



Konzept und Ablauf „Frühstück – erste Klasse!

Im Jahr 2008 konnte im Rahmen des Modellprojektes PAPI (Paderborner Adipositas Prävention und Intervention) durch Kooperation und Mitarbeit von Lehrer/innen, Erzieherinnen und Eltern das Projekt „Frühstück – erste Klasse“ erfolgreich in der Elisabethschule durchgeführt werden. Es entstand in Anbetracht der Erkenntnis, dass Kinder bei einem geeigneten Angebot in der kindlichen Gemeinschaft deutlich besser auswählen und essen, als es Eltern und Erwachsene erwarten. Dazu kam die Tatsache, dass häufig das von Eltern bereitgestellte zweite Frühstück (in Brotdosen oder auch in Bäckertüten) für die Unterstützung der Lern- und Leistungsfähigkeit nicht geeignet ist.

Die Bestandteile eines gesunden Schulfrühstücks, die den Schulkindern durch Projekte innerhalb des Schulvormittags zum Thema „Gesunde Ernährung“ vertraut sind, werden den zukünftigen Schulanfängern an einem Besuchstag vermittelt.

Ablauf der Aktion:

Alle zukünftigen Schulanfänger wurden für den letzten Freitag im April (recht zeitnah zum neuen Schuljahr) eingeladen, am Unterricht und an der Frühstücks- und Bewegungspause der ersten Klassen der Elisabethschule teilzunehmen. Die Kindergartenkinder wurden von ihren Erzieherinnen begleitet und kamen gemeinsam zur Schule. Mit einem Begrüßungslied erwarteten sie dort die Gastgeber aus dem



ersten Schuljahr mit ihren Lehrerinnen und einigen Eltern, die gemeinsam bereits in den ersten zwei Unterrichtsstunden ein Buffet vorbereitet hatten. Das Buffet war aus Gemüse, Obst, Brot und einigen Aufstrichen zusammengesetzt. Die Verantwortung für das angemessene Angebot tragen die Erwachsenen, d.h. die Eltern und Lehrkräfte. Eine Mengenliste diente zur Orientierung für den Einkauf bzw. die mitzubringenden Lebensmittel. Mit Unterstützung der Eltern wurden diese verarbeitet und auf einem Buffet zusammengetragen. Die Gäste erhielten jeder eine leere Brotdose, die sie nach eigenen Vorlieben füllen durften. Ebenso füllten die Erstklässer ihre mitgebrachten Brotdosen. In den Klassenzimmern

wurde anschließend gemeinsam gefrühstückt.



In einer gesonderten Bewegungspause auf dem Schulhof konnten Gäste und Gastgeber Spielgeräte und Spielmöglichkeiten auf dem Schulhof ausprobieren und sich austoben. Da zu dieser Zeit keine anderen Klassen Pause hatten, konnten sich



vor allem die Kindergartenkinder wohlfühlen und wurden nicht durch die Menge der Kinder eingeschüchtert.

Nach etwa 20 Minuten durften die Kinder noch eine Kleinigkeit essen und trinken und dann an einer Unterrichtsstunde der ersten Klasse teilnehmen. Eine gemeinsame Verabschiedung mit einem Lied bildet den Abschluss des Besuchstages.

Ausblick:



Um eine dauerhafte Unterstützung des Ess- und Bewegungsverhaltens zu sichern, wird diese Aktion im Schulprogramm verankert. Die jährliche Wiederholung gewährleistet, dass die „Gast“-Kinder im Folgejahr die „Gastgeber“-Kinder sind. Für Eltern ist diese Aktion ein wichtiges Signal, dass Kinder – wenn sie selbst entscheiden, was in die Brotdose kommt – nicht den Schokoriegel wählen und diesen auch nicht vermissen. Wichtig ist es darüber hinaus, in den ersten Wochen nach der Einschulung, diese Frühstücks- und Bewegungspause aktiv für das Eingewöhnen der Kinder und das Knüpfen der sozialen Kontakte zu nutzen.