

Pluspunkt 1/2002

Ernährungserziehung in der Schule

„Kompetenz im Feld der Ernährung hat den Rang einer Kulturtechnik“

Welchen Stellenwert hat ernährungsbezogener Unterricht in den allgemein bildenden Schulen?

Wie sehen die Rahmenbedingungen dafür aus?

Welche Entwicklungsbedarfe und –perspektiven gibt es?

10 Im Auftrag des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft ging eine Forschungsgruppe der Universität Paderborn diesen Fragen nach, sah sich bundesweit Lehrpläne an, analysierte Schulbücher und interviewte mehr als tausend Lehrkräfte. Nun liegen die Ergebnisse in einer Studie vor. *pluspunkt* sprach darüber mit Professor Dr. Helmut Heseke, Ernährungswissenschaftler und Leiter der Paderborner Arbeitsgruppe.

pluspunkt: Ernährungserziehung in der Schule – was macht eine Studie zu diesem Thema notwendig?

20 **Heseke:** Ernährungsbedingte und -mitbedingte Krankheiten sind heute weit verbreitet und verursachen in unserem Gesundheitssystem erhebliche Kosten. Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen wird zunehmend zu einem Problem: Oft lastet ein enormer psychischer Druck auf ihnen. Erschreckend viele haben Bluthochdruck und erhöhte Blutfette, vermehrt sogar die Form von Diabetes, die sonst nur bei übergewichtigen Erwachsenen auftritt. Da sich Ernährungsverhalten in der Regel bereits im Kindesalter manifestiert und oft ein Leben lang beibehalten wird, ist es deshalb wichtig, dass bereits Kinder lernen, welche Zusammenhänge zwischen Ernährung und

30

Gesundheit bestehen und wie sie selbst Lebensmittel verarbeiten und zubereiten können.

pluspunkt: *Ist das nicht auch Aufgabe des Elternhauses?*

Heseker: Man mag es bedauern, aber man muss es erst einmal grundsätzlich zur Kenntnis nehmen: Eltern sind nicht mehr die zentrale Instanz in der Frage der Ernährung. Selbst traditionelle Ernährungserziehung
 40 findet immer weniger im Elternhaus statt. Das hängt mit veränderten Lebensrhythmen, Familienstrukturen und Arbeitsbedingungen zusammen. Wenn beide Eltern berufstätig sind, kommt man oft gar nicht mehr dazu, mit Grundnahrungsmitteln zu kochen. Stattdessen wird zu Fertigprodukten, so genannten Convenience-Produkten, gegriffen. Manchmal werden in Familien nicht einmal mehr gemeinsame Mahlzeiten eingenommen. Jeder geht an den Kühlschrank, wann es ihm gerade passt. Tischsitten und die ganzen damit verbundenen sozialen Verhaltensweisen werden nicht mehr eingeübt. Das ist ein
 50 gesellschaftliches Problem, mit dem Schule ja auch in vielen anderen Bereichen der Erziehung zu kämpfen hat. Dieses Problem wahrzunehmen bedeutet aber nicht, das Elternhaus aus seiner Verantwortung zu entlassen.

pluspunkt: *Welche Bedeutung kommt Schule vor diesem Hintergrund zu?*

Vielfältige Kompetenz im Feld der Ernährung hat den Rang einer Kulturtechnik. Kinder und Jugendliche haben einen Anspruch darauf, dass ihnen diese Kulturtechnik
 60 zugänglich gemacht und vermittelt wird. Dabei muss Ernährungserziehung eng mit Verbraucherbildung verzahnt werden – wie nötig das ist, hat die aktuelle Situation ja gerade gezeigt: Denken Sie an den BSE-Skandal, auf den die Menschen stark verunsichert, teilweise sogar überzogen hysterisch reagierten. Das liegt auch daran, dass viele gar nicht mehr wissen, wie Lebensmittel zusammengesetzt sind und wie sie deren Qualität beur-

70 teilen können. Die allgemein bildende Schule hat vor diesem Hintergrund einen Bildungsauftrag, denn hier sind alle Kinder und Jugendliche potentiell erreichbar.

pluspunkt: *Erfüllt Schule diesen Bildungsauftrag?*

Heseker: Trotz vorhandener Lehrpläne hat das reale Unterrichtsangebot im Lernfeld Ernährung überwiegend fragmentarischen Charakter. Es genügt nicht dem Anspruch, der zum Erwerb einer Basisqualifikation erforderlich ist. Qualifizierter Unterricht findet häufig nur eingeschränkt statt. Dabei bestehen große Defizite in der Vermittlung handwerklicher Lebensmittelverarbeitung und in der Verbraucherbildung.

80 **pluspunkt:** *In welchem Umfang und welcher Qualität findet ernährungsbezogener Unterricht denn zurzeit statt? Was sind Ihre Hauptkritikpunkte?*

Heseker: Ernährungserziehung stellt kein eigenständiges Fach dar, sondern ist in eine Reihe von traditionellen Unterrichtsfächern integriert – in der Primarstufe im Sachunterricht, in der Sekundarstufe in den Fächern Biologie und Hauswirtschaft. Im Sachunterricht macht Ernährungserziehung nur einen kleinen Teil des Unterrichts aus, weil verschiedene Themen wie klassische Heimatlehre oder Pflanzenkunde miteinander konkurrieren. Experimentelles Arbeiten mit Lebensmitteln ist außerdem kaum möglich, weil es in der Grundschule nur selten eine Schulküche gibt. Im Fach Biologie bleibt das Thema Ernährung meist auf analytischer humanbiologischer Ebene. Da werden zum Beispiel sehr intensiv die Verdauungsorgane besprochen, aber der Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit kommt zu kurz. Das Fach Hauswirtschaft wird schließlich vor allem an Haupt-, Real- und Gesamtschulen unterrichtet, erreicht als Wahlpflichtfach durch konkurrierende Angebote aber immer weniger Schüler. Das liegt nicht zuletzt daran, dass die Wertschätzung dieses Fachs bei 90
100 Schülern, Eltern und Lehrern eher gering ist. In der

Hauptschule ist Hauswirtschaft zudem reiner Kochunterricht. Schüler sollten aber theoretisch und anwendungsbezogen dann auch praktisch lernen, wie eine gesunde Kost aussieht und wie sie zubereitet werden kann.

pluspunkt: *Existiert denn ein schlüssiges Ernährungskonzept?*

- 110 Die Zeigefingerpädagogik nach dem Motto „Das macht krank und die Zähne kaputt“ ist wenig hilfreich. Man sollte nicht das eine, einzig wahre Ernährungskonzept predigen. Richtig ist auf jeden Fall eine vollwertige Ernährung. Meine Empfehlung: An fünf Tagen in der Woche sollte die Ernährung mit fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag einigermaßen gesund sein. Wie das gemeint ist? Wenn man zum Frühstück zum Beispiel ein Glas Orangensaft trinkt, ist das schon die erste Portion. In der Schulpause gibt es ein Stück Apfel oder Obst der
- 120 Saison, mittags dann Kartoffeln und Gemüse und abends eine Paprika zum Brot.

pluspunkt: *Inwieweit sind Schulküchen, sofern vorhanden, für einen qualifizierten Hauswirtschaftsunterricht ausgerüstet.*

Heseker: Leider genießt die Schulküche nicht das Image eines Fachraums. Die Einrichtung ist deshalb oft veraltet und wenig funktional. Es reizt nicht, dort zu arbeiten.

pluspunkt: *Wie sollte eine Schulküche Ihrer Meinung nach aussehen?*

- 130 **Heseker:** Ideal wäre es, drei bis vier verschiedene Bereiche einzurichten: ein bis zwei Kochnischen, eine Laborecke zum experimentellen Arbeiten mit Lebensmitteln, eine Ecke für sensorische Tests und eine Ecke zum gemeinsamen Essen. Sieht der Fachraum Schulküche so aus, können Lehrer ihren Unterricht methodisch ganz anders gestalten.

pluspunkt: *Wie zum Beispiel?*

Heseker: Zum Beispiel, indem sie vergleichende Geschmackstests durchführen. Das kann so aussehen: Die Schüler stellen ein Lebensmittel selbst her – etwa ein Naturjoghurt, in das sie frisches Obst hineinschneiden – und vergleichen es dann mit Fertigprodukten unterschiedlicher Qualität. Und testen, was besser schmeckt! Qualität von Lebensmitteln durch Schmecken zu beurteilen, das ist etwas, was uns heute wirklich fehlt. Manche Kinder kennen nichts anderes als Convenience-Produkte und sind darauf geschmacklich geprägt. In schulpraktischen Studien durchgeführten Geschmackstests kommt es deshalb nicht nur in Grundschulen vor, dass Dosenananas die frischen Frucht schlägt.

pluspunkt: *Wo finden Lehrer methodisches Unterstützungsmaterial für ein solches experimentelles Lernen?*

Heseker: Speziell für Lehrer aufbereitete Schriften, Arbeitsmappen und Folien hält zum Beispiel der Auswertungs- und Informationsdienst für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AID) bereit. Wir waren überrascht, dass 50 Prozent der befragten Lehrer den AID gar nicht kennen. Das hängt nicht zuletzt damit zusammen, dass es durch eine mangelnde Fachlehrerversorgung viele fachfremde Lehrer gibt, die sich zunächst einmal in einer fremden Welt wiederfinden. Dazu kommt, dass das Fach Hauswirtschaft an vielen Schulen nur von ein bis zwei Lehrern unterrichtet wird. Ein fachlicher Austausch ist kaum möglich. Und so kommt es, dass vor allem das Schulbuch als Weiterbildungslektüre genutzt wird.

pluspunkt: *Eignet sich das Schulbuch dafür?*

Kaum. Unsere Analyse hat gezeigt, dass Schulbücher einerseits aus fachdidaktischer Sicht häufig Mängel aufweisen. Andererseits finden sich in erschreckendem Maße schwere inhaltliche Fehler. Nicht selten werden populäre Ernährungsirrtümer über Schulbücher transportiert, etwa die Aussage „Zuckerkonsum führt zu Diabetes mellitus“. Oder ein anderes Beispiel: In einem der von

uns untersuchten Bücher hat man beim täglichen Vitamin-A-Bedarf Mikrogramm mit Milligramm verwechselt, sodass eine Tageszufuhr empfohlen wurde, die bereits im toxischen Bereich liegt.

pluspunkt: *Welche Rolle spielt vor diesem Hintergrund die Fort- und Weiterbildung für Lehrkräfte?*

180 **Heseker:** Die Fortbildung muss sich konsequenter an den Bedürfnissen der Lehrer orientieren und unmittelbar umsetzbare Hilfen für die Schulpraxis bieten. Besonders gefragt ist methodisch-didaktisches Know-how und Informationen zu aktuellen ernährungswissenschaftlichen Themen, die für den Unterricht aufbereitet sind.

pluspunkt: *Inwieweit sind die Schulleitungen bereit in eine qualifiziertere Ernährungserziehung zu investieren?*

Aus der Sicht der Schulleitungen wird dem Lernfeld Ernährung ein großer Stellenwert eingeräumt. Wenn es um Investitionen geht relativieren sich die Aussagen jedoch. Die unterschiedlichen Fachbereiche stehen natürlich in einem permanenten Konkurrenzkampf und es ist schwierig, Eltern zu vermitteln, dass Küchengeräte Vorrang vor Computer haben sollen.

190

pluspunkt: *Wohin sollte sich der ernährungsbezogene Unterricht in den Schulen entwickeln?*

Heseker: Es wäre unrealistisch, ein zusätzliches Fach „Ernährungserziehung“ zu fordern. Aber wir können das Fach Hauswirtschaft zu einem Fach „Ernährungs- und Verbraucherbildung“ weiterentwickeln. Der Vorteil: Es gibt bereits qualifizierte Lehrer, die sich nur im Bereich Verbraucherbildung weiterbilden müssten. Und: Wir hätten einen attraktiveren Namen, der das Image des Fachs verbessern würde.

200

pluspunkt: *Auf welchen Ebenen außerhalb des Fachunterrichts kann Schule im Lernfeld Ernährung noch tätig werden?*

Heseker: In der Gestaltung des gesamten Schullebens, zum Beispiel bei der Schulverpflegung. Leider ist es oft
210 so, dass Pausenlädchen in der Hand von Hausmeistern sind, die wegen der besseren Lagermöglichkeiten lieber Cola und Schokoriegel als Milch und Obst verkaufen. Im besten Fall engagieren sich Schüler oder Eltern in diesem Bereich und sorgen in Schülerbistros oder -cafés für ein attraktives und gesundes Angebot. Überhaupt ist die Zusammenarbeit der Schule mit den Eltern besonders wichtig: Das gilt für die Ebene der Gremien innerhalb einer Schule, um den Gedanken einer gesundheitsfördernden Schule in der Schulentwicklung zu verankern. Das
220 gilt aber auch für die konkrete Zusammenarbeit auf der Ebene der Lerngruppe, zum Beispiel beim gesunden Schulfrühstück in der Grundschule.

pluspunkt: *Worin sehen Sie positive Ansätze, wenn es um Ernährungserziehung in der Schule geht?*

Heseker: Es gibt viele Lehrer, die trotz unzureichender Rahmenbedingungen mit viel Engagement eine hervorragende Ernährungserziehung betreiben. Das rührt nicht zuletzt daher, dass die Fachinhalte auch für diese Lehrer selbst Alltagsrelevanz haben. Und: Immer mehr Schulen
230 nehmen die Leitidee einer gesunden Schule in ihr Schulprofil auf. Dadurch hat man eine gute Chance, dass sich der Stellenwert von Ernährungserziehung verbessert.