

# Alltagskultur lehren. Gesundheit fördern.

## Die ernährungsbezogenen Studiengänge der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd

Bildung, Gesundheit und Interkulturalität prägen das Profil der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd. Mit dem Lehramtsstudienfach Alltagskultur und Gesundheit (AUG) sowie den Bachelor- und Masterstudiengängen Gesundheitsförderung und Prävention (GFP) bietet der Standort zwei ernährungsbezogene Studienprofile. Während AUG zukünftige Lehrkräfte für eine kompetenzorientierte Ernährungs- und Verbraucherbildung qualifiziert, fokussiert GFP auf die Entwicklung gesundheitsfördernder Lebenswelten. Kleine Studiengruppen, enge Praxisanbindung und ein forschungsbasierter Anspruch schaffen ein Studenumfeld, das Fachlichkeit mit gesellschaftlicher Verantwortung verbindet.

### Ernährungs- und Verbraucherbildung studieren

#### Alltagskultur, Ernährung, Soziales (AES) kompetent unterrichten

Zusammenhänge zwischen Ernährung, Gesundheit und der alltäglichen Lebensführung sind von jeher äußerst vielschichtig, unterliegen einer rasanten Dynamik und haben durch Digitalisierung und Mediatisierung nochmals an Komplexität gewonnen. Menschen sind täglich gefordert, ihren Alltag innerhalb dieser komplexen gesellschaftlichen Rahmenbedingungen zu gestalten. Die damit verbundenen zahlreichen alltäglichen Fragen, *was, wann, wo, wie, warum* und *mit wem* konsumiert wird und *wer* sich um die Versorgung kümmert, sind somit von umfangreichen Aushandlungs- und Entscheidungsprozessen begleitet. Wie Menschen diesen Herausforderungen begegnen, hat dabei nicht nur einen direkten Einfluss auf die Gesundheit, sondern gestaltet auch die Gesellschaft und das Ernährungssystem. Eine entsprechende Ernährungs- und Verbraucherbildung (EVB) ist somit unerlässlich für die Teilhabe an der modernen Konsumgesellschaft und für die Mitgestaltung gesellschaftlicher Transformationsprozesse.<sup>1,2</sup>

Die baden-württembergische Schullandschaft bietet mit dem Wahlpflichtfach **Alltagskultur, Ernährung, Soziales (AES)** als Ankerfach für die EVB ein lebensweltbezogenes und handlungsorientiertes Schulfach, in dem Schülerinnen und Schüler Kompetenzen für eine ge-

#### Inhaltliche Schwerpunkte des Studienfaches AUG in Anlehnung an REVIS:

- Ernährung, Gesundheit und Nachhaltigkeit
- Ernährungsstile, Identität, Körper- und Rollenbilder
- Essverhalten und Essbiografien
- Nahrungszubereitung und Mahlzeitengestaltung
- Lebensmittellehre, -qualität und -recht
- Daseinsvorsorge und private Lebensführung
- Konsum, Reflexion und Entscheidungen

REVIS: Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in allgemeinbildenden Schulen

sundheitsfördernde und nachhaltigkeitsorientierte Alltagsbewältigung in den Handlungsfeldern Ernährung und Konsum entwickeln können. Mit dem Lehramtsstudienfach **Alltagskultur und Gesundheit (AUG)** an der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd werden zukünftige Fachkräfte für das Unterrichten im Schulfach AES in der Sekundarstufe I qualifiziert.<sup>3</sup>

#### Studienprofil

Das Lehramtsstudium für die Sekundarstufe I an der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd gliedert sich in einen sechssemestrigen Bachelor- (B.A.) und einen viersemestrigen Masterstudiengang (M.Ed.) und umfasst jeweils zwei Studienfächer (eins davon bspw. AUG), Bildungswissenschaften und mehrere Schulpraktika (♦ Tabelle). Anschließend erfolgt der 18 Monate lange Vorbereitungsdienst (Referendariat).

Das **Studienfach AUG** ist ein lebensweltbezogenes Fach, das zu gegenwarts- und zukunftsrelevanten Themen fachwissenschaftlich begründete Erkenntnisse ermöglicht, Kompetenzen entwickelt sowie für die private Lebensführung relevante Lernprozesse initiiert<sup>4</sup>. Es verbindet wissenschaftliche Erkenntnisse zu Ernährung, Konsum, Gesundheit, und Lebensführung mit praxisnahen Zugängen und fachdidaktischer Expertise. Die Ausbildung orientiert sich am REVIS-Rahmencurriculum der Ernährungs- und Verbraucherbildung.

Studium	Studienbereich		Leistungspunkte
Bachelor of Arts (B.A.) 6 Semester	Bildungswissenschaften	Erziehungswissenschaften	insg. 32
		Pädagogische Psychologie	
		Soziologie	
		Grundfragen der Bildung	
	Fächer (z. B. AUG)	2 Fächer inkl. Grundlagen und Schlüsselqualifikationen	je 62
	Schulpraxis	Orientierungspraktikum (3 Wochen)	6
Profil		12	
Bachelorarbeit		6	
Master of Education (M.Ed.) 4 Semester	Bildungswissenschaften		33
	Fächer (z. B. AUG)	2 Fächer	je 24
	Schulpraxis	Semesterpraktikum (14 Wochen)	insg. 24
		Professionalisierungspraktikum (3 Wochen)	
Masterarbeit		15	
Referendariat			

Tab.: Studienverlauf des Lehramtsstudiums für die Sekundarstufe I an der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd (AUG: Studienfach Alltagskultur und Gesundheit)

## Gesundheitsförderung und Prävention (GFP) studieren

### Zukunft gestalten, Gesundheit stärken

Gesundheit ist viel mehr als nur die Abwesenheit von Krankheit. Sie entsteht überall dort, wo Menschen leben, lernen und arbeiten – und wird von individuellen, sozialen, politischen und ökonomischen Faktoren beeinflusst. Gesundheitsförderung und Prävention setzen frühzeitig an und zielen auf nachhaltige Veränderungen<sup>5</sup>. Denn: Vorbeugen ist besser als heilen! Gefragt sind Fachkräfte, die planen, steuern, umsetzen und evaluieren können. Sie werden in dem Bachelor- (B.Sc.) und Masterstudiengang (M.Sc.) GFP der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd ausgebildet.

### Warum an der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd studieren?

Bildung, Gesundheit und Interkulturalität bilden die Schwerpunkte der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd. Die Hochschule blickt auf eine lange Tradition in der Lehrerbildung seit 1825 zurück und verfügt heute über ein universitäres Profil mit einem breiten Studienangebot. Studierende werden sowohl forschungsorientiert als auch praxisnah auf zentrale Aufgaben in Bildung und Gesellschaft vorbereitet.

Das Studienangebot reicht vom Lehramt über Kindheits- und Sozialpädagogik sowie Pflegepädagogik bis hin zu Bildungsmanagement und gesundheitsbezogenen Studiengängen. Praxisphasen und anwendungsorientierte Lehrformate sind fester Bestandteil aller Studiengänge.

Der grüne Campus bietet kurze Wege, eine enge Vernetzung mit Lehrenden und gute Studienbedingungen in persönlicher Atmosphäre.

Kleine Studiengruppen, enge Praxisanbindung und ein forschungsbasierter Anspruch schaffen ein Studenumfeld, das Fachlichkeit mit gesellschaftlicher Verantwortung verbindet.

Die Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd arbeitet eng mit Ausbildungsschulen, sozialen und gesundheitsbezogenen Einrichtungen, Organisationen und Unternehmen zusammen. Internationale Kooperationen ergänzen das Angebot. Aktuelle Herausforderungen wie Digitalisierung, Diversität und Lebensqualität werden in Studium und Lehre aufgegriffen.



- Forschungsmethoden
- Ernährungswissenschaften
- Sportwissenschaft
- Gesundheitspsychologie
- Gesundheitssoziologie

Abb.: Interdisziplinäres Studium: Fünf Fachbereiche vereint für die Gesundheitsförderung von morgen

### Unser Studienprofil: Interdisziplinär und praxisnah

Bachelor (6 Semester) und Master (4 Semester) verbinden fünf Fachbereiche (♦ Abbildung). Vermittelt werden ein umfassendes Gesundheitsverständnis sowie Kompetenzen, Maßnahmen evidenzbasiert zu entwickeln, durchzuführen und zu bewerten.

### Berufsperspektiven: Vielfältig und zukunftssicher

Absolvierende arbeiten u. a. in den Bereichen Projekt- und Gesundheitsmanagement (Kommunen, öffentliche Einrichtungen, Bildungsbereich), Präventionsmanagement (Krankenkassen, Versicherungen, freiberuflich), Betrieblicher/m Gesundheitsförderung und -management, Gesundheitspolitik und Verwaltung auf kommunaler, Landes- oder Bundesebene sowie in Wissenschaft, Forschung und Lehre.

### Der Bachelor: Praxisnah qualifiziert

Im Fokus steht die Gestaltung gesundheitsfördernder Lebenswelten. Theorie und Praxis sind eng verzahnt. Ein Praxissemester ermöglicht erste Berufserfahrung.

### Der Master: Forschungsstark vertieft

Der Master vertieft wissenschaftliche Kompetenzen. In Lehrforschungsprojekten bearbeiten Studierende reale Forschungsfragen und bereiten die Ergebnisse adressatengerecht auf.

### Fazit

Gesundheitsförderung und Prävention sind kein Zufall – sie sind das Ergebnis exzellenter Qualifikation und professionellen Handelns.

<sup>1</sup> DOI: 10.4455/eu.2024.002

<sup>2</sup> DOI: 10.36198/9783838557670

<sup>3</sup> DOI 10.3224/hibifo.v13i2.09

<sup>4</sup> Hesecker H, et al.: REVIS Modellprojekt. 2005.

<sup>5</sup> DOI: 10.1007/978-3-662-62426-5\_77

## QUIZ

Wie gut kennen Sie aktuelle Erkenntnisse der Gesundheitsförderung und Prävention?  
Lösen Sie studienbasierte Fragen – die Anfangsbuchstaben ergeben das Lösungswort und einen Hinweis, an welchem Studienort eine fundierte und praxisorientierte Ausbildung für das Berufsfeld angeboten wird.

1. Frage der Ernährungswissenschaften: Welche dieser Lebensmittelgruppen ist besonders gesundheitsfördernd?

- [G] grünes Gemüse  
[R] rotes Fleisch

2. Frage der Sportwissenschaft: Welche der folgenden Sportaktivitäten wird mit dem höchsten Zugewinn an Lebenserwartung im Vergleich zu inaktiven Personen in Verbindung gebracht?

- [M] Tennis  
[I] Schwimmen

3. Frage der Gesundheitspsychologie: Wieso haben resiliente Menschen eine bessere Gesundheit und Leistung bei der Arbeit?

- [O] Weil sie grundsätzlich glücklich sind.  
[U] Weil sie besser mit belastenden Situationen und Stress umgehen können.

4. Gesundheitssoziologie: Wann essen Menschen eher mehr?

- [E] in Gesellschaft mit Freunden  
[A] beim Essen allein

5. Forschungsmethoden: Wie gut schätzen Jugendliche in Deutschland ihre Smartphone-Nutzung ein?

- [N] Oft ungenau – viele unterschätzen ihre tägliche Nutzung.  
[M] Sie überschätzen ihre Nutzung meist.

6. An welchem Studienort werden diese fünf Perspektiven der Gesundheitsförderung und Prävention in einem berufsorientierten, interdisziplinären Studiengang gebündelt?

- [B] an der PH in Quedlinburg  
[D] an der PH in Schwäbisch Gmünd

*Zu Frage 1 – [G] ist richtig:* Studien zeigen, dass der regelmäßige Verzehr von Brokkoli, Rucola, grünen Bohnen, Grünkohl & Co. als Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung chronischen Erkrankungen vorbeugen kann und gesundheitsfördernd ist, denn sie sind besonders nährstoffreich.  
DOI: 10.3390/molecules28145344

*Zu Frage 2 – [M] ist richtig:* Laut der Copenhagen City Heart Study zeigte sich bei Tennisspieler\*innen der höchste Zugewinn an Lebenserwartung. Das spricht dafür, dass langfristige, passende Bewegung ein Schlüssel für gesundes Altern ist.  
DOI: 10.1016/j.mayocp.2018.06.025

*Zu Frage 3 – [U] ist richtig:* Resilienz beschreibt die Fähigkeit, mit Belastungen umzugehen und sich von Krisen zu erholen. Resiliente Menschen nutzen ihre Stärken und bleiben dadurch eher gesund. Studien zeigen einen positiven Zusammenhang mit Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit am Arbeitsplatz.  
DOI: 10.1037/str0000348

*Zu Frage 4 – [E] ist richtig:* In Gesellschaft essen wir mehr – soziale Normen, die längere Verweildauer, gute Stimmung und geringer ausgeprägte Sättigungssignale werden als mögliche Gründe diskutiert.  
DOI: j.physbeh.2021.113539

*Zu Frage 5 – [N] ist richtig:* Die LIFE-Child-Studie zeigt: Viele Jugendliche unterschätzen ihre Smartphone-Nutzungszeit. Für verlässliche Gesundheitsforschung sind objektive Messungen (z. B. automatisches Tracking) wichtiger als Selbstangaben.  
DOI: 10.1038/s41390-025-04108-8

*Zu Frage 6 – [D] ist richtig:* Keine Frage: Selbstverständlich an der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd!

	Lehramt für Sekundarstufe I (B.A., M.Ed.)	Gesundheitsförderung und Prävention (B.Sc., M.Sc.)
Regelstudienzeit:	Bachelor: 6 Sem. (180 ECTS) Master: 4 Sem. (120 ECTS)	Bachelor: 6 Sem. (180 ECTS) Master: 4 Sem. (120 ECTS)
Akkreditierung:	bis zum 30.09.2026 (derzeit in Reakkreditierung)	B.Sc. bis zum 30.09.2028, M.Sc. bis zum 30.09.2031
Zulassungsmodus:	B.A.: zulassungsfrei, M.Ed.: B.A. Lehramt	B.Sc.: zulassungsfrei, M.Sc.: fachlich einschlägiger Bachelorabschluss, mind. Note 2,5
Zugangsvoraussetzungen:	Bachelor: allgemeine oder fachgebundene Hochschulreife; Fachhochschulreife (mit Deltaprüfung), beruflich Qualifizierte (mit Eignungsprüfung) Master: fachlich einschlägiges Hochschulstudium (mind. 180 ECTS)	
Studienbeginn:	Winter- und Sommersemester	Wintersemester
Bewerbungsfrist:	B.A.: 15. September (WiSe), 15. März (SoSe); M.Ed.: 31. Mai (WiSe; Losfrist: 15.09.), 30. November (SoSe; Losfrist: 15.03.)	B.Sc.: 15. September, M.Sc.: 15. Juli (Losfrist: 15.09.)
Abschluss:	Bachelor of Arts (B.A.), Master of Education (M.Ed.)	Bachelor of Science (B.Sc.), Master of Science (M.Sc.)
Semesterbeitrag:		177,00 € (ab WiSe 2026/27)
Kontakt:		karolin.hoehl@ph-gmuend.de www.ph-gmuend.de

