

Peter Mitterer & Simon Vollmer

## **Kompetenzselbsteinschätzungen bei Nullkontakten in der Nahrungszubereitung als fachdidaktisches Instrument**

Im Beitrag wird ein exploratives Setting zur Nutzung von Food-Shorts vorgestellt, um praktische Kompetenzen in der Nahrungszubereitung anzubahnen. Einerseits wird der Einsatz von Large-Language Models (LLMs), beispielsweise ChatGPT 4.0, in der fachdidaktischen Forschung diskutiert. Andererseits steht die Umsetzung der Forschungsergebnisse in ein Lehrkonzept nach dem Flipped-Classroom-Ansatz im Mittelpunkt.

**Schlüsselwörter:** Food-Shorts; Flipped-Classroom; Fachdidaktische Forschung

### **Self-assessment of competence in zero contact food preparation as a teaching tool**

The article presents an exploratory setting for the use of food shorts to initiate practical skills in food preparation. On the one hand, the use of large language models (LLMs), such as ChatGPT 4.0, in subject-specific didactic research is discussed. On the other hand, the focus is on implementing the research results in a teaching concept based on the flipped classroom approach.

**Keywords:** Food-Shorts; Flipped-Classroom; Subject-specific didactic research

---

## **1 Fachdidaktisches Potenzial von *Food-Shorts***

Der Einfluss und fachdidaktische Nutzen von *Food-Shorts* auf Video-basierten Plattformen für die Selbstwahrnehmung von Nahrungszubereitungs-Kompetenzen von Studierenden kann als relevant für den Kompetenzerwerb betrachtet werden, da insbesondere reflexive Perspektiven auf das eigene professionelle Handeln eröffnet werden (Gitter, 2019, 87–88). Videobasierte Social-Media-Plattformen wie z. B. Instagram sind mit einem Nutzungsanteil von 82 Prozent innerhalb der Gruppe der 14- bis 29-Jährigen stark verbreitet (Statista, 2025). Es ist davon auszugehen, dass ein Großteil der Studierenden daher diese Plattformen insbesondere zu Zwecken der Unterhaltung nutzt (Statista, 2025). Vor diesem Hintergrund erscheint es angezeigt, den fachdidaktischen Gehalt von videobasierten Social-Media-Plattformen beim Erwerb von Kompetenzen der Alltagsbewältigung in den Lernfeldern Ernährung und Haushalt (Angele et al., 2021, 100–101) zu untersuchen. Videoplattformen wie z. B. Instagram basieren darauf, die Nutzenden durch Bewegtbildinhalte (Videos) im Sinne der Mood-

Management-Theorie (Bryant & Zillmann, 1984) zur fortlaufenden Nutzung der Plattform zu motivieren. Durch die Vermittlung des Neurotransmitters Dopamin können bei der Nutzung von Social-Media-Plattformen bestimmte Inhalte im Gehirn als besonders relevant abgespeichert werden, was jedoch vom individuellen Nutzungsverhalten abhängig ist. Bei Studierenden ernährungsbezogener Studiengänge wird in der hier vorgestellten Studie davon ausgegangen, dass die Studierenden Kurzvideos zur Herstellung von Speisen – sogenannte Food-Shorts – als besonders relevant identifizieren und daher mit diesem Video-Format vertraut sind. Während die Nutzung von Food-Shorts somit primär durch ein Dopamin-induziertes Belohnungsmuster moderiert wird und somit der Stimmungsregulierung dient (Kiefer, 2024) bleibt offen, ob die in Food-Shorts gezeigten Zu- und Verarbeitungstechniken erfasst und praktisch umgesetzt werden können.

Im Rahmen der hier präsentierten explorativen Studie zum fachdidaktischen Nutzen von Food-Shorts für die Kompetenzzaneignung bei der Nahrungszubereitung werden folgende Forschungshypothesen aufgestellt. Hierbei wird zunächst von einem tatsächlich vorhandenen fachdidaktischen Nutzen ausgegangen:

- Die praktische Umsetzung der in Food-Shorts dargestellten Zu- und Verarbeitungstechniken sowie die Verfügbarkeit des dafür notwendigen lebensmitteltechnologischen Wissens variiert je nach Vorerfahrung.
- Die Nutzung von Food-Shorts als Anleitung für die Zubereitung einfacher Speisen führt bei oder nach der praktischen Umsetzung zu einer vertieften Reflexion des Zubereitungsprozesses.

## 2 Forschungsdesign und Methodik

Zur Überprüfung der Hypothesen nahmen zwölf Studierende aus ernährungsbezogenen Lehramtsstudiengängen im Rahmen ihrer ersten küchenpraktischen Lehrveranstaltung am Forschungssetting teil. Das Sample setzte sich aus Studierenden zweier Hochschulstandorte in Deutschland (Universität Potsdam) und Österreich (Pädagogischen Hochschule Tirol) zusammen. Durch eine standardisierte Befragung gaben sie eine Selbsteinschätzung ihrer Kompetenzen bei der Zubereitung einfacher Gerichte an. Die 17 Items der Selbsteinschätzung wurden aus den Kompetenzanforderungen des Rahmenlehrplans für die produzierenden Gastronomieberufe (u.a. Koch/Köchin) abgeleitet (KMK, 2021, 14). Eine gesonderte Reliabilitäts- und Validitätsprüfung erfolgte daher nicht. Auf die online-basierte standardisierte Befragung folgte die Zubereitung einer einfachen Speise auf Basis eines zehn Sekunden kurzen Food-Shorts. Die Studierenden durften unter entsprechenden Hygienemaßnahmen ihre eigenen smarten Endgeräte in der Lehrküche nutzen, um während der Zubereitung das Video mehrmals anzuschauen. Im Anschluss an die Zubereitung führten die Studierenden die Selbsteinschätzung erneut durch, um mögliche evidenzbasierte Effekte bei der Selbsteinschätzung erfassen zu können. Abschließend wurden die Studierenden anhand eines Interviewleitfadens zu ihren Eindrücken während der Zubereitung befragt. Die