

## Handlungsanleitung

### Multiplikatorenseminare

#### Ausgangslage und Grundsätze

Die Schulen – insbesondere die Grundschulen – haben die Bedeutung gesundheitlicher Prävention erkannt und wollen entsprechende Konzepte verstärkt in unterrichtliche und außerunterrichtliche Angebote (z.B. offene Angebote am Nachmittag) aufnehmen. Der im Rahmen von „Bille in Bewegung“ und weiteren Foren bereits erfolgte Austausch über erfolgreiche Ansätze wie Kochkurse, Kinderrestaurant, Gärten für Kinder, Patenmodell usw. hat somit wichtige Anregungen gegeben.

Deutlich wurde die Bedeutung und Notwendigkeit einer kontinuierlichen fachlichen Begleitung und Unterstützung bei der Zusammenarbeit mit außerschulischen Partnern auf dem Gebiet gesundheitlicher Prävention. Dies betrifft sowohl allgemeine, übergreifende Fragen der Ernährungs- und Bewegungserziehung, als auch Unterstützungsangebote für ganz spezifische Anforderungen aufgrund der jeweiligen sozialräumlichen Situation der Schule.

Eine große Bedeutung haben für die Schulen nicht zuletzt die Spin-Off-Effekte, die sich aus gesundheitlichen Präventionsmaßnahmen ergeben. So lassen sich z.B. über Kochkurse sehr gut bildungsferne und sozial benachteiligte Familien ansprechen und einbeziehen, die für die Schulen sonst nur sehr schwer erreichbar sind.

Vor diesem Erfahrungshintergrund zielt die Verstetigungsstrategie von „Bille in Bewegung“ insbesondere auf das „Setting Schule“ und nutzt die geplanten Veränderungen im Zuge der Hamburger Schulreform als strategischen Bezugsrahmen. Die erprobten Ansätze und Erkenntnisse aus dem bisherigen Projektverlauf sollten perspektivisch direkt in den Prozess der Schulentwicklung integriert und regelhaft im Schulalltag der Grundschulen implementiert werden. Gesundheitliche Prävention soll zu einem festen Bestandteil der pädagogischen Konzepte der Grund- und Stadtteilschulen in der Projektregion werden. Ausgewählte bewährte Maßnahmen sollten wegen ihres besonderen Modellcharakters aufrechterhalten und weiter entwickelt werden.

Die Multiplikatorenseminare sollen die LehrerInnen der Grundschulen, PädagogInnen außerschulischer Einrichtungen und nach Möglichkeit auch ElternvertreterInnen für Themen und Methoden der Ernährungserziehung und Bewegungsförderung sensibilisieren und auf die Ausbildung entsprechender Curricula und außerunterrichtlicher pädagogischer Konzepte hinwirken. Dabei sollen nicht nur Maßnahmen für Kinder, sondern auch für Eltern berücksichtigt werden, wobei insbesondere die bewährten Kochkurse und Gartenprojekte von „Bille in Bewegung“ im Mittelpunkt stehen. Nach den sehr guten Erfahrungen aus den bisherigen Projektphasen sind die Seminare so ausgerichtet, dass sie jeweils mit LehrerInnen und ElternvertreterInnen einer einzigen Schule durchgeführt werden und speziell auf die konkreten Gegebenheiten dieser Schule eingegangen wird (was ist vorhanden, wo besteht Unterstützungsbedarf von außen, usw.) Im Mittelpunkt steht somit immer ein geschlossenes Team, das an einer Schule diese Fragen gemeinsam anpacken will.

Über die Multiplikatorenseminare wird quasi indirekt auf die Schulentwicklung Einfluss genommen.

Parallel führt das Hamburger Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) sowohl thematisch als auch die jeweiligen Schulen übergreifende Veranstaltungen zur Gesundheitsbildung

und Bewegungsförderung durch, mit denen die Seminare von „Bille in Bewegung“ abgestimmt werden. Mit dem LI besteht ein regelmäßiger Informationsaustausch.

Das Seminar richtet sich in seiner hier vorgelegten Grundkonzeption an Schulen, die bereits Erfahrungen im Bereich der Gesundheitsförderung gemacht haben, z.B. durch die bei ihnen durchgeführten Aktivitäten von „Bille in Bewegung“ oder anderen Anbietern. Von daher kann an den Kenntnissen und Vorerfahrungen der TeilnehmerInnen angeknüpft werden, was eine zeitliche Konzentration auf einen Tag ermöglicht. Die relativ kurze Dauer hat sich auch vor dem Hintergrund des knappen Zeitbudgets der LehrerInnen bewährt. Mit leichten Anpassungen kann das Seminarkonzept auch für Schulen und Einrichtungen ohne Vorerfahrungen eingesetzt werden.

## **Ziele**

- Bekanntmachung bisheriger modellhaft entwickelter und durchgeführter Maßnahmen zur Prävention von Übergewicht durch gesunde Ernährung und Bewegung an Schulen, wie Kochkurse für Kinder und Mütter (insbesondere mit Migrationshintergrund); Kinderrestaurant; Schulkiosk; Kräuter- und Gemüsegärten; Patenmodell Schule Zitzewitzstraße.

Dadurch sollen LehrerInnen ermutigt werden, das Thema gesundheitsfördernde Ernährung altersgerecht in ihrem Unterricht umzusetzen, da die Bereitschaft zu gesundheitsförderlichem Verhalten wächst, wenn dies in der Schule bereits eingeübt wurde. Eine gesundheitsförderliche Verpflegung trägt zur Entwicklung von Geschmacks- und Handlungsmustern bei. Die Konzentrations- und Lernfähigkeit werden besser und das Sozialverhalten wird positiv beeinflusst (Ess- und Tischkultur).

- Die TeilnehmerInnen lernen geeignete Materialien zur Ernährungsbildung kennen.
- Unterstützung der Grundschulen bei der Schaffung der Voraussetzungen dafür, die Aktivitäten (Kochkurse, Gärten, usw.) aus eigener Kraft weiter zu führen (Verankerung der Maßnahmen zur Förderung gesunder Ernährung und Bewegung in den pädagogischen Konzepten der Grundschulen in Konkretisierung des Bildungs- und Erziehungsauftrages zur Gesundheitsförderung;
- Die TeilnehmerInnen erarbeiten Vorschläge, wie die begonnenen Aktivitäten (Kochkurse, Gärten etc.) nachhaltig in Eigenregie der Schule weitergeführt und finanziert werden können (Honorarmittel der Schule, Funktionsstunden usw.).

## **Was ist zu bedenken bzw. zu tun?**

### **1. Zuständigkeit**

Die Multiplikatorenseminare werden durch das regionale Koordinierungsbüro geplant und durchgeführt.

## 2. Veranstaltungsort und Ausstattung

Grundschulen in den Hamburger Stadtteilen Rothenburgsort, Hamm, Horn, Billstedt, Mümmelmannsberg (Regionen der Schulentwicklungskonferenzen 1 und 2), andere Einrichtungen (z.B. Kitas). Es werden folgende Arbeitsmaterialien, Hand-outs eingesetzt

- Notebook, Beamer
- Metaplanwand und Zubehör
- Liste mit Überblick über aktuelle Projekte und Hilfsangebote zum Thema sowie unterrichtsrelevante Materialien
- Schaubild „Empfohlene Lebensmittel für das Schulfrühstück“
- Qualitätsstandards zur Schulverpflegung (DGE)
- Konzepte der Aktivitäten von „Bille in Bewegung“: „Gärten für Kinder“, „Kinder-Kochkurse“, „Kochen für Migrantinnen“, „Patenmodell Zitzewitzstraße“, „Kinderrestaurant“. Die Konzepte dienen als Handlungsanleitungen zur Fortführung der Aktivitäten in Eigenregie der Schule bzw. Einrichtung.
- Referate „Bedarfsgerechte Ernährung“, „Entwicklung und Beeinflussbarkeit von Essverhalten“ und „aid-Ernährungsführerschein“

## 3. Ansprache der Zielgruppen

Das Multiplikatorenseminar richtet sich an Grundschulen, die sich bereits an Aktivitäten von „Bille in Bewegung“ (insb. Kochkurse für Kinder und Gartenprojekt) beteiligt haben und von daher bereits über themenbezogene Vorkenntnisse verfügen. Das Seminar lässt sich mit leichten Anpassungen (stärkeres Gewicht auf Grundlagen „Gesunde Ernährung und Bewegung“, dafür längere Dauer des Seminars einplanen) ebenso in Einrichtungen durchführen, die noch keine diesbezüglichen Erfahrungen haben.

Die Maßnahme wird vom Koordinierungsbüro beworben. Die Schulen werden über das Koordinierungsbüro des Verbundvorhabens sowohl direkt angesprochen, als auch über die regionalen Bildungskonferenzen, den „Runden Tisch Kinder- und Familiengesundheit“ und das Netzwerk Schulverpflegung. Durch Absprache mit den SchulleiterInnen und den Lehrern, die aktiv an den Maßnahmen beteiligt waren, werden schulintern dann weitere TeilnehmerInnen gewonnen. Zielgruppen sind:

- Schulleitungen, Lehrerinnen und Lehrer der Grundschulen in der Projektregion;
- KoordinatorInnen für Sachunterricht an den Grundschulen;
- ElternvertreterInnen;
- PädagogInnen außerschulischer Einrichtungen der Familien- und Gesundheitsbildung.

Optimal ist eine Teilnehmerzahl von 10 – 25 Teilnehmern, die Seminare werden bei Bedarf aber auch für kleinere Gruppen durchgeführt.

#### 4. ReferentInnen

Die Seminare werden von einem aus zwei ReferentInnen bestehenden Team gemeinsam vorbereitet und durchgeführt: Eine Ökotrophologin sowie eine Person aus der Erwachsenenbildung mit Kenntnis der einschlägigen Literatur und eigenen Praxiserfahrungen auf dem Gebiet der Ernährungsbildung.

Falls im Vorfeld des Seminars von den TeilnehmerInnen gewünscht, kann ein weiterer Referent aus dem Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung einbezogen werden, um über die gesundheitsbezogenen Fortbildungs-Angebote des LI zu informieren.

#### 5. Kursdauer

Tagesveranstaltung, ca. 6 Schulstunden

#### 6. Inhalte und Ablauf des Kurses

Das Seminar unterteilt sich in die zwei Themenbereiche

1. Allgemeine Informationsvermittlung
2. Spezifische Fragestellungen zur Verstetigung der Aktivitäten:

Nach einführenden Impulsreferaten besteht Zeit für Fragen und Diskussionen. Im Anschluss daran werden Materialien zur Ernährungsbildung in der Grundschule und zur Sinnesschulung in Kita und Grundschule ausführlich vorgestellt, insbesondere der aid-Ernährungsführerschein. Der erste Teil des Seminars sollte 120 Minuten nicht übersteigen.

Der zweite Teil des Seminars beginnt mit einer umfassenden Vorstellung der Maßnahmen des Projektes „Bille in Bewegung“ und den damit gemachten Erfahrungen, da in der Regel nicht alle TeilnehmerInnen bereits an den Aktivitäten beteiligt waren. Danach folgt ein Rundgang durch Schulküche und Garten.

Anschließend werden Kleingruppen gebildet, in denen die TeilnehmerInnen ihre Bedarfe und Wünsche sowie Lösungsvorschläge erarbeiten. Die Ergebnisse der Kleingruppenarbeit werden im Anschluss im Plenum vorgestellt und über die Gelingensbedingungen (Lehrerfortbildungsmöglichkeiten, Hilfe von anderen Organisationen, Einsatz von Honorarmitteln etc.) diskutiert

Den Abschluss bildet die Verabredung über ein weiteres abgestimmtes Vorgehen. Insbesondere wird vereinbart, welche Maßnahmen von den Einrichtungen übernommen und wie sie systematisch in deren Angebotsstruktur integriert werden können.

(siehe auch Konzept Multiplikatorenseminare)

#### 7. Möglichkeiten der Verstetigung

Das Multiplikatorenseminar dient zur Verstetigung von Aktivitäten aus dem Projekt „Bille in Bewegung“, die im Projektverlauf bereits an den jeweiligen Einrichtungen stattgefunden haben (Kinderkochkurs, Gärten für Kinder, Kochkurs für Migrantinnen, usw.). Von daher ist eine eigene Verstetigung des Multiplikatorenseminars nicht vorgesehen.