

## Spielerisch gesund ernähren: Spiele, die Kindern gesunde Ernährung unterhaltsam vermitteln

**Spielerisches Lernen ist eine wirksame Methode, um im Vorschul- und Volksschulalter Ernährungswissen zu vermitteln und die Gesundheitskompetenz zu fördern. Studentinnen des Bachelorstudiums Diätologie der Fachhochschule St. Pölten entwickelten daher die Spiele FooMove und FooDuo, die Kindern das Thema gesunde Ernährung altersgerecht und unterhaltsam näherbringen.**

Die Kindheit ist eine wichtige Lebensphase für die Entwicklung von Gesundheitsverhaltensweisen und -kompetenzen. Nachteilige Verhaltensmuster und mangelnde Kompetenz können die Gesundheit beeinflussen und zu chronischen Erkrankungen im Erwachsenenalter führen. Daher muss Gesundheitsförderung bereits in jungen Jahren beginnen und die Kinder in ihrer Lebenswelt abholen.

„Die spielerische Vorgehensweise stellt gerade bei Kindern einen vielversprechenden Ansatz in der Gesundheitsförderung dar. Vor diesem Hintergrund befasst sich der Studiengang Diätologie der FH St. Pölten seit einigen Jahren in seinem Forschungsschwerpunkt Health Promotion & Healthy Ageing mit der Methode des Game based learnings, um damit altersgerecht, innovativ-spielerisch Ernährungswissen zu vermitteln. Dabei liegt die Herausforderung in einem optimalen Zusammenspiel von unterhaltendem Spieldesign, fach- und mediendidaktisch hochwertigen Lerninhalten und der angewandten Lernstrategie“, sagt Gabriele Karner, Leiterin des Studiengangs Diätologie der FH St. Pölten.

### **Gesunde Ernährung und Bewegung für Vorschul- und Volksschulkinder**

FooDuo ist ein Spiel für Vorschulkinder, FooMove für acht- bis zehnjährige Volksschulkinder. Beide Spiele fördern das Ernährungswissen altersgerecht und zusätzlich regt FooMove den kindlichen Bewegungsdrang an. Die Kinder setzen sich mit Lebensmitteln und deren Herkunft sowie ihrer eigenen Lebensweise auseinander. Sie werden für einen gesunden Lebensstil sensibilisiert und können bei möglichen Verbesserungen mitwirken.

Studentinnen haben im Rahmen von drei Bachelorarbeiten den Wissenszuwachs durch die Spiele erhoben. Die Evaluierung der Spiele hat anhand der kleinen Stichproben der Pilotstudien den positiven Effekt des Wissenszuwachses belegt.

### **Forschung, Lehre, Wissenstransfer**

Die Spiele sind ein Beispiel für die Verschränkung von Forschung und Lehre sowie Innovation und Wissenstransfer an der FH St. Pölten: Sie wurden im Rahmen der Lehre entwickelt und im Auftrag der Agrarplattform „Feld & Hof“ evaluiert. In Kooperation mit dem Unternehmen Dr. Fellnhöfer Research and Innovation Management GmbH haben die Studentinnen die Spiele letztlich zur Marktreife entwickelt. Aus einem Forschungs- und Studierendenprojekt entstand so in einer Projektserie über mehrere Jahre ein marktfähiges Produkt. Im Jahr 2013 wurde das studentische Projekt auf der Gesundheitsberufe-Konferenz mit einem Preis gewürdigt.

### **Infos zum Projekt:**

Die Entwicklung der Spiele wurde vom Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie

sowie dem Bundesministerium für Digitalisierung und Wirtschaftsstandort im Rahmen des FFG-Programms Innovationsscheck gefördert. Partner im Projekt war die Research and Innovation Management GmbH.

Projektwebseite der Fachhochschule St. Pölten:

<https://www.fhstp.ac.at/de/forschung/projekte/gesunde-ernaehrung-ist-kinderleicht...>

Link zu den Spielen und Bestellmöglichkeit:

<http://foomove.feldundhof.at>

### **Fotos:**

Die Spiele und Studentinnen des Studiengangs Diätologie.

Credit: FH St. Pölten / Anna Achleitner

### **Über die Fachhochschule St. Pölten**

Die Fachhochschule St. Pölten ist Anbieterin praxisbezogener und leistungsorientierter Hochschulausbildung in den sechs Themengebieten Medien & Wirtschaft, Medien & Digitale Technologien, Informatik & Security, Bahntechnologie & Mobilität, Gesundheit und Soziales. In mittlerweile 17 Studiengängen werden mehr als 3.000 Studierende betreut. Neben der Lehre widmet sich die FH St. Pölten intensiv der Forschung. Die wissenschaftliche Arbeit erfolgt zu den oben genannten Themen sowie institutsübergreifend und interdisziplinär. Die Studiengänge stehen in stetigem Austausch mit den Instituten, die laufend praxisnahe und anwendungsorientierte Forschungsprojekte entwickeln und umsetzen.