

Grundschule: Projekttag zu gesunder Ernährung

Wenn Obst den Lehrplan bestimmt

Von Mareike Stratmann

LADBERGEN. Nein, da standen in dieser Woche einmal nicht Zahlen und Buchstaben, sondern Obst und Gemüse im Fokus des Lehrplans. Über mehrere Tage hinweg beschäftigten sich die Grundschüler in Ladbergen intensiv mit dem Thema „gesunde Ernährung“. Am Freitag dann der Höhepunkt: Im Klassenverband und mit Unterstützung der hiesigen Landfrauen bereiteten die Schülerinnen und Schüler ein gesundes Frühstück zu. Und dafür bedurfte es schon etwas mehr als „nur“ Obst und Gemüse klein zu schneiden.



»Das ist auch ein Stück weit Rüstzeug fürs Leben.«

Ruth Ferlemann und Sabine König

Da wurde Teig geknetet und zu kleinen Brötchen geformt, den einige Landfrauen bereits seit sechs Uhr morgens in der Schulküche vorbereitet hatten. Und zwar für sage und schreibe knapp 500 kleine Brötchen. Da wurde zu lauter Musik die Sahne im Glas zu Butter geschüttelt und mit entsprechenden Kräutern verfeinert. Und sogar die Erdbeermarmelade wurde an diesem Morgen für alle frisch gekocht. Dazu füllte sich das Klassenbuffet zusehends mit Banane, Apfel, Birne, Kohlrabi, Gurke und Co. – nicht nur für den Magen, auch für die Augen ein Fest.

Dass all diese Komponenten und noch einige mehr zu einem gesunden Frühstück gehören (können), hatten die Erst- bis Viertklässler in den Tagen zuvor intensiv erarbeitet. Am Montag hatten sie sich im Unterricht mit den Bestandteilen der Ernährungspyramide auseinandergesetzt, am Dienstag Besuch von „Lucky Löwe“ und seinen

Im Rahmen der Projekttag wurden den Grundschulern nicht nur viel Wissenswertes mit auf den Weg gegeben. Sie lernten am Freitag auch, wie man selbst Butter herstellt (oben rechts) und dass eine Tischkultur wichtig ist (unten rechts). Einige Landfrauen waren extra früh aufgestanden und hatten seit sechs Uhr morgens in der Schulküche den Teig für die Brötchen vorbereitet.

Fotos: Mareike Stratmann (3)/Ulrike Itze-Helsper

Kollegen von der Apotheke am Rott bekommen. Dabei hatten Florian Tomas und seine Kolleginnen nicht nur für jedes Kind einen Apfel dabei. Sie berichteten auch von den Vorteilen der Energiespender Obst und Gemüse und klärten darüber auf, dass die Apotheke mehr sei als ein Ort des Abholens von Medikamenten. „Wir stehen auch für gesunde Ernährung ein.“

Am Mittwoch ging Marie-Theres Bögel, Fachfrau für Ernährungsberatung von der Landesvereinigung Milchwirtschaft NRW, in diesem Zusammenhang auf die zusätzlich wichtigen Komponenten Nachhaltigkeit, Umweltfreundlichkeit, Regionalität, Saisonalität sowie den Fair-Trade-Gedanken

ein, dem sich die Gemeinde und Schule verschrieben haben. Am Freitag schließlich der Höhepunkt der Woche: das in Eigenverantwortung zubereitete Frühstück. Da durfte auch schon vor dem offiziellen Start zwischendurch mal probiert und genascht werden. Und nicht selten ging ein „Hmmm, lecker“ durch die Klassen.

Für Annette Hugenroth vom Förderverein, der das opulente Frühstück gemeinsam mit der Gemeinde mit 1000 und 500 Euro erst möglich gemacht hat, ein Zeichen für die Wichtigkeit des Projekts, das zudem mit Mettendchen von Gut Erpenbeck sowie Gemüse vom Kartoffelhof Ebbigmann unterstützt wurde. Lernen die Kinder mit

Spaß an der Sache doch viel für spätere Leben. „Ein Stück weit Handwerkszeug fürs Leben“, wie Ruth Ferlemann und Sabine König von den Ladberger Landfrauen unterstrichen.

Deren Engagement – immerhin standen am Freitag 30 Frauen in den Klassen, erklären, faszinierten und unterstützen – hält Marie-Theres Bögel, die in vielen Schulen zum Thema gesunde Ernährung unterwegs ist, für „absolut phänomenal“. Und sie ist überzeugt, dass bei den Mädchen und Jungen einiges hängenbleiben wird von diesem Projekt. „Das Engagement der Schule in diesem Bereich trägt Früchte“, sagt sie am Freitag.

Schulleiterin Ulrike Itze-

Helsper lässt keinen Zweifel daran aufkommen, welche große Bedeutung für sie gesunde Ernährung gepaart mit ausreichend Bewegung im Leben von Kindern hat. Und von daher werden auch die Projekttag weiter wesentlicher Bestandteil des Lehrplans bleiben. Zwischendurch immer mal wieder – und in zwei Jahren dann vermutlich wieder in dem Ausmaß, dass Buchstaben und Zahlen für mehrere Tage in den Hintergrund rücken und Obst und Gemüse die Stars in der Grundschule sind.

Geht's nach dem Spaß, den die Kinder am Zubereiten und Verzehren des gemeinsamen Frühstücks am Freitag hatten, dürften die sich schon drauf freuen.