

Verteilung der Unterrichtszeit an der Mittelschule Vintl

○ Modell 1:

Zeit	MO	DI	MI	DO	FR
08:00 - 08:50	50	50	50	50	50
08:50 - 09:35	45	45	45	45	45
09:35 - 10:20	45	45	45	45	45
10:20 - 10:25	5 Min Pause	5 Min Pause	5 Min Pause	5 Min Pause	5 Min Pause
10:25 - 11:10	45	45	45	45	45
11:10 - 11:55	45	45	45	45	45
11:55 - 12:30	Mensa	Mensa	Mensa	Mensa	Mensa
12:30 - 13:15	45	45	45	45	45
13:15 - 14:00	45	45	45	45	45
14:00 - 15:00		60			

Projekt: *Mensa für alle – Soziales Lernen*

Vorausgeschickt:

Seit vielen Jahren wird an der MS Vintl in enger Zusammenarbeit mit der Gemeindeverwaltung das Projekt *Mensa für alle/Soziales Lernen* im Rahmen des curricularen Unterrichts (im Laufe des Vormittags/ zwischen den Stunden) durchgeführt und auch unter den veränderten Rahmenbedingungen – Einführung der 5-Tage-Woche – weitergeführt.

Projektbeschreibung

Das Projekt *Mensa für alle – Soziales Lernen* ist in den fächerübergreifenden Lernbereich, der u.a. die Bereiche Gesundheitsförderung /Gesunde Ernährung, Umweltbildung, Emotionale Bildung, Politische Bildung.....umfasst, integriert.

Diese Lernbereiche werden an der MS Vintl vor allem im Offenen Unterricht bearbeitet. Die theoretische Erarbeitung findet im praktischen Teil – *Projekt Mensa – Soziales Lernen* – eine für die Schulgemeinschaft wichtige pädagogische Ergänzung. Die Schule fühlt sich dabei im Speziellen der Erreichung folgender Kompetenzziele (siehe Rahmenrichtlinien) besonders verpflichtet: Ich zitiere:

- Den Zusammenhang zwischen gesunder, ausgewogener Ernährung und körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit verdeutlichen – Wechselwirkung Ernährung – Gesundheit
- Den Nährstoff- und Flüssigkeitsbedarf des Körpers in unterschiedlichen Lebensabschnitten und Lebenssituationen erklären – Nährstoffgehalt, Nährstoffbedarf, Flüssigkeitsbedarf
- Qualitätsmerkmale von Nahrungsmitteln berücksichtigen und Grundregeln für gesunde Ernährung befolgen – Zusammensetzung und Qualität einiger Lebensmittel, Richtlinien für gesunde Ernährung
- Produktionsprozess zur Herstellung von Lebensmitteln beschreiben - Produktionsprozesse

Unter Berücksichtigung der autonomen Befugnisse der Schulen (LG vom 29.06.2000, Nr. 12 zur Autonomie der Schulen; Beschluss der LR vom 19.01.2009 zu den Rahmenrichtlinien des Landes) werden für dieses Projekt 17 Stunden von der Gesamtunterrichtszeit (6 Min/Tag) verwendet.

Organisatorische Aspekte und pädagogische Überlegungen:

An der Mittelschule „Josef-Mayr-Nusser“ wird den Schülerinnen und Schülern bereits seit Jahren ein abwechslungs- und nährstoffreiches Mittagessen angeboten. Beim gemeinsamen Mittagessen sammeln die Schülerinnen und Schüler wichtige soziale Erfahrungen, die sich positiv auf das gesamte Schulklima auswirken.

Durch das gemeinsame Essen erleben die Schülerinnen und Schüler das Essen nicht nur als eine Bedarfsdeckung des Körpers an Energie und Nährstoffen, sondern vielmehr als einen Ausdruck echter

zwischenmenschlicher Beziehung. Die Klassengemeinschaft wird gestärkt und die Schülerinnen und Schüler sammeln wertvolle soziale Erfahrungen.

Der gemeinsame Mittagstisch ist zunächst eine Herausforderung für alle Beteiligten, da zuerst einmal bestimmte Tischmanieren zu erlernen sind, z. B:

- Wir setzen uns in Ruhe und ohne Gedränge an den Tisch.
- Wir nehmen der Reihe nach und ohne Handgreiflichkeiten von den Speisen und geben sie mit entsprechendem Besteck in unsere Teller.
- Wir nehmen auf unsere Mitschüler Rücksicht, weshalb wir zuerst nur wenig von den Speisen nehmen, damit jeder etwas zu essen hat und bei Bedarf unsere Teller nachfüllen. Auch tragen wir dadurch dazu bei, dass möglichst wenige Speisereste weggeworfen werden müssen.
- Wir benutzen beim Essen das entsprechende Besteck.
- Wir bleiben sitzen, bis die Mensazeit vorbei ist.
- Wir fragen die am Tisch sitzende Lehrperson um Erlaubnis, wenn wir Speisen nachholen.
- Wir benutzen beim Essen eine Serviette und entsorgen diese dann auch selbst im Papierkorb.
- Wir stören unsere Tischnachbarn während des Essens nicht mit lauten Essgeräuschen und mit unwichtigem Geschwätz.
- Wir stellen unsere Teller zusammen, geben dabei Besteck in leere Schüsseln und Speisereste in einen leeren Teller.
- Wir räumen immer abwechselnd unseren Klassentisch selber ab.

Gerade in den ersten Schulwochen können die Schülerinnen und Schüler der ersten Klassen oft noch nicht mit der großen Gemeinschaft in der Schule umgehen. Sich in der Tischgemeinschaft zurechtzufinden, mit Tischmanieren zu essen und oft auch nur selbst die Menge des Essens bestimmen zu können, sind für manche Schülerinnen und Schüler ganz neue Erfahrungen.

Die Lehrpersonen begleiten die Schülerinnen und Schüler in die Mensa, essen mit ihnen am Klassentisch und bestärken sie im Einhalten der Tischmanieren positiv. Die Lehrpersonen nehmen wahr, wie die Schülerinnen und Schüler in die Klassengemeinschaft integriert sind, ob und wie viel Schülerinnen und Schüler täglich an Speisen zu sich nehmen.

Im Offenen Unterricht werden ergänzend bzw. unterstützend dazu die Wechselwirkungen von Ernährung, Gesundheit und geistiger Leistungsfähigkeit erläutert und theoretisch erarbeitet. Es wird den Schülerinnen und Schülern dabei aufgezeigt, dass ein stärkendes Frühstück, ein warmes Mittagessen und ein leckeres Abendessen geplant, vorbereitet und zubereitet werden müssen. Zudem sind Kochkenntnisse und Wissen über gesunde Ernährung notwendig. Dadurch kommt auch ein gestörtes Essverhalten mit den möglichen negativen Folgen für Körper und Geist zur Sprache.

Auch wird den Schülerinnen und Schülern aufgezeigt, dass in den reichen Industrienationen Lebensmittel im Überfluss vorhanden sind, während in den armen Ländern der Großteil der Bevölkerung Hunger leiden muss. In diesem Zusammenhang erhalten die Schülerinnen und Schüler auch Informationen über Nahrungsmittel aus dem Fairen Handel.

Diese pädagogischen und praktischen Überlegungen bilden das Grundgerüst des Projektes. Sie werden periodisch vom Lehrerkollegium überprüft und neuen Erfordernissen angepasst.

Ausblicke:

- Die Möglichkeiten einer kleinen Jause werden geprüft
- Besprechung bzw. Überarbeitung des Speiseplans mit einer Diätassistentin
- Teilnahme am Projekt „Gesundheitsfördernde Schule“