

Impulse für gesundheitsfördernde und nachhaltige Ernährung in Unterricht und Projekten

Neben den Mitgestaltungsmöglichkeiten der Schülerinnen und Schüler an der schulischen Verpflegung, zum Beispiel durch Schülerfirmen und WAT- Unterricht, lässt sich das Thema Ernährung auch gut mit weiteren Unterrichtsprojekten verzahnen. Manche Schulen nehmen des Fach Biologie als Ausgangspunkt, aber auch andere Ankerfächer wie Mathematik, Deutsch, Musik, Ethik oder Fremdsprachen eröffnen Anschlussmöglichkeiten für ein Ernährungskonzept.

Verknüpfung von Bildung und Verpflegung in Ganztagschulen: Die [Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin](#) unterstützt Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte bei der partizipativen Gestaltung von Schulverpflegung in weiterführenden Schulen. Referenzrahmen für die Beratung durch die Vernetzungsstelle sind dabei u.a.:

- [DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung](#)
- [Orientierungs- und Handlungsrahmen für das übergreifende Thema Verbraucherbildung in den Jahrgangsstufen 5-10](#)

In Kooperation mit regionalen und bundesweiten Netzwerkpartnern bietet die Vernetzungsstelle interessierten Schulen [Fortbildungsangebote und Schulungen zur fächerübergreifenden Ernährungs- und Verbraucherbildung](#) an. Zu den langjährigen Kooperationspartnern gehören u.a. das Institut für Berufliche Bildung und Arbeitslehre der Technischen Universität Berlin und sein Team [B!NErLE](#), in dessen Fachräumen Werkstatttreffen in Theorie und Praxis umgesetzt werden können, das Bundeszentrum für Ernährung ([BZfE](#)) mit seinem umfangreichen Angebot von Informations- und Unterrichtsmaterialien, die [Verbraucherzentrale Bundesverband](#) und die [AOK Nordost](#).

Akzeptanz nachhaltiger Ernährung fördern: aus Mitteln der bundesweiten Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung [IN FORM](#) hat die Vernetzungsstelle in den Schuljahren [2019-20](#) und [2021-22](#) interessierten Berliner Sekundarschulen, Förderzentren und Gemeinschaftsschulen kostenfreie Abokisten mit regional-saisonalen Gemüse und Obst aus ökologischem Landbau zur Verarbeitung im Rahmen fächerübergreifender Verbraucherbildung geliefert, um die Akzeptanz nachhaltiger Ernährung zu steigern. Exkursionen zu regionalen Erzeugerbetrieben gehören ebenso zu den Unterstützungsinstrumenten für die Teilnehmerschulen, wie Lehrkräftefortbildungen und Praxisschulungen für Schülerinnen und Schüler sowie Erklärvideos und Tutorials. Der Ansatz ermöglicht einen emotionalen Zugang zu Themen nachhaltiger Ernährung sowie Selbstwirksamkeitserfahrungen für Schülerinnen und Schüler.

Eine fachliche Einordnung dieses „Bottom-up-Ansatzes“ mit Handlungsempfehlungen zur Verstetigung finden Sie [hier](#).

„Hip-Hop-Rezepte“: Der Koch und Hip-Hop-Künstler Paul Denkhaus hat die besten IN FORM geprüften Rezepte der Schülerinnen und Schüler im Projekt vertont und den Schulen damit eine attraktive Möglichkeit für die Kommunikation ihrer Ergebnisse geboten. Als ein besonders gelungenes Beispiel empfehlen wir [den Song](#) der Sekundarschule Wilmersdorf zu einer Gemüse-Topinambur-Pfanne. [Hier](#) finden Sie weitere Rezepte und Songs der Albrecht-von-Graefe-, Biesalkski-, Carl-von-Lenné-, Ellen-Key-, Hufeland-Schule, der Schule am

Königstor, Sophie-Brahe- und Wilhelm-Bölsche-Schule. Das Beispielvideo „[Der P-kante Muffin](#)“ soll motivieren, eigene Videos zum Rezept-Song zu produzieren.

Erklärvideos: Wer im Unterricht selbst Erklärvideos zu nachhaltiger Ernährung herstellen will, der findet beim Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) das Methodenheft „[Selber drehen, mehr verstehen](#)“.

Wenn Sie Erklärvideos zu klimafreundlicher Schulverpflegung suchen, empfiehlt die Vernetzungsstelle die Mediathek des Projektes "Klima und energieeffiziente Küche in Schulen" (KEEKS). Sie bietet zahlreiche Videos und Informationen zu [klimafreundlicher Schulverpflegung](#) und [Klimawandel und Ernährung](#).

Plakate gestalten: Zum Thema Ernährung und Lebensmittelproduktion haben ältere Schüler:innen im Forschungsprojekt NAHGAST Plakate für jüngere Schüler:innen entworfen. Wenn Sie mehr darüber erfahren möchten, können Sie gerne zur Projektleiterin, [Prof. Dr. Nina Langen](#) (TU Berlin, Institut Berufsbildung und Arbeitslehre) Kontakt aufnehmen.

Filmtipp: Um Jugendliche für das Thema Fleischverzehr zu sensibilisieren, eignet sich der US-amerikanische Dokumentarfilm „The Game Changers“ ([The Game Changers | Official Trailer](#)). Hier werden Hochleistungssportler, die ihre Ernährung auf vegan umgestellt haben, eindrucksvoll portraitiert. Im Fokus stehen ihre Antworten auf die Frage, wie sich der Wechsel zu einer rein veganen Ernährung auf ihre Leistungen und auf ihr Leben auswirkte. Und Arnold Schwarzenegger beteuert, dass man kein Fleisch braucht, um körperliche Höchstleistungen zu vollbringen. Dieser Filmtipp kommt von einer Lehrerin, die beobachtet hat, dass Jungen schwerer als Mädchen davon zu überzeugen sind, weniger Fleisch zu essen. Dieser Film widerspricht der Idee, der Mann brauche Fleisch, und ist ein toller Anlass, um mit den Schüler:innen ins Gespräch zu kommen.