

Mitglied der ÖPGK

„Guten APPetit“

Durchführende Einrichtung:

- Pädagogische Hochschule Tirol, IBAS–Institut für berufsbildende und allgemeinbildende Studien der Sekundarstufe

Laufzeit der Maßnahme: seit November 2020

Schwerpunkt: Gute Gesundheitsinformation (GGI)

Wirkungsbereich: Tirol

Ausgangslage

Die Suche nach „Ernährung + App“ resultiert aktuell in rund 300 Applikationen – Tendenz stark steigend. Diese kommen als Einkaufshilfen, Rezeptsammlungen, Quiz-Spiele oder gar zur Beurteilung des eigenen Essverhaltens zum Einsatz kommen (In Form, 2016). Doch wann handelt es sich um valide Quellen, die auf wissenschaftlicher Evidenz basieren, und das Prädikat „pädagogisch wertvoll“ verdienen?

Im Zeitalter der Informationsgesellschaft sind soziale Medien im beruflichen und privaten Alltag längst etabliert und selbstverständlich geworden. Auch Ernährungsthemen sind medial präsent und finden sich in unterschiedlichster Form im Internet wieder. Von Foodblogs über Vlogs von InfluencerInnen bis hin zu Rezeptdatenbanken und alternativen Ernährungskonzepten finden sich im Web die verschiedensten Kanäle, die rund um das Thema Ernährung kommunizieren (Endres, 2016). Laut neuesten Umfragen nutzen insbesondere Jugendliche und junge Erwachsene soziale Medien ganz regelmäßig, wovon jeder fünfte schon einmal sein Essen in der Online-Community geteilt hat (Lerchbaumer & Überall, 2018). Einerseits birgt diese digitale Ernährungswelt die Gefahr, dass sich „Ernährungs-Fake-News“, dogmatische Empfehlungen und pseudowissenschaftliche Wahrheiten unkontrolliert im Netz verbreiteten, auf der anderen Seite stellen digitale Medien aufgrund ihrer Reichweite und Aufbereitung eine große Chance für die Ernährungskommunikation in Bildung und Wissenschaft dar. Doch kann zwischen wissenschaftlichen Fakten und pseudowissenschaftlichen Statements und Empfehlungen überhaupt noch differenziert werden und falls ja – WIE? Um geeignete Quellen für die Ernährungsbildung filtern zu können, wurde ein Kriterienraster als „Checklist“ entwickelt.

Zielsetzung

- Ziel war primär eine Checkliste für die sichere Verwendung solch webbasierter Programme für den Unterricht zu erstellen, um in weiterer Folge auch einen definierten Kriterienkatalog für Ernährungsapps im Alltag anwenden zu können. Dafür wurden die notwendigen Kompetenzen analysiert und Strategien formuliert, um die Nutzungskompetenz der Anwender zu stärken. Der Kriterienraster als „Tool“ zur Bewertung von webbasierten Ernährungsmedien wird einer breiten öffentlichen Fachgruppe zugänglich sein und soll auch im Rahmen der forschungsgeleiteten Lehre auf akademischer Ebene veröffentlicht, angeboten, verwendet und weiterentwickelt werden.
- Erkenntnisse und Ergebnisse durch Präsentationen bei Tagungen, Integration in feel-ok.at etc.

Zielgruppen

- **Zielgruppen im Setting Familie:** Mütter, Väter, Kinder und Jugendliche
- **Zielgruppen im Setting Schule und in anderen Bildungseinrichtungen:** Schüler/-innen, Lehrer/-innen, Direktor/-innen, Eltern, Entscheidungsträger/-innen im Setting Schule, nicht unterrichtendes Personal im Setting Schule

Methodik

- Einschulen der Schulteams in Arbeit mit Leitfaden, Materialbox und Konzept der Gesundheitskompetenz
- Einschulen der Eltern für die Umsetzung der Projektinhalte
- Prozessbegleitung durch telefonische Reflexionstermine und solche vor Ort
- Partizipative Erstellung von SQA-Plänen zur Gesundheitskompetenz am Schulstandort mit laufender Adaption der Feinziele
- Zusammenfassen aller Ergebnisse und Lessons learned im Abschlussbericht zum Transfer an weitere Stakeholder
- Umsetzen begleitender regionaler PädagogInnenfortbildung zu den 5 inhaltlichen Themen
- Transfer der Schulungsinhalte, Erkenntnisse und Ergebnisse durch Präsentationen bei Tagungen, Integration in feel-ok.at etc.



Beitrag zum Wirkungsziel 1

Kinder, die in ihrem Schulalltag zu Gesundheitsthemen reflektieren und kritisch hinterfragen können (z.B. mit Hilfe der Philosophie-Kärtchen) haben einen reflektierteren und informierteren Umgang mit Krankheit, bei Arztbesuchen, mit dem Gesundheitssystem. Dies wirkt auch präventiv in Bezug auf Suchtverhalten und andere riskanten Verhaltensweisen. Durch die geplanten Maßnahmen im Bereich Versorgung (Kontakt zu lokalen Ärzten, Rotes Kreuz etc.) werden soziale und kommunale Netzwerke gestärkt und Anlaufstellen bekannt gemacht. Durch die Erprobung der Maßnahmen in allen vier Schulstufen lernen Kinder praktisch, wie man sich gesundheitsförderlich verhalten kann. In der Sekundarstufe besteht jedes Thema aus mehreren Modulen. Jedes Modul entspricht einem Stundenbild.

Dies ist natürlich nur eine Anregung zur Unterrichtsgestaltung, die über mehrere Einheiten inklusive Hausübungen verfolgt werden kann. Die Stundenbilder stellen keine "Rezepte" dar, sondern schaffen eine Basis, um kritisches Hinterfragen und eigenständiges Denken zu fördern. Alle Module sind mit www.feel-ok.at verknüpft. Hier finden sowohl Schülerinnen und Schüler als auch Pädagoginnen und Pädagogen das notwendige Wissen zur Bearbeitung der Fragestellungen und Fallbeispiele.



Beitrag zum Wirkungsziel 2

Kinder sind unabhängig von ihrer sozialen Herkunft in ihrer Gesundheitskompetenz gestärkt, wenn sie:

- ihre Bedürfnisse (körperliche, psychosoziale) wahrnehmen, benennen können,
- Wissen über gesundheitsrelevantes Verhalten haben, für sie relevante Fragen dazu stellen können und eigene (Wert-)Haltungen dazu entwickeln,
- Wissen haben, wo und wie man in Gesundheitsfragen Unterstützung bekommt und Hilfe holen kann,
- gute Entscheidungen für ihre Gesundheit treffen und umsetzen können.