

ERNÄHRUNGSKOMPETENZFÖRDERUNG

Chancen und Herausforderungen im Setting Grundschule

Jana Schröder

1. Hintergrund und Ziel

- Mit der Verschlechterung von Gesundheitszuständen sowie entsprechendem Gesundheitsverhalten bei zeitgleich stetiger Zunahme von Ernährungswissen kann ein Paradoxon skizziert werden, welches vor allem durch Sozialisation, Bildung, finanzielle Ressourcen und altersbedingte Abhängigkeit charakterisiert ist.
- Eine aktuelle Studie der AOK zeigt auf, dass über die Hälfte der deutschen Bevölkerung (53,7%) eine unzureichende Ernährungskompetenz besitzt.
- Die Ernährungsversorgung von Kindern und Jugendlichen ist grundsätzlich von ihrem familiären/sozialen Umfeld abhängig.
- Das Setting Grundschule wird als bedeutender Ort für frühzeitige Interventionen zur Gesundheits- bzw. Ernährungsbildung benannt, da die Themengebiete Bildung, Ernährung und Gesundheit sich auf vielfältiger Weise beeinflussen. Hier können frühzeitig die Weichen hinsichtlich eines gesundheitsförderlichen Lebensstils gestellt werden.

2. Ernährungskompetenz

- Es handelt sich hierbei um zwei konzeptionelle Ansätze (Food Literacy und Nutrition Literacy), die aus dem Bereich der Gesundheitskompetenz (Health Literacy) entspringen.
- „Ernährungskompetenz ist das Rüstzeug, das Individuen, Haushalte, Gemeinden oder Nationen dazu befähigt, die Qualität der Ernährung durch Anpassung zu gewährleisten und eine ernährungsbezogene Widerstandsfähigkeit über die Lebensspanne hinweg abzusichern“ (Kolpatzik & Zaunbrecher 2020, S.5). Konkreter werden die Fähigkeiten beschrieben, die für ein Zurechtfinden und Verständnis von Ernährungsinformationen benötigt werden (Literalitätsbezug).
- Vor dem Hintergrund der Definitionen werden die vier grundlegenden Fertigkeiten Planen, Auswählen, Zubereiten und Essen skizziert, die die Qualität der individuellen Ernährungskompetenz darstellen.
- Eine erste repräsentative Studie der AOK orientiert sich dabei an den Ressourcen, um das Studiendesign mittels Fragebogen und anwendungsorientiertem Test (NVS) zu gestalten. Die Ergebnisse lassen sich dabei von inadäquat und problematisch zu ausreichend und exzellent darstellen.

Alter	• Die Ernährungskompetenz steigt mit zunehmendem Alter.
Geschlecht	• Frauen sind ernährungskompetenter als Männer.
Bildung	• Mit Zunahme des Schulabschlusses steigt die Ernährungskompetenz.
Netto-Einkommen	• Gutverdienende Menschen weisen eine bessere Ernährungskompetenz auf.
Nationalität	• Menschen mit und ohne Migrationshintergrund weisen eine ähnliche Ernährungskompetenz auf.

Abb. 1: Ergebnisübersicht der Ernährungskompetenzstudie 2020

3. Fachwissenschaftlicher Hintergrund

- Um die Ernährungskompetenz frühzeitig bei den Kindern ausbilden bzw. fördern zu können, bietet das Setting Grundschule vielfältige Ansätze.
- Hervorzuheben ist die Bedeutung der Art und Weise einer Implementierung von Ernährungsinformationen im Unterricht.
- Essen und Ernährungsthemen sollten dabei mit starkem Praxisbezug im gesellschaftlichen Kontext bearbeitet und durch eigenständiges Handeln sowie Forschen ergänzt werden (1x1 der Ernährungsbildung).

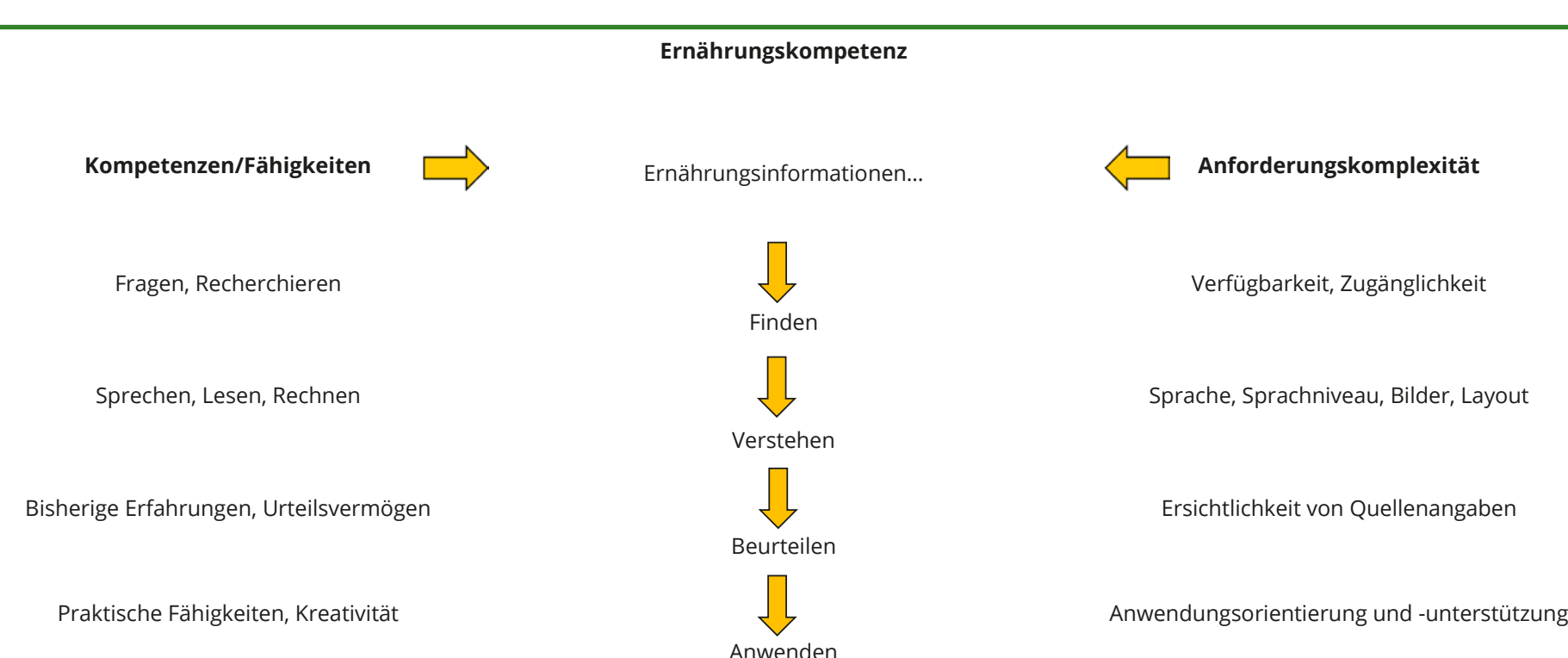


Abb. 2: Kriterien zur Implementierung von Ernährungsinformationen im Unterricht

4. Forschungsdesign & Ergebnisse

Forschungsdesign:

- Durchführung von acht Leitfaden-gestützten, problemzentrierten Interviews bei Grundschulkräften des Landkreises Rotenburg (Wümme)
- Datenauswertung anhand der wissenschaftlichen Fachliteratur und der vorab festgelegten Fragestellungen:
 1. Welche Ressourcen und Möglichkeiten haben Grundschulen zur Verfügung, um die Ernährungskompetenz von Kindern zu fördern?
 2. Welche Herausforderungen stellt eine frühzeitige Ausbildung von Ernährungskompetenz für Grundschullehrkräfte dar?
 3. Wie sieht die gegenwärtige Machbarkeit und Handhabbarkeit von Grundschulen hinsichtlich der schulischen Ernährungsbildung aus?

Fazit:

- Obwohl eine Ernährungskompetenzförderung ideal in einen primärpädagogischen Kontext fallen kann, stellen zeitliche, strukturelle und auch menschliche Faktoren Grenzen für eine entsprechende Optimierung der Ernährungsbildung dar.

Praxiserprobte methodisch-didaktische Konzepte (z.B. Ernährungsführerschein)	Fächerübergreifendes Lehren und Lernen (z.B. Lesen von ernährungsbezogenen Texten im Deutschunterricht)	Wissbegierde/Neugier der Grundschul Kinder sowie beginnende Literalität	Geinsames Essen in den Pausen/Frühstückspause
Kooperationen mit externen Fachkräften (z.B. Landfrauen)	Kostenlose Milch-, Obst- und Gemüselieferungen (EU-Schulprogramm)	Fehlende Zeit bei sehr vollem Lehrplan	Fehlendes oder unzureichendes Ernährungswissen
Eingeschränkter Zugang zu qualitativen Ernährungsinformationen	Mangelnde Bereitschaft zu Fort- und Weiterbildungen	Eingeschränkungen bei den Räumlichkeiten (z.B. Fehlen einer Schulküche)	Mangelnde Zusammenarbeit mit den Eltern und fehlende Bereitschaft für Kooperation

Abb. 3: Interviewergebnisse dargestellt durch Ressourcen (grün) und Herausforderungen (orange)

5. Handlungsempfehlung

- Die Skizzierung eines Rahmenmodells, als zusammenfassende Ergebnisdarstellung von theoretisch und praktisch gesammelten Informationen sowie zur Ausbildung und Förderung der Ernährungskompetenz an Grundschulen, kann als übersichtliche Orientierungshilfe für Multiplikatoren fungieren.

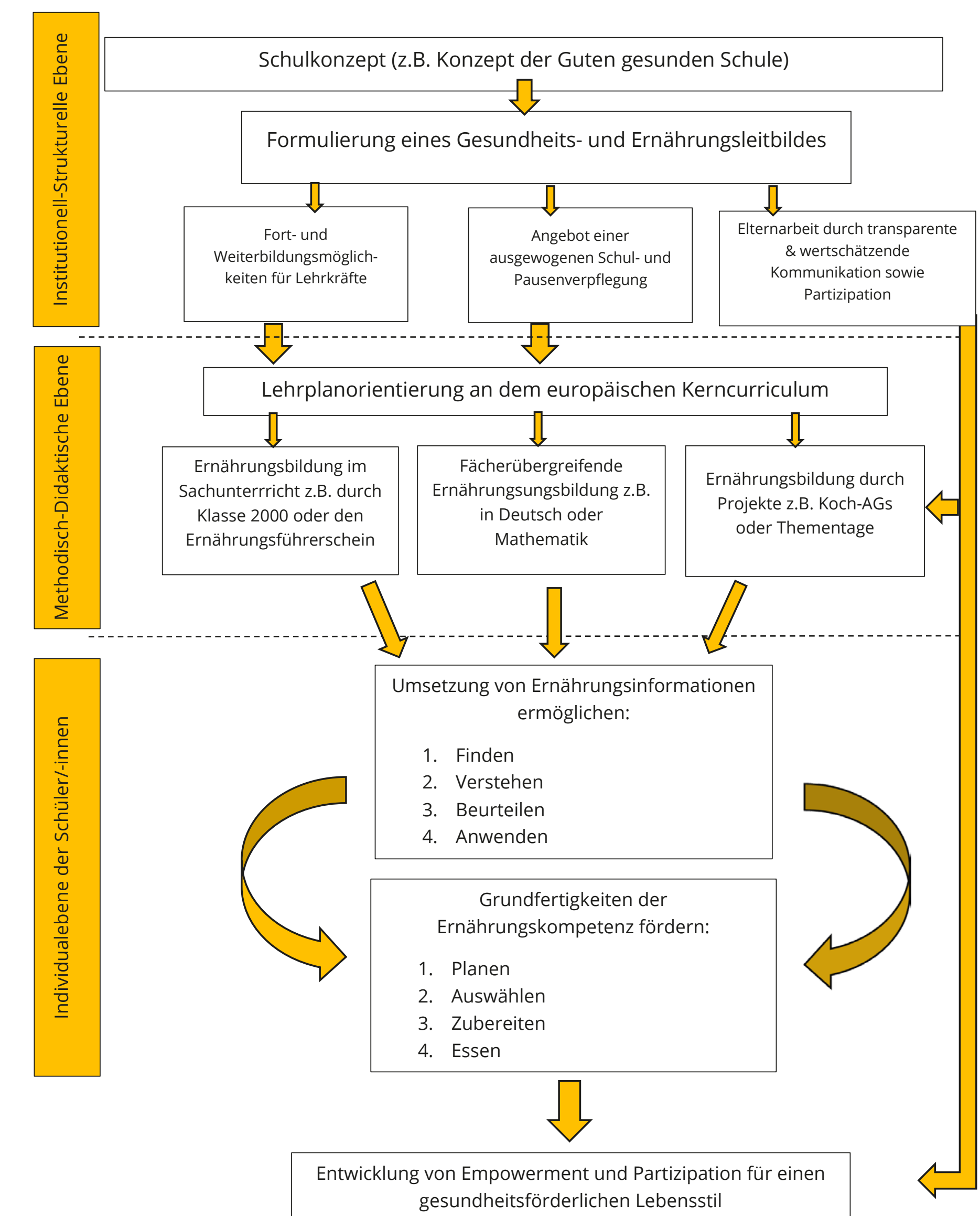


Abb. 4: Rahmenmodell zur Ausbildung und Förderung der Ernährungskompetenz an Grundschulen

Literatur:
 • Bialeski, H.-K. & Frank, J. (2018). Kinder in Ernährungsarmut - Wissenschaftliche Stellungnahme von Experten der Society of Nutrition and Food Science e.V. und Universität Hohenheim zu den Auswirkungen von Armut auf den Ernährungsstatus in Deutschland.
 • Bucksch, J., Häußler, A., Schneider, K., Finne, E. & Schmidt, K. et al. (2020). Bewegungs- und Ernährungsverhalten von älteren Kindern und Jugendlichen in Deutschland - Querschnittsergebnisse der HBSC-Studie 2017/18 und Trends. Journal of Health Monitoring, 5(3), S. 22-38
 • Dietscher & Pelikan (2014). In BZgA (Hrsg.), Health Literacy/Gesundheitsförderung - Wissenschaftliche Definitionen, empirische Befunde und gesellschaftlicher Nutzen. Meckenheim: Warkich
 • Heindl, I. (2016). Essen ist Kommunikation. Esskultur und Ernährung für eine Welt mit Zukunft. Wiesbaden: Umschau Zeitschriftenverlag
 • Kolpatzik, K. & Zaunbrecher, R. (Hrsg.). (2020). Ernährungskompetenz in Deutschland. Berlin: KornPart
 • Plinz, C. (2021). Ernährungsbildung im Sachunterricht. Ein Spiralcurriculum mit Grundlagen und Praxisbeispielen. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren

