühlen, schmecken und kommunizieren [**Sinneskost**].
- Synaptogenese & „Pruning“ [Spuren der ersten 6 J.]
- 1. Stufe des Lernens: das **sensorische Gedächtnis**
- Emotionale Färbung von Geruch und Geschmack

Geschmackssinn und Erinnerung



Riechhirn und limbisches System (**Gefühle**)

Positive Ess-Erfahrungen verändern das Gehirn

Institutionelle Rahmenbedingungen

- Leitlinien KiTa, Bildungs-/Lehrpläne der Länder zur Ernährungs- und Verbraucherbildung
- Fachkräfte → Aus/Fort/Weiterbildung → Chance der **Kompetenz**-Orientierung
- Innovation und Kerngeschäft der Professionen!!
- Transferforschung: Wirksamkeit, Erfolgsfaktoren

→ **Curricula und Konzeptentwicklung**

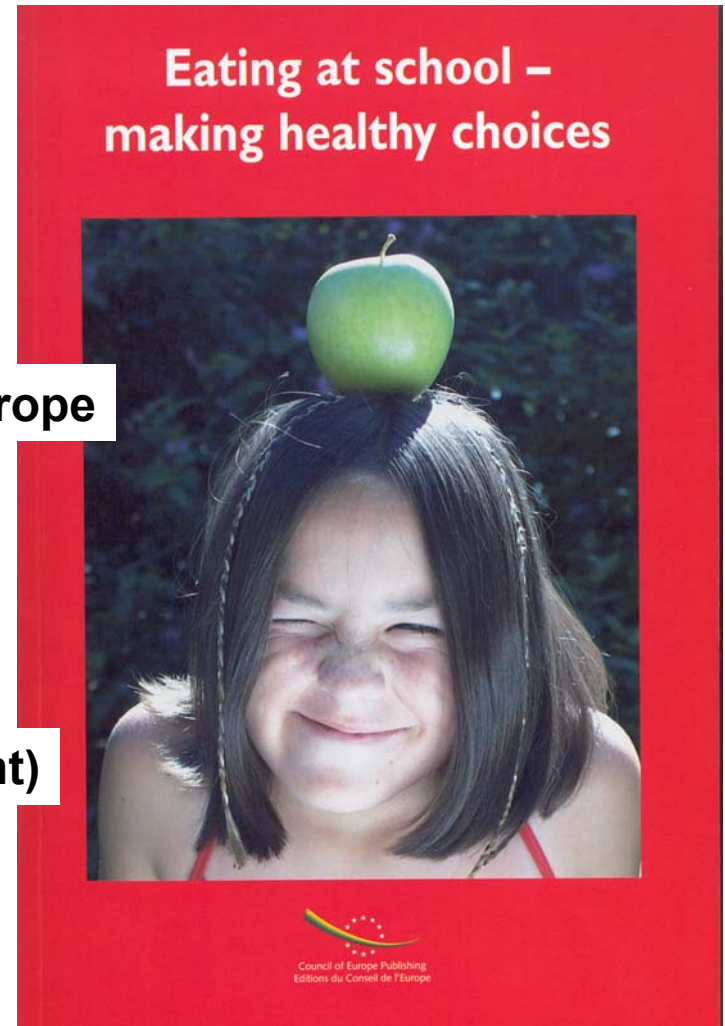
Healthy eating for young people in Europe

Europäisches Kerncurriculum (4-16 Jahre)

2000 (WHO)

Council of Europe

(www.coe.int)



REVIS

2005

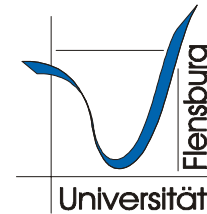
Curriculum Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen



UNIVERSITÄT PADERBORN
Die Universität der Informationsgesellschaft



Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft



BZ 3: Ästhetisch-kulinarische Speisengestaltung



Staatsinstitut für die Ausbildung von Fachlehrern – München



Verbraucherbildung 2009

Als Verbraucherin / Verbraucher	
komplexen Welt von Angebot und Konsum wird es immer schwieriger, sich zu orientieren und selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen. Es ist es, in einer Konsumgesellschaft als informierte und verantwortliche Verbraucher zu handeln. Orientiert an der Welt der Schülerinnen und Schüler und realen Situationen wird Konsumverhalten problematisiert. Hierbei lernen die Eltern und Schüler vor dem Hintergrund der Rechte und Pflichten ihre Entscheidungen kritisch, bewusst und reflektiert zu treffen.	
Sachkompetenz Schülerinnen und Schüler	- setzen sich kritisch mit der gezielten Manipulation durch Anbieter und Medien auseinander. - lernen eigene Bedürfnisse und mögliche Einflussfaktoren kennen und analysieren kritisch. - kennen Kosten/Nutzenüberlegungen für ein bewusstes Kaufverhalten an. - kennen Produktkennzeichnungen sowie Prof- und Qualitätssiegel und nutzen diese für ihre Konsumentscheidung.
Methodenkompetenz Schülerinnen und Schüler	- erkunden und erfassen Kaufverhalten in Realisationen und werten dieses aus. - beschaffen und erfassen Produktinformationen, werten die Informationen aus und beurteilen diese.
Sachkompetenz und Sozialkompetenz Schülerinnen und Schüler	- treffen Konsumentscheidungen reflektiert und selbstbestimmt. - erfahren Konsequenzen des Konsumverhaltens für die Gemeinschaft und ordnen sie ein.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bedarf, Bedürfnis, Nachfrage ➤ Verbraucherrechte und -pflichten ➤ Medien, Werbung und Verbraucherverhalten ➤ Märkte durchschauen ➤ Konsumentenverhalten ➤ ...
übergreifend (vernetzend)	Einkaufsfallen, Garantie, Gewährleistung, Jugendschutz, Käufertypen, Konsum, Konsum- und Verbrauchsgüter, Prof- und Qualitätssiegel, Verbraucherschutz, Verkaufsstrategien, Verträge, Warenests, Werbung ...
übergreifend (vernetzend)	Wirtschaft/Politik: Marktformen, Angebot und Nachfrage Deutsch: Appellative Sachtexte, Filmsequenzen analysieren Kunst: Werbewirkung Mathematik: Kosten-Nutzen-Rechnungen

Das wirtschaftliche und soziale Leben der Menschen ist geprägt von vielfältigen Lebensformen und Bedürfnissen. Dem steht gegenüber, dass jeder Haushalt nur über begrenzte Mittel verfügt, mit denen er als wirtschaftlicher Betrieb handelt. Zum Erhalt unserer Lebensgrundlagen ist die Einsicht erforderlich, dass Bedürfnisbefriedigung Einzelner nur auf der Basis einer nachhaltigen, umweltgerechten Entwicklung gelingen kann. Ziel ist es, das Spannungsfeld bewusst zu erfahren, grundlegende ökonomische und ökologische Zusammenhänge zu begreifen und die Notwendigkeit eines nachhaltigen Lebensstils zu erfassen.	
Sachkompetenz Schülerinnen und Schüler	- verfügen über Kenntnisse von sozialen Strukturen und Lebensstilen. - vergleichen wirtschaftliches Handeln im privaten Haushalt mit Wirtschaftsbetrieben. - erkennen ökonomische und ökologische Zusammenhänge im Konsum- und Alltagshandeln. - Erwerben Kenntnisse über den planvollen Umgang mit finanziellen und materiellen Ressourcen. - kennen Instrumente der privaten Absicherung und Vorsorge.
Methodenkompetenz Schülerinnen und Schüler	- bearbeiten Fallbeispiele, entwickeln und präsentieren Lösungsansätze. - werten Grafiken und Statistiken aus. - beziehen selbstständig außerschulische Lernorte ein. - führen Buch über eigenes „Haushalts“ und Finanzmanagement.
Sachkompetenz und Sozialkompetenz Schülerinnen und Schüler	- reflektieren Lebensstile und Lebensweisen und leiten daraus Handlungsstrategien für die eigene Lebensgestaltung ab. - organisieren und optimieren Arbeitsabläufe für ihren Alltag. - treffen wirtschaftliche Entscheidungen und beziehen Fragen der Nachhaltigkeit mit ein. - handeln selbst- und sozialverantwortlich im Umgang mit vorhandenen Ressourcen.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lebensräume beleben und gestalten ➤ Strukturwandel, in Familie und Wirtschaft ➤ Nachhaltigkeit – der ökologische Fußabdruck/ Ökobilanz ➤ Lebensstil und Konsumgewohnheiten im globalen und regionalen Zusammenhang ➤ Der kritische und strategische Konsumant ➤ ...
Methodenkompetenz Schülerinnen und Schüler	Erkommen, Fairer Handel, fixe und variable Kosten, Globalisierung, Haushaltsbudget, kritischer Konsum, Lebensgestaltung, -führung, -stil, Nachhaltigkeit, ökologischer Fußabdruck, ökonomisches Prinzip, Recycling, Vermögen, Vermögensplanung, Versicherung, Vorsorge, Zahlungsverkehr, ...
übergreifend (vernetzend)	Mathematik: Haushaltsrechnungen Wirtschaft/Politik: Strukturwandel – Arbeitswelt – Ökonomie Biologie: Nachhaltigkeit – ökologisches Handeln Erde/Kunde: Lebensmittelproduktion / Kulturlandschaften

Private Lebensführung als Potential	
Menschen sehen sich vielfältigen Entscheidungsanforderungen ausgesetzt. Die persönlichen Potentiale werden selbst erkannt. Seine einer gesunden und selbstbestimmten Lebensführung genutzt. Im Zentrum steht die Entwicklung von Kompetenzen zur Alltagsbewältigung in Familie, Beruf und Gemeinschaft.	
Sachkompetenz Schülerinnen und Schüler	- kennen die Bedeutung sozialer Prozesse. - erkennen Chancen und Probleme des Zusammenlebens im Privaten und in der Gesellschaft. - vergleichen unterschiedliche Formen, Zukunftschancen und Risiken der Lebensgestaltung. - reflektieren Möglichkeiten des Zeit- und Selbstmanagements. - kennen die Vielfalt der individuellen und gesellschaftlichen Ressourcen.
Methodenkompetenz Schülerinnen und Schüler	- bearbeiten Fallbeispiele, entwickeln und präsentieren Lösungsansätze. - erstellen Selbst- und Zeitmanagementmodelle. - führen Rollenspiele durch.
Selbst- und Sozialkompetenz Schülerinnen und Schüler	- erkennen eigene Begabungen, Talente und Vorlieben. - übernehmen Verantwortung für das eigene Handeln/Leben und das Agieren in der Gemeinschaft. - verstehen, reflektieren und bewerten eigene Handlungen und schätzen ihre Tragweite ein. - wenden die Prinzipien des Ressourcenmanagements in ihrem Alltag an. - handeln selbst- und sozialverantwortlich im Umgang mit vorhandenen Ressourcen.
Mögliche Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Du und ich als ein Teil der Gesellschaft ➤ Umgang mit Konflikten ➤ Haushalts-, Familien- und Selbstmanagement ➤ Lebensplanung und -gestaltung ➤ Individuelle und gesellschaftliche Ressourcen ➤ ...
Begriffe	Bildung, Ehrenamt, Kommunikation, Lebenslage, Lebenszyklus, Lebens und Zukunftsplanung, Ressourcen (Gesundheit, Zeit, Geld, Bildung etc.), Selbst- und Zeitmanagement, Sozialverantwortung, Zivilcourage, ...
fächerübergreifend (vernetzend)	Wirtschaft/Politik: Berufsorientierung, Lebensplanung, Konflikte im Alltag Deutsch: Umgang mit Konflikten, Rollenspiele

Lehrplan auf einen Blick

Kernbereich I: Konsum und Lebensstil
Kernbereich II: Ernährung und Gesundheit

Ernährung und Ernährung	
Die Essgewohnheiten entwickeln sich im Lebenslauf unter vielfältigen, soziokulturellen, interkulturellen und historischen Einflüssen. Die Essbiografie eines Menschen bestimmt sein Essverhalten und seine Essmuster. Über das Essen wird die Welt nicht sozial erschlossen. Esserfahrungen werden geknüpft an Emotionen im Gehirn gespeichert und strukturiert die Grundlage für weitere Erfahrungen. Die Essbiografie zu verstehen, ist daher eine Voraussetzung für die weitere Gestaltung der eigenen Essbiografie. Die Essbiografie zu verstehen, ist daher eine Voraussetzung für die weitere Gestaltung der eigenen Essbiografie. Die Essbiografie zu verstehen, ist daher eine Voraussetzung für die weitere Gestaltung der eigenen Essbiografie. Die Essbiografie zu verstehen, ist daher eine Voraussetzung für die weitere Gestaltung der eigenen Essbiografie.	
Sachkompetenz Schülerinnen und Schüler	- kennen und verstehen sozio- und interkulturelle Einflussfaktoren, ihre Wirkungen und Bedeutungen für das Essverhalten. - identifizieren und reflektieren historische Einflüsse und deren Auswirkungen in heutiger Zeit. - analysieren und bewerten den Zusammenhang von Alltag und Gesundheit.
Methodenkompetenz Schülerinnen und Schüler	- legen Essprotokolle an und werten essbiografische Dokumente aus. - werten historische Quellen der Ernährungsgeschichte aus. - werten statistisches Material sowie Umfragen aus. - präsentieren Arbeitsergebnisse fachbezogen.
Sachkompetenz und Sozialkompetenz Schülerinnen und Schüler	- erkunden die Herkunft der Gewohnheiten ihres Essverhaltens. - nutzen situationsgerechte Handlungsmöglichkeiten zur weiteren Gestaltung der Essbiografie. - gestalten eine kommunikative und sinnliche Essatmosphäre. - erkennen, analysieren und vergleichen eigenes Essverhalten mit dem anderer; sie tolerieren das Essverhalten anderer.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Essen und Identität: Soziale, historische, religiöse, familiäre Wurzeln ➤ Essgewohnheiten und individuelle Essmuster, Rhythmen und Routinen ➤ Essen zu Hause, unterwegs, in der Schule, mit Freunden ➤ Nahrung, Ernährung und Gastlichkeit ➤ Genussfähigkeit ➤ ...
übergreifend (vernetzend)	Ernährungsgewohnheiten, Essbiografie, Essmuster Essverhalten, Rhythmen und Routinen, Sensorik und Sinnlichkeit des Essens, Symbolgehalt von Nahrung, ...
übergreifend (vernetzend)	Deutsch: Mediengesellschaft: Essen in den Medien Kunst: Das Ästhetisch-Kulturelle des Essens Geschichte: Auf den historischen Spuren der Esskultur Sprachen: Esskulturen anderer Länder

Ernährung und Gesundheitsförderung	
Das Verständnis von Nahrung und Ernährung fördert die Gesundheit des Einzelnen und trägt zur Gesunderhaltung bei. Dazu sind Kenntnisse erforderlich über Lebens- und Genussmittel, Nahrung und Verzehr. Wirkungen im Stoffwechsel und auf den Körper. Rahmenbedingungen und Kontexte einer alltäglichen Lebensweise sind Hintergrundwissen. Reflexion und Förderung von individuellen Gesundheitsressourcen.	
Sachkompetenz Schülerinnen und Schüler	- nehmen Körpersignale (Durst, Hunger, Appetit, Sättigung) wahr. - kennen Lebensmittel und deren Inhaltsstoffe und Verwertbarkeit. - Stoffwechsel. - erkennen den Zusammenhang von Bewegung und Ernährung. - kennen Ernährungsempfehlungen. - werten Informationen kritisch aus. - kennen rechtliche Rahmenbedingungen. - setzen sich kritisch mit Werbung auseinander.
Methodenkompetenz Schülerinnen und Schüler	- kennen Vermittlungsmodelle. - nutzen Produktinformationen. - überprüfen.
Selbst- und Sozialkompetenz Schülerinnen und Schüler	- stellen den Zusammenhang zwischen Ernährung und der persönlichen Gesundheit her. - entwickeln ein gesundes Essverhalten. - reflektieren ihr Essverhalten. - unterscheiden Körperbilder und akzeptieren verantwortlichen Umgang mit dem eigenen Körper. - unterscheiden und tolerieren Rollenverständnisse.
Mögliche Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ernährungsempfehlungen und deren Vermittlungsmodelle ➤ Nahrungs- und Genussmittel unter rechtlichen Rahmenbedingungen ➤ Langzeiteffekte der Bewegung für das Essverhalten ➤ Prävention und Gesundheitsförderung ➤ Körperbilder, Selbstwertgefühl, Essstörungen ➤ Neuartige Lebensmittel, Nahrungsergänzungsmittel ➤ ...
Begriffe	BodymaIndex (BMI), Energie- und Nährstoffdichte, Ernährungsempfehlungen, Ernährungskreis, Ernährungspyramide, Essstörungen, gentechnisch veränderte Organismen (GVO), Grund- und Leistungsumsatz, Körperbilder, Lebensmittel- und Futtermittelgesetz, Nahrungs- und Genussmittel, neuartige Lebensmittel, Prävention, Selbstwirksamkeit, Stoffwechsel, ...

Kultur und Technik der Nahrungszubereitung	
Alltag und Vielfalt der interkulturellen Lebensstile verschiedener Völker und Kulturen. Auswirkungen auf Auswahl, Zubereitung und Verzehr von Nahrungsmitteln. Technik der Nahrungszubereitung und Mahlzeitenplanung. Situations- und situationsgerechte Ausgewogenheit. Die Verbindung gesundheitlicher, ökologischer und sozialer Aspekte in der Nahrungszubereitung berücksichtigen.	
Sachkompetenz Schülerinnen und Schüler	- kennen die Bedeutung sozialer Prozesse. - erkennen Chancen und Probleme des Zusammenlebens im Privaten und in der Gesellschaft. - vergleichen unterschiedliche Formen, Zukunftschancen und Risiken der Lebensgestaltung. - reflektieren Möglichkeiten des Zeit- und Selbstmanagements. - kennen die Vielfalt der individuellen und gesellschaftlichen Ressourcen.
Methodenkompetenz Schülerinnen und Schüler	- bearbeiten Fallbeispiele, entwickeln und präsentieren Lösungsansätze. - erstellen Selbst- und Zeitmanagementmodelle. - führen Rollenspiele durch.
Selbst- und Sozialkompetenz Schülerinnen und Schüler	- erkennen eigene Begabungen, Talente und Vorlieben. - übernehmen Verantwortung für das eigene Handeln/Leben und das Agieren in der Gemeinschaft. - verstehen, reflektieren und bewerten eigene Handlungen und schätzen ihre Tragweite ein. - wenden die Prinzipien des Ressourcenmanagements in ihrem Alltag an. - handeln selbst- und sozialverantwortlich im Umgang mit vorhandenen Ressourcen.
Mögliche Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ess- und Tischkulturen sowie ästhetisch-kulinarische Speisengestaltung ➤ Arbeitsteilung, -planung und -organisation ➤ Sachgerechter Umgang mit Lebensmitteln, Arbeitsmaterialien und Werkstoffen ➤ Grundtechniken und Grundrezepte ➤ Lebensmittelauswahl, -qualität und -sicherheit ➤ ...
Begriffe	Arbeitsgestaltung, Ess- und Tischkultur, Grundausstattung, Grundrezepte, Grundtechniken, Hygiene, Küchengeräte, Lebensmittel- und Produktkennzeichnung, rationelles Arbeiten, Pflanze, Tischsitten und -gebräuche, Unfallverhütung, ...
fächerübergreifend (vernetzend)	Fremdsprachen: Essen in verschiedenen Kulturen Deutsch: Gebrauchstexte Naturwissenschaften: Experimente Technik: Arbeitsabläufe

Ästhetisch-kulinarische und zielgruppenspezifische Speisengestaltung



Alltagskultur der Gastlichkeit in Schulen

„Kinder nicht nur satt machen...“

- **Nutrition** → Mengen, Qualität (Zutaten, Herkunft, warme, kalte Speisen), Qualitätsstandards (DGE)
- **Kulturthema** Essen → ästhetisch-kulinarische Zeichen (sinnlich-soziale Erinnerung)
- **Kommunikation** der Gastlichkeit → Atmosphäre der Beteiligung und des Willkommenseins

Professionalisierung

Gemeinschaft
und Toleranz
stiften...

Ökonomie der Zeit
und Aufmerksamkeit