

Gesundes Frühstück und allgemeine Hygiene

Beitrag von „Luiselotte“ vom 11. November 2018 16:23

Meine Schülerinnen und Schüler kommen teilweise aus sozial schwachen und bildungsfernen Familien. Dabei habe ich folgende Beobachtungen gemacht und bitte um euren Rat:

1) Seitdem die Temperaturen draußen kälter geworden sind, haben die Gerüche einiger Kinder stark zugenommen. Manche Kinder laufen auch die ganze Woche mit derselben Hose oder demselben Pulli rum. Einige Kinder riechen muffig/ungewaschen, bei anderen sitzt der Zigarettenrauch in der Kleidung. Würdet ihr das bei Elterngesprächen ansprechen und wenn ja, wie? Oder ist es sinnvoller das Thema beim nächsten Elternabend allgemein anzugehen. Wobei ich manchmal den Eindruck habe, dass die Eltern die Infos vom Elternabend schnell vergessen. In diesem Herbst war meine Klasse diejenige mit den meisten Läusefällen in unserer Schule. Läuse sollen ja kein Zeichen für fehlende Sauberkeit sein, aber es ist schon auffällig...

2) Das Frühstück liegt mir besonders am Herzen und ich habe bei den letzten beiden Elternabenden das Thema auch immer angesprochen. Ich habe kein Problem mit einem Nutellabrötchen, denn ich weiß wie mäkelig manche Kinder sind. Doch ich bat die Eltern jeden Tag etwas Gesundes (Obst oder Gemüse) mitzugeben und auf Süßigkeiten (Bonbons, Kekse usw.) zu verzichten. Auch die gesüßten Getränke habe ich angesprochen. Selbstverständlich haben die meisten Kinder Süßigkeiten mit. Es gibt sogar Kinder, die haben zwei Brotbüchsen - eine für das Brot und eine für das ungesunde Zeug. Leider gibt es bei uns an der Schule keine einheitliche Regel zum gesunden Frühstück.

Wie handhabt ihr das Thema in eurer Schule/Klasse?

Ich bin gespannt auf eure Anregungen.

Beitrag von „FrauZipp“ vom 11. November 2018 16:41

Bezüglich Kleidung informiere ich die Eltern immer wieder, dass die Kinder dem wetterentsprechend angezogen sein sollen, da wir jeden Tag mind. 20min draussen in der Pause sind.

Frühstück machen wir auch speziell, ich hab das von meiner Vorgängerin übernommen: Wir richten alles gemeinsam her. Die Eltern kriegen etwa 1mal pro Jahr eine Einkaufsliste und bringen dann für eine Woche Znüni in den Kindergarten. Morgens schneide ich dann immer alles

mit den Kindern. So bringt kein Kind sein eigenes Znüni mit. Ansonsten bringen in Schweizer Kindergärten in der Regel die Kinder selbst ein Frühstück, allerdings wird da sehr darauf geachtet, dass es gesund auch. Auch unsere "Zahnputzfrau", die 4mal pro Jahr kommt, thematisiert das immer wieder. Es gibt auch immer wieder Elternbriefe dazu. Ja ich weiss, ist mühsam und manchen Eltern ist es schlicht egal. Ab der 1. Klasse wird auch kaum noch drauf geachtet, was die Kinder mitnehmen.

Eine Idee vielleicht für dich, habe ich auch schon erlebt: ein Buffet machen aus dem was die Kinder mitbringen und jeder darf da probieren wo er mag. Da kann man auch thematisieren was gesund ist und was nicht. Letztes Jahr habe ich immer aus gesunden Sachen wie z.B. einem Apfel etwas für das Kind geschnitzt, das hat auch dazu geführt, dass mehr Kinder auf einmal Obst dabei hatten. Braucht aber Zeit und Muse 😊

Bezüglich Läuse.....davon kann ich langsam ein Lied singen, wir haben seit den Ferien so alle 2 Wochen das Problem....und eigentlich müssen uns die Eltern informieren, aber am Donnerstag habe ich das auch wieder mal so nebenbei erfahren. Ich finde mühsam. Scheint ein gutes Jahr für die Viecher zu sein.

Beitrag von „Krabappel“ vom 11. November 2018 16:50

Zitat von Luiselotte

... Leider gibt es bei uns an der Schule keine einheitliche Regel zum gesunden Frühstück...

Wüsste auch nicht, wo die stehen sollten und wer das Recht hätte, die Einhaltung derselben durchzusetzen?

Ich rede halt mit den Kindern immer wieder darüber. Manchmal machen wir gemeinsam Obstsalat oder Müsli o.ä. und so mancher ist überrascht, was es noch alles Leckeres gibt. Wenn sie selbst mit vorbereiten essen sie i.d.R. auch alles.

Kritisch, i.S.d. Kindeswohlgefährdung ist v.a. gar kein Essen mithaben. Und nicht witterungsgerechte Kleidung. Da frage ich die Eltern im Einzelgespräch, wo das Problem ist und dass ich das Jugendamt informieren muss. Wenn sie denn überhaupt erscheinen, meistens liegen dann ja noch 100 andere Sachen im Argen.

Auf Elternabenden Essensregeln vorstellen erscheint mir persönlich arg lehrerhaft. Aber vielleicht ist es auch genau der richtige Weg, wenn du den richtigen Ton triffst?

Beitrag von „Lindbergh“ vom 11. November 2018 17:00

An meiner letzten Praktikumsschule war es so, dass in meiner Hauptklasse sehr auf gesunde Ernährung geachtet wurde. So hatten die Kinder immer ein gesundes Frühstück dabei und während der Frühstückspause gab es immer ein Kind, das herumlief und das Frühstück der anderen Kinder überprüfte. Ich nehme an, dass im Vorfeld mit den Kindern festgelegt wurde, was ein gesundes Frühstück ausmacht. Sicher ist es bei einem guten Einzugsgebiet einfacher als bei einem eher sozial schwachen, aber meist verstehen Kinder, dass ein Nutellabrötchen eher ein Dessert als eine ausgewogene Mahlzeit ist. Bei den Eltern könnte es hingegen tatsächlich ein schwierigeres Unterfangen sein, da sich keiner in die Erziehung reinreden lassen möchte und manche auf Kritik empfindlich reagieren.

Beitrag von „Luiselotte“ vom 11. November 2018 17:17



Vielen Dank für eure Antworten.

In meiner letzten Schule wurde das gesunde Frühstück in der Schulkonferenz beschlossen und in den Schulregeln verankert. Dort waren Süßigkeiten während der Schulzeit ein Tabu. Sie mussten im Ranzen bleiben und durften erst während der Nachmittagsbetreuung gegessen werden. Diese Schule und ihre Schülerschaft unterscheiden sich jedoch stark von meiner jetzigen.

Gesundes Frühstück war eines unserer ersten Sachunterrichtsthemen in diesem Schuljahr, in dessen Anschluss wir gemeinsam ein Frühstück vorbereitet haben. Alle Kinder griffen bei Obst und Gemüse ordentlich zu. Und von manchen Eltern (bei denen es sowieso schon gut läuft) bekam ich auch gute Rückmeldungen.

Zitat von Krabappel

meistens liegen dann ja noch 100 andere Sachen im Argen

Ja, das stimmt. Das ist auch mein Eindruck.

Manche Eltern machen auf mich einen vollkommen überforderten Eindruck.

Beitrag von „Krabappel“ vom 11. November 2018 17:50

Zitat von Lehramtsstudent

... und während der Frühstückspause gab es immer ein Kind, das herumlief und das Frühstück der anderen Kinder überprüfte...

das habe ich auch schon gesehen und empfinde es als sehr unangenehm. Die Kinder nahmen ihren Job sehr ernst und redeten abfällig übereinander. "Guckt mal, die Soundso hat schon wieder..." Letztlich will man die Kinder zwar einbeziehen und sie müssen lernen, selbst auf so manches zu achten, was ihre Eltern ihnen nicht beibringen aber daraus Kritik zu machen, auf die sie letztlich selbst keinen entscheidenden Einfluss haben finde ich nicht gut. (Bsp. das Kind kann zwar sagen, ich möchte auch mal Apfelschnitze mitnehmen, es kann aber nicht dafür sorgen, dass die Mutter Äpfel kauft. Somit wird jedes Frühstück zur Meckerrunde).

Beitrag von „SchmidtsKatze“ vom 11. November 2018 18:16

Hallo Luiselotte,

ich kenne diese Probleme aus meiner vorherigen Schule.

Dort bestand bei einigen Zweitklässler das Frühstück, falls sie welches dabei hatten, aus Nutella- und Scheiblettenkäsetoast. Die Getränke waren verdünnter Glukosesirup.

Das mit dem Buffet hätte ich jetzt für einmal in der Woche als Ritual vorgeschlagen, sodass vielleicht klar wird, was gut ist und was nicht und auch um die Eltern zu sensibilisieren. Dabei kann ja routiert werden, wer was mitbringen soll.

So wird vielleicht auch klar, dass gesunde Ernährung nicht teuer sein muss.

Zitat von Luiselotte

Manche Eltern machen auf mich einen vollkommen überforderten Eindruck.

Das ist immer sehr Sünde, wenn die Eltern so wenig Eigenverantwortung übernehmen können. Aber das scheint sich an allen Stellen zu häufen.

Zitat von Lehramtsstudent

während der Frühstückspause gab es immer ein Kind, das herumlief und das Frühstück der anderen Kinder überprüfte.

Ich sehe es ähnlich wie @'Krabappel: Das finde ich zu krass, denn die Kids können nichts dafür.

Bezüglich der Hygiene hatten wir ähnliche Szenarien:

Die Zahnhygiene war an der gesamten Schule sehr schlecht, sodass die Jugendzahnpflege monatlich zum Zähneputzen und viermal jährlich zur Kontrolle kam.

Manche Kinder hatten immer die gleichen/schmutzige/kaputte Kleidung an, aber da hatten wir keine richtige Handhabe, bis auf die Ansprache der Eltern.

Zitat von Lehramtsstudent

Bei den Eltern könnte es hingegen tatsächlich ein schwierigeres Unterfangen sein, da sich keiner in die Erziehung reinreden lassen möchte und manche auf Kritik empfindlich reagieren.

Das habe ich auch so erlebt. Aber ich befürchte, da hilft nur "Steter, nachdrücklicher Tropfen höhlt den Stein..."

Ich wünsch dir alles Gute, dass es dir gelingt, ein bisschen positiven Einfluss auf die Erziehung der Kleinen auszuüben 😊

Beitrag von „state_of_Trance“ vom 11. November 2018 19:54

Ich erlaube mir jetzt mal eine kleine Provokation: Schonmal in die Brotdosen der Kollegen geschaut?

Beitrag von „Schmeili“ vom 11. November 2018 19:59

In einer Klasse, in der es offensichtlich hygienische Probleme gibt, würde ich dringend davon abraten, ein Frühstück in Buffettform zu organisieren!!

Weisst du, wie lange die Salami ggf schon abgelaufen ist? Ob das Brot nicht ggf auf den hindedreckigen Boden gefallen ist o.ä.?

Hygiene, d.h. Klamottenwechsel würde ich mit den Kindern thematisieren. Nicht im Sinne von 'Du stinkst' sondern: Mensch, jetzt beginnt die Erkältungszeit - Handhygiene, ggf in Armbeuge

husten- ganz wichtig also auch ie Kleidung regelmäßig auszutauschen! Dann kann msn aucz nen Rundumschlag machen - Zähne putzen, kämmen, waschen, duschen, baden. Muss jedes Kleidungsstück gleich oft gewechselt werden?

Beitrag von „Susannea“ vom 11. November 2018 20:04

Einige Klassen haben Punkte für gesundes Frühstück vergeben und mit den meisten Punkten am Ende der Woche, des Monats usw. gab es dann eine Urkunde, das kann helfen, aber ganz ehrlich, ich habe mich da als Mutter auch ausgeklinkt und habe gesagt, lieber nimmt mein Kind Toastbrot, eine Milchschnitte o.ä. mit als gar nichts.

Beitrag von „Conni“ vom 11. November 2018 20:07

Erfahrungen von meiner letzten Schule:

1. Kleidung: Die Kinder haben etwas anzuziehen, sie sind ausreichend warm angezogen, der Geruch hält sich im Rahmen? --> Wunderbar.

Ansonsten: Elternabend,

Kinder zur Seite nehmen und darauf ansprechen (Könntest du heute mal deine Sachen in die Wäsche legen und morgen etwas frisches anziehen?)

Eltern der besonders betroffenen Kinder persönlich ansprechen und dabei beim ersten Mal die Möglichkeit lassen, das ganze möglichst wenig peinlich auf die Reihe zu bekommen. (Bei mir roch mal ein Schüler einige Wochen lang unangenehm, aus meiner Sicht entweder zu lange die Wäsche nicht gewaschen, der trug dann auch das gleiche ziemlich lange. Die Mutter sagte, es wäre doch alles frisch gewaschen. Ich habe ihr dann gesagt, dass das auch manchmal am Waschmittel liegen kann, vielleicht könnte sie ein anderes ausprobieren. Danach war alles gut. Shirt und Hose wurden mindestens einmal im Laufe der Schulwoche gewechselt und roch neutral bis gut.)

Läuse: Kann Zufall sein. Wichtig ist, dass die Haarwäsche nach Anweisung durchgeführt wird und KLeidung, Kuscheltiere und Bettwäsche mitbehandelt werden, sonst kommen die Läuse beim gleichen Kind (!) immer wieder. Leider muss man auch das den Eltern z.T. erklären, die lesen die Packungsbeilagen und die Infozettel nämlich nicht.

2. Beschlüsse können nur über die Eltern (Schulkonferenz) gehen. Und selbst dann wirst du immer wieder Probleme und Diskussionen haben. Ich habe eine solche Situation erlebt und hätte täglich mindestens 30 Minuten vom Deutsch- oder Matheunterricht streichen müssen, um die Essensvorräte der Kinder zu kontrollieren und herumzudiskutieren.

Die Verantwortung für die Ernährung liegt letztlich bei den Eltern. Du kannst ihnen gut zureden und sie bitten. Mehr Handhabe hast du nicht, solange die Kinder etwas zu essen mithaben - wie krabapple schrieb.

Alternativ kannst du über die Kinder gehen und dort ansetzen, damit sie ihre Eltern miterziehen.

Zusatz: Ich hatte auch schon ein Kind, das froh war, wenn es am Ende des Monats überhaupt noch Toastbrot mit loser Billigwurst mitbekam. Und ein Kind, das kein Brot aß, sondern Pudding und Fruchtjogurt. Selbstgemachten Fruchtjogurt bekam er alleine nicht hin und die Mutter auch nicht, die arbeitete nämlich 10 Stunden täglich für wenig Geld, hatte über eine Stunde Fahrzeit pro Strecke und war alleinerziehend.

Zähne: Meine ehemalige Schule wurde eine Zahnputzschule. D.h. die Kolleginnen der 1. und 2. Klassen mussten noch Zahnputzbecher mit Zahnbürsten im Klassenraum unterbringen und sich Sponsoren für Zahnpasta suchen. Nach dem Frühstück mussten sie das WC (Odeur "Inkontinente Waldbewohner") aufsuchen und mit den Kindern die Zähne putzen. Weitere 20 Minuten vom Unterricht rum. Und später beschwert sich dann jemand über die Rechtschreibung, die Handschrift oder die fehlenden Mafolgen... Da muss man dann Prioritäten setzen und sich notfalls immer wieder Vorwürfe anhören.

Beitrag von „kodi“ vom 11. November 2018 21:01

@Frühstück

Vielleicht gibt es in deinem Bundesland ja auch das Schulobst-Programm. Falls ja könntet ihr euch da anmelden.

Dann haben die Kinder zumindest das Angebot etwas gesundes zu essen.

An den Grundschulen in meinem Umfeld wird das von den Kindern gut angenommen.

Beitrag von „Luiselotte“ vom 11. November 2018 21:31

[Zitat von kodi](#)

Schulobst-Programm

Vielen Dank. Das kannte ich noch nicht! Ich werde mich mal schlau machen.