

## Schulische Ernährungsbildung und kulinarische Kompetenz

Univ.-Prof. Dr. Ines Heindl

### **1 Essen und Ernährung in Schulen für Gesundheit, Leistungsfähigkeit und soziales Miteinander**

Die Herausbildung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils und die Entwicklung sozialer Beziehungen sind Elemente einer guten „gesunden“ Schule und integraler Bestandteil ihres Bildungs- und Erziehungsauftrags. Ernährungs- und Verpflegungskonzepte haben hier eine zentrale Bedeutung für die Gestaltung des „Lebensraums Schule“. Hier kann das Essenlernen als eine der Kulturtechniken eingeübt werden. Essen und Ernährung haben darüber hinaus direkten Einfluss auf Gesundheit und Ernährungssozialisation, Konzentrations- und Lernfähigkeit sowie Leistungen, individuelles Sozialverhalten und soziale Gemeinschaft innerhalb der Einrichtungen mit Auswirkungen auf das Schulklima.

### **2 Kriterien der Ernährungsbildung**

Kindertageseinrichtungen und Schulen sind ideale Settings, um Kinder, Jugendliche, Lehrkräfte und Eltern in ihrem Gesundheitshandeln zu erreichen. Europaweit formuliert das Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen (ENHPS) in seinen Zielen Kriterien einer erfolgreichen Ernährungsbildung:

- Für jedes Kind ist eine Ernährungsbildung disziplinübergreifend zu gewährleisten. Hierfür sind Standards zu entwickeln.
- Alle Fachkräfte, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sollten über Grundkenntnisse zeitgemäßer Ernährungsbildung verfügen und sind entsprechend aus- und fortzubilden.
- Qualitätsstandards und die Sicherstellung ihrer Umsetzung sind Voraussetzungen einer nachhaltigen Ernährungsbildung für das jeweilige Verpflegungsangebot (Vorbildfunktion).
- Lust und Freude beim Essen bilden einen zentralen Fokus.
- Die Essatmosphäre trägt zu einem guten Schulklima bei.
- Das Lebensmittelangebot sollte ausschließlich die Wahl zwischen Produkten ermöglichen, die die Gesundheit fördern.
- Eltern und externe Unterstützungssysteme (z. B. Sportvereine) sind einzubeziehen.

- Ausdrücklich ist dafür Sorge zu tragen, dass Hunger und Nahrungsmangel die Leistungs- und Lernerfolge der Kinder nicht beeinträchtigen. Die Teilnahme am Verpflegungsangebot muss unabhängig vom sozialen Hintergrund für jedes Kind gewährleistet sein.
- Es ist sicher zu stellen, dass alle Beteiligten die Ziele und Standards der gesundheitsfördernden Schule verstetigen und Maßnahmen zu deren Umsetzung koordinieren, so dass Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern, Jugendlichen, Erziehern/innen sowie Lehrkräften zum gemeinsamen Anliegen wird.

### **3 Sensomotorische Integration – der Ursprung von Geschmack und Bildung liegt im Essen und Trinken**

Gesundheit ist kein Zustand, der vorhanden ist oder nicht, sondern eine Balance zwischen körperlichem und seelisch-geistigem Wohlbefinden, die im täglichen Leben immer wieder neu herzustellen ist. In sozialer Gemeinschaft früh erlernte positive Körpergefühle verbunden mit dem Essen und Trinken, d. h. die frühe Förderung und Entwicklung angeborener Sinnesfähigkeiten wird nötig sein, wenn Kinder sich in einer Welt des Nahrungsüberflusses zurecht finden sollen.

#### ***„Hundert Speisen schmecken hundertmal verschieden...“***

Eine Kindertageseinrichtung bzw. Schule, die

... Schmecken lernen zum Bildungsauftrag erhebt,

... Kindern und Jugendlichen die Herkunft der Lebensmittel geschmacklich nahe bringt,

... eine möglichst selbst bestimmte, frische Auswahl und Zubereitung der Lebensmittel garantiert,

... geschmacklich anregende und dabei gesundheitsorientierte Essensangebote macht, Kinder und Jugendliche dann jedoch selbst wählen lässt,

... fachliche Botschaften, z. B. im Unterricht, und alltägliche Erlebnisse von Nahrungsangebot und -auswahl aufeinander abstimmt,

... eine fröhliche, gemütliche Essatmosphäre schafft, in der alle gerne essen,

... dem Essen Aufmerksamkeit gewährt und Zeit zum Genießen lässt,

... außerdem Anreize für viel Bewegung bietet, auch an frischer Luft,

... für Essens- und Bewegungsangebote Qualitätsstandards entwickelt,

versteht, dass die Welt der Sinne nicht zuletzt in ihrem Zusammenspiel lebenslang bedeutsam

ist (vgl. Ayres 2002). Ein so verstandenes Bildungskonzept sieht die Rolle menschlicher

„Aisthesis“ als Basis und gleichsam organisches Fundament der Kultur und ihrer

transformierenden Kraft (vgl. Neumann 1993, Seite 408). Sie führt zu **„sinnlicher Intelligenz“**

und an den Ausgangspunkt für Leben und Lernen überhaupt.

Das Referat wird den Zusammenhang von Nahrungsqualität, Esskultur und **kulinarischer Kompetenz** mit der sozialen Verantwortung für Gesundheit und einer modernen Ernährungsbildung in Schulen herstellen und vor diesem Hintergrund Bedeutung, Qualität und Qualitätssicherung von schulischer Ernährungsbildung und Verpflegungskonzepten begründen. Denn was wir nicht frühzeitig in der Bildung leisten, kommt uns später teuer zu stehen.

### **Literatur (Auswahl):**

- Ayres, A.J. (2002): Bausteine der kindlichen Entwicklung. Berlin: Springer Verlag
- Heindl, I. (2003): Studienbuch Ernährungsbildung – Ein europäisches Konzept zur schulischen Gesundheitsförderung. Bad Heilbrunn: Klinkhardt Verlag
- Heindl, I. (2009): Ernährungsbildung – curriculare Entwicklung und institutionelle Verantwortung. Ernährungsumschau 56 (10), S. 568-573
- Heseker, H. (Hg.) (2005): Neue Aspekte der Ernährungsbildung. Frankfurt: Umschau Zeitschriftenverlag
- Leonhäuser, I.U., U. Meier-Gräwe, A. Möser, U. Zander, J. Köhler (2009): Essalltag in Familien – Ernährungs-versorgung zwischen privatem und öffentlichem Raum. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften
- Markowitsch, H.J. und H. Welzer (2005): Das autobiographische Gedächtnis – Hirnorganische Grundlagen und biosoziale Entwicklung. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag
- Neumann, G. (1993): „Jede Nahrung ist ein Symbol“ – Umriss einer Kulturwissenschaft des Essens. In: A. Wierlacher, G. Neumann und H. J. Teuteberg (Hg.): Kulturthema Essen. Berlin: Akademie Verlag, 385-444

---

aid (2007): **REVIS** – Moderne Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen. Bonn ([www.aid.de](http://www.aid.de))

IQSH (2009): Lehrplan **Verbraucherbildung** Schleswig-Holstein. Kiel ([www.lehrplan.lernnetz.de](http://www.lehrplan.lernnetz.de))

BMBF Investitionsprogramm „Zukunft Bildung und Betreuung“ (**IZBB**): ([www.bmbf.de](http://www.bmbf.de))