



Gesunde Schule - Gesunde Ernährung in der Grundschule Im Reitwinkel

Ein wichtiges Thema an unserer Schule

So haben wir uns auf den Weg gemacht:

- 2010: Erstellung eines Ernährungskonzeptes für unser Schulprogramm, erste Erprobung im Unterricht und in den Projekten (Ernährungsführerschein, Burgi-Projekt, Gesund im Mund)
- 17.10.2011 Aufnahme in das BuG-Netzwerk, Durchführung weiterer Projekte (Gesundheitstag, Klasse 2000)
- Schuljahr 2014/15: Einstieg in das Schulobst-Programm
- Schuljahr 2014/15: Angebot einer Koch-AG für Zweitklässler

In allen Klassen werden Projekte und Unterrichtseinheiten mit unterschiedlichen Schwerpunkten durchgeführt, z.B. im 4. Schuljahr der „Ernährungsführerschein“ von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Andere Projekte, wie das Schulobst-Programm, werden in allen Jahrgangsstufen durchgeführt.

Ziel ist es, die Kinder von Anfang an für gesunde Ernährung zu sensibilisieren.

Bei der Einführung verschiedener Projekte wurden zunächst Fachleute von außerhalb hinzugezogen, z.B. eine Ökotrophologin für den Bereich „Ernährungsführerschein“. Anschließend dienten die einbezogenen Klassenlehrerinnen als Multiplikatorinnen, die die Projekte in die folgenden Klassen trugen und für die Fortführung sorgten. Schwerpunkte in verschiedenen Ernährungsprojekten:

- Kennenlernen von Lebensmitteln und deren Nährstoffen
- Erarbeitung gemeinsamer Tischregeln
- Gemeinsame Nahrungszubereitung und deren Verzehr
- Erlangen von Kenntnissen über ernährungsphysiologisch wertvolle und ungünstige Lebensmittel
- Lernen, im Team zu planen und Aufgaben gemeinsam durchzuführen
- Schulung der Sinne
- Verantwortungsvolles Handeln mit Lebensmitteln
- Hygieneregeln



Kooperationspartner

Bei der Umsetzung unseres Projektes unterstützten uns folgende Kooperationspartner:

- die Stadt Recklinghausen als Schulträger/Bildungsbüro
- der Förderverein der Grundschule Im Reitwinkel, der einen Teil der Schulküche und der Ausstattung finanziert
- Aid (Ernährungsführerschein/Klasse2000) oder Landfrauen
- AOK++ (Gesund im Mund/gesundes Frühstück)
- Arbeitsgemeinschaft Zahngesundheit



Die Schüler sind deutlich mehr für die Inhalte aus den verschiedenen Ernährungsprojekten sensibilisiert. Die Erfahrungen zeigen, dass vielen Kindern die Inhalte aus dem Ernährungsführerschein und anderen Projekten fremd sind, aber mit Freude umgesetzt werden.

Besonders erfreulich ist die Resonanz auf das Schulobst-Programm, das von den Kindern mit Begeisterung angenommen wird.

Gerade in unserem Einzugsbereich, in dem viele Kinder die Bedeutung von frischen Lebensmitteln und deren Zubereitung nicht von zu Hause her erfahren, ist die weitere Durchführung der verschiedenen Projekte äußerst wichtig.