

Eltern und Schule

Förderung des Bewusstseins von Eltern für gesundheitsförderliche Ernährung

auf der PAPI-Homepage:

- ☞ Fotogalerie der verschiedenen Projektgruppen
- ☞ Projektmaterialien

Warum?

Eltern spielen bei der Zubereitung von Speisen eine wichtige Rolle für Kinder. Ihr eigenes Ess- und Trinkverhalten hat zudem Vorbildfunktion und wird von Kindern übernommen. Daher sollten wir Erwachsenen unser Verhalten reflektieren: Was esse ich – und was nicht? Welche Vorlieben und Abneigungen zeige ich?



Ansprechpartnerin:

Frau Gockeln
Lehrerin

Gemeinschafts-
grundschule Buke
Mühlenweg 12
33184 Buke

Tel.: 05255 / 7389
kerstin.gockeln@web.de

Links:

aid-Unterrichtsmaterial
www.aid-macht-schule.de

Schulprojekt der Deutschen Gesellschaft für Ernährung
www.schuleplusessen.de

Unterrichtsmaterial zum Thema Zucker
www.bildung-lernen.de/kostenloses/zucker.htm

Homepage der Gemeinschaftsgrundschule Buke
www.primolo.de/home/vielfalt/

So sieht's aus.

Die Pausenverpflegungen der Kinder an der Grundschule Egge in Altenbeken unterscheiden sich deutlich in Qualität und Quantität. Neben Obst und belegten Broten bringen die Kinder beispielsweise auch süße und fettreiche Schokoladenriegel und Milchdesserts mit. Zum Teil erhalten die Kinder auch nur etwas Kleingeld, um sich auf dem Weg zur Schule ein Teilchen oder Getränk zu holen. Daher wünschen sich die Lehrerinnen

und Lehrer in Bezug auf die Pausenverpflegung und darüber hinaus eine stärkere Sensibilisierung der Eltern für gesunde Ernährung. Neben dem indirekten Weg über die Kinder gelingt ein Zugang zu den Eltern häufig durch Aktionen in der Schule und wenn sie als Experten in eigener Sache wahrgenommen werden.



So soll's werden.

Die Eltern sollen ihr eigenes Ess- und Trinkverhalten reflektieren und sich ihrer Vorbildrolle für Kinder bewusst werden. Außerdem sollen sie die nötigen Informationen erhalten, um gesundheitsförderliche Entscheidungen treffen zu können. Langfristig soll eine positive Einstellung zur gesunden Ernährung erzielt werden,

welche sich auch im Verhalten widerspiegelt. Exemplarisch soll dies bei der Pausenverpflegung erreicht werden, indem Eltern motiviert und befähigt werden ausgewogene, schmackhafte und für ihre Kinder interessante Pausenbrote selber herzustellen.



Und so kann's laufen.

Die Projektgruppe bestehend aus einer Lehrerin, mehreren Eltern und einer PAPI-Mitarbeiterin hat zunächst die bisherige Situation in der Schule und die Wahrnehmung der Eltern analysiert und verschiedene Zugangswege zu Eltern diskutiert. Da eine große Mehrheit der Eltern bis dahin kein Interesse an einem Elternabend zum Thema „Gesunde Ernährung & Bewegung“ zeigte, wurde versucht, diese über ihre Kinder auf das Thema aufmerksam zu machen. Daher wurde im Mai eine Projektwoche zum Thema „Fit in den Sommer“ durchgeführt, die allen Beteiligten durch die Selbsterfahrungen und neuen Erkenntnissen sehr viel Freude bereitete. Als Vorbereitung darauf erstellten alle beteiligten Klassen eine Woche lang eine Liste mit Lebensmitteln, die Kinder als zweites Frühstück mitbringen. Die Schüler und Schülerinnen der 4. Klasse werteten diese Listen aus. Dies wird zukünftig in regelmäßigen Abständen stattfinden. In den vier Klassen wurden die Themen „Obst und Gemüse“, „Bewegen und gesund Trinken“, „Rund um die Milch“ und

„Essen und Trinken – der Ernährungskreis“ mit allen Sinnen spielerisch erfahrbar. Die Eltern wurden am letzten Tag der Projektwoche direkt mit einbezogen, indem sie z. B. mit den Kindern gemeinsam ein gesundes Frühstück unter dem Motto „Das Auge isst mit“ zubereiteten und verzehrten. Die Eltern brachten hierzu die Lebensmittel mit. Es wurde besonders auf die Einbeziehung von Eltern mit Migrationshintergrund als Experten geachtet. Natürlich zeigten die Kinder den Eltern auch, was sie in der Woche gelernt hatten. Im Sinne der Nachhaltigkeit wurde eine Elterninfoecke eingerichtet. Dort besteht die Möglichkeit zum Austausch von Ideen, Anregungen und Rezepten, z. B. als „Tipp des Monats“ für ein gesundes Pausenfrühstück von Eltern für Eltern. Durch ein eingerichtetes Belohnungssystem wurde zudem ein Anreiz für die Kinder geschaffen, häufig ein gesundes Pausenfrühstück mitzubringen.

