

Gesund macht
Schule

Praxismaterial
Essen und Ernährung



Ergänzungsmaterial zu

Ernährungskünstler – forschen, kochen und genießen!



Unterrichtsmaterialien
zum Themenbereich

N: nachhaltig lecker

von Dr. phil. Janine Andrae, Snezana Marijan, Dr. med. Marion Mittag,
Sabine Schindler-Marlow, Fiona Sommer

Inhalt

Einleitung

Worum geht es bei „N – nachhaltig lecker“?

Seite 3

Hintergrund

Seite 4

Schlüsselfragen für den Unterricht

Seite 8

Didaktische Hinweise

Aufbau und Aufgabenformate

Seite 9

Materialien für den Unterricht

Verzeichnis der Materialien

Seite 10

N – nachhaltig lecker

Seite 12

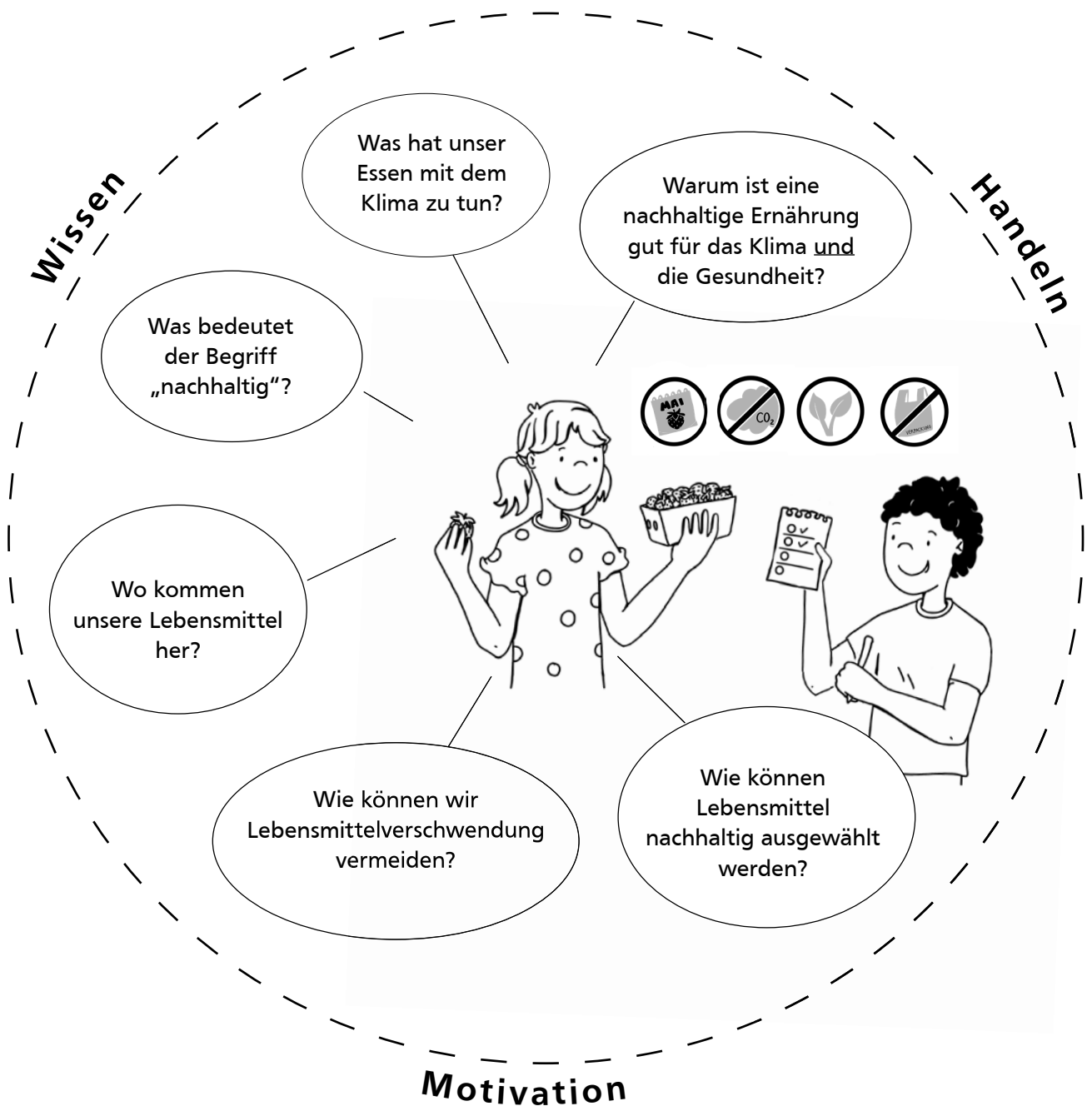
Glossar

Seite 74

Internettipps

Seite 77

Schlüsselfragen für den Unterricht



Didaktische Hinweise, Aufbau und Aufgabenformate

Das Kapitel „N – nachhaltig lecker“ stellt eine Ergänzung der vorliegenden Materialbox „Ernährungskünstler – forschen, kochen und genießen!“ dar. Wie in den vorhergehenden Kapiteln auch wird das Thema auf einer Einstiegskarte benannt und eine Rahmenhandlung und die zu erwerbenden Kompetenzen werden beschrieben. Schlüsselfragen umreißen das mögliche Themenspektrum und zeigen Möglichkeiten der Vertiefung auf. Die dritte und vierte Karte geben einen Überblick über die Inhalte, Arbeitsblätter und Materialien, die für das Kapitel in der Box wie auch additiv im Download zur Verfügung stehen. Auf den weiteren Karteikarten gibt es Ideenbörsen (zum Vertiefen, Forschen und Experimentieren) für den Unterricht mit Angaben zu den dazugehörigen Sachtexten und Leseaufgaben im Download.

Die unmittelbaren Auswirkungen des Klimawandels (Folgen von Extremwetterereignissen, Hungersnöte, Aussterben von Tierarten) können auf Kinder sehr beängstigend wirken. Angst und Hilflosigkeit können überdies von dem Gefühl, nichts ändern zu können, verstärkt werden. Wichtig bei der Umsetzung des Themas ist es daher, Schülerinnen und Schülern zu zeigen, dass ihr Verhalten etwas bewirken kann. Schülerinnen und Schüler sollten verstehen und erleben, wie sie konkret handeln können und welche klimaschützenden Verhaltensweisen wirklich wirksam sind und welche eher weniger. Die Karten in der Box sind so aufgebaut, dass sie einen Einstieg in den Themenzusammenhang „Klimawandel und die Bedeutung der Ernährung“ ermöglichen und darauf aufbauend Möglichkeiten konkreten Handelns für Schülerinnen und Schüler aufzeigen. Einige Aufgaben können die Kinder nur mithilfe von Eltern, Großeltern und anderen Erziehungsberechtigten durchführen. Es ist daher empfehlenswert, die Eltern über das Unterrichtsvorhaben zum Kapitel „N – nachhaltig lecker“ zu informieren und um Mithilfe zu bitten. Aus den Arbeitsplakaten, die die Kinder während der Bearbeitung des Themas herstellen, lässt sich eine kleine Ausstellung organisieren, die auch von den Eltern betrachtet werden kann. Vielleicht lädt man dabei zu einem gesunden Klimafrühstück ein, bei dem die Kinder den Eltern berichten, was sie über das Thema „nachhaltige Ernährung“ gelernt haben.

Die **Karten in der Box** und die **dazugehörigen Arbeitsblätter** im Download können, müssen aber nicht in der vorgeschlagenen Reihenfolge erarbeitet werden. Es gibt auch die Möglichkeit, nur einzelne Aspekte einer nachhaltigen Ernährung zu bearbeiten. Das Thema kann im Unterricht oder im Rahmen von Thementagen oder bei einer „Klima-AG“ im Offenen Ganztage genutzt werden.

Um Vorwissen und Interessen der Kinder im Vorfeld der Unterrichtsreihe abzufragen, bietet sich zum Einstieg in den Unterricht ein fragen- oder mediengestützter Gesprächskreis an (siehe Karte: Ideenbörse für den Einstieg: Was hat das Essen mit dem Klimawandel zu tun?).

Die Fragen und Medien sind exemplarisch so zusammengestellt, dass eine Auseinandersetzung in der Regel ein erstes Nachdenken über die Zusammenhänge zwischen unserer Ernährung und dem Klima ermöglicht. Erste Hypothesen und Ideen können auf der Tafel oder einem Plakat festgehalten werden. Je nach Interessen und Vorwissen können dann einzelne Aspekte einer nachhaltigen Ernährung anhand der Ideenkarten in der Box bearbeitet werden. Die Auswahl der Themen stellt keinen Anspruch auf Vollständigkeit dar.



Materialien für den Unterricht

N – nachhaltig lecker



Karteikarten für Lehrerinnen und Lehrer

Einführung, Hintergrund und Rahmenhandlung zu dem Kapitel N – nachhaltig lecker	S. 12
Überblick über das Kapitel N – nachhaltig lecker	S. 15
Ideenbörse für den Einstieg	
• Was hat das Essen mit dem Klimawandel zu tun?	S. 17
Ideenbörse zum Vertiefen, Forschen und Experimentieren	
Klimawandel, Treibhausgase und Nachhaltigkeit	
• Erstes Wissen zum Thema Klimawandel: Was bedeutet Klimawandel?	S. 18
• Experiment: Wie funktioniert der Treibhauseffekt?	S. 18
• Erstes Wissen über Nachhaltigkeit	S. 19
Nachhaltige Lebensmittel erkennen	
• Was bedeutet saisonal und regional?	S. 19
• Lebensmittel nachhaltig auswählen: Wir vergeben Nachhaltigkeitspunkte	S. 20
Wegwerfen von Lebensmitteln vermeiden / Lebensmittel wertschätzen	
• Lebensmittelverschwendung vermeiden: Wann werfen wir Lebensmittel weg?	S. 21
• Richtiges Lagern von Lebensmitteln im Kühlschrank	S. 22
• Doppelt gut: Saisonale und regionale Lebensmittel sind gut für das Klima und deine Gesundheit	S. 22
• Das Klassen-Klima-Frühstück	S. 22
• Das Klassen-Klima-Kochbuch	S. 23
Bild-/Wortkarten	
• Übersicht: Bildkarten	S. 24
• Bildkarten: Nachhaltigkeitspunkte	S. 25
• Bildkarten: Die vier Jahreszeiten	S. 27
• Puzzlekarten Treibhauseffekt	S. 29

Die Puzzlekarten können zu einem Poster zusammengelegt werden.

Unterrichtsmaterial für Schülerinnen und Schüler

Sachtexte mit Leseaufgaben

Klimawandel, Treibhausgase und Nachhaltigkeit	
N1 Was hat unser Essen mit dem Klima zu tun?	S. 34
N2 Was bedeutet Klimawandel?	S. 35
N3, N4 Was ist Nachhaltigkeit?	S. 36

N 5	Der Treibhauseffekt	S. 39
N 6	Die drei häufigsten Treibhausgase in unserer Atmosphäre	S. 41
N 7	Treibhauseffekt und Klimawandel	S. 42

Nachhaltige Lebensmittel erkennen

N 8	Lebensmittel nachhaltig auswählen: Wir essen weniger Fleisch	S. 43
N 9	Wie kann man Treibhausgase vermindern?	S. 45
N 10	Saisonale und regionale Lebensmittel sind gut für das Klima und deine Gesundheit	S. 46
N 11	Woher kommt meine Erdbeere?	S. 48
N 12	Saisonkalender für Obst und Gemüse	S. 50
N 13	Mein Pausenbrotplan	S. 51
N 14	Lebensmittel nachhaltig auswählen: Wir vergeben Nachhaltigkeitspunkte	S. 53
N 15	Protokoll: Mein Klassen-Klima-Frühstück	S. 54
N 16	Mein nachhaltiges Rezept	S. 56

Wegwerfen von Lebensmitteln vermeiden / Lebensmittel wertschätzen

N 17 – N 19	Wie wird ein Joghurt hergestellt?	S. 57
N 20	Der Weg des Joghurts – von der Herstellung bis zum Verzehr	S. 60
N 21	Kann man das noch essen?	S. 61
N 22	Das Mindesthaltbarkeitsdatum: Ist der Joghurt noch gut?	S. 62
N 23	Wir versuchen, Lebensmittel nicht wegzuworfen	S. 63
N 24, N 25	Lebensmittel richtig im Kühlschrank lagern	S. 64
N 26	Protokollblatt: Wie viele Lebensmittel werfen wir weg?	S. 67
N 27	Tippliste von Prof. Schnurr: So kommt nur wenig Essen in den Müll	S. 68
	Bildkarten: Nachhaltigkeitspunkte	S. 70
	Bildkarten: Die vier Jahreszeiten	S. 72

Glossar	S. 74
----------------	-------

Internettipps	S. 77
----------------------	-------