

„Leibeslust - Lebenslust beim Essen in der OGS Mittagessen und Zwischenmahlzeiten in der Ganztagsbetreuung

auf der PAPI-Homepage:

- ☞ Projektbeschreibung und -verlauf „Primärprävention Ernährung in der Grundschule“
- ☞ Präsentation „Leibeslust - Lebenslust“
- ☞ Praxisbericht „Gesundes Frühstück als Unterrichtsinhalt“
- ☞ Praxisbericht „Leibeslust - Lebenslust im Offenen Ganztag“

Ansprechpartnerin:

Frau Köllner
Soziale Therapie,
Traumafachberatung

Im Schlingfeld 2
33129 Delbrück

Tel.: 05250 / 9369969
Fax: 05250 / 512751

info@
traumabegleitung.de

Links:

Projekt „Leibeslust - Lebenslust“
www.jugendhilfeportal.de/wai1/showcontent.asp?ThemaID=5208

Warum?

Im offenen Ganztag an Grundschulen stellt sich die Ernährungssituation als ein wesentlicher Bestandteil des Betreuungsangebotes häufig schwierig dar. Die Entwicklung, dass der Anteil der Kinder mit auffälligem Essverhalten zunimmt, spiegelt sich im Offenen Ganztag mehr als deutlich wider und bedeutet eine besondere pädagogische Hausaufgabe

für alle Beteiligten. Die in der Regel sehr verschiedenen Vorstellungen der Mitarbeitenden von der Gestaltung und Handhabung des Essens und Trinkens im offenen Ganztag müssen zu einem Konsens gebracht werden, um den Kindern und Eltern ein schlüssiges pädagogisches Konzept für die Gesundheitsförderung zu bieten.



So sieht's aus.

Das Schulungskonzept für Erzieherinnen „Leibeslust – Lebenslust“ (Prävention von Essstörungen) wurde in Schleswig-Holstein entwickelt und in KiTas evaluiert. Mit Fördermitteln aus ‚Aktion Mensch‘ konnte das OGS-Team der Katharinschule diese Schulung in einer Modifikation für die OGS durchlaufen. Regelmäßige Teamfortbildungen für die im offenen Ganztag beschäftigten Mitarbeitenden führten zu einem professionellen Verständnis und Handlungskompetenzen im Umgang mit

verschiedenen Esssituationen im Schulalltag. Die Schulung umfasste die Sensibilisierung der Erwachsenen für das eigene Essverhalten (Vorbildfunktion), Informationen zur bedarfsgerechten Kinderernährung, Einflussfaktoren auf die Entwicklung des Essverhaltens, Entwicklung eines individuellen Konzeptes für den OGS-Alltag bezüglich Essen, Trinken, der Gestaltung von Esssituationen und Körperwahrnehmung.

So soll's werden.

Ess- und Trinksituationen im Schulalltag sollen auf der Basis des Konzeptes „Leibeslust - Lebenslust“ gestaltet werden. Das Modell „Angebot – Entscheidung“ ist dafür das Herzstück. Es befähigt die Erwachsenen, ihre Rolle als „Angebotsgestalter“ umfassend und professionell wahrzunehmen und umzusetzen, dazu gehört es auch, Kinder (innerhalb des Angebotes) als Experten für die eigenen Essentscheidungen zu akzeptieren und in ihrer Entscheidungsfähigkeit zu stärken. Wenn die Gestaltung der verschiedenen Ess- und Trinkgele-

genheiten in der Grundschule von allen Beteiligten nach diesem Konzept vorgenommen wird, ist dieses ein erheblicher Beitrag zur Ernährungs- und Verbraucherbildung nach REVIS. Die Ziele im Umgang mit dem täglichen Essen und Trinken sind die Förderung von eigenverantwortlichem und ungezwungenem Essverhalten, Trainieren von Körper- und Sinneswahrnehmungen der Kinder, Schulung und Sensibilisierung des OGS-Teams und Information von Erziehungsberechtigten.

Und so kann's laufen.

Mittagstisch in der OGS —
Das Angebot für die Mittagsmahlzeit und den Nachmittagsimbiss wurden in Absprache mit dem Caterer zu einem ‚gesundheitsförderlichen Wahlangebot‘ verändert. Die Esssituation am Mittagstisch zeichnete sich aus durch Beruhigung, Entspannung und Entlastung der Teammitarbeiterinnen, mehr Sicherheit und Gelassenheit im Umgang mit den Kindern am Esstisch. Die Kinder sind offen, neue Lebensmittel zu probieren und in ihr Lebensmittelspektrum zu integrieren. Einigen Kindern gelingt es schnell ein ‚normales‘ Essverhalten zu entwickeln; Kinder mit Anzeichen auf Fütterstörungen können identifiziert und entsprechende Interventionen mit Eltern eingeleitet werden.

Erweiterte Frühstückspause —
Das Kollegium hat zusammen mit den Eltern und Kindern aller Klassen einmal in der Woche ein gesundes Frühstück eingeführt; es ist fester Bestandteil des Schullebens, man

kann sogar sagen "Highlight" innerhalb einer Woche geworden. Erwachsene lernen schnell, dass die Kinder tatsächlich, wenn das Angebot vorhanden ist, mit Begeisterung zugreifen und von Obstspießen genauso wie von Paprikastreifen oder Tomaten nur selten etwas übrig bleibt.

Ernährungsthemen im Unterricht —
Auch im regulären Lehrplan finden sich in unterschiedlicher Weise Beiträge zur Ernährungs- und Verbraucherbildung. Die Inhalte wurden kritisch daraufhin untersucht, inwieweit sie die Alltags- und Entscheidungskompetenz der Kinder fördern.

Ernährungskurs mit „Leibeslust & Lebenslust“ in Grundschule —
Das Konzept für einen Präventionskurs auf der Grundlage von „Leibeslust&Lebenslust“ für die erste Klasse wurde erarbeitet. Es wird eine Erstattung nach §20 SGB V angestrebt.