

So funktioniert Ich kann kochen!

1 Ich kann kochen!-Fortbildungen: Vor Ort und online

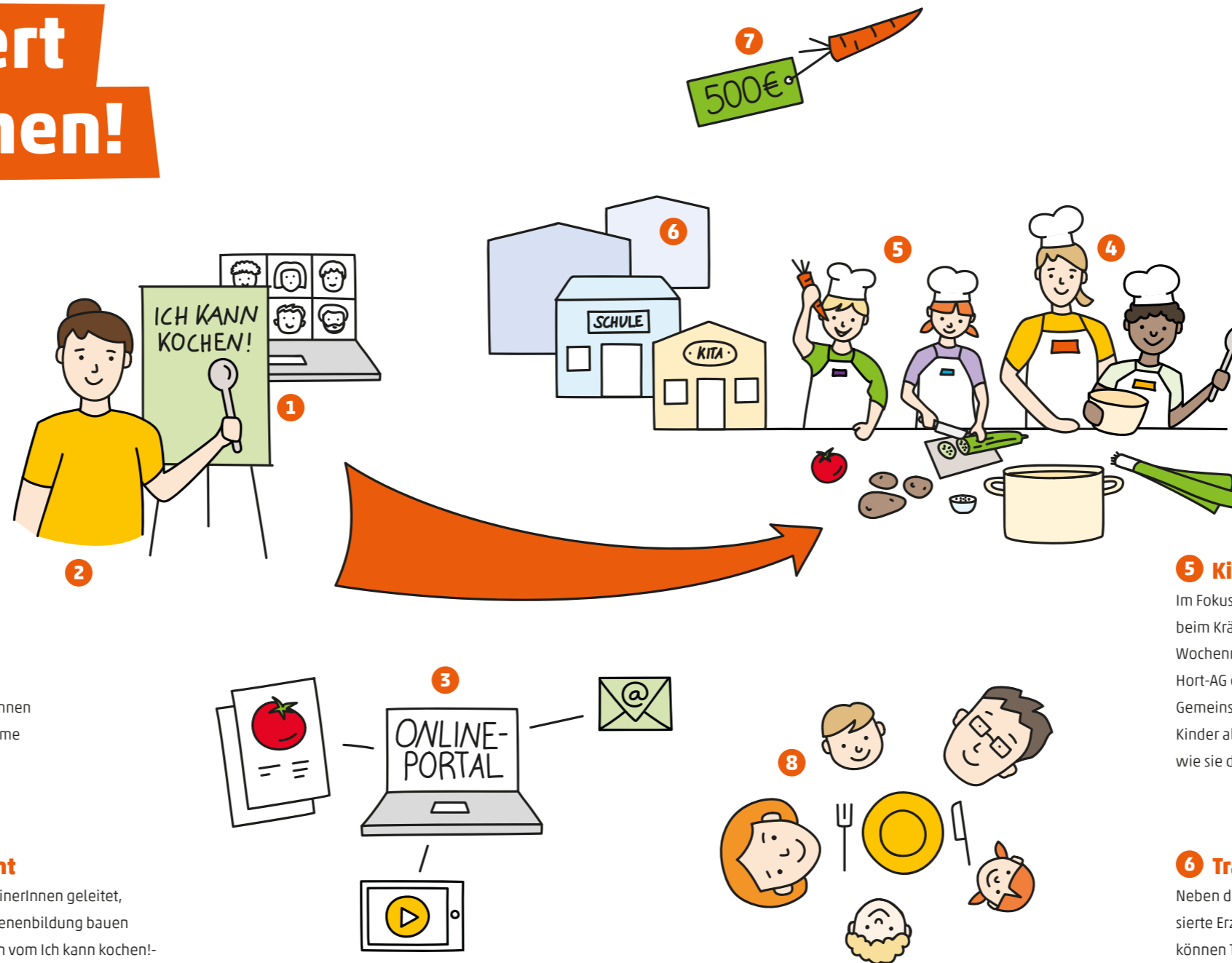
Die Ich kann kochen!-Fortbildungen richten sich an pädagogische Fach- und Lehrkräfte in Kitas, Grundschulen und anderen Bildungseinrichtungen. Sie sind konsekutiv als Einstiegs- und Aufbaufortbildung angelegt: Die Einstiegsfortbildung vermittelt in Theorie und Praxis die Grundlagen des pädagogischen Kochens, Wissenswertes zum Ess- und Ernährungsverhalten von Kindern sowie Küchenpraxis (Arbeitssicherheit, Zeitplanung und Hygiene). Die Aufbaufortbildung stärkt GenussbotschafterInnen in ihrer Handlungskompetenz und darin, ihr pädagogisches Angebot individuell zu planen und zu gestalten. Beide Angebote können als Präsenz- oder Online-Fortbildung absolviert werden. Die Teilnahme ist immer kostenfrei.

2 TrainerInnen: Engagiert und kompetent

Die Fortbildungen werden von hoch qualifizierten, engagierten TrainerInnen geleitet, die auf eine langjährige Erfahrung in der Ernährungs- und Erwachsenenbildung bauen können. Sie werden in regelmäßigen Workshops und Hospitationen vom Ich kann kochen!-Team intensiv begleitet.

3 Bildungsmaterialien: Praxisnah und digital

Nach der Einstiegsfortbildung stellen wir den neuen GenussbotschafterInnen zahlreiche Bildungsmaterialien digital zur Verfügung, die sie nutzen können, um ihre Angebote für Kinder zu gestalten und ihr Wissen zu vertiefen. Im Online-Portal der Initiative finden sie zudem Rezepte für das pädagogische Kochen, Hintergrundinformationen wie unser Merkblatt zu Guter Hygienepraxis, Sinnesübungen und Selbstlernmodule. Die Materialien können kostenfrei heruntergeladen werden. Das Angebot wird stetig erweitert. Außerdem erhalten die GenussbotschafterInnen über den Newsletter „Bildungshäppchen“ regelmäßig Anregungen und Informationen.



4 Pädagogische Fach- und Lehrkräfte stärken

Kernzielgruppe der Ich kann kochen!-Fortbildungen sind ErzieherInnen, LehrerInnen und andere fest eingebundene Fachkräfte in Kitas, Grundschulen und Horten. Aber auch dort tätige Hauswirtschaftskräfte, KöchInnen und MitarbeiterInnen anderer Lernorte können unter bestimmten Voraussetzungen an den Fortbildungen teilnehmen und sich zu GenussbotschafterInnen qualifizieren. Sie alle erwerben das nötige Wissen und grundlegende Kompetenzen, um in ihren Einrichtungen zusammen mit Kindern in der Gruppe zu kochen – ob als regelmäßiges Angebot, in Koch-AGs, Projektwochen oder Ferienkochkursen.

5 Kita- und GrundschulKinder begeistern

Im Fokus stehen Kinder im Alter von drei bis zehn Jahren. Ob beim Kräuterziehen auf dem Fensterbrett, Einkaufen auf dem Wochenmarkt, Schneiden des Obstfrühstücks, beim Kochen in der Hort-AG oder beim kulinarischen Vorbereiten des Sommerfestes: Gemeinsam mit den GenussbotschafterInnen entdecken die Kinder altersgerecht die Vielfalt unserer Lebensmittel und lernen, wie sie daraus etwas Köstliches zubereiten können.

6 Träger und Kommunen einbinden

Neben den bundesweiten Fortbildungen, bei denen sich interessierte ErzieherInnen und LehrerInnen direkt anmelden können, können Träger und Kommunen individuelle Fortbildungstermine speziell für ihre Mitarbeitenden vereinbaren und sie in das interne Fortbildungsangebot integrieren.

8 Eltern auf den Geschmack bringen

Was die Kinder bei den Ich kann kochen!-Aktivitäten lernen, nehmen sie idealerweise mit nach Hause. Deshalb bieten wir den GenussbotschafterInnen auch zahlreiche Anregungen für die Elternarbeit – ein Beispiel sind Rezepte zum Nachkochen für zu Hause.

7 Finanzielle Starthilfe

Für die Umsetzung von Ich kann kochen!-Angeboten nach der Fortbildung, gibt die BARMER Einrichtungen eine einmalige finanzielle Unterstützung von bis zu 500 Euro für den Kauf von Lebensmitteln.

Qualität und Wirkung

Mit Ich kann kochen! wollen wir bei Kindern in puncto Ernährung eine positive und nachhaltige Veränderung erreichen – unser Ziel ist Wirkung und dafür setzen wir auf Qualität. Da rein quantitative Zahlen nur bedingt etwas über Qualität und Wirkung aussagen, haben wir uns im Rahmen einer externen Evaluation intensiv wissenschaftlich begleiten lassen. Wir wollten genauer verstehen, wie Ich kann kochen! wirkt, um aus den Erkenntnissen zu lernen und unsere Angebote weiterzuentwickeln. Basierend auf dem MultiplikatorInnen-Ansatz unserer Initiative sowie den für Kinder und pädagogische Fach- und Lehrkräfte definierten Wirkungszielen haben wir dafür gemeinsam mit dem gemeinnützigen Analyse- und Beratungshaus PHINEO unsere Wirkungslogik und ein Evaluationskonzept entwickelt.

Wirkung heißt Veränderung

Grundlage des Wirkungsverständnisses von Ich kann kochen! ist die **Input-Output-Outcome-Impact-Logik**, dargestellt in der Wirkungstreppe von PHINEO. Sie versteht Wirkung als Veränderungen, zu denen man durch Angebote und Leistungen bei einer konkreten Zielgruppe beiträgt. Diese Veränderungen können stufen-

weise stattfinden und in unterschiedliche Dimensionen hineinreichen (Zielgruppe – Lebenswelt – Gesellschaft).

Angewandt auf Ich kann kochen! bedeutet das, dass wir mit unseren Bildungsangeboten (Input) unsere Zielgruppen bedarfsgerecht erreichen (Output) und bei ihnen eine positive Veränderung (Outcome) bewirken wollen. Kernzielgruppen unserer Initiative sind zum einen ErzieherInnen, LehrerInnen und weitere pädagogische Fachkräfte in Kitas und Grundschulen, die wir fit machen wollen für das pädagogische Kochen, und zum anderen Kinder im Alter von drei bis zehn Jahren. Wir wollen für sie ein Angebot schaffen, das Ernährungskompetenz mit Spaß und Genuss verbindet.

Output: Qualität als Basis für Wirkung

Neben der erfolgreichen **Umsetzung unserer Bildungsangebote** (Stufe 2) ist für Ich kann kochen! daher ihre **Akzeptanz durch die Zielgruppen** (Stufe 3) ausschlaggebend – sie macht den Unterschied zwischen reiner Teilnahme und tatsächlicher Wirkung aus. Die wissenschaftliche Evaluation sollte zeigen, ob unsere Angebote

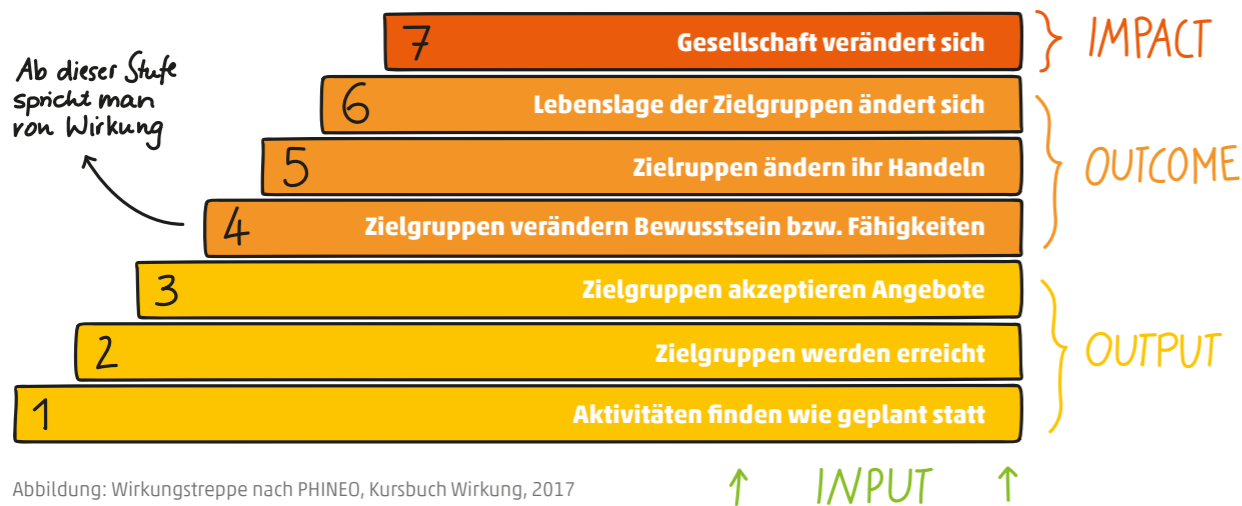


Abbildung: Wirkungstreppe nach PHINEO, Kursbuch Wirkung, 2017

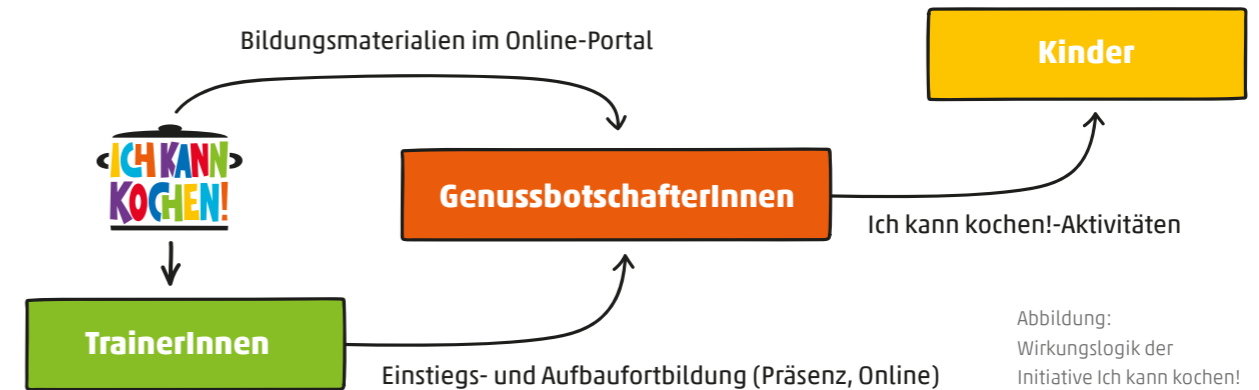


Abbildung: Wirkungslogik der Initiative Ich kann kochen!

die Bedarfe der Zielgruppen erfüllen, sowohl hinsichtlich der fachlichen Inhalte, des methodisch-didaktischen Konzepts unserer Fortbildungen und Bildungsmaterialien als auch der Qualifikation unserer TrainerInnen.

Warum Qualität für unsere Initiative zentral ist, wird beim Blick auf die Ich kann kochen!-Wirkungslogik besonders deutlich. Dem MultiplikatorInnen-Ansatz folgend bilden unsere TrainerInnen pädagogische Fach- und Lehrkräfte zu GenussbotschafterInnen fort, die in Kitas, Grundschulen und Horten Angebote der praktischen Ernährungsbildung umsetzen und damit auf Kinder, aber auch auf die Einrichtungen und Eltern wirken. Das heißt: Je besser die Ich kann kochen!-TrainerInnen und -Bildungsangebote, desto größer und wahrscheinlicher deren Wirkung bei den Kindern.



Outcome: Wirkung von Ich kann kochen!

Es ging uns mit der Evaluation auch darum, besser zu verstehen, welche Wirkung unsere Angebote bei GenussbotschafterInnen und Kindern entfalten. Wirkung verstehen wir hier vor allem als **Veränderung von Bewusstsein sowie der Fähigkeiten und Fertigkeiten** (Stufe 4) und damit als Basis **veränderten Handelns** (Stufe 5) im Kontext Ernährung. Auf dieser Grundlage haben wir uns auf Lern- und Wirkungsziele in drei Bereichen fokussiert:

- **Wissen**
- **Fähigkeiten und Fertigkeiten**
- **Motivation, Selbstwirksamkeit und Haltung**

Darüber hinaus sollte durch die wissenschaftliche Begleitung erfasst werden, wie sich die Arbeit der GenussbotschafterInnen auf die Lebenswelten Kita und Grundschule sowie die Familien der Kinder auswirkt (Stufe 6).

Übergeordnetes Ziel der Evaluation war es, den Ansatz von Ich kann kochen! kritisch zu überprüfen und die Gelingensfaktoren, aber auch die Herausforderungen und Barrieren für praktische Ernährungsbildung in Kitas und Grundschulen zu analysieren. Die gewonnenen Erkenntnisse wollen wir für die kontinuierliche Weiterentwicklung von Ich kann kochen! nutzen.