

**Kurzdarstellung: Schulprojekt „Ernährung und Bewegung“
an der Georg Büchner Schule II in Bremerhaven
anlässlich der Tagung „Partizipation ja, aber wie?“**

Projektanleitung: Iris Linnemann

Die Georg Büchner Schule II in Bremerhaven ist eine Sekundarschule mit einer gymnasialen Abteilung, an der Prävention und Gesundheitsförderung eine wachsende Bedeutung gewinnt. Aus der Beobachtung heraus, dass viele Kinder dieser Schule ein fehlgesteuertes Essverhalten zeigen, ist das Schulprojekt bzw. die Arbeitsgemeinschaft „Ernährung und Bewegung“ entstanden. Besonders fielen dicke Kinder auf. Viele von ihnen leben in sozial schwachen Lebensverhältnissen, mittags sind sie allein auf sich angewiesen. Ein gemeinsames Mittagessen bzw. Abendmahlzeit mit der Familie kennen die Kinder häufig nicht, so dass sie schnell zu einem Fast Food Gericht greifen.

Das Projekt wird immer in den neuen 5. Klassen vorgestellt. Die AG findet ein Mal wöchentlich im Rahmen von zwei Schulstunden statt. In dieser Zeit können die Kinder sich sportlich betätigen oder es werden ihnen theoretische Grundlagen zur Ernährung und zu Essverhalten vermittelt. Ein besonderer Höhepunkt sind die drei Stunden Praxis in der Küche. Die Kinder entscheiden gemeinsam über den Speiseplan, kaufen ein und kochen zusammen.

Die Angebote der AG „Ernährung und Bewegung“ richten sich hauptsächlich an SchülerInnen der 5. und 6. Klasse. Interessierte Kinder aus anderen Jahrgängen können auf Anfrage gerne dazu kommen. Kinder mit Essstörungen werden zusätzlich gezielt angesprochen. Die Kinder der 5. Klasse sind in einem Alter, in dem sie gut für sportliche Aktivitäten zu gewinnen sind. Das Bewegungsangebot für die Kinder findet im Rahmen des Projektes „Fit am Ball“ (Deutsche Sporthochschule Köln) statt. Die Teilnehmergruppe setzt sich aus Jungen und Mädchen verschiedener Nationen zusammen.

Das zusätzliche Sportangebot wird entweder in der Sporthalle, im Schwimmbad, auf dem Beach Volleyball Feld oder im Bürgerpark (Trimm Pfad) durchgeführt. Geplant ist demnächst auch die Kletterwand zu nutzen, um das Selbstvertrauen der Kinder zu stärken. Der Bewegungsteil dieser AG wird von dem Projekt „Fit am Ball“ der Deut-

Fachtag „Partizipation: ja aber wie?“ VA am 15.Nov. 2007 in Bremerhaven

Gemeinsame Tagung des Gesundheitsamtes Bremerhaven, der LVG Bremen und des Regionalen Knoten Bremen

schen Sporthochschule Köln begleitet. Hierbei steht der Aspekt der zusätzlichen Förderung des Schulsports im Vordergrund. Seit 5 Jahren wird das Kölner Projekt angeboten und von einem Hauptsponsor finanziert. Die Georg-Büchner Schule II nimmt seit 3 Jahren an diesem Projekt teil und wird mit Arbeitsmaterial wie Bällen, Hütchen, T-Shirts, Urkunden und verschiedenen Ernährungsspielen unterstützt. Außerdem erfolgen regelmäßige Fortbildungen. Einmal jährlich werden eine Schulveranstaltung und eine Abschlussveranstaltung in Köln durchgeführt, in denen Geschicklichkeit und Koordination getestet werden und Fußballspiele stattfinden.

Der theoretische Unterricht findet im Fachraum statt. Die Gruppe diskutiert gemeinsam in Gesprächsrunden über die Anzahl der Mahlzeiten und lernt die ernährungsphysiologische Bedeutung der unterschiedlichen Speisen und Getränke kennen. Die Zusammensetzung des Schulfrühstücks nimmt hier eine besondere Bedeutung ein. Weitere Themen sind z.B. zuckerarme Kost, fettarme Kost, Fast Food Gerichte, Vitamine und Mineralien, allgemeine Nährstoffe und Brennwerttabellen.

Zu der praktischen Arbeit gehören das Einkaufen von Nahrungsmitteln für die Herstellung der Speisen in der Schulküche. Ein anderes Mal untersuchen die Kinder die Lebensmittel anhand der Nährstoffanalyse im Lebensmittelmarkt.

Zusätzlich finden Veranstaltungen mit einer Ernährungsassistentin statt, die spezielle Themen mit den Kindern bespricht und anschließend in der Praxis umsetzt. Die Kooperation mit einer Krankenkasse hat sich zwar bewährt, wird jedoch seltener durchgeführt, da die Krankenkasse aus Kostengründen diese Zusammenarbeit reduziert hat.

Fazit:

Die SchülerInnen der AG „Ernährung und Bewegung“ nehmen das Konzept gut an, wenn sie erst einmal Dabei sind. Häufig gestaltet sich die gezielte Ansprache der Kinder jedoch schwierig und es bedarf eines sensiblen Gespräches.

Von den SchülerInnen werden besonders die praktischen Einheiten im Ernährungs- und Bewegungsbereich sehr positiv aufgenommen. Die Kochrezepte werden häufig zu Hause noch einmal nachbereitet. Die Kinder gehen bewusster an das Thema „Ernährung“ heran und beobachten sich gegenseitig z.B. beim Schulfrühstück.

Die Arbeitsgemeinschaft ist ein Teil unserer Prävention und Gesundheitsförderung an der Georg Büchner Schule II und wird relativ gut angenommen - wenn die SchülerInnen erst einmal Dabei sind.

Das Angebot gilt hauptsächlich den Kindern, die ein problematisches Essverhalten zeigen. Teilnehmen können aber ebenso Kinder, die etwas mehr über gesunde Ernährung erfahren möchten als sie bisher in ihrem familiären Umfeld zu Hause kennen gelernt haben. Die verbindliche Einbindung dieses Themenfeldes in den regulären Unterricht bzw. als eigenständiges Unterrichtsfach würde ein intensiveres und kontinuierlicheres Arbeiten ermöglichen und mehr Kinder erreichen.