
Didaktische Hinweise Mittelstufe

Für Kinder ist das Essen noch kein ausgeprägtes Genussfeld wie für Erwachsene. Es muss primär schmecken. Was schmeckt, wird durch die häusliche Küche geprägt. Hier bilden sich die grundlegenden Geschmackspräferenzen und der Essstil aus. Der Geschmackssinn trennt spontan Gutes von Schlechtem, bevorzugt Nahrungsmittel / Gerichte oder verweigert Essen, ohne dass wir dafür immer Gründe angeben können. Sowohl Geschmackserwartungen wie auch Vorurteile werden vom vorhandenen Angebot und der Meinung der Eltern zu Hause geprägt. Einfluss darauf nehmen in zunehmendem Masse auch die Werbung, der sich rapide wandelnde Markt und Peergroups. Dies führt zu neuen Konsum- und Interaktionsmustern, denn die Kinder bestimmen in zunehmendem Masse mit, vor allem auch bei Entscheidungen, die das Essen und Trinken betreffen. Prägend bleiben aber die häuslichen Erfahrungen in den ersten Lebensjahren.

Die Vorstellungen und Erfahrungen der Kinder bezüglich fremdländischen Essens beschränken sich meist auf wenige Gerichte. In ihren Präkonzepten werden diese Gerichte zum Abbild einer ganzen Esskultur eines Landes, einer Region. Doch wie es kaum eine Schweizer Küche gibt, so gibt es keine chinesische, afrikanische oder andere Länderküche, sondern regionale Prägungen.

Die Ernährungsweise ihrer Vorfahren ist den Kindern beinahe unbekannt. Dass eine Orange vor 70 Jahren in der Schweiz noch selten war, ja sogar ein Weihnachtsgeschenk war, ist ihnen fremd.

Obwohl wir täglich mehrmals essen, sind Fragestellungen wie «Warum essen nicht alle das Gleiche?», «Warum gibt es regionale Unterschiede?», «Warum gibt es verschiedene Esskulturen?» oder «Warum wandeln sich Esskulturen?», keine alltäglichen Fragen. Solche Reflexionen haben sich die Kinder und viele Erwachsene so wohl kaum gemacht.

Subjektorientierung

Die kulturelle Prägung und damit die Individualität zeigt sich im Alltag noch am ehesten in der gelebten Esskultur. Jede Familie hat, unabhängig ihrer Herkunft / Nationalität, ihre eigene Esskultur. Jede Schülerin, jeder Schüler ist darin Experte seiner Erfahrungen. Nur er oder sie haben sie erlebt; nur er oder sie kann sie entdecken. Die Kinder werden zu Forschern ihrer esskulturellen Herkunft.

Die Lebenswelt der Schülerinnen und Schüler ist immer wieder Ausgangspunkt der verschiedenen Lerneinheiten. Dank professioneller Begleitung der Lehrperson kann die forschende Arbeit systematisch erfolgen, in Bezug zu anderen Hintergründen gesetzt, sinnliche Erfahrungen gemacht, Erkenntnisse und Theorien abgeleitet werden.

Dieses Begleiten kann nicht vollumfänglich in den Lektionen abgebildet werden. Vielmehr muss die Lehrperson die Kinder wachsam begleiten, um an ihre Fragen anzuknüpfen, von Vorurteilen lösen, sie auf Phänomene aufmerksam machen und ihnen ermöglichen, Zusammenhänge zu erkennen. Sie muss sensibel mit kindlichen Präkonzepten umgehen, damit das übergeordnete Ziel, das Verständnis für die eigene und andere Esskulturen, erreicht werden kann.

Methoden werden eher überschätzt. Der grösste Einflussfaktor auf den Lernprozess der Schüler und Schülerinnen ist die Kompetenz der Lehrperson. «Wer Schüler/-innen zum Denken anleiten möchte, darf ihnen keine Ergebnisse diktieren, wer Werte vermitteln will, die längerfristig Handeln beeinflussen, sollte fachlich und ethisch fundierte Überzeugungen ermöglichen.» (Methfessel, 1999)

Essbiografische Methoden, Erkundungen, Erzählcafés, Schmeckerlebnisse sind Beispiele von Methoden, die diese Unterrichtsreihe einbezieht. Leitend ist die didaktische Orientierung auf eine wissenschaftliche und kritisch reflektierende Auseinandersetzung, die die lebensweltlichen Erfahrungen der Lernenden ins Zentrum stellt. Ihre individuelle Geschichte, ihre Präkonzepte und subjektiven Theorien werden dabei ernst genommen.

Lernziele

Fachliche Kompetenzen

- macht die Lebenswelt der Schülerinnen und Schüler zum Ausgangs- und Bezugspunkt der Themenwahl und der methodisch-didaktischen Umsetzung
- übersetzt Themen der Esskulturen in Angebote forschenden Lernens für Kinder
- ermöglicht den Schülerinnen und Schülern, sich mit ihrer eigenen Prägung im Bezug auf das Essverhalten auseinanderzusetzen
- weckt die Neugierde, aus der Entdeckung der eigenen Geschichte auch andere Essgewohnheiten kennenzulernen
- betrachtet Ernährung und Herkunft der Menschen aus verschiedenen Perspektiven und macht ihre Wechselwirkungen «begreifbar» und verständlich
- gibt den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, andere kulturelle Wirklichkeiten zu entdecken und ihnen zu begegnen
- zeigt, dass jeder Mensch durch seine persönliche, soziale und kulturelle Prägung einmalig ist; unabhängig von seiner geografischen Herkunft
- fördert durch Erkenntnisse und Wissen das Verständnis für die Vielfalt der Esskulturen und trägt dazu bei, den unterschiedlichen Essgewohnheiten mit Respekt zu begegnen
- zeigt den Schülerinnen und Schülern, dass Esskulturen keine starre Grössen sind, sondern durch das Zutun aller in einem ständigen Wandel sind
- lässt erfahren, dass die Vielfalt an Prägungen, Esskulturen, Nahrungsmitteln das Zusammenleben und den Esstisch bereichern. Dies kann uns aber auch irritieren und zu Missverständnissen führen, wenn man sich nicht mit den Hintergründen beschäftigt

Überfachliche Kompetenzen

- fördert neben den fachlichen Aspekten das selbstständige Arbeiten und das kooperative Lernen; Sozial- und Selbstkompetenzen werden geschult
- trägt durch Reflexionen, Gespräche, Begegnungen zur Wertebildung bei

Kochpraktische Umsetzung

Lernen durch Anwendung

Ist die kochpraktische Umsetzung kein purer Aktionismus, bietet diese Lernsequenz die Chance, mit allen Sinnen zu lernen und Erfahrungen zu machen – handlungsorientiert, theoriegeleitet, mit Rückkoppelungen. Rezepte aus aller Welt gibt es viele. Kinder in diesem Alter beschäftigen sich in der Regel gerne in der Küche und helfen – wenn man sie einbezieht – mit Freude beim Backen und Kochen.

Die Lektionsreihe «Migrationsspuren auf dem Essteller» kann nur ausschnittsweise Themen aus der Esskultur und aus Länderküchen bearbeiten. Das birgt Gefahren der Reduktion, die noch verstärkt werden, wenn die Präferenzen der Kinder bei der Wahl der Gerichte entscheidend sind:

- Die Gerichte werden losgelöst vom (ess)kulturellen Zusammenhang zubereitet und gegessen.
- Nur eine kleine Auswahl an Gerichten / Nahrungsmittel wird für eine Region besprochen und zubereitet.

Lehrpersonen, die den Unterricht mit einem breiten Ansatz und umsichtig planen, laufen nicht Gefahr, dass der Unterricht zu einer «folkloristischen» Veranstaltung verkommt.

Bei der Auswahl der Gerichte soll die Vielfalt gewahrt werden. Ein respektvolles Miteinander bedarf ein Nebeneinander der verschiedenen Kulturen. Eine einseitige Unterordnung von Essvorschriften einzelner Religionen oder Gruppierungen soll vermieden werden; z. B. nie Schweinefleisch, kein Weihnachtsgebäck, keine Geburtstagsfeiern.

Anforderungen an die Lehrperson

Die Umsetzung von Rezepten fordert einige Kompetenzen von der Lehrperson, die über das eigentliche und gewohnte Unterrichten hinausgehen. U. A.:

- Planung der Gerichte, des Einkaufs, Lagerung der Nahrungsmittel,...
- Budget
- Zeitplanung
- Arbeitsorganisation
- klare Arbeitsaufträge, die der Zielgruppe entsprechen
- Lernförderliche Begleitung der Kinder
- handwerkliche Küchentechniken
- Hygieneregeln bei der Zubereitung von Speisen
- Sicherheitsmanagement

Hilfen:

Es empfiehlt sich, die Zusammenarbeit mit einer Lehrperson für Hauswirtschaft zu suchen. Sie verfügt über das spezifische Fachwissen und kennt sich in der Schulküche aus.

Allergien, Diäten

10–20% der Schülerinnen und Schüler leiden an Nahrungsmittelallergien. Diese können durch Nüsse, Getreide, Milchprodukte,... ausgelöst werden. Auch durch Diabetes oder Ernährungsvorschriften von Religionen kann die Ernährung eingeschränkt sein.

Werden Nahrungsmittel / Gerichte gegessen, muss die Lehrperson abklären, ob ein Kind Vorschriften einhalten muss.

Lehrplan

Lehrplan Mittelstufe

Die Inhalte dieser Unterrichtseinheit nehmen Themen aus dem Bereich «Natur, Mensch, Gesellschaft» auf. Eine konkrete Zuteilung zu Lehrplanbereichen und Grobzielen ist jedoch nicht möglich, da die Lehrpläne der Kantone unterschiedlich sind. Durch die Komplexität der Themen sind Vernetzungen mit anderen Fächern gewinnbringend und einfach herzustellen.

Lehrmittel

Für die Primarschule gibt es keine adäquaten Lehrmittel oder Unterrichtshilfen, die das Thema «Ernährung» abdecken.

Auf der Sekundarstufe I wird im Fach Hauswirtschaft mit den Lehrmitteln «Tiptopf» und «Hauswärts» gearbeitet. Es empfiehlt sich, diese Quellen für den eigenen Unterricht, resp. für die Unterrichtsvorbereitung mit einzubeziehen.

Im Tiptopf hat es sowohl typische Schweizer Gerichte als auch Gerichte aus Nordafrika, Asien und Südamerika. Im 3. Teil des Buches wird die gesunde Ernährung thematisiert und mit der Nahrungsmittelpyramide veranschaulicht. Die Auseinandersetzung mit verschiedenen Esskulturen ist nicht Gegenstand dieses Lehrmittels.

Das Lehrmittel «Hauswärts» thematisiert u.a. die Themen «ich – der andere», «Fremdes», Entstehung von regionalen Spezialitäten, Herkunft von Gerichten, Bräuche und Feste, die in den Lektionen von «Migrationsspuren auf dem Teller» aufgenommen und bearbeitet werden.

→ Literatur

Autorinnenteam. (3. Auflage 2011). *Hauswärts – Hauswirtschaft macht Schule*. Schülerbuch, Internet-Nutzungslizenz. Bern: Schulverlag plus AG

Autorinnenteam. (23. Auflage 2012). *Tiptopf – essen, trinken, sich wohlfühlen*. Bern: Schulverlag plus AG

Methfessel, B. (Hrsg.). (1999) *Essen lehren – Essen lernen. Beiträge zur Diskussion und Praxis der Ernährungserziehung*. Baltmannsweiler: Schneider.