

## Baustein 4

### Zusammenhang von eigener Essbiografie und der Entwicklung einer professionellen Haltung

#### Mögliche Lehr- und Lernziele

Die Studierenden:

- setzen sich mit der Entwicklung ihres eigenen Essverhaltens auseinander.
- betrachten reflektiert ihre eigene Essbiographie.
- benennen die Hintergründe zur Entwicklung des Essverhaltens und deren Bedeutung für die Anleitung von Kindern bei den Mahlzeiten.
- ordnen die eigenen Ess-Erfahrungen sachlich ein und trennen diese von ihrer professionellen Haltung und Handlung.

**Umfang:** ca. 4-5 Zeitstunden (ca. 7-8 Unterrichtsstunden á 45 Minuten)

#### Was wird benötigt? Was ist hilfreich?

- WLAN in den Räumlichkeiten, mobile Endgeräte (alternativ: Medienraum)
- Vorlage: Fragebogen Essbiografie
- Vorlage: Einleitung zum Thema mit Beispiel-Sätzen
- Medien:
  - KiTa Fachtexte – Die kindorientierte Gestaltung von Essenssituationen  
<https://www.kita-fachtexte.de/de/fachtexte-finden/die-kindorientierte-gestaltung-von-essenssituationen>
  - Niedersächsisches Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung  
[www.nifbe.de/component/themensammlung?view=item&id=745:essen-in-der-kita&catid=74](http://www.nifbe.de/component/themensammlung?view=item&id=745:essen-in-der-kita&catid=74)
  - Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW  
[www.kita-schulverpflegung.nrw/essen-lernen-in-der-kita-22640](http://www.kita-schulverpflegung.nrw/essen-lernen-in-der-kita-22640)
  - Dr. Rainer Wild Stiftung  
[www.gesunde-ernaehrung.org/buchartikel/essbiografie.html](http://www.gesunde-ernaehrung.org/buchartikel/essbiografie.html)
  - Buch: Essen in der Kinderkrippe, Gutknecht/Höhn, 2017, Herder Verlag  
ISBN: 978-3-451-32768-1
  - Buch: Essen und Ernährungsbildung in der KiTa, Methfessel/Höhn/Miltner-Jürgensen/Schneider, 2021, Kohlhammer Verlag  
ISBN: 978-3-17-039134-5
  - Buch: Mahlzeiten in der Krippe, Bostelmann/Fink, Bananenblau Verlag  
ISBN: 978-3-942334-37-2
- Materialien für die Darstellung von Arbeitsschritten z. B. Stifte, Flipchart-Papier



## Möglichkeiten der Umsetzung des Lernangebotes

### Hinweise zur Umsetzung des Lernangebotes

Die Reflexion zur eigenen Essbiografie ist als besonders sensibles Thema anzusehen und wird daher als Einzelarbeit mit Nutzung der Vorlage **Fragebogen Essbiografie** empfohlen. Der Fragenbogen kann auch zum Start in die gesamte Thematik *Ernährung und Verpflegung*, also ganz zu Beginn ausgegeben und erst bei Baustein 4 thematisiert werden. Die Besprechung der ausgefüllten Bögen setzt die Bereitschaft der Studierenden voraus.

Die Recherche zu Informationsquellen kann anschließend als Hausaufgabe gegeben werden.

Als Einleitung zum Thema kann die eine Diskussion zu den Beispiel-Sätzen dienen, die als Vorlage heruntergeladen werden kann (**Vorlage Einleitung mit Beispiel-Sätzen**). Die Umsetzung des Lernangebotes ist zum Teil als Einzelarbeit oder als Gruppenarbeit für bis zu 4 Teilnehmende vorgesehen.

### Hinweis zur Aufgabe im Vertiefungsbereich als Gruppenarbeit (2-4 TN) mit schriftlicher Ausführung: Bildungsbereich Körper, Ernährung und Gesundheit

Die Aufgabe „Eigene Essbiografie“ als Einzelarbeit ist eine gute Einleitung zur Bearbeitung der darauf folgenden Aufgabe im Vertiefungsbereich in der Gruppe. Je nachdem, ob die Fragebögen im Unterricht aufgegriffen wurden oder nicht, könnte eine Reflexion zur eigenen Essbiografie auch in der Kleingruppe erfolgen.

### Hinweis zur Aufgabe für die Phase der praktischen Ausbildung als Einzelarbeit (Theorie-Praxis-Verzahnung)

Für die Praxisphase kann das Thema „Entwicklung einer professionellen Haltung“ aufgegriffen werden. Dabei können z. B. Situationen während der Mahlzeiten in der jeweiligen Einrichtung beschrieben, analysiert und bewertet werden. Dies können positive als auch negative Situationen sein. Ergebnis sollte in jedem Fall die pädagogische Aufbereitung der Situation mit einer klaren Handlungsalternative bzw. der Einordnung der jeweiligen Vorgehensweise bei den Mahlzeiten sein. Die Ausarbeitung ist schriftlich zu verfassen.

### Links für die Bearbeitung der Aufgaben (ergänzen Sie mit vorhandenen Quellen Ihrer Schule)

[www.kita-schulverpflegung.nrw/essen-und-trinken-im-kitaalltag-22567](http://www.kita-schulverpflegung.nrw/essen-und-trinken-im-kitaalltag-22567)

[www.kita-schulverpflegung.nrw/essen-lernen-in-der-kita-22640](http://www.kita-schulverpflegung.nrw/essen-lernen-in-der-kita-22640)

<https://www.gemeinsamgutessen.de/>

[www.nifbe.de/component/themensammlung?view=item&id=745:essen-in-der-kita&catid=74](http://www.nifbe.de/component/themensammlung?view=item&id=745:essen-in-der-kita&catid=74)

<https://www.kita-fachtexte.de/de/fachtexte-finden/die-kindorientierte-gestaltung-von-essenssituationen>



## Aufgabe zum Bereich „Eigene Essbiografie“ als Einzelarbeit mit dem Fragebogen Essbiografie, die vorab gegeben werden kann.

Füllen Sie den Fragebogen zu Ihrer eigenen Essbiografie aus und reflektieren Sie die Entstehung Ihres persönlichen Essverhaltens.

*An welcher Stelle und in welcher Form die Fragebögen besprochen werden, entscheiden Sie als Lehrkraft.*

### Berufliche Handlungssituation in einer Kita

Sie sind seit einiger Zeit als Mitarbeiter:in in der Kita St. Josef beschäftigt. Die Kita befindet sich in Dinslaken in einem Stadtteil mit Bewohner:innen verschiedenster Kulturen. Das Konzept der Kita sieht regelmäßige Aktionen zur Ernährungsbildung vor. Die Einrichtung ist darüber hinaus auch ausgezeichnet als anerkannter Bewegungskindergarten mit dem Pluspunkt Ernährung.

Das Mittagessen wird von einem Caterer täglich warm angeliefert. Jeden Freitag steht Fisch auf dem Speiseplan, der unterschiedlich zubereitet wird. Sie beobachten, dass eine Ihrer Kolleginnen sich bereits im Vorfeld negativ zu dem Speiseplan von Freitag äußert und dabei auch im Beisein von Kindern Laute wie „Ih“ und „Bäh“ verwendet und sich damit auf den Fisch bezieht, den sie offensichtlich nicht mag. Während des Essens am Freitag möchten einige der Kinder keinen Fisch essen und bezeichnen den Fisch ebenfalls als „Ih, Bäh“.

### Berufliche Handlungssituation in einer offenen Ganztagschule (OGS)

Sie sind seit einiger Zeit als Erzieher:in in der Ganztagsbetreuung der örtlichen Gemeinschaftsgrundschule beschäftigt. Die Schule befindet sich in Dinslaken in einem Stadtteil mit Bewohner:innen verschiedenster Kulturen. Das Konzept des offenen Ganztages sieht regelmäßige Aktionen zur Ernährungsbildung vor, daher befindet sich in den Räumlichkeiten der OGS eine gut ausgestattete Küchenzeile, die für pädagogische Kochaktionen genutzt werden kann.

Gerade die neuen Kinder der ersten Klassen haben teilweise Vorbehalte, neue Lebensmittel und Zubereitungen zu probieren und brauchen besondere Aufmunterungen bei der Mittagsmahlzeit. Jeden Freitag steht Fisch auf dem Speiseplan des liefernden Caterers, der unterschiedlich zubereitet wird. Sie beobachten, dass eine Ihrer Kolleginnen sich bereits im Vorfeld negativ zu dem Speiseplan von Freitag äußert und dabei auch im Beisein von Kindern Laute wie „Ih“ und „Bäh“ verwendet und sich damit auf den Fisch bezieht, den sie offensichtlich nicht mag. Während des Essens am Freitag möchten einige der Kinder aus den ersten Klassen keinen Fisch essen und bezeichnen den Fisch ebenfalls als „Ih, Bäh“.



## Aufgaben für den Vertiefungsbereich als Gruppenarbeit für Kita und OGS:

Analysieren Sie die berufliche Handlungssituation und stellen Sie den fachlichen Hintergrund dar. Entwickeln Sie eine Handlungsalternative, die in das pädagogische Konzeptes der Kita/OGS aufgenommen werden kann.

1. **Informieren** Sie sich grundlegend, was die eigene Essbiografie, die Entwicklung des Essverhaltens und die professionelle Begleitung von Mahlzeiten miteinander zu tun haben. Finden Sie verlässliche Quellen.
2. **Planen** Sie die Schritte zur Erledigung der Aufgabe.
3. **Entscheiden** Sie sich gemeinsam für oder gegen Lösungsansätze.
4. **Ausführen:** Beschreiben Sie die Handlungsalternative für dieses Beispiel, belegen diese mit entsprechenden Quellen und erstellen daraus eine Vorlage für die nächste Team-Sitzung in der Beispiel-Kita/ der Beispiel-OGS, die Teil des pädagogischen Konzeptes der Einrichtung werden kann.
5. **Kontrolle:** Stellen Sie Ihre Handlungsalternative und Ihre Vorlage für die Team-Sitzung im Plenum vor. Lassen Sie sich ein Feedback geben.
6. **Bewertung:** Wie bewerten Sie selbst Ihre Ausarbeitung? Wären Sie in der Lage, mit Ihrem persönlichen Hintergrund und Ihrer eigenen Essbiografie Mahlzeiten entsprechend zu begleiten?

## Aufgabe für die Phase der praktischen Ausbildung als Einzelarbeit:

Greifen Sie Situationen aus der Praxis in Ihrer Einrichtung auf, analysieren und bewerten Sie diese.

1. **Informieren** Sie sich grundlegend, was die eigene Essbiografie, die Entwicklung des Essverhaltens und die professionelle Begleitung von Mahlzeiten miteinander zu tun haben. Finden Sie verlässliche Quellen.
2. **Planen** Sie die Schritte zur Erledigung der Aufgabe. Beraten Sie sich mit der Lehrkraft, welche Situationen für die Aufgabe passen können.
3. **Entscheiden:** Wählen Sie eine miterlebte Situation bei Mahlzeiten für die Aufgabe aus.
4. **Ausführen:** Beschreiben Sie die ausgewählte Situation, analysieren Sie diese und bewerten Sie die Situation, beschreiben Sie eine Handlungsalternative.
5. **Kontrolle:** Besprechen Sie Ihre Situation und die Handlungsalternative mit der Lehrkraft. Wenn möglich, besprechen Sie Ihre Ausarbeitung mit dem Team.
6. **Bewertung:** Wie bewerten Sie selbst Ihre Ausarbeitung? Wären Sie in der Lage, mit Ihrem persönlichen Hintergrund und Ihrer eigenen Essbiografie Mahlzeiten entsprechend zu begleiten?

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale  
Nordrhein-Westfalen