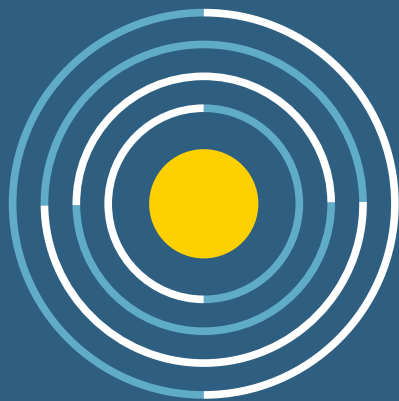




Der Bereich **Unterricht und Angebote** konzentriert sich auf die Planung und Koordination von Lehrinhalten sowie außerschulischen Aktivitäten. Ziel ist es, ein vielfältiges und ausgewogenes Angebot zu schaffen, das den individuellen Bedürfnissen und Interessen der Schülerinnen und Schüler gerecht wird.

Ernährungsbildung und -kompetenzen

Dr. Eva-Maria Endres

Master of Science Public Health Nutrition und Bachelor of Science Oecotrophologie

„Die Integration von Ernährungsbildung kann Schulen dabei unterstützen, ein Ort der Lebensfreude und des Wohlbefindens zu sein.“

26

Beitrag aus „Schulverpflegung im Ganzttag – dynamisch und individuell“
– Broschüre 2

Vollständige Broschüre mit allen Verlinkungen:



Ernährungserziehung und Ernährungsbildung

Ernährungsbildung ist ein wesentlicher Bestandteil ganzheitlicher Gesundheitsförderung in der Schule. Im schulischen Ganztags bieten sich vielfältige Gelegenheiten, Ernährung nicht nur theoretisch, sondern auch im Alltag erlebbar zu machen, etwa durch praktische Angebote, partizipative Formate oder die Verbindung mit dem Verpflegungsalltag.

Hintergrund

Ernährung stand lange Zeit im Zeichen der traditionellen Gesundheitserziehung. Im Spiegel des jeweiligen pädagogischen Verständnisses einer Epoche beinhaltete Ernährungserziehung daher oft Verbote, erhobene Zeigefinger und Warnungen vor Risiken und ernährungsbedingten Krankheiten. Einige erinnern sich vielleicht noch an die Geschichte vom „Suppenkasper“, dem Schlimmes widerfährt, weil er seinen Teller Suppe nicht leer essen möchte. Auch heute finden sich in einigen Lehrmaterialien noch Hinweise auf diese Form der traditionellen Ernährungserziehung. Im Zentrum der Ernährungserziehung steht die Vorstellung, dass es die eine richtige, gesunde Ernährungsweise gibt, die mittels Informationsvermittlung an die Lernenden heranzutragen ist. Passt eine Ernährungsweise nicht zu dieser Idealvorstellung, geht dies mit Vorschriften und Maßregelungen einher. Dieses Konzept ist mittlerweile jedoch überholt, da sich aus dem traditionellen Ansatz verschiedene Problempunkte ergeben haben:

- **Ernährungswissen:** Ernährungserziehung geht davon aus, dass allein Ernährungsfachpersonen wissen,

Definition

Eine gelungene Ernährungsbildung befähigt die Menschen dazu, die Art und Weise ihrer Nahrungsaufnahme zu reflektieren und sie selbstbestimmt und verantwortungsbewusst zu gestalten.⁹

was für die Bevölkerung gut ist. Laien wird eine eigene Ernährungskompetenz tendenziell abgesprochen.

- **Regeln:** Sie impliziert eine Art „Goldstandard“ der Ernährung, der im Alltag schwer erreichbar ist. Dadurch kann Reaktanz, das Gefühl von Hilflosigkeit und Resignation, erzeugt werden.
- **individuelle Verhaltensweisen:** Sie fokussiert auf individuelle Verhaltensweisen und macht damit das Individuum verantwortlich für gesunde Ernährung. Insbesondere Menschen in schwierigen sozialen Lagen können sich damit überfordert fühlen. Rahmenbedingungen und gesellschaftliche Verantwortung werden ausgeblendet.
- **Bedeutung einer gesunden Ernährung:** Gesunde Ernährung wird mit Regeln, Verboten und Nährstoffaufnahme assoziiert. Genuss, soziales Miteinander, geschmackliche Vorlieben und Sinnlichkeit werden als Nebensache deklariert.

Differenzierung

Mit dem Projekt „REVIS – Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in allgemeinbildenden Schulen“ (2003–2005) wurde diese Auffassung von Ernährungserziehung reformiert. Am REVIS-Konzept orientiert sich auch das Verständnis von Ernährungsbildung des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE): Demnach ist das



Ziel von Ernährungsbildung die „Befähigung zu einer eigenständigen und eigenverantwortlichen Lebensführung in sozialer und kultureller Eingebundenheit und Verantwortung. Ernährungsbildung zielt damit auf die Fähigkeit, die eigene Ernährung politisch mündig, sozial verantwortlich und demokratisch teilhabend unter komplexen gesellschaftlichen Bedingungen zu gestalten. [...] Ernährungsbildung grenzt sich damit ab von Ernährungserziehung, wenn unter dieser die überwiegend normativ bestimmte Vermittlung von Wissen und Verhaltensregeln verstanden wird. Darüber hinaus stellt sie den essenden und trinkenden Menschen in den Mittelpunkt, nicht Nährstoffe oder Nahrung.“⁹

Im Folgenden werden die Charakteristika von Ernährungsbildung und -kompetenzen kurz dargestellt:

Ernährungsbildung kann nie losgelöst von angrenzenden Faktoren wie Kultur, Verbraucherbildung, Nachhaltigkeit, Haushaltsführung oder ökonomischen Aspekten gesehen werden. Sie ist als eine Form der Allgemeinbildung zu verstehen, die eng verzahnt ist mit Verbraucherbildung. „Bildung stellt den Menschen, der isst und trinkt in den Mittelpunkt, nicht die Nahrung als solche. Ernährungsbildung vermittelt Sach-, Handlungs- und Entscheidungskompetenzen, um Menschen zu befähigen, selbstverantwortlich das Problem Ernährung in den einzelnen Lebensbereichen und Lebensphasen zufrieden stellend lösen zu können. Das Problem Ernährung wird dabei umfassend im gesamtgesellschaftlichen und welternährungswirtschaftlichen Kontext gesehen.“¹⁰ Die Ernährungswissenschaft und ihre Erkenntnisse (Referenzwerte für die Nähr-

Ernährungserziehung	Ernährungsbildung
• normative Vorstellung von der „richtigen“ Ernährung	• zieloffen und erfahrungsorientiert: Ernährung in ihrer Vielfalt kennen lernen
• richtig und falsch / gesund und ungesund	• Der Mensch, der isst und trinkt, steht im Mittelpunkt, nicht die Nahrung.
• Verhaltensregeln und Maßregelungen, Zeigefingerpädagogik und Risiken und ernährungsbedingte Krankheiten	• Kompetenzen und Werkzeuge vermitteln, damit der Mensch selbstverantwortlich handeln kann.
• Fachpersonen wissen, was für alle gut ist.	• Jede Person ist Experte ihrer eigenen Lebenswelt.
• überwiegend kognitive Wissensvermittlung	• praxisorientiert und alltagsnah (tun und ausprobieren)
• Lebenskontext wird nicht miteinbezogen.	• Partizipation und Teilhabe
• defizitorientiert: Vermeidung von Risikofaktoren und von Krankheiten	• salutogen: Förderung vorhandener Kompetenzen, Stärkung von Ressourcen

9 Bundeszentrum für Ernährung (2023): Wie kann Ernährungsbildung gelingen? Antworten aus der Praxis für die Praxis

10 Thematisches Netzwerk Ernährung (2008): Referenzrahmen für die Ernährungs- und Verbraucherbildung

stoffzufuhr, Kalorien, Mengenangaben für Lebensmittel, etc.) dienen dabei als Orientierung. Sie sind in erster Linie als Hintergrundwissen für Fachpersonen zu sehen und dienen weniger dazu, direkt an Verbraucherinnen und Verbraucher vermittelt zu werden. Die Schule als Sozialraum junger Menschen stellt dabei eine wichtige Säule bei der Vermittlung dieser Kompetenzen dar.

Ganztagsschule als Lernort für Ernährungsbildung

Ganztagsschulen bieten strukturell und inhaltlich viele Anknüpfungspunkte für Ernährungsbildung. Sie verbinden Unterricht, Betreuung und Verpflegung in einem erweiterten Schulalltag. Dadurch eröffnen sich praxisnahe Lernmöglichkeiten, etwa bei der Essensgestaltung, beim gemeinsamen Kochen oder in Projektformaten, die sich gut in den Tagesablauf integrieren.

Gesundheitsförderung

Während traditionelle Ernährungserziehung überwiegend pathogen ausgerichtet ist, also sich an Risikofaktoren und der Vermeidung von ernährungsbedingten Krankheiten wie Adipositas oder Karies orientiert, legt Ernährungsbildung die Gesundheitsförderung und damit einen salutogenen Ansatz zugrunde. Das Modell der Salutogenese wurde von Aaron Antonovsky 1979 begründet und stellt einen zentralen Wendepunkt in der Gesundheitswissenschaft dar. Er stellte sich nicht wie sonst üblich die Frage, wie Krankheiten entstehen

und wie diese zu vermeiden sind, sondern wie Gesundheit entsteht und wie diese zu fördern ist.¹¹ Seine Erkenntnisse sind zum Fundament der Gesundheitsförderung geworden, deren Ziele 1986 in einem Grundsatzpapier formuliert wurden. Gesundheit wird dort als umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden definiert.

Ziele von Gesundheitsförderung sind unter anderem:

- ein höheres Maß an Selbstbestimmung
- Chancengleichheit
- die Entwicklung persönlicher Kompetenzen
- das Schaffen gesundheitsförderlicher Lebenswelten¹²

Gesundheit soll dabei keinen Zweck an sich darstellen, sondern als „ein wesentlicher Bestandteil des alltäglichen Lebens“ zu verstehen sein.¹² Schulen als zentraler Lebensort nehmen hier eine Schlüsselrolle ein. Im Sinne der Gesundheitsförderung können dort Bedingungen geschaffen werden, die es Menschen sehr leicht und selbstverständlich machen, sich gesundheitsförderlich zu verhalten. So wird in der Ottawa-Charta ausgeführt: „Die Art und Weise, wie eine Gesellschaft die Arbeit, die Arbeitsbedingungen und die Freizeit organisiert, sollte eine Quelle der Gesundheit und nicht der Krankheit sein. Gesundheitsförderung schafft sichere, anregende, befriedigende und angenehme Arbeits- und Lebensbedingungen.“¹²



11 Faltermaier, Toni (2023): Salutogenese, in: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.). Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden

12 World Health Organization (1986): Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung



Alltagskompetenzen

Pädagogische Haltung

Da insbesondere die Ernährung einen großen Einfluss auf die Umwelt ausübt, können Schülerinnen und Schüler als Zukunftsgestalter ausgebildet werden – nicht nur ihrer eigenen Ernährung, sondern für ein nachhaltigeres Ernährungssystem.

Gesundheit und Nachhaltigkeit schließen dabei keineswegs aus.

Als Orientierung kann die *Planetary Health Diet* herangezogen werden. Wichtig ist es jedoch, zunächst eine entsprechende Haltung und ein angemessenes Menschenbild zu verinnerlichen. Während es bei vielen Schulfächern durchaus berechtigt ist, von richtig und falsch zu sprechen ($2+2=4$), sollte die Pädagogik in der Ernährungsbildung erfahrungsorientiert und ergebnisoffen sein. Das BZfE hat hierzu in zahlreichen Gesprächen mit Lehrenden neun Faktoren für eine gelingende Ernährungsbildung herausgearbeitet:

- die eigene Haltung reflektieren
- offen sein, nicht werten
- an Erfahrungen und Wünschen der Lernenden anknüpfen
- Vielfalt bieten und forschend entdecken
- den Lernenden helfen, es selbst zu tun
- positive Erlebnisse ermöglichen
- Gesundheit und Nachhaltigkeit zusammen denken
- die Schulverpflegung einbeziehen
- zum Weitermachen motivieren⁹

Konzeptionelle Gestaltung und nachhaltige Verankerung

Insofern kann Ernährungsbildung als Einzelmaßnahme, zum Beispiel im Rahmen einer Projektwoche, umgesetzt werden. Langfristiges und übergeordnetes Ziel sollte jedoch sein, eine Schulkultur zu etablieren, in der eine ausgewogene und genussvolle Ernährung in allen Bereichen gefördert wird. Bausteine einer solchen Schulkultur können beispielsweise sein:

- eine entspannte Pausenkultur und eine gute Essatmosphäre
- qualitativ hochwertige Verpflegung, positives Image von Essen und Trinken
- Schülerinnen und Schüler essen gemeinsam mit Lehrenden
- Partizipation der Schülerinnen und Schüler
- regelmäßige Kommunikation und Feedback
- frei verfügbare Trinkangebote
- verschiedene, ansprechende Raumkonzepte (Lounge, Cafeteria, Arbeitsbereiche)¹³

Schulverpflegung bietet ein besonders großes Potenzial für gelebte Ernährungsbildung: Jede Mahlzeit ist Ernährungsbildung! Die niedrigschwellige Umsetzung von Ernährungsbildung ist eine qualitativ hochwertige Mittags- und Pausenverpflegung. Hier entwickeln Schülerinnen und Schüler Ernährungsgewohnheiten, probieren Neues aus und pflegen Esskultur. Die Esskultur in Schulen sollte die Wertschätzung von Lebensmitteln und die Freude am gemeinsamen Essen fördern. Hierbei spielen soziale Aspekte, wie das gemeinsame Zubereiten und Essen, eine große Rolle. Im Rahmen

9 Bundeszentrum für Ernährung (2023): Wie kann Ernährungsbildung gelingen? Antworten aus der Praxis für die Praxis

13 Bundeszentrum Kita- und Schulverpflegung (2014): Akzeptanz von Schulverpflegung. Eine interaktive Handreichung

des Ganztags können praxisnahe Ansätze, wie regelmäßige Projekte zur gesunden Ernährung, Arbeitsgemeinschaften (AGs) oder Kochkurse, in den Schulalltag integriert werden. Die pädagogischen Fachkräfte übernehmen hierbei eine zentrale Rolle, indem sie die Kinder und Jugendlichen durch die Projekte begleiten, sie unterstützen und dazu anleiten, Verantwortung zu übernehmen. Sie schaffen zudem einen Raum, in dem auch interkulturelle Aspekte der Ernährung thematisiert werden können, etwa durch das Einbringen von Gerichten aus verschiedenen Kulturen. Dies fördert nicht nur die Vielfalt, sondern trägt auch dazu bei, Toleranz und gegenseitiges Verständnis zu stärken.

Um das Mittagessen in der Schule zu optimieren und den Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler sowie des Lehrpersonals und aller Beteiligten anzupassen, ist es von besonderer Bedeutung, nachhaltige Kommunikationsstrukturen zu verankern. Ziel ist es, dass das Verpflegungsangebot nicht nur nachhaltig und gesundheitsförderlich gestaltet, sondern auch von allen akzeptiert ist.

Herausforderungen und Chancen

Neben der Verantwortung, die insbesondere mit Blick auf die Entwicklung des Ganztags von der Schule getragen wird, ist zu erwähnen, dass die primäre Sozialisation für

Ernährung in den Familien stattfindet. Eine zentrale Herausforderung besteht jedoch darin, dass Eltern im schulischen Umfeld nicht präsent sind, obwohl sie die Entscheidungen im Familienalltag treffen und mögliche Änderungen im Essverhalten umsetzen. Ernährungsbildung für Kinder bedeutet somit auch immer Ernährungsbildung für Eltern. Zudem sind Konzepte wie Frontalunterricht, kognitive Wissensvermittlung und ein hierarchisches Verhältnis zwischen Lehrenden und Lernenden nicht förderlich für Ernährungsbildung. Von besonderer Relevanz ist es daher, diese Unter-



richtsformen durch Partizipation, Praxis und Lernen auf Augenhöhe zu ersetzen.

Ernährungsbildung sollte vor allem an Orten stattfinden, zu denen Schülerinnen und Schüler einen positiven Bezug haben, wo sie gerne hinkommen und eine offene Willkommenskultur herrscht. Das kann auch der Fußballverein, das Gemeindezentrum oder die Kirche sein. Schulen haben gegenüber anderen Sozialräumen einige Vorteile, aber auch Herausforderungen.

Zu den Vorteilen zählt, dass durch die Schulpflicht alle Kinder erreicht werden können, dass eine Infrastruktur (beispielsweise Räumlichkeiten) vorhanden ist und dass Ernährungsbildung langfristig über das gesamte Schulalter umgesetzt werden kann. Das Mittagessen ist ein zentraler Baustein im Ganztag; besonders relevant ist hierbei die Passung von Versorgungs- und Bildungsauftrag. Laut der Richtlinie für ganztägig arbeitende Schulen in Hessen nach § 15 Hessisches Schulgesetz bieten Schulen eine ganzheitliche individuelle Förderung an, in der Gesundheitserziehung in den Bereichen Ernährung, Entspannung, Bewegung und Hygiene als wesentliches Element gilt. Ausreichend Zeit für die Mittagspause sowie ein ansprechender Speiseraum und die Möglichkeit zur Partizipation der Schulgemeinde sind einige Qualitätskriterien, die mit Ernährungsbildung in Verbindung stehen. Darüber hinaus können sich Ansätze wie außerschulische Lernorte, Kooperationen und Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) in Form unterschiedlicher Angebote im Ganztag wieder-

finden und zur Stärkung ganzheitlicher Ernährungsbildung beitragen. Zunächst kann eine gelingende Umsetzung angesichts dieser Vielzahl an Gestaltungsbereichen herausfordernd erscheinen. Gleichzeitig bietet Schule als zentraler Lebensraum junger Menschen ein großes Potenzial, Ernährungsbildung wie selbstverständlich als ein genussvolles und unentbehrliches Element in ihr eigenes Leben zu integrieren.

Praxistipps

Im Folgenden werden Anknüpfungspunkte für die Umsetzung einer ganzheitlichen Ernährungsbildung in Ganztagschulen an die Hand gegeben:

- **Schulkultur:** Die Gestaltung der Pausenkultur und -räume als „dritter Pädagoge“ spielt eine zentrale Rolle und verbindet Schulverpflegung, pädagogische Arbeit und Strukturen im Ganztag. Eine gesundheitsfördernde Ausrichtung beinhaltet eine Rhythmisierung zwischen An- und Entspannungsphasen.
- **Bildung für nachhaltige Entwicklung:** BNE ist ein Bildungskonzept, das durch entsprechende Inhalte und Methoden die Zukunftsfähigkeit unseres Handelns in den Mittelpunkt rückt. Sie fördert Kompetenzen der Lernenden, die geeignet sind, eine nachhaltige Entwicklung zu erreichen.
- **Ganztag:** Ernährungsbildung thematisieren, zum Beispiel in Form von AGs zu Schulgarten, Kochen oder Imkern. Darüber hinaus bieten sich auch Projekt-

wochen sowie Kooperationen mit außerschulischen Partnerinnen und Partnern an, zum Beispiel über das Projekt „Bauernhof als Klassenzimmer“.

- **Unterricht:** Themen wie Verdauung/Energiehaushalt, Biodiversität oder Anbau von Lebensmitteln können im Biologieunterricht aufgegriffen werden. In Physik eignen sich Energieerhaltung, Experimente und Molekularküche als Lerninhalte. Nachhaltigkeit und Fair Trade können in Geografie oder Wirtschaft behandelt werden.
- **Schulverpflegung:** Jede Mahlzeit ist Ernährungsbildung und ist eine Gelegenheit, Ernährungsbildung erlebbar zu machen. Damit sie von allen getragen und akzeptiert wird, sind Partizipation und Evaluation grundlegend.
- **Zwischenverpflegung:** Weitere Verpflegungsangebote, wie eine ausgewogene und nachhaltige Gestaltung des Kiosks oder das Angebot eines Trinkwasserspenders, sind auf das Gesamtkonzept der Schule abzustimmen.

Fazit

Schulen sind als zentraler Sozialraum für Kinder und Jugendliche die Gestalter unserer Zukunft. Während Ernährung zu großen Teilen in der Familie stattfindet, können Schulen dennoch ein großer Hebel für eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Ernährung sein. Dabei stellen Bildungsangebote über den Schulalltag hinaus einen besonderen Mehrwert im Ganzttag dar. Diese Verzahnung von Versorgungs- und Bildungs-

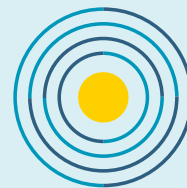
auftrag steigert die Akzeptanz maßgeblich – vor allem Pflichtbereiche wie das Mensaangebot, die Pausenverpflegung oder Erholungszeiten können so gestaltet werden, dass Essen in der Schule zu einem Quell für Lebensfreude und Wohlbefinden wird. Davon profitieren nicht nur Schülerinnen und Schüler, sondern die gesamte Schulgemeinschaft.

Mehr zum Thema

Wie kann Ernährungsbildung gelingen?



Unterstützung und Vertiefung: Materialien, Tipps und Praxisbeispiele zur Ernährungsbildung



Im Folgenden werden Materialien sowie Praxisbeispiele im Bereich Ernährungsbildung vorgestellt und Tipps zur inhaltlichen Vertiefung an die Hand gegeben. Diese erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit, sondern sind als Anregung im Kontext Schule zu verstehen.

Angebote in Hessen

Im Rahmen des Schulentwicklungsprozesses bietet zum Beispiel die Zertifizierung „Schule & Gesundheit“ sowie der Hessische Referenzrahmen Schulqualität Anhaltspunkte zur Umsetzung und Integration von Ernährungsbildung im Unterricht und Ganztag.

Schule & Gesundheit

Schulen können Ihr Engagement im Bereich Gesundheitsförderung sichtbar machen, indem Sie sich als „gesundheitsfördernde Schule“ des Hessischen Ministeriums für Kultus, Bildung und Chancen zertifizieren lassen. Durch die Verleihung des Zertifikats wird der bisherigen schulischen Arbeit in diesem Bereich Wertschätzung und sichtbare Anerkennung nach Außen zuteil. Auch das Erlangen einzelner Teilzertifikate im Arbeitsbereich „Schule & Gesundheit“ ist möglich, dazu zählen:

- Bewegung & Wahrnehmung
- Ernährung & Konsum
- Sucht- & Gewaltprävention
- Verkehr & Mobilität
- Lehrkräftegesundheit
- weitere Bereiche: Bildung für eine nachhaltige Entwicklung und Umwelt, Arbeitsschutz, Gesundheit von Kindern und Jugendlichen und Schulsanitätsdienst



Hessischer Referenzrahmen für Schulqualität (HRS)

Der Hessische Referenzrahmen für Schulqualität unterstützt Schulen bei der systematischen Gestaltung von Schulentwicklungsprozessen. Festgelegte Kriterien können beispielsweise vertiefend mit Blick auf unter-

schiedliche Themenfelder wie Gesundheitsförderung und Ganzttag weitergedacht und in der Praxis umgesetzt werden. Der HRS umfasst sieben Qualitätsbereiche:

- **Qualitätsbereich I:** Ausgestaltung der Rahmenbedingungen
- **Qualitätsbereich II:** Qualitätsentwicklung und -sicherung
- **Qualitätsbereich III:** Professionalität der Schulleitung
- **Qualitätsbereich IV:** Professionalität der Lehrkräfte
- **Qualitätsbereich V:** Schulkultur
- **Qualitätsbereich VI:** Lehren und Lernen
- **Qualitätsbereich VII:** Ergebnisse und Wirkungen



Angebote und Materialien

Die VNS hat in ihren Datenbanken Angebote und Materialien zur Ernährungsbildung und Schulverpflegung unterschiedlicher Kooperationspartnerinnen und -partner auf einen Blick zusammengefasst.



Kooperationsdatenbank Ganzttag

Die Kooperationsdatenbank der SAG bietet Schulen die Möglichkeit, Angebote von außerschulischen Kooperationspartnern für den Ganzttag zu finden. Dabei können die Inhalte nach Region oder inhaltlichem Schwerpunkt gefiltert werden.



Beispiele gelingender Praxis

VNS bietet Einblicke in Beispiele gelingender Praxis zur Vernetzung von Schulen, die über Ihre Erfahrungen, Herausforderungen und Gelingensbedingungen berichten und für einen Austausch zur Verfügung stehen. In Zusammenarbeit mit der SAG wurden Interviews mit Schulen im Kontext der acht Qualitätsbereiche geführt.



„Ernährungsführerschein“ (Klasse 3 und 4)

Der „Ernährungsführerschein“ des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE) ist ein Unterrichtskonzept zur praktischen Ernährungsbildung für die Klassen 3 und 4. Es vermittelt Wissen zur kindgerechten Ernährung, Hygiene, Küchentechniken und Didaktik und führt Kinder spielerisch an den Umgang mit Lebensmitteln heran.



Der Landfrauenverband Hessen e. V. bietet in Kooperation mit der VNS mehrmals jährlich eine kostenlose Lehrkräfteschulung zum Konzept des Ernährungsführerscheins an.



„Werkstatt Ernährung“ (Klasse 5 bis 7)

Die „Werkstatt Ernährung“ ist ein Konzept des Hessischen Ministeriums für Landwirtschaft und Umwelt, Weinbau, Forsten, Jagd und Heimat (HMLU) zur praktischen Ernährungsbildung in den Klasse 5 bis 7. Es kann im Unterricht oder in Form einer Nachmittags-AG im Ganzttag umgesetzt werden und befähigt Schülerinnen und Schüler, gesundheitliche, soziale, ökologische und ökonomische Aspekte von Essen und Trinken zu erfahren und auf dieser Grundlage selbstbestimmten Ernährungsentscheidungen zu treffen. Die VNS bietet in Kooperation mit dem Landfrauenverband Hessen e. V. mehrmals jährlich eine kostenlose Lehrkräfteschulung zum Konzept der Werkstatt Ernährung an.



Weitere Anregungen, Materialien und Praxisbeispiele

Über die Angebote in Hessen hinaus stehen bundesweite Angebote zur Integration von Ernährungsbildung zur Verfügung.

Unterrichtsmaterialien und Schulungen

Das BZfE stellt Lernmaterialien im Bereich Ernährung und Verbraucherbildung bereit und bietet hierzu unter anderem Schulungen an. Die Inhalte sind altersgerecht aufbereitet und orientieren sich an aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen sowie den Bildungsplänen der Länder. Themenschwerpunkt ist unter anderem gesundes Essverhalten, Lebensmittelkunde und nachhaltiger Konsum. Die Materialien eignen sich für den Einsatz in unterschiedlichen Schulformen und Jahrgangsstufen und unterstützen eine fachübergreifende Auseinandersetzung mit Ernährungsthemen.



„Materialkompass“

Der „Materialkompass“ des Verbraucherzentrale Bundesverbandes bündelt qualitätsgeprüfte Unterrichtsmaterialien im Bereich Verbraucherbildung mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Er dient als Rechercheinstrument und Bewertungsportal für Lehrkräfte,

um geeignete Materialien für ihren Unterricht zu finden und auszuwählen.



Experimente

Die Plattform *Science Kids* stellt eine Vielzahl einfacher, alltagsnaher Experimente zu Themen wie Ernährung, Bewegung, Gesundheit, Körper und Wohlbefinden für die Primar- und Sekundarstufe bereit. Ziel ist es, Schülerinnen und Schüler zu einem gesunden Lebensstil mit ausgewogener Ernährung und ausreichender Bewegung zu motivieren.



Informationen, Quiz und Spiele

Das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit stellt ein umfassendes Materialangebot zu den Themen Ernährung, Bewegung und Stressoren bereit, das sich gut zur Ergänzung im Unterricht oder für Projekte im Schulalltag eignet.



Referenzrahmen Ernährungs- und Verbraucherbildung (REVIS)

Der Referenzrahmen Ernährungs- und Verbraucherbildung beschreibt zentrale Kompetenzen, die Schülerinnen und Schüler im Laufe ihrer Schulzeit erwerben sollen, um gesundheitsbewusste und nachhaltige Entscheidungen im Alltag treffen zu können. Er bietet somit eine fachlich fundierte Grundlage für die Gestaltung und Weiterentwicklung schulischer Bildungsangebote im Bereich Ernährung und Konsum und unterstützt Lehrkräfte bei deren Integration in den Schulalltag.



Kontakt und weitere Informationen:



SERVICEAGENTUR
GANZTAG
HESSEN



HESSEN
Hessische
Lehrkräfteakademie
Vernetzungsstelle Schulverpflegung