Kinder lernen gesundes Kochen

Verein „Bipoli“ organisierte an der Südschule ein Projekt zu gesunder Ernährung und Sprachförderung

VON MICHAEL RINDE

STADTALLENDORF. Müsli schmeckt richtig gut. Zu dieser Überzeugung ist jedenfalls der neun Jahre alte Fatik aus der Südschule gekommen. Fünf Tage lang haben er und neun weitere Kinder aus dritten Klassen der Grundschule die „Müsli-Bar“ kennen- und schätzengelernt. Die Müsli-Bar ist Teil eines Projektes, das der Verein „Bipoli“ (Bildungspolitische Initiative) an der Südschule eine Woche lang anbot. Es ging dabei um Sprachförderung, eine Kernkompetenz des Vereins, zugleich auch um eine gesunde Ernährung.

Jeden Vormittag während des Projektes kamen die Kinder zusammen und lernten auf spielerische Weise Paprika, Lauch und andere Gemüse und Lebensmittel kennen, schreiben und aussprechen. Denn diese Kinder mit Migrationshintergrund brauchen eine gezielte Förderung.

Finanziert wurde das Projekt vom Programm „Löwenstark“ des Landes, das dabei hilft, durch Zusatzangebote Defizite bei Schülern auszugleichen. Es geht um Defizite, die durch Schulschließungen und Distanzunterricht während der Pandemie entstanden. „Wir helfen damit Kindern mit Wortfindungsproblemen etwa oder Kindern, bei denen der Grundwortschatz Lücken hat“, erklärt Peter Thoene, der „Bipoli“-Geschäftsführer. Die teilnehmenden Kinder kamen über die Hausaufgabenbetreuung, die der Verein anbietet, und wurden gezielt nach ihrem Interesse an dem Projekt gefragt.

Beim Besuch der OP bereiten die Kinder gerade einen zuckerfreien Erdbeerkuchen zu. Es geht an diesem letzten Tag des Projektes um einen gesunden Nachtisch. Die Kinder haben am Morgen gemeinsam dafür eingekauft, auch dabei ging es spielerisch um das Lernen und Üben von Wörtern und deren korrekte Verwendung.

Anke Jüngst und ihre Kollegin helfen beim Schneiden der Erdbeeren oder beim Anrühren des Teigs mit Joghurt. Am Vortag habe es „Wraps“ gegeben, gefüllte Teigtaschen. „Da gab es viel leckeres Gemüse“, berichtet Nagin. Der Zehnjährige hatte einen Heidenspaß am Kochen in der Gruppe. Er wisse jetzt, dass gesunde Sachen eben auch lecker schmecken könnten.

Mit großer Freude bereiteten die Kinder den Teig für ihren zuckerfreien Kuchen zu. FOTO: MICHAEL RINDE

➡ **Beim gemeinsamen Zubereiten von gesundem Essen werden zugleich der Wortschatz und das Sprachverständnis der Kinder gefördert.**

Täglich bereitete eine Gruppe der Kinder den Esstisch vor und schmückte ihn. Auch dabei ging es um Alltagsgegenstände. „Aber auch um Esskultur zum Beispiel“, sagt Peter Thoene.

An jedem Projekttag gab es verschiedene Stationen auf dem Weg zu einem fertigen Gericht. Morgens zum Start die Müsli-Bar, dann einen Stuhlkreis, bei dem die Kinder auch mit Bildern ebenfalls über Ernährung sprachen, beispielsweise über die Zusammensetzung der Ernährungspyramide.

Schnell sei ihnen zum Beispiel bewusst geworden, wie ungesund zu viel Zucker sei, berichtet Thoene. Zur Gruppe gehörten sieben Jungen und drei Mädchen. Die Zusammensetzung sei vielleicht etwas ungewöhnlich, habe aber viel Freude gemacht, so Jüngst. Sie hätten mit ihren Eltern über das, was sie in dem Kurs gelernt hätten, gesprochen, berichtet Nagin. Seine Eltern hätten sich sehr gefreut und gelobt, was er jetzt alles Neues wisse und könne. Genau das ist ein Ziel des „Bipoli“-Projektes gewesen.

Zu dem Tagesprogramm des Projektes gehörten auch Bewegungsspiele, ebenso Ausruhmöglichkeiten. Damit die spielerisch erlernten Dinge im Gedächtnis bleiben, führten die Kinder eine Art „Tagebuch“ mit Rezepten und eingeklebten Bildern. Zum Abschluss gab es noch eine Anerkennungsurkunde.