

Ernährungskonzepte in Kindertageseinrichtungen in Fulda und im Landkreis Fulda – Eine empirische Analyse

Nathalie Neumann und Christine Küster

Kurzfassung

Das Ziel des vorliegenden Beitrags besteht darin, Ernährungskonzepte in Kindertageseinrichtungen (Kitas) zu analysieren. Dabei wird erfasst, ob Verpflegung und Ernährungsbildung in Kitas in Fulda und im Landkreis Fulda in Ernährungskonzepten verankert sind, welche Faktoren die Erstellung und Umsetzung von Ernährungskonzepten beeinflussen und welche Auswirkungen diese in den Einrichtungen haben. Die Ergebnisse zeigen, dass die konzeptionelle Verankerung sehr uneinheitlich geschieht und dass Fortbildungen im Bereich der Ernährung einen entscheidenden Ansatzpunkt zur weiteren Qualitätsverbesserung darstellen.

Schlagerworte: Ernährungskonzepte, Ernährungsbildung, Verpflegung, Kindertageseinrichtung, Kita

Nutrition concepts in preschools in Fulda and the district of Fulda – an empirical analysis

Abstract

The aim of this study is to analyse nutrition concepts in preschools. It is recorded whether alimentation and nutrition education are written down in nutrition concepts in preschools in Fulda and in the district of Fulda, which factors influence the development and implementation of nutrition concepts and which effects these concepts have in the facilities. The results show that the conceptual anchoring is very uneven and that further training in the field of nutrition is a decisive starting point for further improving quality.

Keywords: nutrition concepts, nutrition education, alimentation, preschools

Ernährungskonzepte in Kindertageseinrichtungen in Fulda und im Landkreis Fulda – Eine empirische Analyse

Nathalie Neumann und Christine Küster

Problemstellung

In den ersten Lebensjahren wird das Essverhalten maßgeblich geprägt. Erlernete Verhaltensweisen bleiben oft bis ins Erwachsenenalter bestehen. Außerdem unterstützt ein von Anfang an ausgewogenes Essverhalten eine gesunde Entwicklung in der Kindheit und kann somit zur Prävention von Übergewicht, Adipositas sowie deren Folgeerkrankungen beitragen (Kalhoff & Kersting 2018: 18). Aktuelle Studien belegen jedoch, dass die Situation in Deutschland nicht optimal ist. Ergebnisse der „Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland“ (KiGGS-Studie) zeigen, dass 15,4 % der Kinder und Jugendlichen übergewichtig oder adipös sind (Robert Koch-Institut 2018a: 18). Auch Untersuchungen des Essverhaltens verdeutlichen, dass eine Verbesserung wünschenswert wäre (Robert Koch-Institut 2018b: 11 ff.). Ein Setting, das dabei in den letzten Jahren an Bedeutung gewonnen hat, sind die Kindertagesstätten (Kitas). Die länger werdenden Betreuungszeiten und die damit verbundenen Mahlzeiten, die von den Kindern in der Kita eingenommen werden, machen die Kitas zu einem wichtigen Ort der Prägung hinsichtlich des Essverhaltens. Kitas haben die Möglichkeit, die Kinder durch ein ausgewogenes und abwechslungsreiches Verpflegungsangebot an eine gesundheitsfördernde Ernährung heranzuführen. Darüber hinaus können sie die Kinder durch Ernährungsbildung dabei unterstützen, ihr Ess- und Trinkverhalten selbstständig, kompetent und verantwortungsbewusst zu gestalten (Methfessel et al. 2016: 230 f., DACH 2010). Der Hessische Bildungs- und Erziehungsplan (BEP) legt dabei Prinzipien, Ziele und Inhalte für die Bildung und Erziehung der Kinder fest. Hier findet sich beim Schwerpunkt „Starke Kinder“ ein Absatz über Gesundheit, welcher Bildungs- und Erziehungsziele zur Ernährung beinhaltet (Fthenakis et al. 2016: 34 ff.).

Ziele, Grundsätze und Regelungen zur Verpflegung und zur Ernährungsbildung können dabei in Ernährungskonzepten festgehalten werden. Ziel des vorliegenden Beitrags ist es, die aktuelle Situation bezüglich der Ernährungskonzepte in Fulda und Umgebung aufzuzeigen.

Die zugrundeliegenden Forschungsfragen lauten:

Besitzen Kindertageseinrichtungen in Fulda und im Landkreis Fulda Ernährungskonzepte, welche Inhalte haben diese, welche Faktoren beeinflussen deren Erstellung und Umsetzung und welche Auswirkungen haben sie auf die Verpflegung und die Ernährungsbildung in den Einrichtungen?

Folgende Definitionen liegen dabei zugrunde:

- Ein **Ernährungskonzept** umfasst sowohl Festlegungen zur Verpflegung als auch zur Ernährungsbildung (Eitel & Janitz 2017: 35).
- Ein **Verpflegungskonzept** hält grundlegende Überlegungen einer Kita zur Gestaltung der Verpflegung schriftlich fest (NOZ o.J.).
- Ein **Ernährungsbildungskonzept** ist demnach eine schriftliche Festlegung der Ziele und der Gestaltung von Ernährungsbildung in der Einrichtung.

Methodik

Der vorliegenden Studie liegt ein quantitatives Forschungsdesign zugrunde. Dazu liegt ein Online-Fragebogen vor, der an die Kita-Leitungen in Fulda und im Landkreis Fulda versendet wird. Anschließend erfolgt eine statistische Auswertung der Rückläufe mittels IBM SPSS Statistics 23. Die Grundgesamtheit bilden 138 Einrichtungen in Fulda und im Landkreis Fulda. Der Fragebogen kann an 108 der 138 Einrichtungen versendet werden.

Ergebnisse

Die Ergebnisse beruhen auf den Antworten von 43 Kitas. Dies entspricht einer Rücklaufquote von 39,8 %. Insgesamt zeigt sich dabei, dass 37,2 % der befragten Einrichtungen in Fulda und im Landkreis Fulda ein Ernährungskonzept besitzen. Auch Ernährungsbildungs- und Verpflegungskonzepte liegen in einem Teil der Einrichtungen vor, sodass insgesamt 72,1 % der Einrichtungen über mindestens eines der genannten Konzepte verfügen. Gründe für die Erstellung dieser Konzepte sind das Festlegen verbindlicher Absprachen, Informationen für die Eltern sowie der Wunsch durch ausgewogene Ernährung zu einer gesunden Entwicklung der Kinder beizutragen.

Anhand der ausgewerteten Daten wird deutlich, dass die Verantwortung und damit auch die Arbeit für eine Konzepterstellung überwiegend bei den pädagogischen Fachkräften sowie den Leitungen liegen (siehe Abb. 1).

Als wesentliche verschriftlichte Themen werden unter anderem die zeitliche Gestaltung der Mahlzeiten (93,0 %), Regelungen zur Hygiene (93,0 %), Tischrituale und -sitten (83,7 %) sowie die Ernährungsbildung im Kita-Alltag (51,2 %) und bei den Mahlzeiten (41,9 %) genannt. Ein Großteil dieser Themen wird jedoch eher in der pädagogischen Konzeption statt in einem Ernährungs-, Verpflegungs- oder Ernährungsbildungskonzept festgehalten. Einige Themen, besonders aus dem Bereich der Ernährungsbildung, finden sich zudem nur in wenigen Einrichtungen in schriftlicher Form wieder.

Die Ergebnisse zum Vergleich der Kitas mit und ohne Ernährungskonzept zeigen keinen signifikanten Unterschied in der Anzahl der Kinder und der pädagogischen Fachkräfte ($p = 0,816$ und $p = 0,928$ bei $N = 32$). Auch in Bezug auf das Verpflegungskonzept und das Ernährungsbildungskonzept konnte kein Unterschied in der Anzahl der Kinder festgestellt werden ($p = 0,572$ und $p = 0,624$ bei $N = 32$).

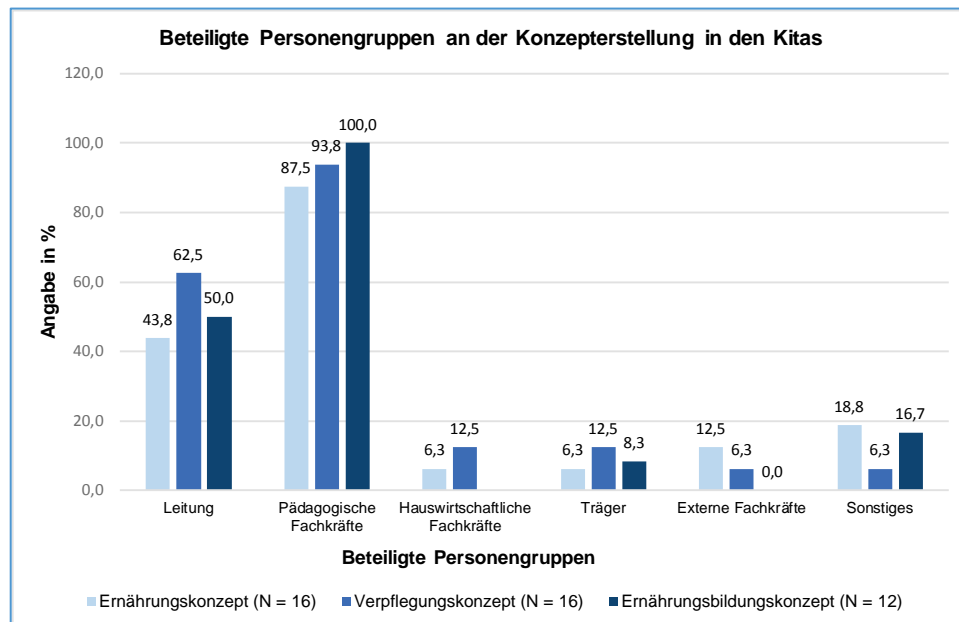


Abb. 1: Beteiligung verschiedener Gruppen an der Erstellung der Konzepte. (Anm.: Die Säulen entsprechen dem prozentualen Anteil der Einrichtungen, die ihr Konzept unter Beteiligung der entsprechenden Personengruppe erstellt haben, Mehrfachnennung möglich)

69,8 % der Kitas stufen den Stellenwert der Ernährung in ihrer Einrichtung als hoch oder sehr hoch ein. Kitas mit einem sehr hohen Stellenwert der Ernährung haben einen signifikant geringeren Betreuungsquotienten als Kitas, die einen mittleren Stellenwert angeben ($p = 0,013$ bei $N = 43$). Der Stellenwert der Ernährung in einer Einrichtung wird außerdem signifikant höher eingestuft, wenn die pädagogischen Fachkräfte im vergangenen Jahr Fortbildungen des Themenbereichs Ernährung besucht haben ($p = 0,001$ bei $N = 38$). In 58,2 % der Kitas nahmen die pädagogischen Fachkräfte im vergangenen Jahr an Fortbildungen zum Thema Ernährung teil.

Für das Angebot und die Teilnahme der Kinder an Mahlzeiten in den Einrichtungen gibt Tab. 1 einen Überblick. In 51,2 % der Kitas basiert die Verpflegung auf dem Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. Bezüglich der Anwendung des DGE-Qualitätsstandards kann kein signifikanter Unterschied zwischen Einrichtungen mit und ohne Ernährungskonzept festgestellt werden. Keine der befragten Kitas weist eine FIT KID-Zertifizierung im Zuge der Umsetzung des DGE-Qualitätsstandards auf.

In allen Einrichtungen mit Ernährungs- oder Ernährungsbildungskonzept sind geplante Aktionen rund um Ernährung (Ausflüge, Themenwochen, Projektstage) fester Bestandteil. Doch auch in den Einrichtungen ohne eines dieser Konzepte finden regelmäßig solche Aktionen statt. Insgesamt geben 93,0 % der Einrichtungen an, diese in ihren Kita-Alltag zu integrieren. Dabei finden die Aktionen bei 57,5 % der Einrichtungen monatlich oder häufiger statt. Alle Einrichtungen vermitteln Rituale und Regeln während der Mahlzeit und zwei Drittel der Einrichtungen besprechen das Speisenangebot mit den Kindern. Etwa ein Drittel der Kitas gibt an, dass bei ihnen externe Programme zur Ernährungsbildung durchgeführt werden. Teilweise durch bereitgestellte Materialien, jedoch größtenteils durch externe Fachkräfte (64,3 %).

Die Bedeutung der Aktivitäten zur Ernährungsbildung im Kita-Alltag wird von etwas mehr als der Hälfte der Einrichtungen als mittel eingestuft. 39,5 % messen ihnen eine hohe Bedeutung bei, während 2,3 % angeben, dass die Aktivitäten kaum Bedeutung haben. Die Ergebnisse zeigen außerdem, dass in Einrichtungen mit Ernährungskonzept die Bedeutung der Maßnahmen zur Ernährungsbildung signifikant höher ist ($p = 0,028$ bei $N = 32$) als in Einrichtungen ohne Ernährungskonzept.

Tab. 1: Anteil der Einrichtungen mit Mahlzeitenangeboten und Teilnahme der Kinder (gerechnet mit der durchschnittlichen Anzahl an Kindern pro Einrichtung: 86,6)

	Anteil der Einrichtungen mit Mahlzeitenangebot in Prozent (N = 43)	Mittlerer Anteil der Kinder mit Teilnahme an den Mahlzeiten in Prozent
Frühstück	67,4	94,3
Zwischenmahlzeit am Vormittag	11,6	61,2
Mittagessen	97,7	61,2
Zwischenmahlzeit am Nachmittag	74,4	48,0

Unterstützung bei der Konzepterstellung- und Umsetzung erhalten die Kitas überwiegend durch Fortbildungen und die Fachberatung sowie in Leitungstreffen. Dennoch geben einige Kitas an, mehr Unterstützung zu benötigen. Diese wird in Form von Fortbildungsangeboten, finanzieller Hilfe und praktischer Unterstützung bei der Konzepterstellung gewünscht. Als Herausforderung werden außerdem mangelnde personelle und zeitliche Ressourcen sowie räumliche Kapazitäten genannt.

Diskussion

Insgesamt verdeutlichen die Ergebnisse der quantitativen Befragung, dass die verschiedenen Konzepte inhaltliche Unterschiede aufweisen und auch die Dokumentation nicht einheitlich geschieht. Dies spiegelt die Literatur wider, die ebenfalls

eine uneinheitliche Verwendung der Konzeptbegriffe aufzeigt und keine verbindlichen Vorgaben zu den Inhalten der Konzepte gibt (DGE 2018: 30, Eitel & Janitz 2017: 35, Methfessel et al. 2016: 262, NOZ o.J).

Die Auswertung ergibt außerdem, dass ein Großteil der Kitas ein Frühstück (67,4 %) und eine Zwischenmahlzeit am Nachmittag anbietet (74,4 %) (siehe Tab. 1). Somit bieten mehr Einrichtungen ein Frühstück an, als dies die Einrichtungen der deutschlandweiten Befragung „Studie zur Verpflegung in Kindertageseinrichtungen“ (VeKiTa) tun (46,0 %) (Arens-Azevêdo et al. 2016: V19). Während 2016 bei der VeKiTa-Studie noch 79,0 % der Kinder am Frühstücksangebot teilnehmen, sind es 2019 in der vorliegenden Stichprobe schon 94,3 % der Kinder. Der geringere prozentuale Anteil an Einrichtungen mit einer Zwischenmahlzeit am Vormittag (11,6 % Stichprobe Fulda, 28,0 % Stichprobe VeKiTa) könnte darin begründet sein, dass das zunehmende Frühstücksangebot das Angebot an Zwischenmahlzeiten ersetzt. An diesen Zahlen lässt sich erkennen, dass sich das Mahlzeitenangebot möglicherweise an die zunehmende Betreuungsdauer der Kinder in den Einrichtungen angepasst hat. Die VeKiTa-Studie erfasst, dass in 2,5 % der Einrichtungen eine FIT KID-Zertifizierung vorliegt, während in der vorliegenden Arbeit keine der befragten Kitas zertifiziert ist (Arens-Azevêdo et al. 2016: V28). Der Anteil ist also insgesamt als sehr gering einzustufen. Aktuelle Zahlen des DGE-Jahresberichtes zeigen, dass 846 Kitas eine FIT KID-Zertifizierung haben (DGE 2019: 70).

Insgesamt findet in den Einrichtungen eine überwiegend gute Integration der Ernährungsbildung in den Kita-Alltag statt, unabhängig davon, ob ein Konzept vorliegt oder nicht. Die Ergebnisse zeigen außerdem, dass die Bedeutung von Ernährungsbildung höher eingeschätzt wird, wenn ein Ernährungskonzept vorliegt. Dies verdeutlicht, dass die Erstellung von Ernährungskonzepten den Fokus mehr auf die Maßnahmen zur Ernährungsbildung lenkt und somit ein Gewinn für die tägliche Arbeit sein kann. Allerdings geben die Kitas auch an, dass sie bei der Konzepterstellung mehr Unterstützung benötigen, beispielsweise in Form weiterer Fortbildungsangebote. Anhand Abb. 1 wird deutlich, dass die pädagogischen Fachkräfte neben der Leitung personell am intensivsten an der Konzepterstellung beteiligt sind und somit auch an dieser Stelle eine Entlastung stattfinden könnte.

Da in der befragten Stichprobe verhältnismäßig viele Einrichtungen mindestens eines der Konzepte nennen, muss von einer Positivselektion ausgegangen werden. Dieser hohe Anteil an Einrichtungen mit einem der genannten Konzepte führt außerdem dazu, dass ein Vergleich zwischen Kitas mit und ohne Konzept nur erschwert durchführbar ist. So kann nicht gezeigt werden, dass ein höherer Stellenwert der Ernährung mit dem Vorhandensein von Konzepten zusammenhängt. Auch die Größe der Einrichtung (gemessen an der Anzahl der Kinder und der pädagogischen Fachkräfte) und der Einfluss des Trägers können nicht als Einflussfaktoren auf die Konzepterstellung identifiziert werden.

In der Stichprobe können außerdem keine Auswirkungen der Konzepte auf die Qualität der Verpflegung (gemessen an dem Verpflegungssystem und der Anwendung des DGE-Qualitätsstandards) sowie die Durchführung und Häufigkeit von Ernährungsbildungsmaßnahmen festgestellt werden. Diese Faktoren könnten in einer weiteren, größer angelegten Kita-Studie untersucht werden.

Ansatzpunkte zur Verbesserung

Aus den Ergebnissen können verschiedene Ansatzpunkte abgeleitet werden, um die Verpflegung und Ernährungsbildung in Kindertageseinrichtungen langfristig weiter zu verbessern. Zunächst seien dabei die Ausgestaltung und Erweiterung des Angebotes an Informationsmaterialien und Fortbildungen durch Ernährungsfachkräfte genannt. Durch ein breites und offen kommuniziertes Angebot kann weiterhin das Bewusstsein für die Relevanz von Ernährung in den Kitas gesteigert werden. Dabei könnten als Zielgruppen für Fortbildungen auch die hauswirtschaftlichen Fachkräfte geschult werden, da diese bisher noch nicht so stark beteiligt sind, wie zumindest das Beispiel Fulda zeigt (siehe Abb. 1). Entsprechende Angebote gibt es bereits in Rheinland-Pfalz (VHS R-P 2019).

Auch eine zunehmende Unterstützung durch Träger und externe Fachkräfte ist ein mögliches Handlungsfeld. Träger als zentrales Bindeglied zwischen verschiedenen Einrichtungen können beispielsweise Vorlagen für ein Konzept bereitstellen und bei der Konzepterstellung unterstützen.

Durch eine engere Zusammenarbeit mit Ernährungsfachkräften hätten die Einrichtungen Ansprechpartner in allen Fragen, welche die Verpflegung und die Ernährungsbildung in den Einrichtungen betreffen. Ein wichtiger Ansatzpunkt ist außerdem eine Vereinheitlichung der Terminologie der Ernährungs-, Verpflegungs- und Ernährungsbildungskonzepte sowie eine Festlegung von deren Inhalten.

Literaturverzeichnis

Arens-Azevêdo U, Tecklenburg ME, Häusler M, Pfannes U (2016): Verpflegung in Kindertageseinrichtungen (VeKiTa): Ernährungssituation, Bekanntheitsgrad und Implementierung des DGE-Qualitätsstandards. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (Hrsg.): 13. DGE-Ernährungsbericht. Vorveröffentlichung Kapitel 2 und Kapitel 3. Bonn: V9-V66.

D-A-CH-Arbeitsgruppe zur Ernährungs- und Verbraucherbildung (2010): Glossar. http://www.evb-online.de/service_glossar.php (zuletzt abgerufen am 11.10.2019).

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2018): DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. 5. Auflage, Bonn: Eigenverlag.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2019): Jahresbericht der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. 2018. Bonn: 70.

Eitel K & Janitz T (2017): Essen und Trinken – Empfehlungen für ein Ernährungskonzept. In: KiTa BW, 2017, Nr. 2: 35-37.

Fthenakis WE, Berwanger D, Reichert-Garschhammer E (2016): Bildung von Anfang an. Bildungs- und Erziehungsplan für Kinder von 0 bis 10 Jahren in Hessen. 7. Auflage, Wiesbaden: 34-61.

- Kalhoff H & Kersting M (2018): Kinderernährung und spätere Gesundheit – Möglichkeiten für eine präventive Ernährung von Anfang an. In: Kersting M (Hrsg.): Kinderernährung aktuell. Herausforderungen für Gesundheitsförderung und Prävention. 2. Auflage. Wiesbaden: 10-21.
- Methfessel B, Höhn K, Miltner-Jürgensen B (2016): Essen und Ernährungsbildung in der KiTa. Entwicklung – Versorgung – Bildung. 1. Auflage. Stuttgart.
- Nationales Qualitätszentrum für Ernährung in Kitas und Schulen (o.J.): Glossar. Begriffsdefinition und Verwendungskontexte. <https://www.nqz.de/service/glossar/> (zuletzt abgerufen am 11.10.2019).
- Robert Koch-Institut (2018a): Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter in Deutschland. Querschnittsergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends. In: Journal of Health Monitoring, Nr. 3: 16-23.
- Robert Koch-Institut (2018b): Sport- und Ernährungsverhalten bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Querschnittsergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends. In: Journal of Health Monitoring, Nr. 2: 3-22.
- VHS Rheinland-Pfalz (2019): Kita-Verpflegung - gesund und lecker. <https://www.vhs-rlp.de/themenfelder/erziehung-tagespflege/kita-verpflegung-gesund-und-lecker/> (zuletzt abgerufen am 11.10.2019).

Autorinnen

Nathalie Neumann BSc (Diätetik) und Prof. Dr. Christine Küster,
Fachbereich Oecotrophologie, Leipziger Straße 123, 36037 Fulda
Kontakt: nathalie.j.neumann@gmx.de



N. Neumann
(© Schneider)

Interessenkonflikt

Die Autorinnen erklären, dass kein Interessenkonflikt besteht. Der Beitrag beruht auf der Bachelorarbeit der Erstautorin am Fachbereich Oecotrophologie der Hochschule Fulda, mit dem Titel: „Ernährungskonzepte in Kindertageseinrichtungen in Fulda und im Landkreis Fulda – Eine empirische Analyse“ (Erstgutachterin: Prof. Dr. Christine Küster).

Zitation

Neumann N & Küster Ch (2020): Ernährungskonzepte in Kindertageseinrichtungen in Fulda und im Landkreis Fulda – Eine empirische Analyse. Hauswirtschaft und Wissenschaft 68 (2020), ISSN online 2626-0913.

<https://haushalt-wissenschaft.de>

DOI: 10.23782/HUW_13_2019