

Ernährungs-erziehung

Dagmar Rohlfing, Susanne Brandt: Kursbuch Ernährungserziehung. So ernähren sich unsere Kinder rundum gut. 138 S., € 15,30. Don Bosco Verlag, München 2002

Angelika Meier-Ploeger, Astrid Goetze, Manon Lange: Fühlen wie's schmeckt – Sinnesschulung für Kinder und Jugendliche. Ringbuch, 152 S., 57 Abb., € 19,50. food media, Frank Wörner, Künzler 2004

Ernährungserziehung ist ein wesentlicher Teil der Gesundheitsförderung in Kindertagesstätten und Kindergärten. Das ist das gemeinsame Anliegen der Autorinnen, da diese Einrichtungen neben dem Elternhaus wohl den größten Einfluss auf die Kinder haben. Entstanden ist ein schönes Grundlagenbuch für Erzieherinnen, das aber auch für Eltern lesenswert ist.

Dagmar Rohlfing ist Ökotrophologin und selbstständige Ernährungsberaterin. Ihr Fachwissen wird in diesem Buch durch die Arbeit von Susanne Brandt ergänzt, die mit Liedern, Vorlesetexten sowie Spielideen und Praxisangeboten zeigt, wie dieses Wissen dem Kind nahe gebracht werden kann. Die Kinder sollen »systematisch mit allen Aspekten der Ernährung«, auch »mit der Herkunft, dem Entstehen, der Beschaffung und Zubereitung der Lebensmittel vertraut gemacht werden; und zwar durch Nachahmen, Experimentieren und Mitmachen«. Erzieherinnen und Erzieher erhalten mit diesem Buch Grundlageninformationen zur kindlichen Entwicklung, Lebensmittelkunde und Nährstoffen sowie Zahngesundheit. Aber auch Beeinträchtigungen der kindlichen Entwicklung etwa durch Essstörungen oder Allergien bleiben nicht unerwähnt. Anthroposophische Aspekte wie temperamentsabhängiges Essverhalten kom-

men ebenfalls zur Sprache. Besonderer Wert wird auf die sozialen und ökologischen Zusammenhänge der Ernährung gelegt. Das letzte Kapitel ist der Elternarbeit gewidmet. In einem Anhang findet man Adressen- und Literaturtipps, die den einzelnen Kapiteln zugeordnet sind und so ein gezieltes Weiterarbeiten ermöglichen.

Das zweite Buch, über Sinnesschulung durch Ernährung, richtet sich an Lehrkräfte und interessierte Eltern, die sich gemeinsam mit 6- bis 14-jährigen Kindern mit dem Thema »Bewusste Ernährung« auseinandersetzen wollen. »Kinder«, so heißt es im ersten Kapitel, »sind ein ernst zu nehmender Wirtschaftsfaktor«. Entsprechend wichtig werden sie von der Werbung der Lebensmittelindustrie genommen. Um sie zu kritischen, kompetenten Verbrauchern zu erziehen, müssen sie der Werbung Erfahrungen entgegensetzen können. Ziele des Buches sind daher unter anderem: die bewusste Wahrnehmung des eigenen Ess- und Trinkverhaltens, die Fähigkeit zur Auswahl an Lebensmitteln anhand von Geschmack und Qualität sowie das Wissen um die kulturelle Dimension der Ernährung (Feste, Kulturen, Geschichte der Ernährung). Erlebnis- und handlungsorientierte Spielanleitungen, Arbeitsanweisungen und Unterrichts Anregungen helfen, dies zu erreichen. Beschrieben werden verschiedene Projekte zum Thema Ernährung, und es werden Vorschläge für Exkursionen und einen Sinnesparcours gemacht. Alles wurde im Rahmen eines zweijährigen Forschungsprojektes in Lehrerfortbildungen und in über 40 Schulklassen erprobt. Im Anhang finden sich eine Adressen- und Literatursammlung zum Thema sowie Kopiervorlagen für die Gestaltung des Unterrichtes.

Maria Nitsche

Klassenfrühstück

Schulkinder, die nicht ausreichend gefrühstückt haben und noch dazu kein oder kein vernünftiges Pausenfrühstück mitnehmen, werden spätestens in den letzten Schulstunden durch Hunger vom Unterricht abgelenkt. Studien haben ergeben, dass zwar die große Mehrzahl der Schulkinder mindestens mit einem Pausenbrot in die Schule kommt. Wie viele aber ihr zweites Frühstück tatsächlich essen, ist bisher kaum ermittelt.

Neben den Eltern hat auch die Schule ihren Beitrag zu leisten: Sie sollte am Schulmilchprogramm teilnehmen, in Schulkiosken eine ausgewogene Verpflegung anbieten und für eine angenehme Atmosphäre beim Frühstück sorgen. Damit die Schüler in der Pause nicht ungemütlich und unter Zeitdruck frühstücken müssen, hat sich vor allem bei Grundschulern das Konzept des Klassenfrühstücks bewährt. Gespräche übers Essen und andere Themen werden angeregt, und in der anschließenden Bewegungspause haben die Kinder Zeit zum Toben und Spielen. Das Projekt funktioniert allerdings nur dann, wenn die Lehrer selbst Vorbild sind und ein gesundes Frühstück dabei haben.

Mehr Informationen: aid-Heft »Verpflegung für Kids in Kindertagesstätte und Schule«, Bestell-Nr. 61-1397, ISBN 3-89661-838-5 [aid = Auswertungs- und Informationsdienst, Bonn]. Über Aktionen in Schulen zu Ernährung und Bewegung: www.kinder-leicht.net

red./aid 35/04, Harald Seitz

Vgl. auch »Der Spiegel« Nr. 40/27.9.04, Titel »Gelernte Gesundheit – Bewegung und gute Ernährung statt Fast Food und Faulheit«, S. 174 ff.

Getreidedrinks

Petra Kühne: Getreidedrinks. 88 S., brosch. € 10,80. Michaels-Verlag, Peiting 2004

Getreidedrinks erobern die Küche. Hafer- oder Reisdrinks werden von vielen Menschen gekauft. Was haben sie für Vorteile in der

Ernährung? Können sie Milch ersetzen? Wie unterscheiden sie sich vom Sojadrink?

Wie werden sie süß, ohne zugefügten Zucker? Hier erfahren Sie etwas über die verschiedenen Herstellungsverfahren, den Ernährungswert für den Menschen und die Eignung für Allergiker.

Dazu gibt es Porträts von den Getreidearten Weizen, Dinkel, Reis, Gerste, Hirse, Roggen, Hafer, Mais, aus denen Getreidedrinks produziert werden können. Auch getreideähnliche Samen – wie Buchweizen, Amaranth und Quinoa – werden erwähnt.

Rezepte mit Getreidedrinks für Frühstück, Kaffeegetränke, Suppen, Soßen, Dessert, Kuchen und Gebäck finden sich im letzten Kapitel.

red.

Grenzerfahrungen

Roswitha von dem Borne: Einfach fallen lassen – Der Rausch nach Grenzerfahrungen. 248 S., Pb. € 20,-. Mayer Verlag, Stuttgart / Berlin 2001

Ausgehend von einem Schema mit zwei Säulen führt die Autorin den Leser an die beiden gegensätzlichen Wege heran, auf denen viele Zeitgenossen nach Grenzerfahrungen suchen, wobei sie durch entsprechende Beispiele immer wieder deutlich macht, dass es sich dabei nicht nur um Jugendliche oder junge Erwachsene handelt, sondern um ein weit verbreitetes Phänomen in unserer Gesellschaft. Auf der einen Seite stehen all jene Grenzerfahrungen, die über äußere Erlebnisse gesucht werden, in denen also ein reales Risiko eingegangen wird und trotz aller äußeren Sicherheitsvorkehrungen Wagemut und Tollkühnheit gefragt sind. Auf der anderen Seite stehen diejenigen Grenzerfahrungen, die sich vorrangig im Inneren abspielen, wie die virtuellen Welten des Internet und der Computerspiele und Drogen erfahrungen, bei denen die Konsumenten meistens keinerlei Risikobewusstsein besitzen und sich von der Tendenz her ganz in sich

verlieren.

Ausgehend von der linken »Säule« des Schemas schildert die Autorin im zweiten Kapitel des Buches in eindrucklicher und nachvollziehbarer Weise die verschiedenen Erscheinungsformen etablierter, organisierter und selbstständig gesuchter Extremerfahrungen, vom Bungeespringen über die spektakulären Fahrgeschäfte in Freizeitparks und auf Rummelplätzen bis zum Surfen und Wellenreiten. Dabei werden die unterschiedlichen Angebote nicht nur phänomenologisch beschrieben, sondern auch immer wieder durch Kommentare von Nutzern und Anbietern ergänzt. Auf diese Weise gelingt es der Autorin, auch denjenigen, die z.B. noch nie etwas von »Aerotrim« gehört haben, eine Vorstellung davon zu vermitteln, um was es sich im Einzelnen handelt. Daran anschließend begibt sie sich auf die Suche nach den Ursachen für das offenkundige Bedürfnis etlicher Zeitgenossen, gelegentlich oder sogar regelmäßig solche Grenzerlebnisse zu suchen.

Im vierten Kapitel beschreibt von dem Borne die heute zunehmend verbreiteten inneren Grenzerfahrungsregionen, wobei sie sehr deutlich die realen Gefahren und Risiken darstellt.

Nach der Erkundung der Extreme beginnt die Suche nach der Mitte, wobei die Verfasserin auch hier zunächst von seltenen Ausnahmeerfahrungen: denen von Astronauten ausgeht. In der Folge erarbeitet sie anhand verschiedener Berufe die Kriterien für einen gesunden Mittelweg. Durch die Auswahl von eher exklusiven Berufen wird unmittelbar deutlich, dass es sich bei der Mitte nicht um eine langweilige Ruhestellung, vielmehr um eine immer wieder neu zu erarbeitende und zu behauptende labile Position handelt, die selbst bei vorhandener Routine die momentane Präsenz des Einzelnen fordert.

Die sich anschließenden anthroposophischen Betrachtungen fallen etwas knapp aus, was zwar für den Kenner der angesprochenen Zusammenhänge durchaus angenehm ist, da hier in bündiger Form die Zusammenhänge

zwischen den Phänomenen und den geisteswissenschaftlichen Hintergründen hergestellt werden; damit wird allerdings leider der Personenkreis, dem man dieses Buch empfehlen kann, eingeschränkt. Es wäre mit Blick auf ein breiteres Publikum wünschenswert gewesen, mit gleicher Sorgfalt wie in den vorherigen Kapiteln sich auch phänomenologisch den geisteswissenschaftlichen Grundlagen zu nähern, was allerdings eine wesentliche Ausweitung der Arbeit nach sich gezogen hätte. So hat dieses Buch in einem gewissen Sinne den Charakter eines »Fachbuchs«, und als solches ist es durchaus zu empfehlen. All jene, die mit den grundlegenden Schilderungen bezüglich der »Gliederung der menschlichen Wesenheit aus anthroposophischer Sicht« und der »Aufspaltung von Denken, Fühlen und Wollen« im Ansatz vertraut sind und die sich einen Einblick in die angebotenen und gesuchten Grenzerfahrungen und die dahinterliegenden Motive verschaffen wollen, sollten dieses Buch zu Rate ziehen und sich durch den Umstand, dass es bereits drei Jahre alt ist, in keinster Weise abschrecken lassen, denn es ist immer noch aktuell. *Uwe Buermann*

Film: Untergang

Der Untergang, Deutschland 2004, Regie: Oliver Hirschbiegel, mit Bruno Ganz, Alexandra Maria Lara, Juliane Köhler, Ulrich Matthes etc. 155 Minuten

»Der Untergang ist viel bewegender als andere Spielfilme und braucht länger, um verarbeitet zu werden.« »Man sieht Hitler zum ersten Mal als Person, nicht nur als Monster.« »Die wahre Seite Hitlers tritt hervor.« »Ekel, fast musste ich den Saal verlassen. Zeitweise wusste ich nicht mehr, was ich machen sollte, ich wollte dieses Geschrei nicht mehr hören.« »Als eine der aufwühlendsten Szenen empfand ich den Kindermord der Familie Goebbels.« Diese Äußerungen von Balinger Waldorfschülern der 11. Klasse am Tage nach dem

Kinobesuch zeigen, dass es Produzent Bernd Eichinger und Regisseur Oliver Hirschbiegel gelungen ist, mit ihrem ungewöhnlichen Blick auf Adolf Hitler und die Führungselite des NS-Regimes das jugendliche Publikum zu erschüttern und bis zur Schmerzgrenze zu bewegen. Da sich der Constantin Film-Verleih mit 400 Kopien, die Mitte September in die deutschen Kinos kamen, und mit begleitenden Unterrichtsmaterialien massiv an die Schulen wendet, möchte ich die Frage nach dem pädagogischen Nutzen des historischen Dramas in den Mittelpunkt stellen.

Der Film versucht nach Eichingers Worten in einem »Zeitraffer«, anhand der letzten Kriegstage 1945 in Berlin, etwas »über das ganze Regime« zu erzählen. Er tut dies aus einer im Vorfeld sehr umstrittenen Perspekti-



ve. Weniger der Diktator als der Mensch Hitler steht im Zentrum. Obwohl die Fakten bis ins Detail recherchiert sind, bleibt die Gestalt natürlich ein Konstrukt. Wir sehen einen mit sprachlosen Generälen zeternden alten Mann im Führerbunker, tief gebeugt über den Stadtplan von Berlin. Oder bei der Ordensverleihung im Hof, wo der Führer Hitler-Jungen aus dem Volkssturm die Wange tätschelt. Solche Bilder sind aus Geschichtsbüchern bekannt. Aber Bruno Ganz, der mit dem Titelhelden

ganz verschmilzt, führt uns weit darüber hinaus in eine intime Nähe zu Hitler. Wie er das jüngste der sechs Kinder des Propaganda-Ministers Goebbels, die »Onkel Hitler« ein Lied singen, auf dem Schoß hält, dem Schäferhund Blondi das Ohr kraut und seine ängstliche Sekretärin Traudl Junge (Alexandra Maria Lara) beruhigt. Wie er nach der skurrilen Trauung in der letzten Nacht (»Mein Führer, sind Sie arischer Abstammung?«) den gemeinsamen Selbstmord mit Eva Braun (Juliane Köhler) vorbereitet und sich dabei besorgt die sicherste Todesart erklären lässt, bevor er der Köchin beim letzten vegetarischen Mahl ein Kompliment macht.

Kann man den abrupten Wechsel zwischen dem fürsorglichen, bisweilen charmanten Alten und einem monologisierenden Phantasten ertragen, dessen Blindheit gegenüber der Realität Grauen erregt? Die Absurdität seiner Träume vom Endsieg, von einer Befreiung Berlins durch General Wenck wird durch die zweite Handlungsebene des Filmes schonungslos offen gelegt: den blutig inszenierten Häuserkampf mit der russischen Armee, der in den Straßen Berlins tobt. Ein sinnloses Gemetzel an Zivilisten und bleichen Hitlerjungen, das die Verantwortlichen nicht einmal davon abhält, »Fahnenflüchtige« liquidieren zu lassen. Während Nebenfiguren wie der selbstlos agierende SS-Arzt Schenk aus Mitleid Verantwortung übernehmen – etwa im Lazarett-Bunker –, bleibt die Verantwortungsfrage im Führerbunker ein Vakuum. Alle Verantwortungsträger flüchten: in Ideologie, Alkohol oder Selbstmord. Insofern ist der Film eine erschütternde Studie über Verführung und Verdrängung, über Realitätsverlust und Kadavergehorsam. »Wenn der Krieg verloren geht, ist es vollkommen egal, wenn das Volk untergeht.« Während Hitler gebetsmühenhaft sozialdarwinistische Parolen ausgibt, fühlen sich seine Treuesten wie Magda und Joseph Goebbels oder die Generäle Jodl und Keitel auch im Untergang nur dem Führerbefehl verpflichtet. So ist die maskenhaft auftretende Magda Goebbels sogar in der Lage, ihre

sechs kleinen Kinder im Schlaf mit Zyankali zu vergiften. Diese Szene soll den Schauspielern während der Dreharbeiten Tränen in die Augen getrieben haben.

Muss, darf, kann man einen solchen Film Jugendlichen zwei Generationen nach Kriegsende zumuten? Die offizielle Altersfreigabe ab 12 Jahren ist gewiss unverantwortlich. Aber auch für 16-Jährige können Bilder eine Macht entwickeln, die sich durch intensive Bearbeitung kaum brechen oder auflichten lässt. Wer aber mit sorgfältigem Blick auf die eigene Klasse einen Besuch wagt und im Gespräch auch ganz persönlichen Gefühlen Raum geben kann, der findet hier Material, um an innerste Fragen über das Rätsel des Bösen im 20. Jahrhundert heran zu kommen. Gewiss wird sich der Zuschauer wiederfinden in den weit aufgerissenen Augen von Hitlers jugendlicher Sekretärin Traudl Junge, die im Abspann der Filmhandlung als alte Frau, fast 60 Jahre nach dem Geschehen, dessen engste und unbelastete Augenzeugin sie war, darüber nachdenkt, »... dass das keine Entschuldigung ist, dass man jung ist, sondern dass man auch hätte vielleicht Dinge erfahren können.« Ohne ein solches Nachdenken ist das düstere Epos eine Zumutung. *Holger Grebe*

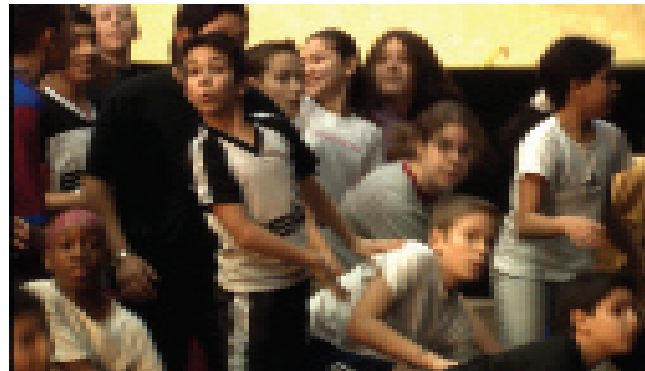
Film: Rhythm is it!

Rhythm is it! Ein Film von Thomas Grube und Enrique Sánchez Lansch, 100 Min., Deutschland 2004

Berlin, Januar 2003. In einem ehemaligen Omnibus-Depot, jetzt die Treptower Arena, geschieht Erstaunliches: 250 Berliner Kinder und Jugendliche aus 25 Nationen tanzen vor ca. 3000 Zuschauern zu Strawinskys »Le sacre du printemps« nach einer Choreographie von Royston Maldoom, begleitet von den Berliner Philharmonikern. Es ist das erste große Education-Projekt des Orchesters unter

seinem Chefdirigenten Sir Simon Rattle.

Zu den Tänzern gehören neben Schülern zweier Berliner Tanzschulen und Grundschulen auch viele Hauptschüler, die sich freiwillig für dieses Projekt gemeldet haben. Ihre Probenarbeit wird in diesem Film, der die sechs Wochen bis zur Aufführung dokumentiert, eingehend gezeigt. Besonders vertraut werden uns drei junge Menschen: Marie, die um ihren Hauptschulabschluss bangt. Olayinka aus Nigeria, erst seit kurzem in Berlin, als Kriegswaise völlig auf sich gestellt. Martin, der seinen als zu eng empfundenen Heimatort hinter sich gelassen hat und versucht, seine inneren Barrieren zu überwinden. Royston Maldoom, der englische Tanzlehrer, und sein Team versuchen beharrlich und mit großer Liebe, den Schülern, die z. T. noch nie mit klassischer Musik in Berührung gekommen sind, die Tanzschritte beizubringen. Im Verlauf der Proben erfahren die Jugendlichen



Höhen und Tiefen, Unsicherheit, Selbstbewusstsein, Zweifel und Begeisterung. Sie entdecken neue Seiten der eigenen Persönlichkeit und erleben am Ende der eindrucksvollen Aufführung vielleicht zum ersten Mal das Gefühl, etwas Großes geleistet zu haben und von anderen anerkannt zu werden.

Daneben gewährt uns der Film auch spannende Einblicke in die Probenarbeit der Berliner Philharmoniker, die sich seit dem Amtsantritt ihres neuen Dirigenten Sir Simon Rattle an-

schicken, ihre Arbeit auch in Räume außerhalb des Konzertsaals zu tragen. Wir erfahren Hintergründe zu Strawinskys Musik, die sie auch den Menschen, die sie nicht als »ihre« Musik bezeichnen würden, nachvollziehbar macht. Sowohl Simon Rattle als auch Royston Maldoom, der seit 30 Jahren Tanzprojekte an sozialen Brennpunkten realisiert, berichten aus ihren Biografien und erläutern die Hintergründe ihres sozialen Engagements. Dass die Interviews mit Olayinka, Maldoom und Sir Simon Rattle alle auf Englisch sind (größtenteils gut verständlich und mit Untertiteln), trägt zur Eindrücklichkeit des Films bei.

Die Filmemacher Grube und Lansch erlebten diesen subjektiv geprägten und mit starker Anteilnahme gedrehten Dokumentarfilm (muss das ein Widerspruch sein?) als ein großes Abenteuer. Ihr Anliegen war es, im Film Musik lebendig und erfahrbar zu machen. Dazu passt, dass Sir Simon Rattle am 8. Oktober 2004 mit dem Preis der Comenius-Stiftung für sein besonderes Engagement, Jugendlichen kulturelle Bildung zu vermitteln, ausgezeichnet wurde.

Der Film begeistert mit seiner Darstellung der tanzenden Teenager, ihrer Lehrer und des wachsenden Respektes voneinander. Er ist eine Verbeugung vor der Musik und ihrer konkreten Umsetzung. Spannend ist er vor allem für ältere Jugendliche und Erwachsene. Wer sich für mehr Hintergrundinformationen interessiert, wird im Internet fündig unter www.rhythmisit.de

In diesem Zusammenhang soll auch darauf hingewiesen werden, dass die Kulturstiftung der Länder unter dem Titel »Kinder zum Olymp« in ihrer Jugendkulturinitiative bundesweit zum Wettbewerb einlädt. Schulklassen oder Schülergruppen sind aufgefordert, in Kooperation mit einer örtlichen Kultureinrichtung (alles ist möglich vom privaten Puppentheater bis zum Opernorchester) Projektideen zu entwickeln und bis zum 15.11.04 zu melden. Der Abschluss und die Einreichung der Unterlagen sind zum 1.3.2005 vorgese-

Pädagogische Forschungsstelle



Neue Verzeichnisse Schriften der Pädagogischen Forschungsstelle

Der Katalog enthält alle zur Zeit lieferbaren Publikationen der Pädagogischen Forschungsstelle, insbesondere die Neuerscheinungen des Jahres 2004, die Veröffentlichungen der Abteilung Kassel und die fremdsprachlichen Lektüren in Englisch, Französisch und Russisch.

Fortbildungen

Ein Verzeichnis der 170 Fortbildungsveranstaltungen im Schuljahr 2004/05 die im Rahmen des Bundes der Freien Waldorfschulen organisiert bzw. mit ihm abgestimmt wurden.

Beide Verzeichnisse liegen in allen deutschen Waldorfschulen aus!



Termine

Die Waldorf-Stiftung präsentiert sich im Rahmen der Wanderausstellung **STIFTERLAND BADEN-WÜRTTEMBERG:**

- Stuttgart: 16. 10. bis 21. 11. 2004 Haus der Geschichte
- Karlsruhe: 8. 12. 2004 bis 28. 1. 2005 Haus der Wirtschaft
- Tübingen: 5. 2. bis 10. 4. 2005 Stadtmuseum im Kornhaus
- Freiburg: 15. 4. bis 29. 5. 2005 Studio Freiburg, Kartäuserstr. 45
- Berlin: Juni 2005 Landesvertretung Baden-Württemberg

Der Eintritt ist frei. Nähere Infos:
www.stifterland-bw.de
Info-Telefon: 030/8979470