

## **Lebensmittelzubereitung als Alltagskompetenz fördert die Feinmotorik - eine orientierende Untersuchung an Grundschulern**

**Maria Punstein und Michaela Schlich**

### **Kurzfassung**

Motorik und insbesondere Feinmotorik sind für die Alltagsbewältigung von großer Bedeutung. Gerade die Zubereitung von Lebensmitteln zeigt außerordentliches Entwicklungspotential für die Kindesentwicklung, übrigens auch als kulturelle Brücke zur Förderung der Integration. Eine orientierende vierwöchige Studie mit acht Grundschulkindern gibt erste Einblicke in deren feinmotorischen Entwicklungsverlauf. Hierbei werden einmal wöchentlich für jeweils drei Stunden ausgewählte Rezepte zubereitet und der sachgemäße Umgang mit Küchenutensilien vermittelt. Nach den bisher vorliegenden Erfahrungen ist von einem großen Entwicklungspotential in der Ernährungsbildung auszugehen, zur Entwicklung der Feinmotorik und Förderung der Alltagskompetenzen der Kinder.

**Schlüsselworte:** Lebensmittel, Grundschule, Feinmotorik, Ernährungsbildung, Alltagskompetenz

## **Food preparation improves the fine motor skills - an orienting study at a primary school**

### **Abstract**

Motor activity and fine motor skills are essential for the accomplishment of everyday life. Food preparation shows an extraordinary potential on fine motor skills development of children, incidentally as cultural support of integration. A four-week research with eight primary school pupils gives insight into the progress of fine motor skills. The pupils prepared a selected recipe each week at a time slot of two hours and learned the handling of kitchen utensils. The first results show that the process of food preparation can influence the fine motor skills positively. Additionally, the detection of the potential of nutritional knowledge is worthwhile at primary schools and indispensable for the development of children.

**Keywords:** Food, Primary school, Fine motor skills, Nutritional education, Life skills

# Lebensmittelzubereitung als Alltagskompetenz fördert die Feinmotorik - eine orientierende Untersuchung an Grundschulern

**Maria Punstein und Michaela Schlich**

## Einleitung

Die feinmotorische Entwicklung von Grundschulern verläuft nicht zwingend stetig progressiv, es kann auch Stillstand oder Rückschritt in der Entwicklung eintreten. Ursache dafür sei die intensive Nutzung digitaler Medien beispielsweise durch Computer, Fernsehen, Tablets oder Smartphones, die zunehmend das bewusste Spielen in der Natur und die aktive Bewegung ersetze. Doch werden die feinmotorischen Kompetenzen durch die Nutzung digitaler Medien generell vernachlässigt? Eine Umfrage des Deutschen Lehrerverbands und des Schreibmotorik-Instituts aus dem Jahr 2015 (n = 2000) zeigt, dass 79 % der befragten Lehrkräfte feststellen, dass sich die Handschrift ihrer Schülerinnen und Schüler durchschnittlich verschlechtert hat. Eine der genannten Ursachen aus Lehrersicht ist die fortschreitende Digitalisierung und zu wenig Übung zu Hause (Schreibmotorik-Institut 2017). Das Schreiben mit dem Füller aktiviert unterschiedliche Muskeln und fordert verschiedenste Bewegungen des Handgelenks. Das Tippen und Wischen am Display hingegen wird durch den Zeigefinger oder den Daumen getätigt, wodurch keine tiefgehende Beanspruchung der Muskeln erfolgt (Simon 2014).

Alltägliche Aktivitäten wie Schreiben und Tätigkeiten im Haushalt wie z. B. die Lebensmittelzubereitung setzen feinmotorische Fertigkeiten voraus. Insofern ist eine Förderung im frühkindlichen Bereich nicht nur für die motorische und persönliche Entwicklung, sondern auch im Bereich der Alltagskompetenzen unabdingbar. Der Bereich der Lebensmittelzubereitung stellt hierbei ein hohes Potential an Vermittlungs-, Alltags- sowie feinmotorischen Kompetenzen dar.

## Motorik und Feinmotorik

Mittels Motorik erfolgt die Bewegung des Gesamtkörpers. Hier kommt dem sensorischen System eine bedeutende Rolle zu. Neben den fünf klassischen Sinnen (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten) werden dem sensorischen System zwei weitere zentrale Sinne zugeordnet: der kinästhetische Sinn (Bewegungssinn) und der vestibuläre Sinn (Gleichgewichtssinn) (Hornke et al. 2011:335).

Die Feinmotorik ist für die Erkundung des Nahraumes von großer Bedeutung. Schreiben, Nähen, Malen oder Kochen sind hierfür beispielhafte kindgerechte Aktivitäten. Durch eine präzise Koordination der Arme, Hände und Finger begreifen Kinder ihren unmittelbaren Lebensraum. Ohne ausgebildete Feinmotorik wäre ein normaler Tagesablauf nicht zu bewältigen. Hosen zuknöpfen oder Schuhe zubinden wäre nur erschwert möglich (Pauen 2011:56).

Alltägliche Situationen schulen die Feinmotorik und fördern die Auge-Hand-Koordination. Somit ist die Notwendigkeit, feinmotorische Kompetenzen in vollem Umfang zu entwickeln, in hohem Maße von Bedeutung, da die Förderung des frühkindlichen Entwicklungspotentials der Feinmotorik prägend für die Alltagsbewältigung bis ins Erwachsenenalter ist (Ahnert 2007: 22, Bös 2003).

### **Feinmotorik im schulischen Kontext**

Spielerische und doch effektive feinmotorische Aktivitäten wie z.B. Malen, Basteln und Schneiden sind bei Grundschulern stets beliebt (Märker 1991:36, Feeney 1992: 32, Pohl 2014: 52). Diese Aktivitäten bieten zudem eine geeignete Grundlage für den Anfangsunterricht des Schrifterwerbs, da sie die feinmotorische Entwicklung fördern und zugleich eine Voraussetzung für diese darstellen (Schulz 2015). Darüber hinaus hat Feinmotorik einen erheblichen Einfluss auf die Sprachentwicklung der Kinder (Mandler et al. 2006).

Zur Förderung der Feinmotorik bietet sich zum einen der pädagogische Ansatz von Maria Montessori mit unterschiedlichen Lernmaterialien an (Klein-Landeck/ Pütz 2011). Bausteine, die aus Pappe selbst erstellt werden, oder Zylinder, die in Öffnungen unterschiedlicher Größe passen, bieten hierzu spielerische Möglichkeiten. Solche Materialien sind sowohl in der Vorschule als auch im ersten Schuljahr beliebt und unterstreichen den spielerischen Förderungsansatz (von Bülow 2011:86). Zum anderen können Arbeitsblätter zum Einsatz kommen, bei denen ein Schüler mit einem Stift eine Linie nachfahren oder auch innerhalb eines Musters eine Linie einzeichnen muss.

### **Ernährungsbildung und Alltagskompetenz**

Der Begriff Alltagskompetenz bezieht sich auf das eigenständige Handeln und die Bewältigung von alltäglichen Aufgaben und Problemen innerhalb einer Kultur (Krappmann 2003). Somit sind alle Aufgabenbereiche der Alltagsbewältigung wie Ernährung, Kleidung, soziales Zusammenleben und Verhalten eingeschlossen. Mit alltäglichen Situationen kompetent umgehen zu können, ist ein weiterer Aspekt der Alltagskompetenz. Besonders im privaten Haushalt oder im Berufsleben sowie bei Kindern in der Schule kann es zu Konflikten kommen, bei denen ein kompetenter Umgang gefordert ist. Somit ist dieser Aspekt neben denen der Grundbedürfnisse wie z.B. der Ernährung ein wichtiger Bestandteil der Alltagskompetenz. Die Vermittlung von Kompetenzen der Alltagsbewältigung ist ein grundlegender Baustein der sozialen Verständigung, der durch die Bildungseinrichtungen gefördert werden sollte (Schlich 2011). Auf Grund dessen ist das Zusammenspiel der privaten Haushalte und der Bildungseinrichtungen ein essentieller Bestandteil für den Erwerb von Alltagskompetenzen (Krappmann 2003).

Da Ernährung und somit Lebensmittelzubereitung Aspekte der Alltagskompetenz darstellen, ist Ernährungsbildung eine wichtige Voraussetzung für alltägliches kompetentes Handeln. Darüber hinaus lässt sie sich in den übergeordneten Rahmen der Esskultur einordnen und zielt auf die Entwicklung des kulturellen Zusammenlebens ab. Die Ernährungsbildung als lebenslanger Lernprozess gestaltet die eigene biographische Esskultur und wird durch unterschiedliche Lebensräume geprägt (Schlich 2011, Richtlinie Verbraucherbildung Rheinland-Pfalz 2010, Bartsch et al. 2013:85).

Im Jahr 2013 hat die Kultusministerkonferenz (KMK) die Inhalte der Ernährungsbildung des europäischen Kerncurriculums im Rahmen der Verbraucherbildung auf die Bildungsinstitutionen in Deutschland übertragen. Die vier Themenfelder dieses Beschlusses lauten:

- Finanzen, Marktgeschehen und Verbraucherrecht,
- Ernährung und Gesundheit,
- Medien und Information sowie
- Nachhaltiger Konsum (KMK 2013).

Ernährungsbildung gehört zum Themenfeld Ernährung und Gesundheit, untergliedert in:

- Gesunde Lebensführung,
- Lebensmittelkette vom Anbau bis zum Konsum,
- Qualitäten von Lebensmitteln und ihre Kennzeichnung,
- Wertschätzung von Lebensmitteln und Vermeidung von Verschwendung (KMK 2013:5).

## **Erhebungsreihe zur Feinmotorik**

### **Studienprofil und Probanden**

Die vorliegende orientierende Untersuchung findet im April/Mai 2016 in einem Zeitraum von vier Wochen statt. Dabei wird mittwochs für jeweils drei Schulstunden mit den Schülern gearbeitet. Für die Arbeiten im Rahmen der Studie wird die Schulküche benutzt, die jedem Probanden die benötigten Utensilien zur Verfügung stellt. An der Untersuchung der feinmotorischen Entwicklung nehmen sieben Schülerinnen und ein Schüler einer Grundschule teil. Zwei Kinder besuchen die dritte und sechs die vierte Klasse. Eine Schülerin wiederholt Klasse vier. Ein Kind mit Migrationshintergrund ist vor zwei Jahren aus dem Ausland nach Deutschland gekommen. Somit ist ein Altersspektrum von 9 bis 12 Jahren gegeben.

Zu Beginn der Erhebungsreihe erfasst ein Fragebogen die Vorerfahrungen der Schülerinnen und Schüler. Die Eingangsbefragung zeigt, dass unterschiedliche Erfahrungen im Umgang mit Lebensmitteln und erwartungsgemäß geringe Kompetenzen in der Lebensmittelzubereitung vorliegen. Ein eindeutiges Ergebnis ist bei der Frage „Würdest du dich freuen, wenn in der Schule regelmäßig gekocht wird?“ erkennbar. Hierbei haben alle Schüler mit „Ja“ geantwortet. Bei der Zuordnung der Küchengeräte und Arbeitsmittel zu den passenden Begriffen lösen sieben von acht Kindern die Aufgabe fehlerfrei. Die Schülerin mit Migrationshintergrund äußert im Gespräch, dass sie fast täglich für ihren Bruder zu Hause kocht.

### Feinmotoriktests

Da die Untersuchung deskriptiv auf die Alltagskompetenzen von Grundschulern abzielt, werden eigens erstellte Tests angewendet, die sich am Testverfahren der Motorik-Modul Studie orientieren (Bös et al. 2009). Zur Bestimmung des feinmotorischen Entwicklungsstands werden drei Tests durchgeführt. Der erste Test besteht darin, ein Obstbild mit den passenden Farben auszumalen und anschließend an den vorgegebenen Linien auszuschneiden. Hierbei sollen die Kinder das entsprechende Obststück in der natürlichen Farbe ausmalen und die Form während des Schneidens unversehrt lassen (siehe Abb. 1).



Abb. 1: Obstbild zum Ausmalen, Nachzeichnen der Linien und Ausschneiden (Foto: Punstein)

Dieser Test ist in Anlehnung an *Steadiness* und *Liniennachfahren* der Motorik-Modul-Studie zu verstehen, da die beiden Testmerkmale ähnlich sind. Der Begriff der *Steadiness* (Beständigkeit) ist ähnlich wie die Sorgfalt beim Ausmalen, da es um das präzise und gleichmäßige Führen eines Stiftes geht und *Liniennachfahren* ähnlich wie das Ausschneiden des Bildes ist (Bös et al. 2009).

Der zweite Test wird mit Paprika und Gurke als Rohmaterialien ausgeführt. Die Paprika soll dabei in gleichmäßig große Würfel geschnitten werden. Die Gurke ist mit dem Sparschäler zu schälen und in gleichmäßig dicke Scheiben zu schneiden (siehe Abb. 2).



Abb. 2: Paprikastücke und Gurkenscheiben als Ergebnisbeispiel in Test 2 (Foto: Punstein)

Bei dieser Aufgabe werden von jedem Kind zweierlei Kompetenzen verlangt. Erstens werden das richtige Augenmaß für die zu erzielenden gleichgroßen Paprikastücke und Gurkenscheiben und zweitens der geschickte Kraftaufwand für das vollständige Zerteilen des Gemüses. Dieser ausgewählte Test repräsentiert das Ziel des Testbereichs *Aiming* aus der Motorik-Modul-Studie, da hierbei eine gezielte Handbewegung mit einmaligem Ansetzen gefordert ist (Bös et al. 2009).

Der dritte Test fordert dazu auf, eine Serviette nach einem vorgegebenen Muster mit der dazugehörigen Faltechnik zu falten, wobei die Reihung der einzelnen Faltschritte einzuhalten und durch angemessenes Andrücken der Faltkanten ein gleichmäßiges Gesamtbild herzustellen ist. Somit kann die Standfestigkeit der Serviette gewährleistet werden (siehe Abb. 3).



Abb. 3: Serviettenfalten zur Förderung der Feinmotorik (Foto: Punstein)

Für diesen Testbereich wird das Prinzip des *Liniennachfahrens* angewendet sowie die beidhändige Auge-Hand-Koordination gefordert. Darüber hinaus wird bei diesem Test die Vermittlung von Alltagskompetenzen in hohem Maße gefördert.

Zur Dokumentation der feinmotorischen Entwicklung der Kinder werden die Feinmotoriktests zu Beginn und am Ende der vierwöchigen Untersuchung durchgeführt.

### **Lebensmittelzubereitung**

Das Ziel der vorliegenden Studie besteht darin, eine Entwicklung der Feinmotorik erkennen zu können, die sich durch Lebensmittelzubereitung bei Kindern im Grundschulalter einstellt. Dazu ist es notwendig, die Kinder mit den zugehörigen Techniken und Methoden als Alltagskompetenz vertraut zu machen, indem sie mithilfe von eigens angefertigten Rezepten unterschiedliche Lebensmittel zubereiten (siehe Tab. 1).

Zusätzlich werden gemeinsam Regeln zur Beachtung vor, während und nach der Lebensmittelzubereitung aufgestellt und den Kindern als Arbeitsblatt schriftlich ausgehändigt. Des Weiteren wird auf den sozialen und gesellschaftlichen Umgang durch positive, kooperative Interaktion der Schüler Wert gelegt.

Tab. 1: Lebensmittelzubereitung, Gerichte

1. Woche	„Strammer Max“ (Spiegelei auf Toast mit Schinken)
2. Woche	Mascarponecreme mit Erdbeeren
3. Woche	Pizza
4. Woche	Schokoladenfondue mit Obst

Anmerkung: Die ausgewählten Gerichte dienen lediglich der Überprüfung der Feinmotorik von Schülerinnen und Schülern. Daher steht die ausgewogene Ernährung bei der Auswahl der Gerichte nicht im Vordergrund.

Die Zubereitung von „Strammer Max“ unterstützt die Fingerfertigkeit, da die Kinder ein Ei aufschlagen und dieses nach einigen Minuten in der Pfanne wenden müssen. Darüber hinaus wird durch die Bedienung des Touchfelds am Herd eine zielgerichtete und punktuelle Bewegung eines Fingers gefördert. Soziale Interaktion in Partnerarbeit und Arbeitsbefähigung stehen bei dieser Aufgabe im Mittelpunkt, damit am Ende ein zufriedenstellendes Gesamtergebnis erzielt wird.

Mascarponecreme mit Erdbeeren wird aufgrund der saisonalen Verfügbarkeit der deutschen Erdbeeren in der fraglichen Untersuchungswoche ausgewählt. Dadurch erfahren die Kinder die begrenzte Verfügbarkeit saisonaler Produkte, wie beispielsweise bestimmter Frucht-, Gemüse- und Obstsorten. Das Zubereiten dieses Desserts erfordert eine Vielzahl an feinmotorischer Aktivität. Zunächst wird durch den Einsatz des Handmixers die koordinierte Bewegung des Arms und der Hand gefördert. Des Weiteren werden durch das Unterheben der Sahne das Handgelenk und die Finger beansprucht.

Die effektivste Übung der Feinmotorik ist das Schneiden von Lebensmitteln. Durch das Schneiden der Erdbeeren in kleine Stücke wird das zielgerichtete, präzise und koordinierte Handeln der Finger gefördert. Darüber hinaus zeigt das Schichten von Zutaten in ein schmales Gefäß die Ausprägung der Feinmotorik und des Augenmaßes. Die Mascarponecreme muss nach Vorgabe langsam und präzise in das Glas eingefüllt werden, damit der Rand des Dessertglases nicht verschmiert.

Des Weiteren muss das Einhalten der verschiedenen Schichten von Zutaten in der richtigen Reihenfolge beachtet werden. Somit eignet sich das Rezept für die Aktivierung und Förderung der feinmotorischen Bewegungen von Kindern. Es ist kindgerecht gestaltet und bietet eine Vielzahl an Variationen der Zutaten.



Bei der selbstgemachten Pizza und deren Zutatenliste sind Kenntnisse über Mengen und Maßeinheiten erforderlich, insbesondere über Gewichte und Volumen, welche die Kinder mithilfe einer Waage, eines Messbechers oder eines Löffels abmessen. Das Abmessen der Zutaten hat zudem einen mathematisch-fächerübergreifenden Aspekt, der für die Grundschule nicht zu vernachlässigen ist. Ein kompetenter Umgang mit Maßeinheiten ist für die Grundschule unverzichtbar und kann durch die praktische Erprobung den Kindern alltags- und lebensweltbezogen veranschaulicht werden. Somit wird die Alltagskompetenz des Umgangs mit Maßeinheiten durch die Lebensmittelzubereitung gestärkt und gefördert. Im Hinblick auf die Feinmotorik wird durch das exakte Abmessen und dem einhergehenden Korrigieren die Fingerfertigkeit gefordert. Das Kneten des Teigs unterstützt die fließenden Bewegungen der Hände und Finger, wodurch die Feinmotorik von der Hand bis in die Fingerspitzen gefordert sowie gefördert wird.

Abschließend bereiten die Kinder ein Schokoladen-Fondue mit verschiedenen Obststücken zu. Hierbei fördern das Zerkleinern der Schokoladentafel und das Schneiden des Obstes die Fingerfertigkeit. Des Weiteren stärkt das gleichmäßige Rühren der Schokoladenmasse die Bewegung des Handgelenks.

Nach Abschluss der vierwöchigen Projektphase bearbeiten die Kinder noch einmal die Feinmotoriktests, um etwaige Veränderungen dokumentieren zu können.

## Ergebnisse

### Feinmotoriktest 1: Ausmalen und Ausschneiden eines Bildes

Für die Durchführung des Tests benötigen die Teilnehmer ca. 15 Minuten, wobei einige Kinder früher fertig sind als andere.

Die Aufgabe wird von allen Kindern mit Konzentration, Hingabe und selbstständig durchgeführt. Des Weiteren ist jedes Kind in der Lage, die natürliche Farbe des dargestellten Obststückes eigenständig auszuwählen. Es ist erkennbar, dass einige Teilnehmer noch Schwächen in folgenden Bereichen haben:

- Gleichmäßiges Ausmalen und Verteilen der Farbe des Stiftes innerhalb einer vorgegebenen Fläche,
- Einhalten der Bildumrandungen bzw. Schnittlinien,
- Beachtung der vorgegebenen Rundungen während der Scherenführung ohne Ecken.

Insgesamt ist festzuhalten, dass ein Großteil der Kinder die Bilder objektiv aus- geschnitten und sich farblich an den vorgegebenen Linien und der Obstform orientiert hat.

## Feinmotoriktest 2: Schneiden von Paprika und Gurke

Jedes Kind versteht die Aufgabenstellung und kann diese umsetzen. Darüber hinaus wird der Umgang mit dem Sparschäler während der Aufgabenbearbeitung verbessert. Insgesamt gelingt das Zerschneiden von Paprika und Gurke nur ansatzweise. Sowohl Gleichförmigkeit als auch Größe bzw. Dicke des geschnittenen Gemüses stellen potentielle Ansatzpunkte des Lernzuwachses dar. Das Schnittbild ist sehr grob und hinsichtlich der Gleichmäßigkeit verbesserungsfähig.

## Feinmotoriktest 3: Serviettenfalten

Bei der Aufgabe Serviettenfalten haben einige Kinder Probleme mit dem Richtungswechsel der Serviette während des Faltens. Jedem Kind ist es gelungen, aus der Anschauung heraus die Faltechnik für die Serviette nachzuvollziehen und anzuwenden; nur wenige Kinder benötigen besondere Hinweise beim Zusammenfalten der Serviette mit einhergehendem Richtungswechsel.

## Vorher-Nachher-Vergleich der Feinmotoriktests

Das Diagramm in Abb. 4 zeigt, wie sich die Feinmotorik der Kinder in den einzelnen Tests im Vorher-Nachher-Vergleich verändert hat.

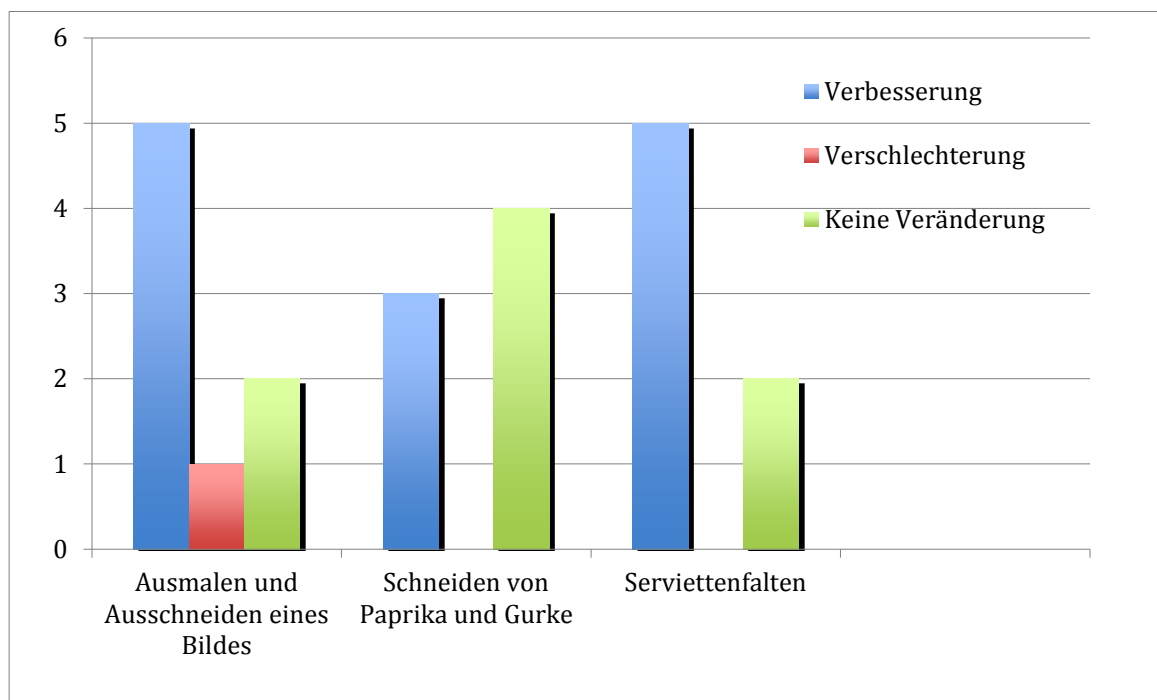


Abb. 4: Vorher-Nachher-Vergleich der Feinmotoriktests

Im Testbereich „Ausmalen und Ausschneiden eines Bildes“ haben fünf von acht Kindern eine Verbesserung, ein Kind eine Verschlechterung und zwei keine Veränderung der Feinmotorik erzielt. Da die Kinder das Bild bereits aus dem ersten Testdurchlauf kennen, kann es beim zweiten Mal zu veränderter Aufmerksamkeit bei der Aufgabenbearbeitung kommen.

Im Hinblick auf das gleichmäßige Schneiden von Paprikawürfeln und Gurkenscheiben ist bei vier von sieben Teilnehmern keine Veränderung aufgetreten. Drei Kinder können ihre Fertigkeiten in diesem Bereich verbessern. Eine Verschlechterung des Ergebnisses ist bei keinem Kind zu verzeichnen, sodass dieser Test ein sehr positives Resultat liefert. Die Auswertung des Fragebogens zeigt zudem, dass vier von acht Kindern einen signifikanten subjektiven Lernzuwachs im Bereich des Schneidens erfahren haben. Fertigkeiten beim Abwiegen/Abmessen und Kneten, der richtige Umgang mit Lebensmitteln und die Bedienung vom Herd und Backofen sind Bereiche, die als Lernzuwachs angesehen werden.

Beim Serviettenfalten haben fünf von sieben Teilnehmern eine Verbesserung innerhalb der vier Wochen erzielt. Bei zwei Kindern ist keine Veränderung erkennbar.

Für den Testbereich des Schneidens ist eine Beurteilung der Feinmotorik erschwert, da die Paprikawürfel und Gurkenscheiben nicht exakt ausgemessen, sondern deren Gleichmäßigkeit anhand einer visuellen Überprüfung eingeschätzt wird.

Alle Testbereiche beanspruchen und fördern persönliche, kognitive und motorische Fertigkeiten. Hinzu kommen Kenntnisse von Lebensmitteln sowie deren Handhabung und Zubereitung und ein verantwortungsbewusster Umgang mit Küchengeräten wie z.B. einem Messer. Konzentration, Ausdauer und Kreativität sind Bereiche, die auf der kognitiven Ebene die Teilnehmer gefordert haben. Geförderte motorische Fähigkeiten sind die Fingergeschicklichkeit, die Scherenführung und der Dreipunktgriff des Stifts mit der Schreibhand.

## **Fazit**

Die Feinmotorik spielt für das alltägliche Leben eine bedeutende Rolle, da sie nicht nur die Erkundung unseres Nahraumes, sondern auch die Gestaltung desselben bestimmt. Neben den alltäglichen Situationen, in denen die Feinmotorik als Voraussetzung gilt, bietet sie ein Entwicklungspotential, das sich auf andere kognitive Bereiche übertragen lässt. Somit sollte die Förderung dessen im Vordergrund eines handlungsorientierten Unterrichts stehen und feinmotorische Aktivitäten eingliedern.

Da die Feinmotorik von Beginn an einen Entwicklungsprozess darstellt, sollten feinmotorische Aktivitäten in die frühkindliche Erziehung eingebunden werden. Einen solchen Bereich stellt die Esskultur, insbesondere die ritualisierten Essgewohnheiten im privaten Bereich dar. Hierbei können Kinder nicht nur an Gabel und Löffel, sondern auch an kindgerechte Messer herangeführt werden. Darüber hinaus erlernen Kinder frühzeitig den bewussten Umgang mit Besteck und die Bedeutung von Tischetikette.

Die Notwendigkeit zur Förderung feinmotorischer Fähigkeiten liegt jedoch nicht nur im Bereich des privaten Haushalts, sondern auch in besonderem Maße in Grundschulen. Neben den Bereichen des Malens und Schneidens findet sich die Lebensmittelzubereitung als weitere wesentliche feinmotorische Aktivität im Teilrahmenplan Grundschule für das Land Rheinland-Pfalz, ausgehend vom europäischen Kerncurriculum zum Thema Ernährung und Gesundheit (Teilrahmenplan Sachunterricht 2006). Diesen Bereich gilt es innerhalb der Grundschule auszubauen und durch die praktische Arbeit mit Grundschulern zu vollziehen.

Die vorliegende orientierende Untersuchung zeigt bereits an den wenigen Beispielen, dass die Lebensmittelzubereitung ein Potential für die feinmotorische Entwicklung darstellt. Jedoch erfährt dieser Bereich im Kontext der gewünschten Verbraucherbildung (KMK 2015) bis heute keinen wesentlichen Stellenwert in den Grundschulen. Feinmotorische Fähigkeiten und Alltagskompetenzen der Lebensmittelzubereitung können bei Kindern gestärkt werden, was sich wiederum positiv auf den Schrift- und Spracherwerb von Kindern auswirkt. Darüber hinaus hat der Bereich der Ernährungsbildung ein Potential der Integration und des interkulturellen Austauschs, der auch in der aktuellen politischen Lage der Migration genutzt werden kann.

Durch Lebensmittelzubereitung im Bereich der Ernährungsbildung werden verschiedenste Dimensionen angesprochen. Zum einen werden Alltags- und feinmotorische Kompetenzen der Lebensmittelzubereitung vermittelt, erlernt und aktiv von den Schülerinnen und Schülern umgesetzt. Zum anderen gestaltet Ernährungsbildung einen freien produktiven Gesprächsanlass, der die kommunikative Kompetenz der Kinder fördert. Darüber hinaus kann die Lebensmittelzubereitung Brücken für Kinder mit Migrationshintergrund bauen, indem diesen Kindern ein Raum von Willkommenskultur gegeben wird. Das Zubereiten von nationaltypischen Gerichten schafft auch ohne sprachliche Verbalisierung eine Verbindung innerhalb einer Gruppe, was zugleich einen Ansatz für Integration und Inklusion sein kann. Des Weiteren wird durch das Aufbrechen der Geschlechterrollen das Miteinander gefördert und die Arbeitsteilung im Alltag vermittelt.

Fakt ist, die Lebensmittelzubereitung wird meist im Ganztagsbereich angeboten, sie ist nicht für alle Grundschul Kinder innerhalb der Unterrichtszeit verpflichtend (Teilrahmenlehrplan Sachunterricht 2006). Dabei bietet sie ein weites Spektrum an Kompetenzvermittlung, die für die ganzheitliche Entwicklung von Bedeutung ist. In Bezug auf Alltagskompetenzen und die Förderung von feinmotorischen Fähigkeiten bietet die Ernährungsbildung eine Vielzahl an Förderansätzen, die kein anderes Unterrichtsfach in der Grundschule anbieten kann.

Somit sollte die Ernährungsbildung die Anerkennung in Bildungsinstitutionen, insbesondere in Grundschulen, erhalten, die sie an eigentlichem Werte-, Kompetenz-, Wissens- und feinmotorischen Zuwachs darstellt. Da der Zusammenhang zwischen der Lebensmittelzubereitung und der damit einhergehenden Entwicklung der Feinmotorik bisher nicht wissenschaftlich erforscht wurde, versteht sich die vorliegende Studie als ein erster Schritt für weitere empirische Arbeiten in einem vielversprechenden Untersuchungsfeld.

## Literaturverzeichnis

- Ahnert J, Schneider W: Entwicklung und Stabilität motorischer Fähigkeiten vom Vorschul- bis ins frühe Erwachsenenalter - Befunde der Münchner Längsschnittstudie LOGIK. In: DGPs: Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie. Göttingen, Hogrefe: 2007.
- Bartsch S, Büning-Fesel M, Cremer M, Heindl I, Lambeck A, Lührmann P, Oepping A, Rademacher C, Schulz-Greve S: Ernährungsbildung– Standort und Perspektiven. In: ErnährungsUmschau, 2/2013, 84-95.
- Bös K: Motorische Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen. In: Schmidt W, Hartmann Tews I, Brettschneider WD: Erster Deutscher Kinder- und Jugendsportbericht. Schorndorf, Hofmann: 2003.
- Bös K, Opper E, Woll A, Liebisch R, Breithecker D, Kremer B: Das Karlsruher Testsystem für Kinder (KATS-K). In: Haltung und Bewegung, 21 (4), 4-66.
- Bös K, Worth A, Opper E, Oberger J, Rohmann N, Wagner M, Jebauc D, Mess F, Woll A: Motorik-Modul: Eine Studie zur motorischen Leistungsfähigkeit und körperlich – sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. 1. Auflage – Nomos Verlag, Baden-Baden 2009.
- Feeney L: Learning through play. Cooking - A practical Guide for Teaching Young Children. New York, Scholastic: 1992.
- Klein-Landeck M, Pütz T: Montessori Pädagogik: Einführung in Theorie und Praxis- 3. Auflage – Herder Verlag, 2011.
- Krappmann L: Kompetenzförderung im Kindesalter (2003) vom 02.05.2016. <http://www.bpb.de/apuz/27774/kompetenzfoerderung-im-kindesalter?p=all> (abgerufen am 20.07.2017).
- Kultusministerkonferenz: Verbraucherbildung an Schulen. Beschluss vom 03.05.2015. [http://www.kmk.org/fileadmin/Dateien/veroeffentlichungen\\_beschluesse/2013/2013\\_09\\_12-Verbraucherbildung.pdf](http://www.kmk.org/fileadmin/Dateien/veroeffentlichungen_beschluesse/2013/2013_09_12-Verbraucherbildung.pdf) (abgerufen am 20.07.2017).
- Mandler J, Zimmer R: Sprach und Bewegungsentwicklung bei Kindern im Vorschulalter. In: Motorik 29 (1), 22-40 (2006).
- Märker B: Eine psychomotorische Studie zur Fein- und Grobmotorik bei fünfjährigen Kindern. Frankfurt a. M., Lang: 1991.
- Pauen S: Vom Baby zum Kleinkind - Entwicklungstagebuch zur Beobachtung und Begleitung in den ersten Lebensjahren. Heidelberg, Spektrum: 2011.
- Pohl G: Kindheit - aufs Spiel gesetzt. Heidelberg, Springer: 2014.
- Richtlinie Verbraucherbildung an allgemeinbildenden Schulen in Rheinland-Pfalz (2010). [https://bm.rlp.de/fileadmin/mbwwk/Publikationen/Bildung/Richtlinie\\_Verbraucherschutz.pdf](https://bm.rlp.de/fileadmin/mbwwk/Publikationen/Bildung/Richtlinie_Verbraucherschutz.pdf) (abgerufen am 27.07.2017).
- Schlich M: Gesund und Fit in Koblenz – Ernährungsbildung an Grundschulen im Raum Koblenz. In: Haushalt und Bildung, 2/2011, 31-40.
- Schreibmotorik-Institut e.V. (2017). *Kinder und Lehrer in Not: Probleme mit der Schreibmotorik nehmen zu*. <http://www.schreibmotorik-institut.com/index.php/de/fakten-und-tipps/fachwissen/503-kinder-und-lehrer-in-not-probleme-mit-der-schreibmotorik-nehmen> (abgerufen am 04.09.2017).

Schulz B: Rückgang der Handschrift - Eine Spezialform der Feinmotorik. Interview im Deutschlandfunk vom 20.04.2015. [http://www.deutschlandfunk.de/rueckgang-der-handschrift-eine-spezialform-der-feinmotorik.680.de.html?dram:article\\_id=309586](http://www.deutschlandfunk.de/rueckgang-der-handschrift-eine-spezialform-der-feinmotorik.680.de.html?dram:article_id=309586) (abgerufen am 27.07.2017).

Simon C: Viele Kinder können nicht mit der Hand schreiben. Die Welt, 15.04.2016. <http://www.welt.de/wissenschaft/article129074142/Viele-Kinder-koennen-nicht-mit-der-Hand-schreiben.html> (abgerufen am 27.07.2017).

Stamm M, Edelmann D (Hrsg.): Handbuch frühkindliche Bildungsforschung. Wiesbaden, Springer: 2013.

Teilrahmenlehrplan Sachunterricht. Ministerium für Bildung, Frauen und Jugend, Wallstr. 3, 55122 Mainz (2006). <TRP\_Sachunterricht\_GS.pdf> über <https://lehrplaene.bildung-rp.de/gehezu/startseite.html> abrufbar (abgerufen am 27.07.2017).

von Bülow K: Anschlussfähigkeit von Kindergarten und Grundschule: Rekonstruktion von subjektiven Bildungstheorien von Erzieherinnen und Lehrerinnen. Bad Heilbrunn, Julius Klinkhardt: 2011.

### Autorinnen

Maria Punstein und Dr. Michaela Schlich  
Universität Koblenz-Landau, Campus Koblenz  
Fachgebiet Ernährungs- und Verbraucherbildung  
Universitätsstraße 1  
56070 Koblenz  
Kontakt: [schlich@uni-koblenz.de](mailto:schlich@uni-koblenz.de)



Foto: Michaela Schlich

### Interessenkonflikt

Die Autorinnen erklären, dass kein Interessenkonflikt besteht.

### Zitation

Punstein M, Schlich M (2018): Lebensmittelzubereitung als Alltagskompetenz fördert die Feinmotorik - eine orientierende Untersuchung an Grundschulern. Hauswirtschaft und Wissenschaft (ISSN 2626-0913) <https://haushalt-wissenschaft.de>

DOI: [https://doi.org/10.23782/HUW\\_08\\_2017](https://doi.org/10.23782/HUW_08_2017)