

Elisabeth Farmer, Katharina Krenn, Christina Riener,
Omar Ali & Lisa Rosenberger

FH-Studierende konzipieren einen Kochworkshop für eine Mittelschule – ein Projektbericht über eine gelungene Kooperation

Im Folgenden wird die Planung und Organisation eines Kochworkshops beschrieben, der von Studierenden der FH für Gesundheitsberufe, Studiengang Diätologie durchgeführt wurde. Der Workshop wurde im Rahmen der Lehrveranstaltung Projektmanagement mit und für die Schülerinnen und Schüler der 4. Klasse einer privaten Volks- und Mittelschule konzipiert.

Schlüsselwörter: Kochworkshop, Mittelschule, Ernährung und Haushalt, Projekt, Fachhochschule

University of Applied Sciences students design a cooking workshop for a secondary school – a project report on a successful cooperation

The following describes the planning and organisation of a cooking workshop conducted by students of the University of Applied Sciences for Health Professions, study programme Dietetics. The workshop was designed as part of the course Project Management with and for the 4th-grade students of a private elementary and secondary school.

Keywords: cooking workshop, secondary school, nutrition and household, project, technical college

1 Rahmenbedingungen

Das Projekt „Kochworkshop“ zeigt auf, wie wertvoll eine gelungene Kooperation zwischen Fachhochschulen und Mittelschulen sein kann, da beide Akteure voneinander lernen, vorhandene Kompetenzen zielgerichtet einsetzen und so profitieren können.

Der Bachelor-Studiengang Diätologie ist seit September 2020 in den Ernährungsunterricht der privaten Volks- und Mittelschule (MS) des Schulvereins Charlotte Mason Linz („Die Lerche“) eingebunden. Da die MS über keine eigene Lehrküche verfügt, werden die „Einheiten zur Praxis der Nahrungszubereitung“ mit sehr einfachen Mitteln im Klassenzimmer durchgeführt.

| Kochworkshop – eine gelungene FH-MS Kooperation

Da die Schülerinnen und Schüler der „Lerche“ wiederholt den Wunsch geäußert haben, auch „richtigen Kochunterricht“ zu bekommen, wurden sie an die FH Gesundheitsberufe OÖ GmbH, Studiengang Diätologie eingeladen, um dort in der großzügigen, gut ausgestatteten Lehrküche unter Anleitung der Studierenden einen Kochworkshop zu absolvieren.

1.1 Team

Die Projektgruppe bestand aus vier Studierenden und einer Lehrenden, die das Projekt begleitete. Jedes der Teammitglieder war für einen Schwerpunktbereich hauptverantwortlich: z. B. Projektleitung, Terminkoordination, Aufgabenverteilung und Schriftführung, Küchenorganisation, Vermitteln von hygienischem Fachwissen, interne und externe Kommunikation, grafische Gestaltung, usw.

1.2 Kompetenzanalyse

Aus der folgenden Darstellung der Kompetenzanalyse (Auszug) ist ersichtlich, welche Fähigkeiten durch die einzelnen Teammitglieder in das Projekt eingebracht wurden.

Die Kompetenzanalyse bezieht sich auf die Gesamtheit von Fähigkeiten und Fertigkeiten, welche auf bestimmte Anforderungen bezogen werden. Sie enthält alle relevanten Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse einer Person oder einer Gruppe. Es gibt zwei Arten der Kompetenzanalyse. Das Ist-Profil beschreibt die aktuellen, tatsächlichen Kompetenzen der Person oder der Gruppe. Das Soll-Profil beschreibt Kompetenzen, welche zum Beispiel bis zum Ende des Projektes erlangt werden sollen (vgl. Hiwi, 2022).

In der folgenden Tabelle wird die Kompetenzanalyse auszugsweise dargestellt.

Tab. 1: Auszug aus Kompetenzanalyse (Quelle: eigene Darstellung nach Hiwi, 2022)

	IST	SOLL
Fachkompetenzen	Hoher Wissensstand im Thema Ernährung. Diverse Vorlesungen zum Thema Gesundheit und Ernährung. Erlernen von: Berechnung von Portionsgrößen und Nährwerten, Erstellen von Speiseplänen, Organisationsfähigkeit, Durchhaltevermögen, Selbstdisziplin, Motivation, Erstellung eines Kostenplans	Erfahrung beim Planen und Leiten von Kochkursen oder Kochworkshops. Erste Erfahrungen in der Anleitung von Schülerinnen und Schülern in der Lehrküche sammeln. Das Gesundheits- und Ernährungsbewusstsein einer jüngeren Generation schulen.

Methodenkompetenzen	Halten von Präsentationen. Schreiben von Arbeiten. Mitwirken in diversen Gruppenarbeiten.	Verbessern der Präsentations- und Organisationsfähigkeit. Methoden: Die Schülerinnen und Schüler dürfen selbst mitentscheiden, welche Gerichte zubereitet werden – die Motivation wird dadurch gesteigert
---------------------	---	---

1.3 Beschreibung der Schule

Bei der Schule „Die Lerche“ handelt es sich um eine private Volks- und Mittelschule in Linz, welche 2018 von Eltern sowie Pädagoginnen und Pädagogen gegründet wurde. Der Unterricht erfolgt nach dem österreichischen Lehrplan (vgl. Bundesministerium Bildung Wissenschaft und Forschung, 2022) und die Ausrichtung der Schule orientiert sich an der Pädagogik der britischen Reformpädagogin Charlotte Mason. Die vier Grundlagen und Ziele der Pädagogik von Charlotte Mason sind die Stärkung der Persönlichkeit, der innere Bezug zum Lernstoff, das eigenständige Denken sowie die Einbeziehung der Spiritualität (Graf, 2022).

Der pädagogische Ansatz der Mittelschule adressiert und unterstützt die Fertigkeiten und die Haltung, die im Hinblick auf die Verarbeitung von Lebensmitteln notwendig sind und fördert den wertschätzenden Umgang mit diesen (vgl. Mittelschule „Die Lerche“, 2022).

Sowohl die Datenschutzvereinbarungen, die ethischen und versicherungstechnischen Aspekte als auch die Bildrechte für Social Media Zwecke wurden mit der Direktion der Schule und der Rechtsabteilung der FH abgeklärt.

2 Projektbeschreibung

2.1 Projektantrag

Zunächst soll kurz die Ausgangssituation beschrieben werden. Im Rahmen der Lehrveranstaltung Projektmanagement an der FH stehen drei Projekte zur Auswahl, welche von je einer studiengangswisernen Person betreut werden. Die Studierenden dieser Gruppe wählen ein Projekt, das die Planung, Durchführung und Evaluierung eines halbtägigen Kochworkshops für die Schülerinnen und Schüler der 4. Klasse der privaten Mittelschule „Die Lerche“ beinhaltet. Dieses Projekt soll einen umfassenden Lernzugewinn ermöglichen und zugleich können auch wertvolle Kontakte geknüpft werden, die langfristig von Bedeutung sind.

Alle zur Wahl stehenden Projekte beinhalten regelmäßige Meetings mit dem/r jeweiligen Betreuer/in und die eigenverantwortliche Arbeit des Teams. Außerdem ist

| Kochworkshop – eine gelungene FH-MS Kooperation

die Abgabe eines Projektantrags, Projektstrukturplans und der Arbeitspakete verpflichtend. Als Basis dienen die in der Lehrveranstaltung vermittelten Kenntnisse und das im Rahmen des Unterrichts zur Verfügung gestellte Buch (vgl. Michels, 2020).

Der Kochworkshop mit den Schülerinnen und Schülern wurde an der FH für Gesundheitsberufe OÖ durchgeführt. Die Schülerinnen und Schüler sollen im Unterrichtsgegenstand „Ernährung und Hauswirtschaft“ unter anderem Hygienemanagement, gesundheitsförderliches Verhalten, ökologisches Handeln, Organisation, die qualitative Verarbeitung von Lebensmitteln, Selbständigkeit und das Tragen von Verantwortung erlernen. Diese Aspekte wurden im Kochworkshop aufgegriffen, um den Schülerinnen und Schülern einen praktischen Bezug, zum bereits im angeführten Unterrichtsgegenstand übermittelten, theoretischen Wissen zu ermöglichen. Das Projekt schloss mit einer Präsentation der Arbeit ab.

Im ersten Schritt wurde der Projektantrag verfasst und sämtliche relevanten Aspekte angeführt. Es erfolgte die Analyse der Zielgruppe, Projektbeginn und -ende wurden festgehalten und die Ausgangssituation – sowohl der Studierenden als auch der Schülerinnen und Schüler – wurden beschrieben.

Die Projektziele wurden anhand eines MUSS/SOLL/KANN-Schemas ausgearbeitet. Unbedingt erreicht werden, sollten die sog. „MUSS-Ziele“. Dazu gehören:

- Einen ansprechenden, lehrreichen Kochworkshop für die Schülerinnen und Schüler gestalten.
- Den vorgegebenen Zeitpunkt bezüglich Durchführung des Kochworkshops (19.05.2022) und Abgabe der fertigen schriftlichen Dokumente (01.06.2022) einhalten.
- Die aktive Teilnahme aller Schülerinnen und Schüler am Programm des Kochworkshops gewährleisten.
- Auf die Rezeptwünsche der Schülerinnen und Schüler eingehen.
- Die Zufriedenheit aller beteiligten Personen mittels eines eigens erstellten Feedbackbogens ermitteln.

Wünschenswert sind die sog. „SOLL-Ziele“. Hier geht es darum,

- Den Fokus auf Regionalität, Saisonalität und Nachhaltigkeit der Speisen zu legen.
- Eine Speisenauswahl zu treffen, die möglichst vielen Schülerinnen und Schülern zusagt.
- Die Einfachheit der Speisen zum Zweck des Nachkochens sicherstellen.

Folgende „KANN-Ziele“ setzten sich die Studierenden für den Workshop:

- Der kalorische Rahmen oder eine Abdeckung des Tagesbedarfes sollte berücksichtigt werden.
- Eine vollständige Speiseverwertung durch Mitnahme der Reste seitens der Schülerinnen und Schüler sollte erreicht werden.

Kochworkshop – eine gelungene FH-MS Kooperation |

- Rezepttrends und beliebte Klassiker sollten aufgefasst und gesundheitsförderlicher interpretiert werden.

Im Projektantrag wurden auch die notwendigen Ressourcen aufgelistet, der wirtschaftliche Nutzen erörtert sowie mögliche Projektrisiken und-unsicherheiten erarbeitet. Die Liste der Projektrisiken umfasst u. a. das Fehlen von Lebensmitteln, ein negatives Feedback der Schülerinnen und Schüler, Abweichungen von der plangemäßen Durchführung des Kochworkshops, mögliche Verletzungen in der Lehrküche, fehlende Kommunikation und folglich rechtliche Probleme bezüglich Datenschutz oder Covid-19-Maßnahmen, fehlende Kostendeckung oder technischer Datenverlust. Hier mussten seitens der Studierenden ebenfalls Überlegungen angestellt werden, wie damit umgegangen werden kann.

2.2 Projektstrukturplan

Im Folgenden ist ein Auszug aus dem Projektstrukturplan dargestellt, in dem sämtliche definierte Arbeitspakete systematisch aufgelistet werden.

1 Rahmenbedingungen	2 Schriftliche Dokumente	3 Vorbereitungen für den Kochworkshop	4 Durchführung Kochworkshop	5 Evaluierung	6 Abgabe und Präsentation
1.1 Team definieren (intern und extern)	2.1 Projektstrukturplan erstellen	3.1 Rezeptfindung	4.1 Mise en place vorbereiten	5.1 Feedbackbogen auswerten	6.1 Präsentationsunterlagen vorbereiten
1.2 Zielgruppe definieren	2.2 Meilensteinplan erstellen	3.2 Einkaufsliste erstellen	4.2 Schülerinnen und Schüler abholen	5.2 Persönliche Evaluierung	6.2 Präsentation durchführen
1.3 Ziele/Nichtziele definieren	2.3 Arbeitspakete ausformulieren	3.3 Kostenliste verfassen	4.3 Besprechung mit Schülerinnen und Schülern	5.3 Ausblick formulieren	6.3 Feedback zum Projekt einholen
1.4 Ressourcenbedarf ermitteln	2.4 Phasenmodell erstellen	3.4 Kochbuch und Feedbackbogen ausdrucken	4.4 Zubereitung der Speisen		
1.5 Kompetenzanalyse verfassen	2.5 Kochbuch- gestaltung	3.5 Einkaufen haltbare Lebensmittel	4.5 Gemeinsames Essen		
1.6 Stakeholder definieren	2.6 Feedbackbogen erstellen	3.6 Kochutensilien vorbereiten	4.6 Feedbackbogen ausfüllen		

Abb. 1: Projektstrukturplan (Quelle: eigene Darstellung)

3 Vorbereitungen für den Kochworkshop

Einige Wochen vor dem Kochworkshop hat die gesamte Projektgruppe die Schülerinnen und Schüler zum gegenseitigen Kennenlernen und zur Vorbesprechung des Kochworkshops besucht. Im Rahmen dieses Treffens wurden u. a. die Vorlieben der Schülerinnen und Schüler und besondere Wünsche erhoben. Neben den

| Kochworkshop – eine gelungene FH-MS Kooperation

Ernährungsgewohnheiten wurden die Schülerinnen und Schüler auch nach allfälligen Allergien und Intoleranzen befragt, da dies als wesentlich für die Speisenauswahl erachtet wurde. Es wurde gemeinsam folgende Speisen ausgewählt:

Einmachsuppe mit Bröselknödel
Burger mit Käferbohnenpatty
Cole Slaw
Kartoffel Wedges
Schichtdessert
Müsliriegel
Erfrischender Apfel-Melone-Beeren-Smoothie

Die Zutatenliste und die Zubereitung der ausgewählten Rezepte wurden in einem eigens erstellten Kochbuch ausführlich beschrieben, dieses Kochbuch erhielten die Schülerinnen und Schüler im Kochworkshop. Außerdem wurde ein Informationsblatt für die Eltern, ein Zeit- und Kostenplan und Feed-Back-Bogen für die Evaluierung erstellt.



Abb. 2: Titelblatt des Kochbuches (Quelle: eigene Darstellung)

4 Durchführung des Kochworkshops

In der Besprechung zu Beginn des Kochworkshops haben die Studierenden mit Unterstützung eines Merkblattes den Schülerinnen und Schülern das Hygienekonzept nähergebracht. Anschließend wurde das Menü vorgestellt, der Ablauf durchbesprochen und die Aufgaben im gesamten Team verteilt. Das Kochbuch diente als hilfreiche Unterlage. Beim Zubereiten der Speisen wurden die Schülerinnen und Schüler

Kochworkshop – eine gelungene FH-MS Kooperation |

angeleitet und ermutigt, Neues auszuprobieren. Auf den folgenden Fotos ist die Freude bei der gemeinsamen Nahrungszubereitung und beim gemeinsamen Verkosten ersichtlich.



Abb. 3/4: Schülerinnen und Schüler beim Zubereiten und beim gemeinsamen Verkosten der Speisen (Quelle: eigene Aufnahmen)

5 Evaluierung

5.1 Evaluierung durch die Schülerinnen und Schüler

Unmittelbar nach dem gemeinsamen Verzehr der Speisen wurden die Schülerinnen und Schüler gebeten, den Feedbackbogen auszufüllen. Die Auswertung der Fragebögen ergab, dass der Großteil der Klasse sowohl mit der Rezeptauswahl als auch mit der Organisation des Kochworkshops sehr zufrieden war. Alle Schülerinnen und Schülern gaben an, dass ihnen der Kochworkshop „sehr gut“ gefallen hat und ihnen das Essen „sehr gut“ geschmeckt habe.

Fünf der acht Teilnehmerinnen und Teilnehmer gaben an, die Umsetzung der Rezepte als „sehr leicht“ empfunden zu haben, drei Personen haben die Umsetzung als „eher leicht“ bewertet. Sechs Schülerinnen und Schüler gaben an, dass sie eines der Rezepte zu Hause nachkochen werden. Eine Person wird es „vielleicht“ und eine Person „eher nicht“ nachkochen. Die Fragen „Was war neu für dich? Hast du das Gefühl, heute etwas dazugelernt zu haben?“ wurden wie folgt beantwortet:

„Die Wedges, die Gewürze und so.“

„Ja, jede Menge. Also von der Suppe abgesehen war alles neu und super.“

„Ja, wie man kocht.“

„Die Hygiene, JA.“

„Ich habe sehr viel dazugelernt.“

„Ja.“

| Kochworkshop – eine gelungene FH-MS Kooperation

„Die Kartoffelwedges und der Coleslawsalat. Ja, vieles.“

„Ich habe gelernt wie man Eis macht und was „unterheben“ heißt.“

Aus den getätigten Äußerungen kann abgeleitet werden, dass die Schülerinnen und Schüler ihrer subjektiven Einschätzung nach, einen lehrreichen Kochworkshop absolviert haben. Im Rahmen dieser „Einheiten zur Praxis der Nahrungszubereitung“ waren jedoch keine standardisierten Evaluierungen vor und nach dem Unterricht bezüglich des möglichen Wissenszuwachses (Hygiene, Schneidetechniken, Zubereitungsmethoden, ...) vorgesehen. Daher kann nur angenommen werden, dass die Schülerinnen und Schüler tatsächlich ihre Kochfertigkeiten verbessert haben.

Der abschließende Teil im Feedbackbogen gab den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, Wünsche für den nächsten Kochworkshop zu formulieren. Diese Frage wurde wie folgt beantwortet:

„Mit Musik! Damit die Stimmung noch besser ist, war aber eh schon mega. Und Brownies.“

„Macarons und eine kleine Doku über Fischstäbchen, weil es viele Leute gibt, die schlecht darüber reden.“

„Etwas scharfes“

„Gar nichts, war sehr zufrieden.“

„Macarons, Reis.“

„Macarons.“

„Macarons im Menü.“

Insgesamt haben die Schülerinnen und Schüler die Zeit in der Lehrküche als äußerst positiv erlebt, was im Hinblick auf die weitere Bereitschaft, Kompetenzen für die Lebensmittelzubereitung zu erwerben als hochrelevant einzustufen ist. Ihre Wertschätzung und Dankbarkeit haben die Schülerinnen und Schüler mit einem kleinen Geschenk an die Studierenden und einer handgefertigten Dankeskarte zum Ausdruck gebracht.

5.2 Selbstevaluierung der Gruppe

Die Projektgruppe hat eine kritische Selbstevaluierung durchgeführt, diese wurde wie folgt zusammengefasst:

Die Aufgabenverteilung und das Einhalten von gruppeninternen Deadlines haben überwiegend gut funktioniert. Jede/r hat sich um die Aufgaben angenommen und ihr/sein bestmögliches getan diese gewissenhaft und zufriedenstellend zu erfüllen. Wir unterstützten uns gegenseitig, wo es nur möglich war, und griffen uns unter die Arme. Wir als Gruppe waren so gut organisiert und eingespielt, dass wir den Kochworkshop problemlos und in vorgegebener Zeit absolvieren konnten. Der Kochworkshop war ein voller Erfolg und wir sind sehr stolz auf unsere Leistung und den Zusammenhalt in der Gruppe. Jeder und Jede hat das Projekt mit ihren/seinen Talenten und Fähigkeiten bereichert. Wir haben uns

Kochworkshop – eine gelungene FH-MS Kooperation |

hervorragend ergänzt und trotz des großen Arbeitsaufwands können wir uns vorstellen noch einmal einen Kochworkshop durchzuführen.

Aus den Rückmeldungen der Schülerinnen und Schülern ist erkennbar, dass die zu Projektbeginn definierten Ziele, z. B. einen ansprechenden, lehrreichen Kochworkshop für die Schülerinnen und Schüler zu gestalten (siehe Kap. 2.1), erreicht wurden. Die aktive Teilnahme am Programm des Kochworkshops wurde den dafür vorgesehenen Schülerinnen und Schüler ermöglicht, die Rezeptwünsche der Schülerinnen und Schüler wurden berücksichtigt und die Zufriedenheit aller beteiligten Personen wurde mit einem eigens erstellten Feedbackbogens ermittelt.

Um eine Verbesserung bei der Durchführung der Folgeprojekte zu erzielen, werden sowohl in der Vorbereitung als auch für die Nacharbeit folgende Maßnahmen vorgeschlagen:

- Die Kochbesprechung bereits am Vortag durchführen, so bleibt am Tag der Durchführung des Kochworkshops mehr Zeit zum Vermitteln von Kochfertigkeiten.
- „Einheiten zur Praxis der Nahrungszubereitung“ wiederholt im Semester anbieten, damit die Schülerinnen und Schüler vermehrt Gelegenheit haben, diese Kompetenzen zu erwerben.
- Standardisierte schriftliche Evaluierung vor und nach dem Kochworkshop durchführen, damit der Wissenszuwachs verifiziert werden kann.

6 Schlussfolgerung & Ausblick

Sowohl von Seiten der FH Gesundheitsberufe OÖ GmbH, im Speziellen des Studienganges Diätologie als auch von Seiten der Direktion und des Lehrkörpers der privaten Volks- und Mittelschule des Schulvereins Charlotte Mason Linz („Die Lerche“) besteht die feste Absicht, sowohl die bereits angebahnten Kontakte als auch jene, die im Rahmen der Durchführung des Projekts neu entstanden und gefestigt wurden, nach Abschluss des Projektes weiter zu nutzen, zu leben und zu pflegen. Die Studierenden der FH Gesundheitsberufe OÖ GmbH schätzen es sehr, wenn die häufig dichten und komplexen Lehrinhalte mit praxisorientierten Anwendungsbereichen kombiniert werden. Auch von Seiten des Landesschulrates wurde bereits ein sehr motivierendes und schätzendes Votum die bereits bestehende Zusammenarbeit betreffend ausgesprochen.

Literatur

Bundesministerium Bildung Wissenschaft und Forschung. (2022, 1. September). *Lehrplan der Mittelschule*. https://www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/lp/lp_ms.html

| Kochworkshop – eine gelungene FH-MS Kooperation

- Career Center Universität Würzburg (o. J.). Kompetenzprofil.
https://www.uni-wuerzburg.de/fileadmin/39030300/2020/Leitfragen_Kompetenzprofil.pdf
- Graf, J. (2022): Pädagogisches Konzept der privaten Volks- und Mittelschule des Schulvereins Charlotte Mason Linz. Hrsg. v. Die Lerche.
- Hiwi, C. (2022). *Leitfragen_Kompetenzprofil*. https://moodle.fhgooe.ac.at/pluginfile.php/224266/mod_resource/content/0/Lehrplan%20NMS.pdf
- Michels, B. (2020). *Projektmanagement Handbuch: Grundlagen mit Methoden und Techniken für Einsteiger* (Neuaufl., 2. Aufl.). Amazon Fulfillment.
- Mittelschule „Die Lerche“. (2022, 1. September). *Home – Mittelschule „Die Lerche“*. <https://dielerche.at/>

Verfasserinnen und Verfasser

Mag.^a Elisabeth Farmer
Katharina Krenn
Christina Riener
Omar Ali
Lisa Rosenberger

FH Gesundheitsberufe OÖ GmbH
Campus Gesundheit am Ordensklinikum Linz
Studiengang Diätologie

Elisabethstraße 15-1
A-4020 Linz

E-Mail: elisabeth.farmer@fhgooe.ac.at
Internet: www.fh-gesundheitsberufe.at