



Pfefferkorn

Produzieren – Konsumieren

HINWEISE FÜR LEHRERINNINGEN UND LEHRER

schulverlag



Impressum

Herausgeberin

Kommission für Lehrplan- und Lehrmittelfragen der
Erziehungsdirektion des Kantons Bern

Autorinnen

Doris Nold

Mitarbeit: Andrea Stuker, Ginette Gerber, Christine Imhof

Illustrationen

Andrea Stuker, Bern

Projektleitung

Marco Adamina, Bruno Bachmann, Otto Beck,
Susanne Gattiker, Christian Graf-Zumsteg, Hans Müller,
Barbara Vettiger

Beratung und Erprobung

Monique Fuchser, Ginette Gerber, Christine Imhof,
Sandra Buchs, Regula Pulver, Simone Stauffer;
Schülerinnen und Schüler der 1. und 2. Klassen Zäziwil
1999–2002, Burgdorf 2000–2002, Biel 2001;
Lehrerinnen, Schülerinnen und Schüler verschiedener
Schulen im Kanton Bern;
Mitglieder des Projektteams Deutsch der bernischen
Lehrerinnen- und Lehrerfortbildung

Audio-CDs

Audiovision Heinz P. Müller, Merligen
Regula Siegfried, Bern (Sprecherin)
Urs-Peter Wolters, Biel (Sprecher)
Andrea Jaggi, Biel (Interviews)

Gestaltung

Grafikwerkstatt upart, Bern

Nicht in allen Fällen war es dem Verlag möglich, den
Rechteinhaber ausfindig zu machen.
Berechtigte Ansprüche werden im Rahmen der üblichen
Vereinbarungen abgegolten.



© 2005 **schulverlag** blmv AG, Bern
2. Auflage 2005

Art.-Nr. 3.250.00
ISBN 3-292-00158-7

Editorial

«Pfefferkorn» – erinnert an würzig, «geschmackvoll», ans Knacken beim Mahlen in der Pfeffermühle.

«Pfefferkorn» führt Kinder der Unterstufe

– in die (Lern-)Welt von Ernährung und Konsum (Essen und Trinken, Produkte),

– zur Begegnung mit Produkten unseres alltäglichen Bedarfs und zu deren Herstellung, zur Verarbeitung von «Rohstoffen»,

– zu Fragen von Arbeit und Freizeit, zu Arbeiten und Arbeitsteilung in der Schule und zu Hause,

– zum Einblick in Arbeitssituationen und -welten (Erwerbsarbeit),

– zur Begegnung mit verschiedenartigen Medien, zu Situationen, wie wir Mitteilungen und Informationen produzieren und konsumieren.

Die «Pfefferkörner» wollen Neugierde wecken und «gluschtig» machen, auf eigenen Wegen diesen Themen nachzugehen. Sie wollen anregen, Blicke in den Alltag zu werfen, auch Blicke «hinter die Kulissen» zu wagen zum Weg von Produkten. Sie führen zur Begegnung mit Menschen, die verschiedenen Berufen nachgehen, sie geben Einblick in die Entstehung von Büchern u.a.

Anregungen gibt es auch zu Projekten und Aktionen mit der ganzen Klasse, zu überschaubaren persönlichen Vorhaben der Schülerinnen und Schüler.

Von der Alltagswelt ausgehen – neue Erfahrungen sammeln und Erkenntnisse erweitern

Ausgangspunkte bilden Erfahrungen und Vorkenntnisse der Kinder. Es werden Situationen vorgeschlagen, in welche wir uns mit den Kindern direkt hineinbegeben können: in die Umgebung des Schulhauses, durch Erkundungen und Kontakte mit Menschen, durch eigenes Tun. Dies bringt die Kinder zu neuen Einsichten und erlaubt, Sachen und Situationen zu klären, besser zu verstehen, Neues zu entdecken und sich damit in der Mitwelt besser orientieren zu können.

Zu verschiedenen Themen bauen die Schülerinnen und Schüler grundlegende Kenntnisse auf, z. B. zu Ernährung, zur Produktion von Nahrungsmitteln, zu Arbeits- und Freizeitwelten, zum Umgang mit Medien.

Die ausgewählten Themen und Inhalte sind exemplarisch und repräsentativ für viele Aspekte der heutigen Konsum-, Wirtschafts- und Medienwelt.

Die Erprobungen haben gezeigt, dass sich Kinder für diese Fragen interessieren. Sie verfügen dabei zum Teil über weitreichende Vorstellungen und Vorkenntnisse und sie sind bereit, Neues zu entdecken.

«Produktion – Konsum – Arbeit und Freizeit» – ein Themenfeld in allen Lehrplänen

Die Lehr- und Lernmaterialien «Pfefferkorn» sind als interkantonaes Lehrmittel konzipiert worden und in allen Kantonen der Deutschschweiz einsetzbar. Die Lehrpläne weisen in Bezug auf diese Themen eine hohe Übereinstimmung auf.

Die Themenbereiche von «Pfefferkorn» werden auf den nächsten Schulstufen wieder aufgenommen, erweitert, aus anderen Perspektiven betrachtet. An die Materialien «Pfefferkorn» schliessen in der Reihe «Lernwelten Natur – Mensch – Mitwelt» die Lern- und Lehrmaterialien «Süssholz» an (ab 3. Schuljahr).

Bezüge zu Deutsch und Gestalten

Mit den «Pfefferkorn»-Materialien lässt sich auch an sprachlichen und gestalterischen Kompetenzen intensiv arbeiten. Viele Arbeitsmöglichkeiten stehen in Bezug zu Zielen und Inhalten der Fächer Deutsch und Gestalten (bildnerisches, textiles und technisches Gestalten). Dabei werden unterschiedliche Lernvoraussetzungen berücksichtigt und Differenzierungsmöglichkeiten aufgezeigt. Eine Hilfe bieten u.a. die Hördokumente auf den CDs. Viele Lesetexte sind auch in gesprochener Form erschliessbar.

Übergreifende Anliegen – Gesundheitsförderung und Medienerziehung

Mit den Materialien «Pfefferkorn» werden Anliegen und Ziele einer umfassenden Gesundheitsförderung und Medienerziehung aufgenommen, so z.B. in den Teilbereichen «Znüni», «Essgewohnheiten», «Was mir gut tut», «Von morgens bis abends» (Alltagsgestaltung), «Medienerlebnisse» und «Mediengewohnheiten».

Die Form der Materialien

«Pfefferkorn» gehört in eine stufenübergreifende Reihe von Materialien zu Fragen unserer Konsum- und Arbeitswelt, unserer Alltagsgestaltung, zu unserem Umgang mit natürlichen Ressourcen.

Die Reihe umfasst folgende Teile:

- «Pfefferkorn. Produzieren – Konsumieren», 1./2. Schuljahr;
- «Süssholz. Produzieren – Konsumieren», ab 3. Schuljahr;
- «Perspektive 21», Konsum, Arbeitswelten, Rohstoffe – Energie, Sekundarstufe I (ab 7. Schuljahr).

Die Materialien «Pfefferkorn» bestehen aus *drei Elementen*:

Faltmappe mit vier Leporellos

Den Schülerinnen und Schülern steht einzeln oder für Tandems eine Mappe mit den vier Leporellos zur Verfügung.

Zu jedem der vier Themen von «Pfefferkorn» gehört ein Leporello, auf welchem jeweils wichtige Zugänge, Inhalte, Fragen und Anregungen für Arbeitsmöglichkeiten aufgeführt sind.

Klassenmaterialien (KM) und drei CDs

Diese Materialien stehen der ganzen Klasse zur Verfügung und sollen den Kindern zugänglich sein. Sie bestehen ausschliesslich aus *Kopiervorlagen*. So wird ermöglicht, dass mehrere Kinder gleichzeitig mit denselben Materialien arbeiten können. Die Klassenmaterialien zu «Pfefferkorn» bieten sowohl ein Grundangebot als auch ein Vertiefungs- und Erweiterungsangebot zu den vier Themen.

Die CDs enthalten die Lesetexte der KM in gesprochener Form, Interviews mit Kindern und Erwachsenen sowie Geräuschrätsel.

Hinweise für Lehrerinnen und Lehrer (HLL)

Die Hinweise zeigen auf, wie mit dem Leporello, den Klassenmaterialien und den CDs gearbeitet werden kann. Zudem enthalten sie Angaben zu den Zielen, die den Materialien zugrunde liegen, und zeigen Möglichkeiten für die Umsetzung im Unterricht auf. Eine der jeweiligen Klasse angepasste Planung für die

Themen und die Auswahl der entsprechenden Materialien bleiben der Lehrperson überlassen. In die Planung werden dabei auch die Kinder einbezogen (Parcoursideen in den Leporellos u.a.).

Inhaltsverzeichnis der Hinweise für Lehrerinnen und Lehrer (HLL)

Allgemeiner Teil

Editorial	S. 2
Form der Materialien, Inhaltsverzeichnis	S. 3
«Pfefferkorn» – Lernparcours	S. 4
Standpunkt: Im Gespräch mit Doris Nold und Andrea Stuker	S. 6
Hintergrund: Konsum, Arbeit, Freizeit	S. 8
Hintergrund: Didaktisches Konzept	S. 10
Begutachten und beurteilen	S. 12

Kommentare zu den einzelnen Themen

Essen und Trinken	S. 16
Vom Rohstoff zum Produkt	S. 45
Arbeit und Freizeit	S. 79
Medien	S. 108

Aufbau der Kommentare

«Pfefferkorn» umfasst *vier Themen* mit je *vier Teilgebieten*. Die Kommentare zu den einzelnen Themen und Teilgebieten sind immer gleich aufgebaut:

Themen

- Übersicht und Einführung zum Thema
- Übersicht zu Leporello, Klassenmaterialien und Projekten

Teilbereiche

- Übersicht und Einführung, themenbezogene Hinweise
- Fördern von Fähigkeiten und Fertigkeiten
- Unterrichtsvorschläge zum Leporello
- Unterrichtsvorschläge Klassenmaterialien (in Tabellenform)
- Projektvorschläge (zu jedem Thema ein bis zwei)

«Pfefferkorn» – Lernparcours

Jedes der vier **Themen** in «Pfefferkorn» umfasst einen grösseren Bereich zu «Produzieren – Konsumieren». Die Themen können unabhängig voneinander bearbeitet werden. Sie bilden je eine abgeschlossene Einheit, können aber auch miteinander in Beziehung gesetzt werden, zum Beispiel die Themen «Essen und Trinken» und «Vom Rohstoff zum Produkt» oder «Arbeit und Freizeit» und «Medien».

Je nach Klassensituation vor Ort und je nach jahreszeitlicher Situation können die Themen verteilt oder nacheinander angegangen werden, z.B. die Themen «Essen und Trinken» und «Vom Rohstoff zum Produkt» als längere Unterrichtssequenz im Sommer und im Herbst, das Thema «Medien» oder das Thema «Arbeit und Freizeit» als Epochenunterricht im Winter und im Frühjahr, parallel zu einem Thema aus dem Bereich «Ich und die Gemeinschaft» u.a.

Jedes Thema gliedert sich in vier **Teilbereiche**. Die Teilbereiche sind bewusst in der jeweiligen Reihenfolge angelegt und aufeinander abgestimmt. Es bieten sich aber verschiedene Möglichkeiten und Wege, ein Thema aufzunehmen und zu bearbeiten. Jeder Teilbereich enthält einen thematischen Schwerpunkt und drei bis vier Akzente bezüglich der Förderung von Denk-, Lern- und Arbeitsweisen (Fähigkeiten und Fertigkeiten).

Zu jedem Thema werden Vorschläge für **Projekte und Aktionen** mit der Klasse unterbreitet (Wechselspiel von angeleitetem und selbstständig-eigenständigem Lernen, von individuellen und dialogisch-koperativen Teilen).

Essen und Trinken	Vom Rohstoff zum Produkt



Arbeit und Freizeit**Medien****Verschiedene Zugänge und Wege**

Mit den Materialien lassen sich verschiedene Zugänge, Begegnungen, Tätigkeiten, Lernformen in der Lernwelt «Pfefferkorn. Produzieren – Konsumieren» gestalten: mit der ganzen Klasse, mit Partner- und Einzelarbeiten, mit angeleiteten und eigenständig-selbstständigen Formen für die Schülerinnen und Schüler.

Entsprechende Hinweise finden sich in den Unterrichtsvorschlägen zum Leporello und zu den Klassenmaterialien.

Alle Themen ermöglichen es,

- Alltagserfahrungen und Bekanntes aus der eigenen Umgebung der Kinder aufzunehmen;
- persönliche Vorstellungen bewusst zu machen und auszutauschen;
- Einblick zu nehmen in Situationen zu Produktion und Konsum und dabei Vorstellungen und Kenntnisse zu erweitern;
- Dinge selber zu erproben, selber herzustellen und damit besser zu verstehen;
- Situationen verweilend und vertieft, aber auch überblicksmässig orientierend anzugehen;
- Situationen in ihrem Zusammenhang und ihrer Veränderung sehen zu lernen;
- Vergleiche anzustellen mit Situationen in früheren Zeiten und anderswo;
- im Austausch miteinander andere Vorstellungen, Denkweisen u.a. kennen zu lernen;
- über das eigene und das gemeinsame Lernen nachzudenken, neue Lernwege kennen zu lernen und zu erproben.

(Vgl. dazu auch im Grundlagenband «Lernwelten Natur – Mensch – Mitwelt» die Unterlagen TS 5 und 6)

Ausgehend von Vertrautem Neues entdecken und in die Ferne schweifen – das können auch Kinder der Unterstufe

Eigenständiges und kooperatives Lernen für Kinder der ersten und zweiten Klasse? Ja! Doris Nold, die Autorin, sowie Andrea Stuker, die Illustratorin, und Ginette Gerber*, die mitgearbeitet hat, legen mit «Pfefferkorn» ein Lehrmittel vor, das selbst den jüngsten Schülerinnen und Schülern Gelegenheit gibt, eigenen Lernwegen zu folgen.

Doris Nold

Vier bunte Leporellos, drei Audio-CDs und ein umfangreicher Ordner mit weiterführenden Klassenmaterialien: Das ist «Pfefferkorn», das jüngste «Kind» der NMM-Reihe. Jüngstes Kind vor allem deshalb, weil es für die Jüngsten der Volksschule entwickelt worden ist: «Pfefferkorn» richtet sich an Schülerinnen und Schüler der ersten und zweiten Klasse und widmet sich – das lässt auf dieser Stufe aufhorchen – den Themen «Essen und Trinken», «Vom Rohstoff zum Produkt», «Arbeit und Freizeit» und «Medien».

Andrea Stuker

Solch «schwierige» Themen für die Kleinsten? Selbstständiges Lernen? Warum denn nicht. Für die Autorinnen jedenfalls steht fest: «Auch Kinder dieser Stufe können sehr wohl selbstständig eigene Lernwege verfolgen und so arbeiten lernen, wie es in späteren Schuljahren von ihnen erwartet wird.» Denn «Pfefferkorn» fördert – wie alle anderen Lehrmittel dieser Reihe – das eigenständige, aber auch das dialogisch-kooperative Lernen. Es baut auf den Erfahrungen der Kinder auf und lässt sie möglichst selbstständig eigene Wege gehen.

Verschiedene Zugänge, individuell verschiedene Lernwege, ein Lernen mit allen Sinnen – und dies an Hand ganz unterschiedlicher Materialien. Zum Beispiel beim Thema «Essen und Trinken» mit einem Ausgangspunkt, der überzeugt: dem Esstisch zu Hause und, gewissermassen als dessen Verlängerung, dem Schulhof, wo das «Znüni» verspeist wird.

Wie bei «Essen und Trinken» beginnen die Schülerinnen und Schüler ihre Lernreise auch bei den anderen drei Themen bei Vertrautem, räumlich und psychisch Nahem. Von da aus schlagen sie einen Bogen in die Weite, beschäftigen sich also auch mit Unvertrautem, Fremdem – und lernen dieses zu verstehen, zu akzeptieren.

Für jedes Thema haben die Autorinnen ein Leporello zusammengestellt, das die Kinder auf eine verspielte Weise mit auf die Reise nimmt. Auf eine Reise, die weit über das Znüni in der eigenen Hand, über vertraute Gewohnheiten der Familie, über die Arbeit der Eltern, über die Schulstube hinausführt: zum Beispiel Ausflüge in die Arbeitswelt, in die Bäckerei etwa oder in eine Druckerei. Nach Ansicht der Autorinnen sind die Kinder dazu ebenso wenig zu jung wie beispielsweise zum Führen von Interviews mit älteren Schülerinnen und Schülern, zum Sammeln von «Spuren» zum Thema «Arbeiten in früheren Zeiten» und zum bewussteren Umgang mit noch wenig vertrauten Medien.

«Pfefferkorn» schreibt Lehrerinnen und Lehrern nichts vor, sondern wird von den Autorinnen explizit als Anregung verstanden, als Impuls. Auch deshalb, sagt Andrea Stuker – sie hat das Lehrmittel illustriert –, hätten sie kein Themenheft produzieren wollen, sondern die Form der Leporellos gewählt. Diese Art, Themen darzustellen, wirke weniger abschliessend, in sich geschlossen; die Lernwege und möglichen Inhalte präsentierten sich «freier», als «Sprungbrett» zu anderen Themen und Fragen, die je nach Klasse und Bedürfnissen der Kinder anders gelagert sein könnten.

«Pfefferkorn» wurde bereits mit Schülerinnen und Schülern erprobt – auch von den Autorinnen selbst. Für sie wie auch für die Kinder sei die Arbeit mit dem neuen Lehrmittel eine Herausforderung gewesen, sagt Doris Nold. Die Kinder hätten auf die ihnen ge-

* konnte am Gespräch mit Iwan Raschle nicht teilnehmen

botenen Themen jedoch sehr gut angesprochen – und auch Eigenständigkeit bewiesen! Als sich ein geplanter Ausflug in eine Fabrik als unmöglich erwiesen habe, seien sich die Kinder rasch einig geworden, hätten sich für eine andere Zielrichtung entschieden und einen «Scooter der Zukunft» skizziert.

Ein anregendes Lehrmittel, inspirierte und tatkräftige Kinder: «Pfefferkorn», so die Autorinnen, diene der Horizonterweiterung, knüpfe aber stets beim einzelnen Kind an, bei seinen ganz persönlichen Erfahrungen, bei seinem Vorwissen und seinen Gefühlen. «Dies», betont Doris Nold, «ist der Ausgangspunkt zu anderen Lebenswelten, zu denjenigen der Kameradinnen und Kameraden – und schliesslich zu Gewohnheiten und Bedürfnissen anderer, fremder Menschen.» Im Unterricht gehe es nicht darum, diese zu bewerten, um beispielsweise über «falsche» Essgewohnheiten zu richten (wobei deren Folgen aber durchaus thematisiert werden), sondern vor allem darum: Kinder vom Vertrauten zum Noch-nicht-Vertrauten zu führen, sie mit unterschiedlichen Lebensweisen, anderen Gewohnheiten vertraut zu machen.

«Was mir gut tut» so heisst ein Teilbereich zum Thema «Essen und Trinken», und dies weist auf die thematische Breite von «Pfefferkorn» hin; das «mir» beinhaltet letztlich auch das «dir» und führt zum «ihr» oder «sie». Eigene Bedürfnisse und Wünsche der Schülerinnen und Schüler stehen wohl im Zentrum, dienen aber gewissermassen auch als «Ausflugsbasis». Und lassen weite Reisen zu, die sich für jedes Kind anders präsentieren: Reisen in Wunschwelten wie das Schlaraffenland, aber auch Entdeckungsreisen in die Bücherwelt der Bibliothek. Träumen ist somit erlaubt, erwünscht, Philosophieren ebenso. Und diese schwierige Disziplin, darin gehen die Autorinnen von «Pfefferkorn» mit denjenigen der Lehrmittel «Kunterbunt» und «Konfetti» einig, ist auch den kleinsten Schülerinnen und Schülern zuzutrauen: «Wenn wir sie nicht abblocken, ihre Aus-

sagen nicht werten», ist Andrea Stuker überzeugt, «dann können wir mit Kindern philosophieren.»

Solche Lernreisen freilich, das verschweigen die «Pfefferkorn»-Autorinnen nicht, sind mit Aufwand verbunden, auch wenn das Lehrmittel Unterstützung anbietet. Zum Beispiel, wenn es den erwähnten Besuch in der Bäckerei zu planen gilt. Einen Besuch, der nicht nur für die Kinder eine wertvolle Bereicherung des Schulalltages darstellt, sondern auch auf grosses Interesse bei den Erwachsenen stösst. Nicht allein bei jenen, die besucht werden, sondern ebenso bei den Eltern. Obschon «Pfefferkorn» die Familien der Schülerinnen und Schüler als Ausgangspunkt nehme, reagierten Eltern keineswegs ablehnend oder ängstlich, sondern offen, sagt Doris Nold. Sofern sie von der Lehrerin, dem Lehrer informiert, mit einbezogen würden und allfällige Bedenken äussern könnten. Die Autorinnen jedenfalls haben positive Erfahrungen sammeln und die Eltern ihrer Schülerinnen und Schüler davon überzeugen können, dass «Pfefferkorn» nicht die einzig wahre Lebensweise propagieren, sondern – im Gegenteil – auf unterschiedliche Sichtweisen aufmerksam machen und die Kinder so über die eigenen Erfahrungen hinausführen will. Mit Erfolg: Die Toleranz sei in ihren Klassen gewachsen, betonen sie, es finde beispielsweise kaum mehr ein Wetteifern statt zwischen Kindern mit einem Pausenapfel und anderen mit einem dicken Znünbrot...

Was als kleiner Erfolg erscheinen mag, kann auch als grosser gesehen werden: Was die Kinder der Unterstufe auf diesen ersten «Entdeckungsreisen» heute lernen, kann wachsen; aus dem überwundenen Neid auf das dickere Znünbrot des anderen kann Toleranz in «wichtigeren» Fragen werden: Das «Pfefferkorn» als Saatkorn für eine tolerantere Gesellschaft – ein Gewürz, das in der «Küche» Volksschule nicht fehlen darf...

iwan raschle

Das Thema «Medien» auf der Unterstufe?
Ja, wenn Medien als Hilfsmittel zur Vermittlung von Botschaften aller Art definiert werden.
Ja, wenn gemeinsam mit den Kindern über Medien in unserem Alltag nachgedacht wird.
Ja, wenn der aktive-kreative Umgang mit Medien zu einem Schwerpunkt wird.
Ja, wenn die Kinder sich mit einem der wichtigsten Medien während des Lese- und Schreib-erwerbs, dem Buch, vertieft auseinander setzen können.

Seit der Erprobung der Materialien mit meiner Klasse höre ich Kinder häufiger sagen: «Versteht du, was ich meine?» «Wie hast du das genau gemeint?» Und: In den Klassen, die das Projekt «Ein Bilderbuch erstellen» durchgeführt haben, zeigt sich, dass sich der Zugang zu diesem Medium positiv verändert hat.

Ginette Gerber, Mitautorin beim Thema «Medien»

Konsum, Arbeit, Freizeit: gesellschaftliche Entwicklungen – Aspekte für den Unterricht

Veränderte Lebenswelten der Kinder – gesellschaftliche Entwicklungen

Die Lebenswelt der Kinder hat sich in den letzten Jahrzehnten immer stärker und schneller verändert. Trends sind dabei zum Beispiel:

- die veränderte Rolle und das grössere Mitwirkungs- und Mitspracherecht der Kinder in der Familie, die (vermeintlich) raschere Emanzipation der Kinder, die verstärkte Einbindung der Kinder und Jugendlichen in die Konsumwelt, der mediengeprägte Alltag, die stärkere zeitliche (Ver-)Planung (z.B. Freizeit), der geringere Einbezug in Arbeitsbereiche zu Hause, die stärkere Trennung von Wohn- und Arbeitsplatz, von Arbeit und Freizeit.

In verschiedenen Untersuchungen und Analysen zur Lebenssituation und zur Lebenswelt von Kindern im Primarstufenalter erscheinen Stichworte wie «Ausbreitung des Konsumsystems», «Konsumterror», «Immer-mehr-haben-wollen-Mentalität», «Umwelt voller Medien» an prominenter Stelle. Konsum, Arbeit, Freizeit sind zentrale Begriffe für die ganze Gesellschaft. Die Lebenswelt der Kinder widerspiegelt den heutigen Lebensstil und die Vorstellungen von Lebensqualität, die sich auf der Grundlage herrschender Lebensbedingungen herausgebildet haben.

Mitbestimmung der Kinder bei Konsumentscheiden

Es zeigt sich, dass Kinder im familiären Konsumverhalten zunehmend mitbestimmen. Sie nehmen dabei nicht nur Einfluss auf die Wahl der für sie gekauften Zwischenverpflegungen und Kleider, sondern auch bei Käufen für die ganze Familie. Gespräche zwischen Kindern und ihren Eltern drehen sich häufig darum, was es zu essen gibt, was gekauft werden soll, was man in Geschäften oder bei Freundinnen und Freunden gesehen hat. Auch die Werbung spricht Kinder immer stärker an, – und mit Erfolg.

Prägend und damit auch wirksam für Verhaltensweisen im Konsumalltag sind in erster Linie Situationen in der Familie bzw. das Verhalten der Eltern. Über Konsumverhalten und -gewohnheiten, Geld, über Situationen bezüglich der Produktion von Gütern wird in vielen Familien aber kaum gesprochen.

Konsum- und Gelderziehung sind zwar nicht primäre Aufgaben der Schule, gehören aber als Teilbereich zur Persönlichkeitsbildung und zur Förderung von Grundhaltungen im Hinblick auf eine nachhaltige Entwicklung in unserer Gesellschaft und Mitwelt.

Essen und Trinken – eine besondere Art von Konsum

Gesellschaftliche Veränderungen der letzten Jahrzehnte in Bezug auf Arbeitszeiten, Erwerbstätigkeit von Frauen, Familiengrösse und -situation, Mobilität, Wohnsituation usw. beeinflussten auch die Ernährungsgewohnheiten: die Mahlzeiten haben sich den Arbeitszeiten angepasst und für die Nahrungszubereitung wird dank Fertigprodukten weniger Zeit aufgewendet als früher. Viele Erwachsene und auch immer mehr Kinder verpflegen sich regelmässig auswärts. Andererseits haben die Ansprüche an die Ernährung zugenommen: Nicht nur sättigen sollen die Speisen, sondern auch einen Beitrag zu Gesundheit und Wohlbefinden leisten. Darüber hinaus sollen die Nahrungsmittel umwelt- und sozialverträglich produziert sein. Das übergrosse Angebot an Nahrungsmitteln führt dazu, dass mehr und mehr das Auswählen und nicht mehr das Beschaffen zum Hauptproblem in der Ernährung geworden ist. Gerade darum erscheint es wesentlich, dass die Schule Fragen des Essverhaltens aufnimmt.

Umgang mit Gütern, Dienstleistungen als Selbstverständlichkeiten

Güter und Dienstleistungen sind in unserer Konsumwelt zu Selbstverständlichkeiten geworden, sie gehören zum Alltag, sind verfügbar, ersetzbar, austauschbar. Auch Nahrungsmittel haben keine besondere Stellung mehr, sie sind beliebige Konsumgüter geworden, die einen Teil ihrer «Identität» verloren haben. Die Arbeit und die Rohstoffe, die hinter Gütern und Dienstleistungen stehen, werden häufig nicht wertgeschätzt, Produzierende und Konsumierende haben sich weiter voneinander entfernt. Mit der Entwicklung der kritischen Konsuminformation und der verbesserten Produktkennzeichnung wird diesen Aspekten in den letzten Jahren wieder vermehrt Be-

achtung geschenkt. Im Hinblick auf eine nachhaltige, ressourcenorientierte Entwicklung gehören auch sie zu einem Bildungskonzept.

Arbeit

Feststellbar ist, dass Kinder in der heutigen Zeit weniger in Arbeitsprozesse zu Hause einbezogen werden und auch weniger Einblick in die Arbeitswelten ihrer Eltern nehmen können als früher. Erhebungen bei Unterstufenkindern in zwei Klassen haben z.B. gezeigt, dass eine Vielzahl von Kindern die Berufe ihrer Mütter und Väter nicht beschreiben können und dass viele Kinder noch nie am (Erwerbs-)Arbeitsplatz ihrer Eltern waren. Häufig zeigt sich zudem bei den befragten Kindern die Vorstellung, dass nur Erwerbsarbeit richtige Arbeit ist (mehrere Kinder gaben zum Beispiel an, dass ihre Mütter «nichts» tun...).

In verschiedenen gebräuchlichen Unterrichtseinheiten beziehen sich die Inhalte (zu) stark auf eine heile Arbeitswelt und vermitteln Klischees von Arbeitssituationen, die nicht mehr der realen Arbeitswelt entsprechen. Im Zusammenhang mit Haus- und Familienarbeit wird häufig ein traditionelles Rollenverständnis dargestellt, das auf einer geschlechtsspezifischen Arbeitsteilung (Mann – Ernährer der Familie, Frau – Hausfrau und Mutter) basiert. Die Auseinandersetzung mit heutigen Arbeitswelten und der Alltagsgestaltung zu Hause fordert die Kinder zum Nachdenken und Vergleichen auf.

Freizeit

Freizeit spielt für die Kinder neben Schule und Gemeinschaftsleben zu Hause eine bedeutende Rolle. Schon 7- bis 8-Jährige erfahren in ihrer Freizeit immer mehr Anregungen, und viele Kinder sind ausserhalb der Schule durch Angebote in den Bereichen Musik, Bewegung, Sport u.a. zeitlich zum Teil stark eingebunden. Selbst initiierte, aktive, freie Zeitgestaltung nimmt bei vielen Kindern im Vergleich zu früher einen geringeren Raum ein. Für manche Kinder stellt sich auch die Frage, mit wem sie Freizeit verbringen können und dürfen. Es entspricht einem häufigen Bedürfnis von Kindern, sich zu Fragen der Freizeitgestaltung äussern und austauschen zu dürfen, nach

neuen Möglichkeiten zu suchen und diese zu erproben. Freizeitaktivitäten sind Teil des Prozesses der Ablösung von zu Hause, der mit Kindergarten und Schuleintritt verstärkt einsetzt.

Medien

Kinder und Jugendliche wachsen heute zu einem grossen Teil in einer «elektronischen», von Medien geprägten Umwelt auf. Sie haben ein Medienangebot zur Verfügung, das mit demjenigen in der Kinderzeit der heute Erwachsenen zwischen 20 und 30 Jahren kaum noch vergleichbar ist; vor 15 Jahren stand z.B. noch in den wenigsten Haushalten ein PC. Medien gehören zum festen Bestandteil des Alltags, sie sind in der Lebenswelt der Kinder omnipräsent. Drei Viertel der Schweizer Kinder im Alter zwischen 5 und 14 Jahren dürfen den Fernseher ungehindert bedienen.

Der Akzent in den vorliegenden Materialien liegt bewusst auf der Förderung eines «produktiven» Umgangs mit Medien (Mitteilungen u.a. selber verfassen, Ideen entwickeln und umsetzen) sowie auf dem Zugang zu Printmedien und der aktiven Begegnung mit Büchern (fächerverbindendes Anliegen).

Didaktisches Konzept

Die Lern- und Lehrmittel «Pfefferkorn. Produzieren – Konsumieren» stützen sich auf ein didaktisches Konzept ab, das für die ganze Reihe der Unterrichtsmaterialien zum Fach Natur – Mensch – Mitwelt, Mensch und Umwelt, Realien entwickelt wurde.

Im Grundlagenband «Lernwelten Natur – Mensch – Mitwelt» wird Lernen sowohl als individueller wie auch als dialogischer Prozess und als aktive Auseinandersetzung mit der Mitwelt beschrieben. Es wird davon ausgegangen, dass sich jeder Mensch im Laufe seiner Entwicklung und auf Grund seiner Erfahrungen seine eigene Welt konstruiert. Im Hinblick auf die Verständigung ist der Dialog und Austausch mit den Mitmenschen jedoch von entscheidender Bedeutung.

Dieses Verständnis des Lernprozesses bezieht sich nicht nur auf die Schülerinnen und Schüler, sondern auch auf Lehrerinnen und Lehrer – auf Erwachsene überhaupt –, denn der Lernprozess beruht weitgehend unabhängig vom Alter auf denselben Gesetzmässigkeiten.

Entsprechend diesem Konzept der gesamten Reihe und gestützt auf den Grundlagenband «Lernwelten NMM» stehen auch in den Materialien «Pfefferkorn» folgende didaktischen Anliegen im Vordergrund:

Lebensweltliche Bezüge

Die Materialien knüpfen an den Erfahrungen und am Vorwissen der Kinder an. Der Bezug zum Leben der Schülerinnen und Schüler wird immer wieder geschaffen.

Verschiedene Zugänge

Unterschiedliche Zugänge zur gleichen Thematik sollen gewährleisten, dass alle Kinder einen Einstieg in die Materialien finden.

Mitbestimmung der Schülerinnen und Schüler

Die Materialien ermöglichen es Kindern, bei der Auswahl der Themen und Inhalte mitzubestimmen. Gemeinsam mit der Klasse kann ein Lernparcours zusammengestellt werden, der den Interessen und Bedürfnissen aller Beteiligten entgegenkommt.

Fördern von Fähigkeiten und Fertigkeiten

Der Erwerb von inhaltlich-thematischem Wissen ist nach wie vor zentral, doch wird er konsequent verbunden mit der Entwicklung von «Werkzeugen» des Handelns, Denkens und Fühlens bzw. mit der Förderung von bestimmten Fähigkeiten und Fertigkeiten. In den Materialien «Pfefferkorn» werden dabei gezielt Akzente gesetzt, so u.a. beim

- Fragenstellen, Betrachten und Beobachten, Vergleichen, Vermuten,
- Erkunden, Untersuchen,
- Gewinnen und Verarbeiten von Informationen aus Medien,
- Gewinnen von Orientierungshilfen zu Themen,
- Umsetzen, Darstellen, Präsentieren.

Zudem wird angeregt, auf eigenen Wegen Neues zu erschliessen und in kleinen Vorhaben Kenntnisse und Strategien möglichst gut anzuwenden → Projekte.

Hinweise zu möglichen Akzenten der Förderung von Fähigkeiten und Fertigkeiten in Verbindung mit verschiedenen Inhalten finden sich in den Einführungen zu den Teilbereichen und in den Tabellen zu den Klassenmaterialien.

Selbstständig-eigenständiges Lernen

Die Materialien sind weitgehend so aufbereitet, dass die Schülerinnen und Schüler selbstständig damit arbeiten und ihre Eigenständigkeit weiter entwickeln können. Lehrerinnen und Lehrer begleiten dabei die Lernprozesse, indem sie Einblick geben in ihr Denken und ihre Strategien, durch Anleiten und Vorzeigen, durch Beratung und Hilfestellungen, durch Ansporn und Ermutigung zum Selbersuchen, Ausprobieren und Experimentieren.

Dialogisch-kooperatives Lernen

Viele Materialien fordern zum Dialog und zur Kooperation mit anderen auf. Im Gespräch mit andern Kindern formulieren die Schülerinnen und Schüler ihre eigenen Gedanken und nehmen auch jene ihrer Kameradinnen und Kameraden wahr. Dies wiederum regt sie zur Reflexion ihrer eigenen Meinung an.

Individualisierendes Lernen

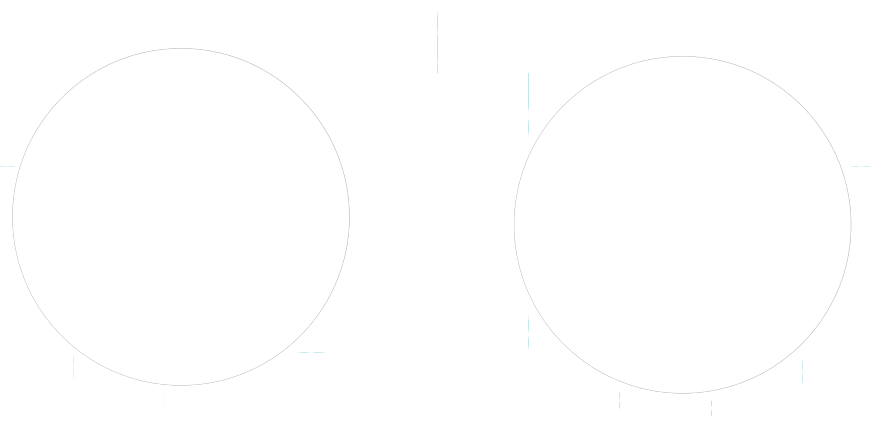
Die Fülle der Unterlagen in den Leporellos und in den Klassenmaterialien ermöglicht es den Kindern immer wieder, allein oder in kleinen Gruppen ihren eigenen Weg zu gehen. Persönliche Interessen sowie Stärken und Schwächen der Schülerinnen und Schüler können so berücksichtigt werden.

Zielorientierung

Bei der Entwicklung der Lern- und Lehrmaterialien wurde darauf geachtet, dass die Lernziele immer der folgenden doppelten Ausrichtung Rechnung tragen: *Lernziele sind sowohl themenbezogen als auch auf die Förderung von Fähigkeiten und Fertigkeiten ausgerichtet. Die beiden Ausrichtungen bedingen einander.*

Zur Verdeutlichung und Veranschaulichung dient das Bild des *Feldstechers*: Schauen wir nur durch das eine oder das andere Okular, zeigt sich zwar eine detaillierte Sicht der Dinge, doch ein ganzheitliches Bild mit dreidimensionaler Tiefe ergibt sich nur beim gleichzeitigen Blick durch die beiden Okulare.

Auf das Lernen und die Lernziele übertragen, bedeutet dies: Das eine Okular symbolisiert die *Tätigkeiten*, das andere die *Inhalte*. Erst das Verschmelzen der beiden Bereiche ergibt das Ganze.



Begutachten und Beurteilen

Lernen im hier dargelegten Verständnis kann am ehesten als ein Entwickeln und nachhaltiges Verändern persönlicher Vorstellungen und Konzepte charakterisiert werden. Lernprozesse und Lernfortschritte lassen sich im Hinblick auf weitere Entwicklungen begutachten und beurteilen. Zielorientierte, auf die Förderung von Fähigkeiten und Fertigkeiten und auf die Entwicklung von Vorstellungen und inhaltlichen Konzepten bezogene Beurteilungssituationen werden auf den Seiten 12–15 vorgestellt.

Nahrungsmittel: Vorwissen/Vorverständnis im Vergleich mit dem Wissen nach dem Lernprozess (Vor- und Nachkonzept)

→ Thema «Essen und Trinken», Teilbereich «Was mir gut tut», im Speziellen KM 15–20

Verschiedene Studien zum Lernen belegen, dass das Berücksichtigen des (fachspezifischen) Vorwissens oder Vorverständnisses einer der wichtigsten Faktoren beim Einleiten von Lernprozessen ist: Je besser dieses Vorwissen aufgenommen wird, desto grösser ist die Chance, dass Wissen erweitert, neu aufgebaut oder korrigiert wird. – Es mag erstaunen, dass schon mit Kindern der Unterstufe das komplexe Thema der Nahrungsmittel(pyramide) aufgenommen wird. Die Realität zeigt aber, dass Schülerinnen und Schüler dieser Altersstufe bereits einiges Wissen mitbringen und auch in der Lage sind, stufengemäss zu ordnen und zu klassifizieren. Im Weiteren zeigen Untersuchungen, dass gerade im Bereich der Essgewohnheiten sehr früh Grundmuster gebildet werden. Diese gilt es – mit dem nötigen Respekt vor familien- und kulturbezogenem Wissen – mit sachbezogenem Wissen «anzureichern». Ein Vergleich des Vorwissens mit dem «Wissen danach» lässt Lernfortschritte erkennen und motiviert zu neuem Lernen (vgl. dazu Grundlagenband «Lernwelten Natur Mensch – Mitwelt»: TS – Stichwort 3: «Das Vorverständnis prägt das Lernen» und das Unterrichtsbeispiel (UB) 1/2. Schuljahr: «Was kann und weiss ich besser als vorher?»)

Worum	Woran	Wie
Vorkonzept – Nachkonzept: Es geht darum, zu Beginn der Arbeit mit dem Thema «Nahrungsmittel» hör- und sichtbar zu machen, – was die Kinder bereits als Sachwissen zum Thema erworben haben; – nach welchen Gesichtspunkten sie Nahrungsmittel zu Gruppen zusammenfassen (z.B. gern/nicht gern; Gemüse; Desserts...); – was für Meinungen und «Vorurteile» sie zu bestimmten Themen oder Sachverhalten haben, z.B. was gesund und was ungesund ist bzw. was ihnen gut tut/nicht gut tut; – was sie interessiert, was für Fragen sie haben. Am Schluss der Arbeit geht es darum, den Lernfortschritt zu erkennen und festzuhalten (vgl. Kolonne 3).	Ich erhebe das Vorverständnis/Vorwissen bzw. den Entwicklungsstand zu verschiedenen Bereichen, indem die Kinder zu bestimmten Stichworten/Bildimpulsen/Gegenständen sagen, – was sie dazu schon wissen, denken, meinen; – was sie für Fragen haben; – was sie besonders am Thema interessiert bzw. was sie nicht interessiert. Im Hinblick auf das Erheben des Lernfortschrittes ist wichtig, dass die Beiträge – durch die Lehrperson oder durch die Kinder selbst – festgehalten werden. Vorschlag: Fragen/Aufgaben zur Standortbestimmung 1. Schreibe (...) Nahrungsmittel auf, die du kennst. 2. Bilde Gruppen von Nahrungsmitteln, die zusammengehören (vorbereitetes Blatt mit «Körbchen» oder «Kästchen»). 3. Es gibt Nahrungsmittel, die als «gesund» gelten. Kennst du solche? Schreibe sie auf. Kennst du auch «ungesunde» oder weniger gesunde? Schreibe auch diese auf. 4. Was möchtest du über Nahrungsmittel lernen?	Erheben des erweiterten Verständnisses, des neuen Wissens im Verlauf oder am Schluss der Unterrichtseinheit – Vergleich zwischen Vor- und Nachkonzept Vorschlag: Die Kinder arbeiten mit ihren Unterlagen der Standortbestimmung am Anfang (vgl. Kolonne 2). Sie überlegen sich, was sie jetzt neu und besser wissen und was sie schon vorher gewusst haben. Im Gespräch mit der Lehrerin (aufwändig, aber sehr ergiebig) bzw. schriftlich und mit Zeichnungen geben sie Auskunft über ihr Wissen und ihre Lernfortschritte. Aufgaben 1–4: Gleich wie Standortbestimmung – Zusatz zu Frage 4: - Was hast du Neues gelernt? Hast du gelernt, was du lernen wolltest? Wenn ja: Schreibe oder zeichne, was du gelernt hast. Weitere mögliche Aufgaben: – Nenne Gruppen von Nahrungsmitteln aus der Nahrungsmittelpyramide. – Gib zu jeder Gruppe ein Beispiel.

Begutachten und beurteilen – eine Möglichkeit

Eine Frucht untersuchen: Entdecken – Erforschen – Untersuchen

→ Thema «Vom Rohstoff zum Produkt», Teilbereich «Rund um den Apfel», im Speziellen KM 1–2

Der Unterricht im Fach Natur – Mensch – Mitwelt bzw. Mensch und Umwelt bzw. Realien ist einerseits auf den Erwerb von Kenntnissen und Erkenntnissen, andererseits auf die Förderung von bestimmten Fähigkeiten und Fertigkeiten ausgerichtet. Die Erfahrungen mit dieser Altersstufe und die Erprobungen der Materialien zeigen, dass mit der nötigen Anleitung die Kinder fähig sind, in entdeckender und erforschender Weise selbst neue Kenntnisse zu erwerben und diese anderen Kindern weiterzugeben.

Worum	Woran	Wie
Es geht darum, eine Sache (hier: eine Frucht) selbst zu untersuchen und sich dabei neue Kenntnisse anzueignen. Am Beispiel der Untersuchung eines Apfels (KM 1a–b und 2) lernen die Kinder, – wie «mit allen Sinnen» und schrittweise ein Apfel untersucht und – wie dabei Neues erfahren und entdeckt werden kann. Die Kinder lernen ein Vorgehen/Verfahren kennen und üben danach, dieses auf eine neue Situation zu übertragen. – Sie werden so in ihrer Fähigkeit gefördert, Sachverhalte selber zu untersuchen. – Gleichzeitig erwerben sie neues Sachwissen. (Vgl. dazu Grundlagenband «Lernwelten Natur – Mensch – Mitwelt», Thematisch-strukturierter Zugang, Stichwort 4: Zielorientierung mit ihrer doppelten Ausrichtung →: «Feldstecher»-Metapher)	Ich erkenne den Entwicklungsstand bzw. die Lernfortschritte daran, wie gut es den Schülerinnen und Schülern gelingt, – die Vorgehensschritte, die sie bei der Untersuchung des Apfels gelernt haben, auf eine neue Situation zu übertragen; – mögliche Anpassungen an die neue Situation vorzunehmen; – die Ergebnisse ihrer Untersuchung zeichnerisch und (oder) sprachlich festzuhalten; – den Klassenkameradinnen und -kameraden zu berichten, wie sie vorgegangen sind und was sie herausgefunden haben; – formulieren zu können, – was ihnen gut gelungen ist; – wo sie beim Lösen der Aufgabe auf Schwierigkeiten gestossen sind.	Eine andere Frucht untersuchen <i>Variante 1:</i> Jedes Kind wählt selbst eine Frucht, die es untersuchen will. <i>Variante 2:</i> Die Lehrperson stellt eine beschränkte Anzahl unterschiedlicher Früchte zur Verfügung. Mehrere Kinder untersuchen die gleiche Fruchtart. <i>Sozialform:</i> Die Untersuchung kann in Einzel- oder als Partnerarbeit gemacht werden. <i>Innere Differenzierung:</i> Die Kinder können selbst wählen, ob sie die Frucht mit Hilfe des Vorgehensplans (wie beim Apfel) untersuchen wollen oder ohne Hilfe dieses Gerüsts. <i>Reflexion:</i> Entweder gemeinsam im Klassenverband oder als zusätzliche individuelle Aufgabe: – Wie bin ich/sind wir vorgegangen? – Was habe ich gelernt? – Was war schwierig, was einfach?

Arbeit in der Familie: Verantwortung übernehmen – Mitarbeiten – Zuverlässigkeit – Durchhaltevermögen

→ Thema «Arbeit und Freizeit», Teilbereich «Bei uns daheim», im Speziellen KM 20–23

Es geht bei diesem Vorschlag um Haltungen und Einstellungen, um einen Bereich also, der in Lehrplänen im Sinne der Selbst- und Sozialkompetenz auftaucht. Die Bedeutung der Förderung oben genannter Persönlichkeitsmerkmale wird kaum je bestritten. Fragen gibt es eher zum *Wie*. Entscheidend ist deshalb auf dieser Altersstufe, wo diese Persönlichkeitsmerkmale noch wenig gefestigt sind, dass den Kindern Aufgaben gestellt werden, die sie fordern, aber nicht überfordern. Ohne Zweifel handelt es sich in Bezug auf das Begutachten und Beurteilen um einen schwierigen Bereich. Trotzdem wird er hier aufgenommen: einerseits, weil damit die Kinder in ihren Entwicklungsmöglichkeiten ernst genommen werden, und andererseits, weil mit dem Angehen dieses Themas ein konkreter Beitrag zur Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus geleistet werden kann.

Worum	Woran	Wie
Mitarbeiten zu Hause – Es geht darum, den Kindern Gelegenheit zu geben, sich mit den vielen kleineren und grösseren Arbeiten zu befassen, die zu Hause tagtäglich anfallen. – Durch das Auswählen, Sich-Zutragen und Ausführen einiger Arbeiten machen die Kinder Schritte in Richtung Übernahme von <i>Verantwortung, Zuverlässigkeit</i> und <i>Durchhaltevermögen</i>.	Ich erkenne den Entwicklungsstand bzw. die Lernfortschritte daran, wie gut es den Schülerinnen und Schülern gelingt, – sich einen Überblick über die bei ihnen zu Hause anfallenden alltäglichen Arbeiten zu verschaffen, z.B. indem sie die Hausarbeiten der Augustine bezeichnen und ergänzen (KM 22a–b); – die Geräusche auf CD 2, Nr. 18 zu erkennen und zuzuordnen; – ihnen angepasste Hausarbeiten auszuwählen und zu begründen, warum sie diese ausgewählt haben; – diese Arbeiten während der abgemachten Zeit auch auszuführen; – sich im Verlauf und nach Abschluss der Arbeiten Gedanken zu machen und darzulegen, wie gut es ihnen gelungen ist, diese Aufgaben zu erledigen, was dabei schwierig war, was zu einem Erfolgserlebnis wurde; – sich nächste Schritte vorzunehmen und diese in konkrete Vorhaben umzuformen.	Ausgangspunkt ist KM 23a–b, «Ich helfe im Haushalt». Als Begutachtungs- bzw. Beurteilungssituation wird der Vorschlag mit dem Gutschein zu Gunsten der Familie aufgenommen. Der Vorschlag eignet sich gut, um eine <i>mündliche</i> oder <i>schriftliche</i> Standortbestimmung in Bezug auf die angestrebten Ziele vorzunehmen (vgl. auch CD 2, Nr. 19): – In aufbauender Art kann mit den Kindern zusammen festgestellt und festgehalten werden, ob bzw. inwiefern die gesetzten Ziele erreicht / nicht erreicht wurden: – Was ist gelungen, was nicht? – Was war leicht, was schwierig? Warum? – Im Hinblick auf die nächsten Schritte können individuell unterschiedliche neue Ziele gesetzt werden, evtl. auch verbunden mit ähnlichen Aufgaben in der Schule.

Begutachten und beurteilen – eine Möglichkeit

Projektarbeit: Eigenständiges und kooperatives Arbeiten

→ Thema «Medien», Teilbereich «Rund ums Buch», im Speziellen Projekt «Ein Bilderbuch erstellen», S. 135 (vgl. auch KM 33, 34, 36, 38, 39, 45, 47)

Mit dem Projekt als offener Unterrichtsform werden grundlegende Bildungsanliegen verbunden. Diese zielen hin auf ein Menschenbild, das sich auszeichnet durch persönliche Autonomie und Eigenständigkeit, verbunden mit sozialen Fähigkeiten in einer demokratischen Gesellschaft. – «Pfefferkorn» nimmt diese Grundausrichtung auf und gibt Einblick in verschiedene realisierte Projekte. Vorbereitet werden diese jeweils mittels Anregungen in den Klassenmaterialien. In kleinen Schritten erlernen die Kinder die nötigen «Werkzeuge des Handelns und Denkens». Diese Fähigkeiten und Fertigkeiten erlauben es ihnen, unter Anleitung der Lehrperson Vorhaben zu planen und umzusetzen. Die Beispiele sollen ermutigen, ähnliche Vorhaben – angepasst an die jeweiligen Verhältnisse – mit den Kindern durchzuführen. Die unten stehenden Ausführungen beziehen sich im Konkreten auf das Projekt «Ein Bilderbuch erstellen». In den Grundzügen können sie aber auf viele andere Projekte und Vorhaben zu den «Pfefferkorn»-Themen übertragen werden.

Worum	Woran	Wie
Beim Projekt «Ein Bilderbuch erstellen» stehen folgende Anliegen im Vordergrund: – <i>Kenntnisse/Erkenntnisse:</i> – wissen, welche Schritte beim Herstellen eines Buches nötig sind (von den ersten Ideen bis hin zum gedruckten und gebundenen Buch). – <i>Fähigkeiten/Fertigkeiten:</i> – eigene Ideen entwickeln, Geschichten erfinden; – sich mit andern zusammen auf eine Geschichte einigen; – eine Arbeit in Teilschritte zerlegen und schrittweise ausführen; – einem Publikum das fertige Produkt präsentieren. – <i>Haltungen/Einstellungen:</i> – Verantwortung übernehmen in allen Phasen des Projekts.	Ich erkenne den Entwicklungsstand bzw. die Lernfortschritte daran, wie gut es den Schülerinnen und Schülern gelingt, – Auskunft zu geben über die Schritte, die es braucht, um ein Buch herzustellen; – ausgehend von einer angefangenen Geschichte eigene Ideen zu entwickeln; – den Mitschülerinnen und Mitschülern zuzuhören und auf ihre Ideen einzugehen; – gleichzeitig aber auch eigene Ideen einzubringen und zu vertreten; – mitzudenken beim Planen der Arbeitsschritte und Verantwortung zu übernehmen beim Durchführen der Arbeiten; – selbstständig einzelne Teilschritte auszuführen; – bei der Vorbereitung der Präsentation mitzudenken; – während der Präsentation einen eigenständigen Beitrag zu leisten.	Beim Begutachten bzw. Beurteilen in diesem Bereich geht es einerseits um den <i>Prozess</i> und andererseits um das <i>Produkt</i>. Steht am Schluss ein <i>Gemeinschaftsprodukt</i>, bei dem es schwierig (und auch nicht sinnvoll) ist, den individuellen Anteil zu begutachten, eignet sich das Anlegen eines «Projekt-Journals», das jedes Kind führt und wofür Zeit einzuplanen ist. Diese <i>«Spur»</i> des Lern- und Erfahrungsprozesses gibt Einblick in das, was beim einzelnen Kind während des ganzen Projekts abläuft bzw. abgelaufen ist. Zusammen mit den <i>Beobachtungen</i> der Lehrperson ergeben sich so viele Anhaltspunkte zur <i>förderorientierten Lernbegleitung</i>. Die <i>Kriterien</i> ergeben sich aus den Zielsetzungen bzw. Beobachtungsgesichtspunkten in den zwei nebenstehenden Spalten.

Essen und Trinken



Einführung

In den letzten Jahrzehnten hat sich in unserer Gesellschaft vieles verändert. Das widerspiegelt sich auch in unserem Umgang mit Essen und Trinken: Das gemeinsame Familien Mittagessen, beginnend mit einer nahrhaften Suppe, ist eher eine Seltenheit geworden. Einzelne Familienmitglieder verpflegen sich ausser Haus, die Gerichte bereiten wir nicht mehr alle selber zu, erst recht erzeugen wir nicht mehr alle Nahrungsmittel selber. Migration und Reiselust haben ihre Spuren auf helvetischen Speisezetteln hinterlassen und nicht zuletzt haben auch immer neue wissenschaftliche Erkenntnisse und ökonomische Sachzwänge das Lebensmittelangebot verändert, denken wir nur an die zunehmende Zahl von konservierten Lebensmitteln.

Heute ist in unseren Breiten die Nahrungsbeschaffung an sich kaum mehr ein Problem. Es erscheint darum auch nicht mehr lebensnotwendig, unbedingt von dem zu essen, was auf den Tisch kommt. Das Lebensmittelangebot ist ja stets verfügbar, unglaublich vielfältig, verlockend präsentiert und im Vergleich zu den Einkommen so preisgünstig wie noch nie. Mehr und mehr ist das Auswählen und nicht mehr das Beschaffen zum Hauptproblem in der Ernährung geworden. Da wir uns bei der Auswahl häufig von Gefühlen und momentanen Gelüsten leiten lassen,

unterstützen die gewählten Produkte nicht in jedem Fall eine ausgeglichene und angepasste Ernährungsweise. Das hat mitunter Folgen für unsere Gesundheit: Über- und Untergewicht auch schon bei Kindern, Karies, Herz-Kreislauf-Krankheiten, Bluthochdruck, Diabetes, Gicht und Osteoporose (Knochenschwund). Angepasstes, gesundes Essverhalten kann mithelfen, diesen ernährungsbedingten Krankheiten vorzubeugen. Es soll bereits in den ersten Lebensjahren aufgebaut werden, bevor mögliche Folgen sichtbar werden. Eltern bestimmen in den ersten Jahren nicht nur das Nahrungsangebot, sie prägen durch ihr Vorbild auch die gefühlsmässige und soziale Bedeutung, die dem Essen zugemessen wird. Mit dem Schuleintritt der Kinder verringert sich der familiäre Einfluss, Freundeskreis und Werbung gewinnen an Bedeutung. Kinder entscheiden immer früher, was sie wollen, auch beim Essen. Gerade darum erscheint es wesentlich, dass die Schule Fragen des Essverhaltens aufnimmt, dass sie den Kindern hilft, ihre Gewohnheiten zu überprüfen und eventuell zu verändern, dass sie vermittelt: Essen ist keine Tätigkeit, die man nebenbei erledigen kann.

Znüni

Viele Schülerinnen und Schüler der Unterstufe bestimmen bereits mit bei der Auswahl ihrer Zwischenverpflegung. Daher ist der erste Teil der Lernmaterialien den Zwischenmahlzeiten gewidmet. Ein ungeliebtes Znüni vergammelt im Schulsack oder landet im Abfalleimer, da lohnt sich kein elterlicher Machtkampf. Aber was dann? Kein Znüni? Oder ein fertiger Snack, farbig verpackt, süss und fettreich? Vielleicht gibts Alternativen, zeitlich machbare, preiswerte und obendrein gesunde? Vielleicht werden das Rüeblisandwich oder der gefüllte Apfel zum Hit, wenn man sie selber herstellen kann?

Essgewohnheiten

Nur selber Erlebtes und Erfahrenes kann Verhaltensänderungen bringen, gerade Themen rund ums Essen bergen da eine grosse Chance: Nahrungsmittel können in der Schule «in natura» mit allen Sinnen erlebt werden, gemeinsame Essanlässe sind etwas Be-

sonderes und fast allen Kindern bereiten kulinarische Erlebnisse Freude. Sie lernen dabei nicht nur ihnen unbekannte Nahrungsmittel und Gerichte kennen, sie werden auch auf eigene und fremde Essgewohnheiten aufmerksam. Der zweite Teil regt an zum Erforschen und zum Vergleichen von «Esskulturen» und Ernährungsgewohnheiten. «Essen und Trinken» zeigt im Weiteren Möglichkeiten auf, wie projektartig am Thema «selber Nahrung zubereiten» gearbeitet werden kann.

Was mir gut tut

Grundvoraussetzung für eine Verbesserung des Ernährungsverhaltens ist die Kenntnis des eigenen Nahrungsbedarfes. Der dritte Teil der Lernmaterialien geht den Fragen «Was essen?» und «Wie viel essen?» nach. Die in sieben Gruppen unterteilte Nahrungsmittelpyramide ist die bildliche Darstellung einer gesunden Verpflegung. Die Pyramide erlaubt es den Kindern, das übergrosse Nahrungsangebot kennen zu lernen, zu ordnen und eine Wahl zu treffen, die ausgewogen, abwechslungsreich und angepasst ist.

Schlaraffenland

Der vierte Teil lädt ein zu einer Reise ins Schlaraffenland, damit spannendes Entdecken, gemeinsames Tun und bewusstes Geniessen nicht auf der Strecke bleiben!

Hinweise auf weiterführende Unterlagen

Martyn Bramwell

Was wir essen. Abenteuer Umwelt

Verlag Dorling Kindersley

Dieses Sachbilderbuch erklärt ökologische Zusammenhänge und gibt Anregungen für alle, die selbst aktiv werden möchten. Themen: Nahrung für die Welt, Landwirtschaft, Nahrung für morgen. Es richtet sich an Erwachsene und Kinder. Zum Selberlesen ab 9 Jahren.

Christiane van Betteray

Schlaraffenland

Christophorus Verlag

Erlebnisbuch rund ums Essen, Schmecken und Geniessen. Spiele, Aktionen, Infos, Rezepte für Kindergarten und Schule.

Karin Birgelen

Gesundheitswerkstatt

Verlag ProKiga

Der Ordner ist für den Unterricht als Werkstatt aufgebaut und in vier Themen gegliedert: Ernährung, Zähne, Arzt und Spital sowie Körper.

Lukas Hartmann

Leo Schmetterling

Nagel & Kimche

Erzählbuch. Leo ist ein Tollpatsch. Am liebsten wäre er ein Schmetterling. Indem er viel isst, um dick zu werden, versucht er sein Ziel zu erreichen und sich zu verpuppen. Dies misslingt. Letztlich kommt er aber doch zu seinem Schmetterlingsglücksgefühl.

Autorengruppe

Genussvoll

Lehrmittelverlag Aargau

Reihe Gesundheitsförderung in der Schule. Hinweise und Anregungen zu Themen wie Znünis, Einkaufen, Taschengeld u.a. Heft für die gesamte Primarstufe.

Übersicht zu Leporello, Klassenmaterialien und Projekten

Leporello	Klassenmaterialien	CD	Projekte
			
			
			
			

Teilbereich «Znüni»



Worum es geht

Im Mittelpunkt dieses Teilbereichs stehen zwei Fragen: Warum sind Zwischenverpflegungen wichtig? Welche Zwischenverpflegungen sind sinnvoll?

Mit den Unterrichtsmaterialien können folgende Themen bearbeitet und mit der Förderung bestimmter *Fähigkeiten und Fertigkeiten* verbunden werden:

- Die eigenen Znüniessgewohnheiten wahrnehmen, Einblick in die Znüniessgewohnheiten anderer Kinder gewinnen, vergleichen.
- Verschiedene Znüni kennen lernen und nach persönlichen Gesichtspunkten ordnen.
- Erfahren, dass Zwischenverpflegungen das eigene Wohlbefinden unterstützen helfen; eigenes Befinden und eigene Verhaltensweisen wahrnehmen und überdenken.

Themenbezogene Hinweise

Am Morgen liegt die letzte Nahrungsaufnahme vor dem Einschlafen bei einem Schulkind zehn oder mehr Stunden zurück. Das Frühstück liefert die Startenergie für den Tag und das Znüni hilft, sich auch am späteren Vormittag fit und wohl zu fühlen. Ein sinnvolles Znüni trägt zu einer ausgeglichenen, abwechslungsreichen Ernährung bei. Ausserdem sollte es praktisch und ökologisch sinnvoll verpackt mitgenommen werden können, dem Appetit angepasst sein und die Vorlieben des Kindes berücksichtigen.

Jüngere Kinder können pro Mahlzeit mengenmässig weniger zu sich nehmen als Jugendliche oder Erwachsene. Daher ist eine Verteilung der täglichen Nahrungsmenge auf drei Haupt- und zwei Zwischenmahlzeiten sinnvoll. Wachstum, Bewegung und das Verarbeiten von neuen Erfahrungen erhöhen den Bedarf, sowohl in energetischer als auch in stofflicher Hinsicht. Allerdings wird der Energiebedarf von jüngeren Kindern häufig überschätzt; er liegt für 7–9-jährige Kinder bei 8400 Kilojoules (ca. 2000 Kalorien). Mit einer angemessenen Energiezufuhr muss auch der Nährstoffbedarf gedeckt werden können. Für die Praxis heisst das: Die Nahrungsmittel sollten nicht übermässig Energie liefern, aber reich an lebensnotwendigen Stoffen sein. Zwischenverpflegungen helfen die Energie- und Nährstoffversorgung zu sichern und verhindern, dass in langen Pausen zwischen den Mahlzeiten der Blutzuckerspiegel stark sinkt. Die Folgen von solchen Tiefs sind Konzentrationsrückgang, Müdigkeit und Nervosität. Eine Zwischenmahlzeit sollte ca. 10% des täglichen Energiebedarfes abdecken. Genauso wesentlich ist der Beitrag der Zwischenverpflegungen an eine ausgeglichene, abwechslungsreiche Ernährung (Früchte, rohe Gemüse, Vollkornprodukte, Getränke).

Fördern von Fähigkeiten und Fertigkeiten

Die folgenden Hinweise zeigen, welche *Akzente* in Bezug auf die Förderung von Fähigkeiten und Fertigkeiten in diesem Teilbereich gesetzt werden. Es werden einige Klassenmaterialien (KM) aufgeführt, die sich dazu besonders gut eignen.

Ordnen und vergleichen

KM 1: Ein gutes Znüni für mich

KM 2a–e: Znüni-Möglichkeiten

KM 3: Znüni essen macht Spass

Um die Übersicht zu behalten, ordnen und vergleichen wir im Alltag immer wieder die verschiedensten Dinge. Auch die Schülerinnen und Schüler tun dies, z.B. mit ihren Schulsachen, mit ihren Znüni usw.

Darstellungsformen kennen lernen

KM 5a–b: Znüni-Umfrage im Schulhaus

KM 6: Wie fit bin ich zum Arbeiten?

Mit dem Kennenlernen von einfachen Darstellungsformen (Tabelle, Diagramm) können die Kinder Erlebnisse und Erfahrungen festhalten und sichtbar machen. Eine Znüni-Umfrage wird mit Hilfe von Stichworten auch für Kinder, die noch nicht sehr gewandt im Schreiben sind, ein schönes Erfolgserlebnis.

Ergebnisse modellhaft festhalten

KM 7: Kletterstangen

KM 8: Tagesform

Der Zusammenhang von Zwischenverpflegung, Wohlbefinden und Tageszeit wird modellhaft mit der Kletterstangen-Darstellung und dem Tagesform-Diagramm gezeigt.

Unterrichtsvorschläge zum Leporello

Teilbereich «Znüni»

Die Leporelloseite zeigt einen Ausschnitt von KM 1, ergänzt mit Darstellungen verschiedener Situationen auf dem Pausenplatz.

Einige Möglichkeiten zum Einsteigen

Im Klassenkreis steht eine grosse, gefüllte Schachtel als Znüni-Box wie auf dem Leporello, evtl. anfangs unter einem Tuch verborgen. Die Kinder betrachten und beschreiben, was zu sehen ist; sie äussern Vermutungen, tasten, raten. Sie benennen die Züni. Während die Kinder die Augen schliessen, werden einige Znüni weggenommen – welche fehlen? Oder: Die Plätze der Znüni werden vertauscht – wo liegen jetzt welche Znüni, worin unterscheiden sich die vertauschten Znüni? Die Kinder merken sich die Znüni – wie viele können sie memorieren?

Die Kinder betrachten die Bilder auf dem Leporello und teilen ihre Gedanken mit. Sie stellen Vermutungen an und äussern eigene Erfahrungen zu den dargestellten Situationen. Wann, wo und in welchem Zusammenhang ist es ihnen ähnlich ergangen? Was könnte in den Sprechblasen stehen? Welche Znüni erkennen die Kinder auf den Bildern? Ist das eigene Znüni auch zu sehen? Auf welche Znüni hat man gerade grosse Lust, auf welche weniger? Beschreiben: «Mein Znüni auf dem Bild sieht so aus: Es ist...» Wer erkennt es?

Die Szenen eignen sich auch zum Nachspielen.

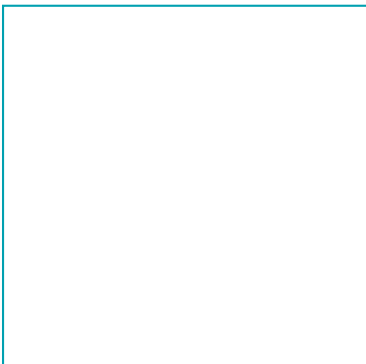
Im Verlaufe der Arbeit mit den Klassenmaterialien

Mit dem Leporello können die Arbeitsaufträge auf KM 1, 2, 3, 5 vorbereitet oder es kann darauf Bezug genommen werden. Neue Aufträge entstehen oft auch durch Anregungen der Kinder. Erlebnisse auf dem Pausenplatz, zum vergessenen Znüni, zum Znüniteilen usw. werden erzählt. Im Deutschunterricht lernen die Kinder Begriffe kennen, unterscheiden und zuordnen. Anhand der Illustration lassen sich verschiedene Gesprächsformen üben, z.B. im Rollenspiel das Partnergespräch.

Auf der CD 1, Nr. 3 erzählen Kinder, was sie zum Znüni mitnehmen.

Den Teilbereich abschliessend

Bei den Rückmeldungen ist das Leporello eine hilfreiche Gedankenstütze: Woran kannst du dich erinnern? Hat dich etwas zum Staunen gebracht? Warst du bei einer Arbeit nachdenklich? Welche Erfahrung war für dich wichtig?



UNTERRICHTSVORSCHLÄGE KLASSENATERIALIEN, TEILBEREICH «ZNÜNI»

Titel	Worum es geht: Inhalte, Fähigkeiten und Fertigkeiten	Vorschlag zum Vorgehen	Wie könnte es weitergehen?	Material, Hinweise zum Lehrmittel «Sprachfenster»
KM 1 Ein gutes Znüni für mich	– Verschiedene Znüni benennen und kennen lernen – Eigenschaften verschiedener Znüni herausfinden	– Verschiedene Znüni benennen und die jeweiligen Merkmale vergleichen, z.B. Geschmack, Verpackungsart, Zuckerzugabe, Konsistenz...	– Gemeinsam nach Merkmalen ordnen	– Verschiedene Znüni – Folie, wasserlösliche Filzstifte
KM 2a-e Znüni-Möglichkeiten	– Znüni vergleichen und nach Merkmalen ordnen – Tabelle und Diagramm als Darstellungsform kennen lernen	– Aufgeführte Nahrungsmittel in die Schule bringen und ordnen – Mögliche Ordnungskriterien = Lebensmittelgruppen (Früchte und Gemüse, Getränke, Süssigkeiten), Verarbeitungsart (von mir verarbeitet, fertig gekauft) – Kinder überlegen sich eigene Ordnungskriterien. – Mit Wortkärtchen oder Bildkärtchen ordnen	– Thematik Verpackung ansprechen: Welche Abfälle entstehen beim eigenen Znüni? – Geeignete Verpackungen ausdenken – Abfall sortieren nach Entsorgungsart; was kann recycelt werden? (Symbole bezügl. Entsorgung beachten)	– Verschiedene Znüni – Wortkärtchen, Bildkärtchen – Tabelle, Diagramm – Leporello – CD 1, Nr. 1: Verpackungsgeräusche
KM 3 Znüni essen macht Spass	– Neue Znüni kennen lernen und für sich einordnen	– Znüni vergleichen – auch als Standortbestimmung zu Beginn der Unterrichtseinheit: Was kennen die Kinder, was wissen sie bereits über Zwischenverpflegungen? Später dann: Was hat sich geändert, worauf achten die Kinder? – Znüni austauschen – Gemeinsam spielen: Znünikoffer packen	– Überraschungsznüni für ein anderes Kind mitbringen – Znüni gemeinsam zubereiten, z.B. Brötchen belegen, Milchgetränk mixen... → Projektvorschlag	– Leporello
KM 4a-b Znüni Brot	– Selbstständig ein Znüni Brot zubereiten	– Anhand der Fotos auf KM 4b oder von vorbereiteten Beispielen Znüni Brote beschreiben (Zutaten, Formen, Farben); Kinder bringen dazu ihre Kenntnisse ein, sprechen von ihren Lieblingszutaten, -brotaufstrichen. – Vorgehen beim Zubereiten besprechen: Brotaufstriche, Garnituren – Fertige Znüni Brote mit eigens dafür kreierten Namen einander vorstellen – Auf der CD 1, Nr. 2 hören, wie ein Pausenkiosk funktioniert	– Während einer Woche Znüni Brote zubereiten, dabei täglich neue Varianten ausprobieren	– Holzbrett, Messer, Schnitzer, Raffel – Verschiedene Brötchen – Brotaufstriche – Garnituren – Vergleiche: Projekt «Znüni zubereiten» – CD 1, Nr. 2: Gespräch über einen Pausenkiosk

Titel	Worum es geht: Inhalte, Fähigkeiten und Fertigkeiten	Vorschlag zum Vorgehen	Wie könnte es weitergehen?	Material, Hinweise zum Lehrmittel «Sprachfenster»
KM 5a–b Znüni-Umfrage im Schulhaus	– Die Zünigewohnheiten von Kindern und Jugendlichen kennen lernen – Herausfinden, was andere zum Znüni essen und trinken – Eine Umfrage vorbereiten, durchführen und die Ergebnisse selbstständig auswerten und darstellen	– Kinder erstellen nach Vorlage selbstständig einen Fragebogen. Inhalt gemeinsam festlegen – Umfrage nach Absprache mit den Klassenlehrkräften in den Klassen während einer Lektion oder in der Pause durchführen – Auffallendes auf den Fragebogen festhalten (z.B.: Am meisten wird... gegessen/getrunken; Znüniverhalten der älteren Schülerinnen/Schüler mit demjenigen der jüngeren vergleichen) – Gesprächsrunde nach der Umfrage (z.B.: Was gefiel mir besonders an der Arbeit mit der Umfrage? Wo gab es Schwierigkeiten?)	– Auswertung im Schulhaus veröffentlichten auf dem Pausenplatz	– CD 1, Nr. 3: Znüni-Umfrage auf dem Pausenplatz – Sprachfenster, AT 90B: Die Frageliste schreiben – Sprachfenster, AT 92f: Gesprächsregeln einhalten
KM 6 Wie fit bin ich zum Arbeiten?	– Erkennen, dass Essen und Trinken wichtig sind, um Körper und Geist in Schwung zu halten – Die eigene Befindlichkeit in verschiedenen Situationen wahrnehmen – Befinden und Verhaltensweisen in verschiedenen Situationen überdenken – Erfahrungen beschreiben, austauschen und vergleichen	– Von der eigenen Befindlichkeit ausgehen, z.B. Rollenspiel: Wie geht es mir, wenn ich hungrig heimkomme und es erst in einer Stunde zu essen gibt? Oder: ...ich hungrig bin und es etwas zu essen gibt, das ich nicht mag? ...ich essen soll, obschon ich keinen Hunger habe? ...ich Hunger habe/satt bin? ...ich viel zu viel oder viel zu schnell getrunken und gegessen habe? – Als Klassengespräch: Wann habe ich am meisten Hunger? Wann habe ich nicht Hunger, wann vergeht mir der Hunger? – Kinder beim Ausfüllen der Tabelle begleiten, indem sie Impulse und Zeit für die Reflexion erhalten	– Sich während mehrerer Tage beobachten und Ergebnisse vergleichen – Gemeinsam überlegen, ob und welche Situationen zu beeinflussen sind	– Sprachfenster, AT 92f: Gesprächsregeln einhalten
KM 7 Kletterstangen	– Das Befinden zu unterschiedlichen Tageszeiten wahrnehmen, beschreiben und die Ergebnisse darstellen	– Während eines Tages die eigene Befindlichkeit, dargestellt an Kletterstangen, protokollieren. Es geht mir gut: Ich zeichne mich oben in der Kletterstange. Es geht mir schlecht: Ich zeichne mich unten... .. jeweils das entsprechende Kind anmalen. Die Kinder schliesslich mit einer Linie verbinden	– Evtl. vorausgehend oder auch als Begleitung während der Arbeit mit diesem Thema: Gemeinsam Befinden der Kinder auf einem Plakat/an der WT mit Magnetgesichtern festhalten. Wo gibt es Gemeinsamkeiten, wo Unterschiede?	– Kletterstangen vergrössert als Plakat – Magnete oder Kleber als Gesichter
KM 8 Tagesform	– Eigenes Erleben modellhaft festhalten – Sich mögliche Handlungs- und Verhaltensweisen überlegen	– Bezug nehmen auf KM 6 und KM 7 – Ergebnisse von KM 6/KM 7 in KM 8 eintragen oder sich ein weiteres Mal beobachten – Gesichter zu Kurve verbinden – Ergebnisse vergleichen, Unterschiede/Ähnlichkeiten feststellen; gemeinsam/zu zweit schlussfolgern, z.B.: Wann ist für mich günstige Aufgabenzeit? Wie kann ich meine Fit-Zeit beeinflussen? ...	– Evtl. Kleber für die Gesichter	

Projekt: Znüni zubereiten

Worum es geht

Ziele, Fähigkeiten und Fertigkeiten

- Znüni-Ideen umsetzen, das eigene Znünibrötchen zubereiten.
- Sich für eine Arbeit entscheiden und sie zu Ende führen.

Vorschlag zum Vorgehen

Nachdem sich die Kinder bereits intensiv mit dem Thema Znüni beschäftigt haben und die Leporelloseite und KM 1, 2, 3 kennen, wählen sie anhand von

Fotos (KM 4b) oder vorbereiteten Znünibrötchen die eigene Znünivariante aus. Gruppenweise Zutaten des gewünschten Znünibrötchens festhalten und Menge berechnen. Einkaufszettel schreiben und Zutaten einkaufen (evtl. in Begleitung älterer Kinder oder Eltern). Arbeiten in der Gruppe aufteilen. Fertige Znünibrötchen gruppenweise präsentieren, evtl. auch mit passendem Namen.

→ CD 1, Nr. 2: Ein Pausenkiosk

Wie könnte es weitergehen?

Znünibrötchen fotografieren oder zeichnen und Zutaten beschreiben. Die illustrierten Beschreibungen zu einem «Rezeptbüchlein» heften.

Znüni zusammen mit älteren Schülerinnen und Schülern (z.B. 8. Klasse) zubereiten, selber Brötchen backen.

Znüni nicht nur für sich selber, sondern für Gäste (Eltern, eine andere Klasse) zubereiten.

Material

- Fotos oder Beispiele verschiedener Znünibrötchen
- Vorbestellte Brötchen, evtl. Spezialbrot
- Schulküche reservieren oder Arbeitsplätze im Schulzimmer vorbereiten
- Gewürze, Brotaufstriche aus Quark, Hüttenkäse und Garnituren (Petersilie, Schnittlauch, Radieschen, Nüsse, Tomaten, gekochtes Ei, Peperoni, Maiskörner, Rüebli, Äpfel, Schinken, Fleischkäse usw.)
- Arbeitswerkzeug (Messer, Schneidebretter), Behälter, Kuchenbleche als Ablage, Klarsichtfolie

Teilbereich «Essgewohnheiten»



Worum es geht

Dieser Teilbereich befasst sich mit Essgewohnheiten im Alltag und an Festtagen bei uns und in anderen Kulturen. Beim Vergleichen von Essgewohnheiten stehen vier Fragen im Mittelpunkt: Was wird gegessen, wie und wo wird gegessen, wer isst zusammen (soziale Form)?

Mit den Unterrichtsmaterialien können folgende *Themen* bearbeitet und mit der Förderung bestimmter *Fähigkeiten und Fertigkeiten* verbunden werden:

- Sich selber über eine gewisse Zeit beim Essen und Trinken beobachten und dabei auf eigene Gewohnheiten aufmerksam werden.
- Beim Austauschen von Erlebnissen erfahren, dass Essgewohnheiten unterschiedlich sein können.
- Essgewohnheiten in unterschiedlichen Kulturen betrachten und beschreiben.
- Neugierde für Unbekanntes wecken.

Themenbezogene Hinweise

Die Familie versammelt sich am Tisch, um sich zu stärken und zu geniessen und auch um Erlebnisse auszutauschen – das ist ein Bild, welches heutzutage durch allerlei Umstände ins Wanken geraten ist. Nicht alle Familienmitglieder nehmen ihre Mahlzeiten zu Hause ein, nicht alle essen gleichzeitig. Oft sind Essenszeiten begleitet von Fernseh- oder Radiosendungen, Telefonanrufen usw.

Essgewohnheiten entwickeln sich schon sehr früh, zuerst zu Hause, dann zunehmend zusammen mit Schulkameradinnen und -kameraden, in Gruppen und auch durch die Werbung. Was sich Kinder in frühen Jahren angewöhnen, behalten sie oft auf Dauer bei. Sich gesund ernähren bedeutet mehr als «richtig essen», z.B. auch eine positive Stimmung bei Tisch. Der Familientisch kann zum gemütlichen Treffpunkt werden, zum Ort des Geniessens, des Gesprächs, des Zusammenseins. Essen am Tisch, vielleicht eröffnet mit einem Ritual (Lied, Gedicht, einen guten Appetit wünschen), unterstreicht die Bedeutung der Mahlzeit und verhindert, dass Essen bloss ein «Alltags-Muss» ist.

Essgewohnheiten sind Teil der Kultur, bei uns und anderswo.

Fördern von Fähigkeiten und Fertigkeiten

Die folgenden Hinweise zeigen, welche *Akzente* in Bezug auf die Förderung von Fähigkeiten und Fertigkeiten in diesem Teilbereich gesetzt werden. Es werden einige Klassenmaterialien (KM) aufgeführt, die sich dazu besonders gut eignen.

Bilder beschreiben und vergleichen

KM 9a–b: Zusammen essen

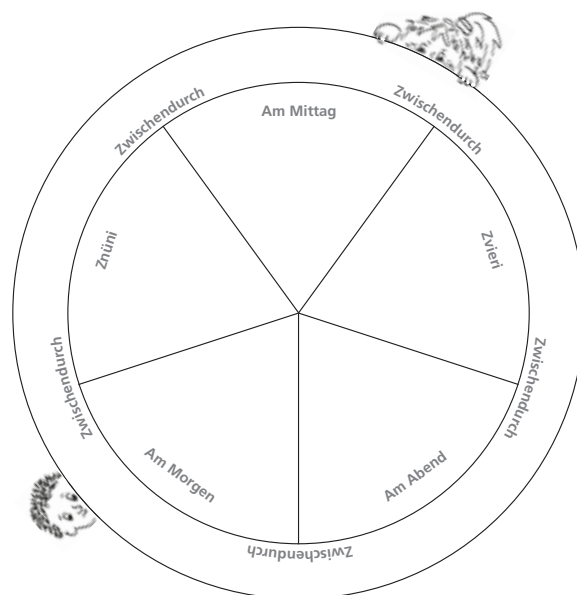
Die Bilder aus anderen Kulturen regen beim Betrachten und Verweilen zum Gedankenaustausch an. Sie zeigen uns die wichtige Bedeutung der Mahlzeiten als Orientierungspunkte im Tageslauf, wo nebst dem Essen und Trinken auch das Zusammensein und das Gespräch gepflegt werden.

Erfahrungen einbringen und von Erlebnissen berichten, zuhören

KM 10a–b: Essen und trinken

KM 14a–b: Essen bei uns und anderswo

Mit dem Weiterführen des angefangenen Liedes «Essen bei uns und anderswo» können die Kinder ihre Vorstellungen zur Vielfalt und zu Möglichkeiten des Essens und Trinkens in anderen Gebieten der Welt einbringen, sie berichten von Erlebnissen und lernen andere Situationen kennen.



Die Beobachtungen unseres eigenen Ess- und Trinkverhaltens können Selbstverständliches aufbrechen, zum Staunen führen. Es ist auch interessant, die Erfahrungen und Gedanken der anderen Kinder zu hören.

Ergebnisse in bildhafter Form festhalten

KM 12a–b: Ein Festtagstisch bei uns

KM 13: Ein Festtagstisch anderswo

Ausgehend von Situationen am Festtagstisch in der eigenen Familie, erfahren die Kinder von Gewohnheiten anderer Familien. Die Antworten der Befragten stellen die Kinder in einem Tischbild dar, womit sie Einblick in ihre Vorstellungen ermöglichen.

Unterrichtsvorschläge zum Leporello

Teilbereich «Essgewohnheiten»

Die Leporelloseite zeigt unterschiedliche Esssituationen. Es wurden dabei Fotos als Darstellungsmittel gewählt, um den Bezug zur Realität zu betonen.

Mittagessen der Familie Wu (Eltern, zwei Söhne mit ihren Ehefrauen, drei Kinder) in China. Es gibt Kohlsuppe, Lotuswurzeln, Rettich, Fisch, gekochten Sellerie, zwei Sorten Bohnen, eine scharfe Würzsauce, Reis aus dem grossen, hölzernen Dampftopf.

Einige Möglichkeiten zum Einsteigen

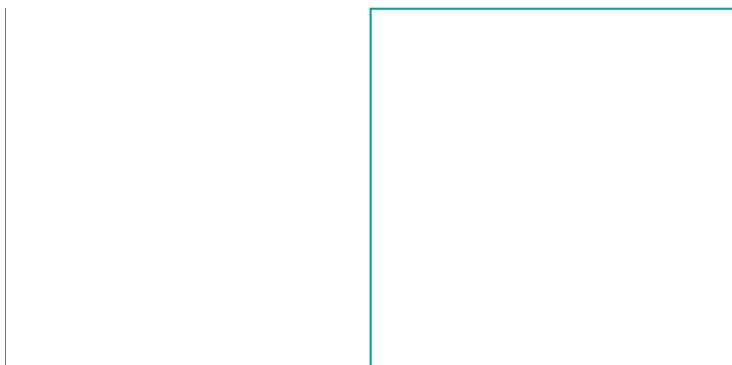
Die Bilder betrachten, Gemeinsamkeiten und Unterschiede feststellen. Wer sitzt zusammen am Tisch? Was wird gegessen? Aussagen der Bilder herausfinden und auf einem Plakat festhalten, um zu einem späteren Zeitpunkt darauf zurückkommen zu können. Erfahrungen und Erlebnisse der Kinder zu Esssituationen einbeziehen. Welche Situation spricht sie besonders an? Aus welchem Grund? Welche anderen Essgewohnheiten kennen die Kinder? Die Unterrichtseinheit kann anschliessend auf jenem Bild aufbauen, welches die Kinder am meisten anspricht.

Im Verlaufe der Arbeit mit den Klassenmaterialien

Während der Arbeit mit den KM 9–14 kann auf die Leporelloseite Bezug genommen werden; die Kinder vergleichen ihre Gewohnheiten mit den Situationen auf den Fotos. Die Bilder dienen so der Orientierung und sind auch Ausgangspunkte für weitere Überlegungen, wie z.B.: Was gehört alles auf den Tisch? Bei welcher Gelegenheit wird der Tisch besonders vorbereitet? Gibt es Rituale rund ums Essen? Wann sitzen welche Personen am Tisch?

Den Teilbereich abschliessend

Die zu Beginn der Unterrichtseinheit auf dem Plakat notierten Gedanken können mit weiteren Gesichtspunkten ergänzt werden. Von welchen Erfahrungen wissen die Kinder zu berichten? Haben sie Neues kennen gelernt, evtl. auch über sich? Welches Bild wurde aus welchem Grund für sie wichtig? Die Kinder stellen Situationen szenisch dar: Sie bringen Gegenstände dazu selber mit, üben die Szene und spielen sie vor. Diese Szenen können fotografisch dokumentiert werden.



UNTERRICHTSVORSCHLÄGE KLASSENATERIALIEN, TEILBEREICH «ESSGEWOHNHEITEN»

Titel	Worum es geht: Inhalte, Fähigkeiten und Fertigkeiten	Vorschlag zum Vorgehen	Wie könnte es weitergehen?	Material, Hinweise zum Lehrmittel «Sprachfenster»
KM 9a–b Zusammenessen	– Verschiedene Essgewohnheiten kennen lernen – Kulturelle Unterschiede bei uns und im Vergleich zu anderen Gebieten wahrnehmen – Bilder beschreiben und vergleichen	– Ausgehend von den Fotos auf dem Leporello, erzählen die Kinder, was sie sich gewohnt sind: Wer ist zu welcher Mahlzeit am Tisch? Welche Abmachungen/Rituale bestehen? (Wer deckt den Tisch und wie? Wer sitzt wo? Wie beginnt und endet eine Mahlzeit? Wer schöpft?) Welche Getränke und Nahrungsmittel stehen immer wieder auf dem Tisch? – Menschen beim Essen: mit den Kindern Bilder suchen, diese betrachten, beschreiben, untereinander vergleichen. Vermuten, wo die abgebildeten Familien leben, und evtl. Länder/Kontinente auf der Weltkarte suchen. – Unterschiede und Gemeinsamkeiten mit unseren Essgewohnheiten herausarbeiten	– Zusammen essen: Reis mit Stäbchen essen oder Hirsebrei aus einer Schüssel = mit der linken Hand in der Schüssel Breiklumpchen formen, die auf ein Stück Brot in der anderen Hand gelegt werden (Die Brothand greift nicht in die Schüssel, die Schüsselhand führt nicht zum Mund.) – Sich im Besonderen mit einer anderen Kultur befassen	– Bilder und Bücher verschiedener Länder und Kulturen – Weltkarte, Globus – Leporello – CD 1, Nr. 4: Essgewohnheiten in Kosovo und in Sri Lanka – CD 1, Nr. 5: Geräusche vom Essen und von Essgeräten – Sprachfenster, AT 92f: Gesprächsregeln einhalten – Sprachfenster, AT 74c: Bild- und Tonaufnahmen verstehen
KM 10a–b Essen und trinken	– Essen und Trinken während eines Tages bei sich selber beobachten – Ergebnisse in einer Tabelle festhalten – Auf eigene Gewohnheiten aufmerksam werden und mit jenen anderer Kinder vergleichen	– Handhabung der Tabelle besprechen und den Anfang gemeinsam ausfüllen. Den restlichen Teil der Tabelle füllen die Kinder selbstständig aus. – Tabelle gemeinsam auswerten, z.B.: Wie oft isst/trinkst du? Was isst/trinkst du zwischendurch? Welches ist deine Hauptmahlzeit und woraus besteht sie? (Begriff «Hauptmahlzeit» klären)	– Weitere Tabellen ausfüllen. Sich eine Woche lang beobachten und die Resultate austauschen: Was fällt mir auf? Was könnte ich in einer weiteren Woche ausprobieren? Worauf möchte ich in nächster Zeit (in Absprache mit den Eltern) Acht geben?	– Für weitere Beobachtungen zusätzliche Tabellen – Leporello – Sprachfenster, AT 92f: Gesprächsregeln einhalten
KM 11a–b Sofie macht Pudding	– Ausgehend von einem Text, über eigene Erlebnisse berichten	– Den Text selber lesen oder ab CD 1, Nr. 6 hören – Erlebnisse und Erfahrungen austauschen	– Gemeinsam/in Gruppen Pudding herstellen	– CD 1, Nr. 6 – Sprachfenster, AT 74c: Bild- und Tonaufnahmen verstehen

Titel	Worum es geht: Inhalte, Fähigkeiten und Fertigkeiten	Vorschlag zum Vorgehen	Wie könnte es weitergehen?	Material, Hinweise zum Lehrmittel «Sprachfenster»
KM 12a–b Ein Festtagstisch bei uns	– Von Tisch- und Essgewohnheiten an einem Festtag (Geburtstag) erzählen – Einander zuhören – Einen Geburtstagstisch in einem Bild darstellen	– Besprechen, was alles auf den Tisch gehört – Austauschen: An welchen Tagen wird der Tisch besonders sorgfältig vorbereitet? – Geburtstagstisch mit oder ohne Vorlage zeichnen – Einander Tischdarstellungen vorstellen: Was ist speziell an meinem Geburtstagstisch? (Kerze, Blumen, Tischtuch, Geschirr...) - Was gibt es Besonderes zu essen / zu trinken? (Torte, Limonade...) - Wer gehört zur Festgesellschaft? – Gruppenweise einen Vorschlag für einen Festtagstisch machen. - Eine Variante oder eine Kombination aller Vorschläge ausführen und ein Fest daran feiern.	– Geburtstag feiern in der Schule: Die Kinder richten jeweils einen besonderen Geburtstagstisch her. – Als Dekoration Servietten falten	– Geräte und Materialien, um einen Festtagstisch herzurichten
KM 13 Ein Festtagstisch anderswo	– Sich mit Tisch- und Essgewohnheiten in anderen Familien befassen – Eine Befragung vorbereiten und selbstständig durchführen – Die Ergebnisse in einem Bild darstellen	– Gemeinsam Umfrage vorbereiten: Was wollen wir wissen? Wozu wollen wir das wissen? Zu wem gehen wir? (Termin abmachen) – Befragung anhand von KM 13 durchführen: Aussagen der Befragten in Stichworten festhalten oder auf KM 12b zeichnen – Ergebnisse untereinander austauschen, aber auch Erfahrungen, wie gut die Aufgabe zu bewältigen war, wo es Probleme gab	– Einander Ergebnisse vorstellen – Gemeinsamkeiten und Unterschiede feststellen	– Vorlage KM 12b
KM 14a–b Essen bei uns und anderswo (Liedanfang)	– Von Erlebnissen berichten und Erfahrungen einbringen – Über andere Kulturen und Essgewohnheiten sprechen – Liedstrophen zu Essen und Essgewohnheiten entwickeln	– Leporello, KM 9a–b, gesammelte Bilder und Begriffe, die in diesem Teilbereich unterschieden und erarbeitet wurden, auslegen und einander zuordnen – Liedanfang auf CD 1, Nr. 7 hören und mit eigenen Strophen ergänzen: als Klasse oder in Gruppen Kenntnisse über Essen und Essgewohnheiten von einzelnen Ländern stichwortartig festhalten, zu rhythmischem Sprechtext ordnen und abwechselnd mit dem Liedteil vortragen – Die im Lied genannten Länder auf dem Globus suchen und mit «Flaggen» auf der vergrösserten Weltkarte von KM 14a einzeichnen	– Zum Melodieteil einen Tanz einstudieren – Lied den Eltern, einer anderen Klasse vorführen – Lieder und Verse aus anderen Kulturkreisen kennen lernen – Zu Tischversen mit «Kücheninstrumenten» Rhythmen klopfen – Ein Gericht, wie z.B. Couscous, zubereiten und gemeinsam aus dem Topf im Kreis essen	– KM 9a–b, Leporello – Weltkarte, Globus – Bilder unterschiedlicher Kulturen – Liedanfang auf CD 1, Nr. 7 – Weltkarte auf KM 14a vergrössern – Begleitinstrumente – Sprachfenster, AT 34A: Wortfeld

Projekt: Ein Fest gestalten

Worum es geht

- Vergleiche auch mit den Materialien in «Konfetti – Ich und die Gemeinschaft», Thema «Feste feiern»

Inhalte, Fähigkeiten und Fertigkeiten

- Gerichte und Essgewohnheiten aus anderen Kulturen kennen lernen und vergleichen.
- Einander Freude bereiten und Freude mit andern Menschen teilen.
- Einladungen schreiben.
- Verantwortung für eine Aufgabe übernehmen.
- Mit der Klasse ein Fest vorbereiten.

Mögliche Feste

- Klassenfest: entsprechend den Gelegenheiten (Quartalanfang, -abschluss, Geburtstage, Willkommen für eine neue Schülerin / einen neuen Schüler, Verabschiedung), gemeinsam einen Anlass planen und durchführen.
- Feste im Jahreslauf: Frühlingsanfang, Ostern, Sankt Nikolaus, Weihnachten, Namenstage im Kalender, Passah usw. Ursprung des besonderen Tages und Überlieferungen dazu erkunden. Ein charakteristisches Gebäck oder ein Getränk vorbereiten, Tische und Raum dekorieren, ein Lied einüben. Einladung für Gäste (eine andere Klasse, Eltern) gestalten.
- Kulturfest: Gemeinsam eine Kultur auswählen, die besonders interessiert. Sich darüber informieren. Gruppenweise kleine Gerichte oder Getränke zubereiten und entsprechend präsentieren. Dabei auch über die zugehörigen Ess- und Tischgewohnheiten sprechen.

- Oder an Stelle einer Kultur alle Kulturen in der Klasse zu einem Fest vereinen.

Ergänzende Projektarbeiten vor oder nach dem Fest

- Rezepte der Gerichte, Getränke oder des Gebäcks aufschreiben und in einem Büchlein zusammenstellen. Mit Fotos ergänzen.
- Kontakte mit Vertreterinnen und Vertretern anderer Kulturen knüpfen, sie über ihre Essgewohnheiten befragen bzw. erzählen lassen.

Was wird benötigt?

Zum Beispiel:

- Lieder, Bilder, mit den Kindern Rezepte zu Festen sammeln und zusammenstellen.
- Informationen für Eltern vorbereiten – Eltern ins Projekt einbeziehen.
- Mithilfe planen: andere Kolleginnen und Kollegen, Vertreterin / Vertreter von Kulturorganisationen.
- Raum reservieren.
- Nahrungsmittel und Geräte für die Zubereitung einfacher Gerichte oder Getränke bereitstellen, Dekorationen vorbereiten u.a.
- CD 1, Nr. 4: Essgewohnheiten in Kosovo und Sri Lanka

Projektbeispiel einer 2. Klasse:

«Das französische Picknick»

(Nach der Geschichte «Linnéa im Garten des Malers» von Christina Björk, Lena Anderson)

▼ Die Kinder lernen französische Begriffe kennen und ordnen sie den Nahrungsmitteln zu.

► Nach dem gemeinsamen Vorbereiten genießen die Kinder das Picknick.

Teilbereich «Was mir gut tut»



Worum es geht

Ziel dieses Teilbereichs ist es, das Nahrungsmittelangebot besser kennen zu lernen, mit Hilfe der Nahrungsmittelpyramide die sieben Nahrungsmittelgruppen zu unterscheiden und das Wahrnehmen von Körpersignalen zu thematisieren.

Mit den Unterrichtsmaterialien können folgende Themen bearbeitet und mit der Förderung bestimmter *Fähigkeiten und Fertigkeiten* verbunden werden:

- Nahrungsmittel und Nahrungsmittelgruppen kennen lernen.
- Sich mit der Nahrungsmittelpyramide und ihrer Bedeutung befassen.
- Eigenes Hunger- und Durstgefühl wahrnehmen.
- Verlockende Angebote im Laden erkunden und sich über die Angebote Gedanken machen.

Themenbezogene Hinweise

«Ich lasse es mir wohl ergehen!» Damit meint man auch gut essen und trinken. Sich im riesigen Nahrungsmittelangebot zu orientieren und sich entsprechend ausgewogen zu ernähren, ist gar nicht so einfach. Ein gutes Hilfsmittel stellt die Nahrungsmittelpyramide dar. Sie zeigt auf, von welchen Nahrungsmittelgruppen wir wie viel geniessen dürfen. Je weiter unten ein Produkt steht, desto grosszügiger

kann es auf dem Speisezettel erscheinen, je weiter gegen die Spitze zu, desto sparsamer ist es zu geniessen. Speziell gilt es zu beachten, dass Getränke mit einem möglichst tiefen Zuckergehalt gewählt werden, dass keine Gruppe ganz wegfällt (Vegetarierinnen und Vegetarier ersetzen Fleisch durch andere Produkte aus der gleichen Gruppe) und dass bei grosser körperlicher Aktivität mehr energieliefernde Nahrungsmittel aus der Gruppe «Getreideprodukte, Kartoffeln» gegessen werden dürfen. Nicht zu vergessen ist aber auch, dass neben gesunder Kost die Genussfähigkeit (ohne schlechtes Gewissen) zu unserem Wohlergehen beiträgt.

Kinder essen nicht immer gleich viel; es ist normal, wenn sie einige Tage grosse Mengen verdrücken oder manchmal kaum etwas anrühren. Entscheidend ist die Nahrungsaufnahme über einen längeren Zeitraum – im wöchentlichen Durchschnitt sollte die Ernährung ausgeglichen sein.

Das Angebot an speziell für Kinder gedachten Nahrungsmitteln wird stets grösser. Mit bunten Verpackungen, leicht zu merkenden Namen und allerlei Spielzeug zum Sammeln werden die Kinder umworben. Kindernahrungsmittel sind oft teurer, süsser und fettreicher als vergleichbare Nahrungsmittel, Nachlesen auf der Verpackung lohnt sich. Aus diesen Gründen auf Kindernahrungsmittel ganz zu verzichten, ist unrealistisch und auch nicht nötig. Es geht viel eher darum, ihnen einen angemessenen Platz in einer Ernährung zu geben, die grundsätzlich abwechslungsreich und vielseitig ist und Frischprodukte berücksichtigt.

Die Bearbeitung dieses Teilbereichs tangiert die Privatsphäre der einzelnen Familien stark. Entsprechend vorsichtig ist mit Wertungen von Essverhalten umzugehen. Vorausgehende Information der Eltern zu Inhalt und Zielen dieses Teilbereichs ist zu empfehlen.

Fördern von Fähigkeiten und Fertigkeiten

Die folgenden Hinweise zeigen, welche *Akzente* in Bezug auf die Förderung von Fähigkeiten und Fertigkeiten in diesem Teilbereich gesetzt werden. Es werden einige Klassenmaterialien (KM) aufgeführt, die sich dazu besonders gut eignen.

Begriffe unterscheiden, zuordnen und richtig anwenden

KM 16a–b: Nahrungsmittel-Puzzle

KM 17a–b: Hit-Fit-Pyramide

KM 19a–d: Kartenspiel für vier Kinder

KM 20a–f: Im Laden

Ausgehend von bekannten Nahrungsmitteln, ergänzen die Kinder mit weiteren, auch fremdländischen Produkten aus ihrem Lebensumfeld. Dadurch bringen die Kinder einander neue Begriffe näher. Beim Ordnen in Nahrungsmittelgruppen berichten die Kinder von ihren Erfahrungen beim Einkaufen: In welchem Regal sind Käse, Teigwaren usw. zu finden? Mit dem Kartenspiel können die Kinder ihre Kenntnisse bezüglich Nahrungsmittel und Nahrungsmittelgruppen vertiefen.



Darstellungen beschreiben, Sachinformation verstehen

KM 15: Nahrungsmittel in Gruppen

KM 17a–b: Hit-Fit-Pyramide

Beim Betrachten und Beschreiben der Nahrungsmittelpyramide lernen die Kinder ein «Modell» kennen, welches einen Überblick über die Nahrungsmittel bietet und Empfehlungen für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung abgibt. Die Kinder suchen ihre Lieblingsspeisen oder malen ihre aktuellen Tagesnahrungsmittel an, was Anlass zu Diskussionen über gesunde Ernährung sein kann.

Erfahrungen einbringen

KM 18: Mach mit, bleib fit!

KM 21: Detektiv im Supermarkt

Kinder haben meist ein natürliches Hunger- und Sättigungsgefühl. Es ist deshalb wichtig, dass sie die Signale ihres Körpers beachten und ihre Erfahrungen über Appetit, Hunger, Durst und Sattsein einbringen können.

Unterrichtsvorschläge zum Leporello

Teilbereich «Was mir gut tut»

Die Leporelloseite nimmt das Modell der Nahrungsmittelpyramide auf. Ergänzt wird es durch verschiedene Gerichte auf Tellern, die den Bezug zum Alltag herstellen.

Einige Möglichkeiten zum Einsteigen

Im Klassenkreis stehen verschiedene Nahrungsmittel. Die Kinder betrachten, betasten, beschreiben sie und riechen daran. Welche der Nahrungsmittel kennen sie? Welche können sie mit richtigem Namen benennen? Werden Nahrungsmittel wegen ihrer Verpackung erkannt oder an ihrem Geruch? Was für Speisen werden daraus zubereitet? Welche Nahrungsmittel sind beliebt? In einer Standortbestimmung zeigen die Kinder ihre Kenntnisse und bringen ihre Erfahrungen ein. Es können auch Bilder von Nahrungsmitteln gesammelt und diese den echten Nahrungsmitteln zugeordnet werden. Vielleicht entsteht eine Sammlung von Lieblingsgerichten, aus Illustrierten ausgeschnitten oder selber gezeichnet.

Die Kinder betrachten die Nahrungsmittel auf dem Leporello: Welche Nahrungsmittel kennen sie, haben sie etwas davon als Znüni bei sich, was essen sie öfters, was ist unbekannt? Welche Nahrungsmittel bilden zusammen eine Gruppe? Wir kommen auch auf die Anordnung der Nahrungsmittel in der Pyramide zu sprechen: Welche Nahrungsmittel sind oben in der Spitze gezeichnet, welche unten, für welche ist viel oder wenig Platz und weshalb? Die Kinder äussern dazu ihre Vermutungen. Fragen, die noch nicht beantwortet werden können oder auch während der Arbeit in diesem Teilbereich auftauchen, werden auf einem Plakat notiert, damit sie nicht vergessen gehen und später beantwortet werden können.

Im Verlaufe der Arbeit mit den Klassenmaterialien

Das Leporello dient bei der Arbeit mit den KM 15–20 als Grundlage: Nahrungsmittel und ihre Zugehörigkeit zu den einzelnen Gruppen können nachgeschaut werden, beim Kartenspiel hilft es, die Übersicht zu behalten. Um den Auftrag auf KM 17a–b «Hit-Fit-Pyramide» vorzubereiten, können die Gerichte auf den Tellern der Leporelloseite beschrieben werden. Welches Gericht würden die Kinder in den leeren Teller zeichnen? Gibt es Gerichte, die zu speziellen Gelegenheiten passen? Welches sind eher sommerliche, welches eher winterliche Gerichte?

Den Teilbereich abschliessend

Rückblickend ordnen die Kinder Erfahrungen zu diesem Thema nochmals ein. Welches war ein wichtiger Punkt bei der Arbeit mit der Pyramide? Was hat sich geändert seit der Arbeit zu diesem Thema, was ist schwierig im Alltag umzusetzen, wer könnte dabei helfen? Schaffen es die Kinder gruppenweise, die Fragen auf dem Plakat zu beantworten?

Begriffe auf der Nahrungsmittelpyramide

Wasser, Getränke: Mineralwasser, Tee, Orangensaft, Fruchtsaft, Sirup

Früchte und Gemüse: Bananen, Birne, Apfel, Melone, Erdbeeren, Zitrone, Trauben, Kürbis, Fenchel, Rüb Kohl, Tomaten, Pilze, Zwiebeln, Rüebl

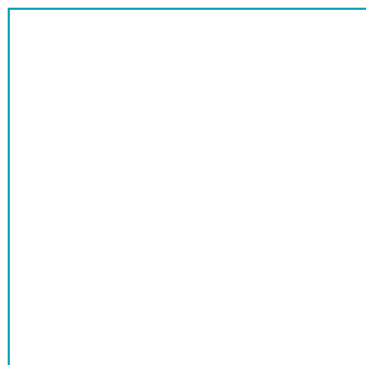
Getreideprodukte, Kartoffeln: Mais, Reis, Weizen, Kartoffeln, Ravioli, Hörnli, Brot

Milch, Milchprodukte: Käse, Jogurt, Milch

Fisch, Fleisch, Eier, Hülsenfrüchte: Hühnchen, Kotelett, Fisch, Linsen

Zucker, Süsses: Eis, Bonbons, Schmelzbrötli

Öle, Fette: Baumnüsse, Speiseöl, Butter



UNTERRICHTSVORSCHLÄGE KLASSENATERIALIEN, TEILBEREICH «WAS MIR GUT TUT»

Titel	Worum es geht: Inhalte, Fähigkeiten und Fertigkeiten	Vorschlag zum Vorgehen	Wie könnte es weitergehen?	Material, Hinweise zum Lehrmittel «Sprachfenster»
KM 15 Nahrungsmittel in Gruppen KM 16a–b Nahrungsmittel-Puzzle	– Nahrungsmittelgruppen und Prinzip der Nahrungsmittelpyramide kennen lernen – Nahrungsmittel aus dem Alltag kennen und den entsprechenden Nahrungsmittelgruppen zuordnen	– Gemeinsam Nahrungsmittel benennen (Was kennen die Kinder. Was haben sie letzthin gegessen? usw.) – Was gehört zusammen? Nahrungsmittel gruppieren und Begriffe zuordnen – Nahrungsmittelgruppen auf Δ-Plakat anordnen – Gemeinsam überlegen: Welche Nahrungsmittel bilden den Boden der Pyramide, welche befinden sich in der Spitze? Was sagt diese Anordnung der Nahrungsmittelgruppen aus? – Bezug zu Essgewohnheiten: Essen und Trinken während eines Tages protokollieren; die Nahrungsmittel den entsprechenden Gruppen in der Pyramide zuordnen; sind alle Nahrungsmittelgruppen berücksichtigt worden, welche besonders, welche nicht? - Protokoll während mehrerer Tage führen und mit Pyramide vergleichen → Eltern zum Voraus informieren	– Lieblings Speisen in der Nahrungsmittelpyramide suchen – Was wäre, wenn ich nur Käse essen würde, es kein Obst und Gemüse gäbe, ich vor dem Mittagessen Cola trinken würde? – Tischlein deck dich: gemeinsam mit Bildkarten ausgewogene, abwechslungsreiche Menüs zusammenstellen, sie mit Fantasienamen benennen. Eltern gewinnen, die einer Gruppe bei der Zubereitung eines dieser Menüs helfen	– Information der Eltern über Inhalt und Ziele dieses Unterrichtsteils: Elternabend, Mitteilungsblatt – Leporello – Nahrungsmittel oder Bilder von Nahrungsmitteln (Ausleihe von der Hauswirtschaft) – Plakat mit den Nahrungsmittelgruppen – Sprachfenster, AT 92f: Gesprächsregeln einhalten – Sprachfenster, AT 98B: Ordnen
KM 17a–b Hit-Fit-Pyramide	– Nahrungsmittel kennen und den Nahrungsmittelgruppen zuordnen – Nahrungsmittel der eigenen Verpflegung in die Nahrungsmittelpyramide einordnen	– Nahrungsmittel in Gruppen einteilen – Nahrungsmittel benennen und der entsprechenden Nahrungsmittelgruppe zuordnen – Mit Hilfe des Leporellos Pyramide selber zusammensetzen – Nahrungsmittel der eigenen Verpflegung auf der Nahrungsmittelpyramide suchen und ausmalen – Über das eigene Essverhalten nachdenken: Wo in der Nahrungsmittelpyramide befinden sich die Nahrungsmittel, die ich am liebsten esse? Zu welcher Gruppe gehören die Nahrungsmittel, die ich ungern esse? Gibt es Nahrungsmittel, die ich nicht vertragen? Trinke ich genug? Esse ich aus allen Nahrungsmittelgruppen? (Beobachtungen über eine längere Zeitspanne, z.B. während einer Woche machen und vergleichen)	– Auch weniger bekannte Nahrungsmittel kennen und zuordnen lernen	– Leporello – Nahrungsmittel oder Bilder von Nahrungsmitteln – Wortkärtchen von Nahrungsmitteln – Plakat der Nahrungsmittelpyramide – CD 1, Nr. 8: Gespräch mit einer Ernährungsfachfrau – Sprachfenster, AT 74c: Bild- und Tonaufnahmen verstehen – Sprachfenster, AT 98B: Ordnen

Titel	Worum es geht: Inhalte, Fähigkeiten und Fertigkeiten	Vorschlag zum Vorgehen	Wie könnte es weitergehen?	Material, Hinweise zum Lehrmittel «Sprachfenster»
KM 18 Mach mit, bleib fit!	– Erfahren, dass sich nach einer Anstrengung Durst und Hunger melden – Den Energieverbrauch durch unterschiedlich anstrengende Tätigkeiten erleben	– Übungen in der Klasse oder Gruppe durchführen und evtl. mehrmals wiederholen. Verpflegung gemeinsam besprechen und bereitstellen – Die eigene Befindlichkeit auf dem Arbeitsblatt protokollieren, Hunger und Durst stillen = damit den Energieverbrauch «sichtbar» werden lassen	– Einen Spiel- oder Sportmorgen organisieren. Vorausgehend machen die Kinder Vorschläge für das Zusammenstellen der Verpflegung. (Eine kleine Süßigkeit am Schluss? Auch sie sollte in einer vernünftigen Ernährung Platz haben.)	– Spiel- und Sportmaterial – Verpflegung – Sprachfenster, AT 92f: Gesprächsregeln einhalten
KM 19a–d Kartenspiel für vier Kinder	– Nach Anleitung Kartenspiel selbstständig durchführen – Namen der Nahrungsmittel und Nahrungsmittelgruppen kennen, unterscheiden und richtig anwenden	– Nahrungsmittel auf den Spielkarten benennen und den entsprechenden Nahrungsmittelgruppen zuordnen – Gruppenweise nach Spielanleitung vorgehen – Leporello zur Orientierung beiziehen	– Kartenspiel mit Spielvarianten aus der Klasse ergänzen	– Vorlage Spielkarten – KM 19b–d – Leporello
KM 20a–f Im Laden	– Nahrungsmittel kennen und Begriffe zuordnen – Anordnung von Nahrungsmitteln im Laden kennen lernen	– Besuch in kleinen begleiteten Gruppen im Supermarkt/Laden: Warenangebot erkunden; dabei herausfinden, wo welche Nahrungsmittel stehen und wie sie präsentiert werden – Bilder der Gestelle auf den Klassenmaterialien betrachten und Nahrungsmittel benennen – Bekannte Nahrungsmittel ausmalen	– Besuch auf dem Wochenmarkt. Vergleichen: Angebot und Anordnung der Waren im Laden – Wochenmarkt – Mit leeren Verpackungen oder den Waren aus dem Verkäuferli-Laden Einkaufsszenen nachspielen. Dabei auch Präsentation und Standorte der Nahrungsmittel verändern und über deren Wirkung sprechen	– Nahrungsmittel, Bilder davon oder Nahrungsmittel aus dem Verkäuferli-Laden – Erkundungen der Gruppen in den vorgesehenen Läden anmelden – Sprachfenster, AT 90f: Ein Interview vorbereiten – Sprachfenster, AT 102f: Ein Interview auswerten
KM 21 Detektiv im Supermarkt	– Verlockende Angebote in Läden erkunden – Über die Art und Weise der Präsentation sprechen	– Sich vor dem Ausflug in den Supermarkt erinnern, welche Angebote jeweils sehr verlockend schienen – Als Detektive lockende Angebote aufspüren. Vom Weg durch den Supermarkt einen Plan zeichnen: Welche Produkte haben besonders gelockt, wie und wo wurden sie angeboten?	– Verlockendes im Obst- und Gemüseregal oder im Joghurtabteil entdecken	– Erkundungen der Gruppen in den vorgesehenen Läden anmelden
KM 22a–b Das ist ja super! KM 23 Tim kauft SERZ	– Ausgehend von Geschichten übers Einkaufen, von eigenen Erfahrungen und Erlebnissen erzählen	– Texte lesen oder ab CD 1, Nr. 9 und 10 hören – In Gruppen über Einkaufserfahrungen sprechen; Einkaufserlebnisse evtl. in kurzen Texten festhalten		– CD 1, Nr. 9: Das ist ja super! – CD 1, Nr. 10: Tim kauft SERZ – Sprachfenster, AT 74c: Bild- und Tonaufnahmen verstehen

Teilbereich «Schlaraffenland»



Worum es geht

Der Teilbereich «Schlaraffenland» ermöglicht einen weiteren Zugang zum Thema Essen und Trinken. In unterschiedlichen Aufgabenstellungen kann erfahren werden, wie beim Essen und Trinken alle Sinne zusammenspielen. Farbe, Form, Konsistenz, Geruch und Geschmack von Speisen beeinflussen uns bei ihrer Wahl oder Ablehnung.

Mit den Unterrichtsmaterialien können folgende Themen bearbeitet und mit der Förderung bestimmter *Fähigkeiten und Fertigkeiten* verbunden werden:

- In der Sachbegegnung sinnliche Erfahrungen machen.
- Erfahrungen mit anderen Kindern austauschen und im Reisetagebuch festhalten.
- sich Vorstellungen über das Schlaraffenland machen und darüber mit anderen Kindern sprechen.

Themenbezogene Hinweise

Die Schlaraffenlandidee entstand zu einer Zeit, als die Menschen in täglicher Sorge waren, wie sie genug zu Essen auftreiben konnten, um zu überleben. Essen, um zu geniessen, das konnten sich nur die allerwenigsten leisten. Und alle anderen Menschen träumten mit knurrenden Mägen von einem Land, in dem die Zäune aus Würsten geflochten sind, die Häuser aus Lebkuchen bestehen, Brötchen auf den Bäumen wachsen und es Puderzucker schneit.

Was das Angebot angeht, leben wir heute in einem Schlaraffenland, denn es gibt bei uns alle Lebensmittel zu kaufen, die wir begehren. Aber geniessen wir die Köstlichkeiten auch wirklich, die uns angeboten werden? Oder ist es gar nicht so paradiesisch, dass uns der Wunsch nach stets verfügbarer Nahrung erfüllt wurde? Wirklich im Schlaraffenland fühlt sich nur, wer mit allen Sinnen bewusst genießt.

Der Teilbereich «Schlaraffenland» bietet Gelegenheit, die Signale aus dem Reich der Sinne besser zu verstehen. Auch alltägliche Speisen werden zum Genuss, wenn sinnliche Wahrnehmung und gekonnte Zubereitung zusammenspielen. Über Geschmack lässt sich bekanntlich nicht streiten, aber nachdenken. Beim Experimentieren mit unterschiedlichen Geschmacksrichtungen können ganz neue Erfahrungen gemacht werden. Die Aufgaben leiten dazu an, mit allen Sinnen das Essen zu geniessen und so den Blickwinkel zu erweitern.

Fördern von Fähigkeiten und Fertigkeiten

Die folgenden Hinweise zeigen, welche *Akzente* in Bezug auf die Förderung von Fähigkeiten und Fertigkeiten in diesem Teilbereich gesetzt werden. Es werden einige Klassenmaterialien (KM) aufgeführt, die sich dazu besonders gut eignen.

In der Sachbegegnung Sinne einsetzen, nach Anleitung Aufgaben selbstständig lösen, Erfahrungen austauschen und festhalten

KM 27b: Die Augen essen mit → Früchtespiessli

KM 28c: Fingerspitzengefühl → Schlaraffenbrot

KM 30c: Dem Geschmack auf der Spur

→ Geschmackssache

KM 31: Ohrenspass → Knabbergeräusche

An unterschiedlichen Aufgaben zu den fünf verschiedenen Sinnen können die Kinder die Bedeutung der Sinne in Bezug auf die Wahl oder Ablehnung von Speisen und Getränken erfahren. Sie konzentrieren sich nacheinander auf jeweils einen der Sinne und lösen die dazugehörigen Aufträge nach Anleitung alleine oder in der Gruppe. Die Aufträge sind so gestaltet, dass die eigenen unmittelbaren sinnlichen Erfahrungen im Zentrum stehen. Diese können mit früheren Erlebnissen oder mit den Erfahrungen der anderen Kinder verglichen werden.

Im *Reisetagebuch* werden Fragen, Überlegungen, Erfahrungen und Entdeckungen festgehalten. Die Klassenmaterialien enthalten Anregungen und Aufträge für die Arbeit mit dem Reisetagebuch.

Die Kinder wählen anhand des *Schlaraffenlandführers* und ausgehend von ihren momentanen Interessen ihren Weg durchs Schlaraffenland. Die möglichen Wege werden in der Klasse besprochen, wobei auch Ideen und Erfahrungen ausgetauscht werden.

Nebst dem Schleckern, Testen und Entdecken soll auch das Träumen nicht zu kurz kommen. Texte regen an, sich Vorstellungen über das eigene Schlaraffenland zu machen, welches in Wort oder Bild dargestellt werden kann.

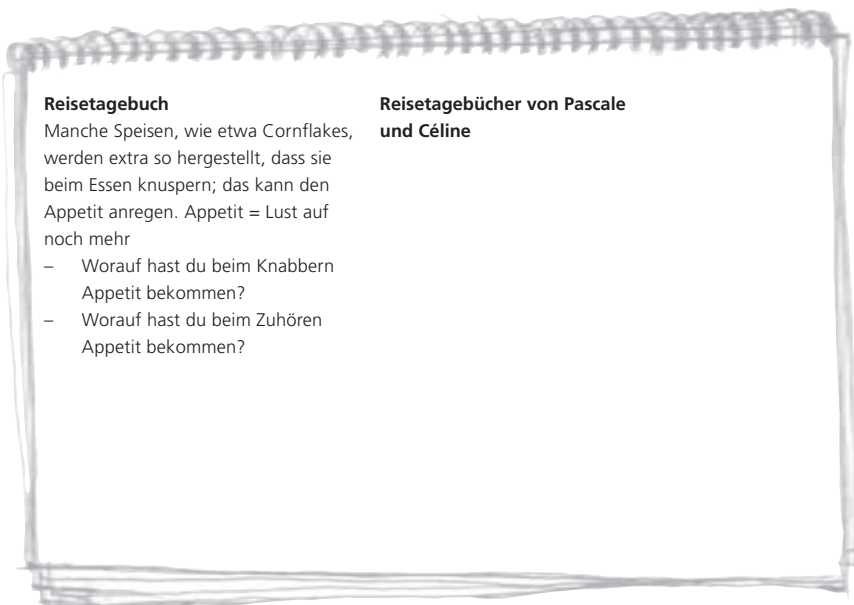


Reisetagebuch

Manche Speisen, wie etwa Cornflakes, werden extra so hergestellt, dass sie beim Essen knuspern; das kann den Appetit anregen. Appetit = Lust auf noch mehr

- Worauf hast du beim Knabbern Appetit bekommen?
- Worauf hast du beim Zuhören Appetit bekommen?

Reisetagebücher von Pascale und Céline



Unterrichtsvorschläge zum Leporello

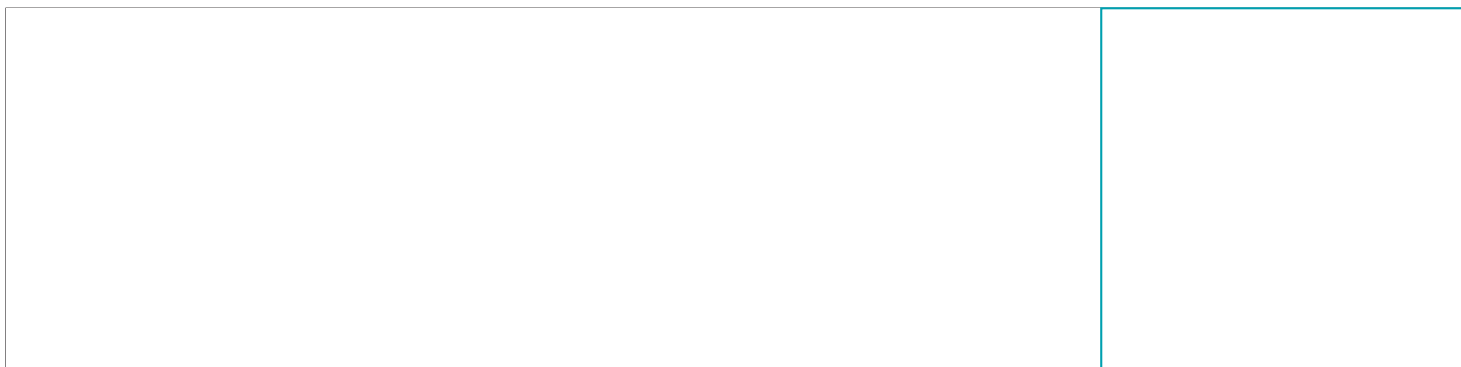
Teilbereich «Schlaraffenland»

Im Gegensatz zu den Klassenmaterialien, wo die Kinder die Bedeutung der Sinne beim Essen und Trinken erfahren können, wird mit dieser Leporelloseite die Fantasie und Vorstellung angesprochen. Es sind Ausschnitte verschiedener Schlaraffenländer zu sehen. Die fragenden Augen des Mädchens im Vordergrund regen an, sich eigene Gedanken übers Schlaraffenland zu machen.

Einige Möglichkeiten, um mit dem Leporello zu arbeiten

Die Kinder betrachten und beschreiben die einzelnen Schlaraffenländer. Wer würde in welches Schlaraffenland reisen, weshalb? Je nach Schlaraffenland-Vorstellungen setzen sich die Kinder in Gruppen zusammen: Da nur Ausschnitte aus Schlaraffenländern zu sehen sind, überlegen sich die verschiedenen Gruppen, was auch noch zu ihrem ausgewählten Schlaraffenland gehört. Vielleicht kreieren einzelne Gruppen ihre eigenen Schlaraffenländer; sie malen von ihren Vorstellungen ein Bild oder bereiten einen Probeposten für die anderen Kinder vor. Wie könnten die neu entstandenen Schlaraffenländer heißen? Diskutiert kann auch werden, welche Hindernisse zu überwinden sind, um schliesslich in das gewünschte Schlaraffenland zu gelangen oder wieder daraus herauszukommen. Wann oder in welcher Situation wünschen wir uns ins Schlaraffenland?

Ein Tag im Schlaraffenland: Auf einer Fantasiereise können sich die Kinder in ihrem persönlichen Schlaraffenland tummeln: Wer möchte, erzählt von seiner Reise. Diese kann auch als Geschichte oder Bild dargestellt werden. Wenn später im Gespräch darauf zurückgekommen wird, überlegen sich die Kinder, was in den Texten oder Bildern zu ergänzen ist; möglicherweise führt eine weitere Reise diesmal in ein anderes Schlaraffenland. Die Kinder schreiben oder gestalten eine Ansichtskarte aus dem Schlaraffenland. Fragen regen an, weiterzudenken und miteinander zu diskutieren, z.B.: Was wäre, wenn alle Wünsche wahr würden, wenn ich nur noch faulenzen, schlecken, lesen... würde? Die Kinder versuchen sich auszudenken, was alles passieren könnte, wenn... Gab es Momente, in denen sich die Kinder wie im Schlaraffenland fühlten? Wer könnte sich ein Leben im Schlaraffenland vorstellen, mit welchen Folgen?



UNTERRICHTSVORSCHLÄGE KLASSENATERIALIEN, TEILBEREICH «SCHLARAFFENLAND»

Titel	Worum es geht: Inhalte, Fähigkeiten und Fertigkeiten	Vorschlag zum Vorgehen	Material, Hinweise zum Lehrmittel «Sprachfenster»
KM 24a–b Schlaraffenlandführer	– Sich auf einem Plan über die Inhalte orientieren – Reise-/Lernweg im Plan einzeichnen – Erfahrungen reflektieren	– Gemeinsamer Einstieg ins Thema mit dem Leporello – Gemeinsam Plan besprechen – Nach Abklärung der Interessen der Schülerinnen und Schüler gruppenweise Reiseweg durchs Schlaraffenland planen – Plan als Reisebegleiter, für Standortbestimmungen zwischendurch und als Grundlage zum Reflektieren verwenden	– KM 24b auf A3 vergrössern
Vom Schlaraffenland träumen	– Ausgehend von Texten eigene Fantasien entwickeln – Vorstellungen und Fantasien in Sprache und Bild ausdrücken	– «Max und Molli» vorlesen und gemeinsam weiterführen, oder die Kinder lesen den Text selbstständig oder hören ihn ab CD 1, Nr. 12 und lösen den anschliessenden Auftrag zu zweit. – Abschiessend das Ende der Geschichte auf KM 25d vorlesen/Kinder selbstständig lesen lassen – «Die träumenden Riesen»: anstelle des Malauftrages eine Fantasiereise anbieten → Einen Riesen auswählen und ihn durch seinen Traum begleiten	– Leporello, Hinweise zu Leporello – CD 1, Nr. 12: Max und Molli – CD 1, Nr. 13: Die träumenden Riesen – Sprachfenster, AT 74c: Bild- und Tonaufnahmen verstehen
Die Augen essen mit	– Zutaten nach Farben auswählen – Farben und Formen kombinieren: erfahren, dass Farben und Formen die Wahl von Speisen beeinflussen	– Mit den Fotos der belegten Brötli ein Rezeptbuch (Brötli-Sammlung) gestalten – Farben für Früchtespiessli: evtl. wählen zwischen warmen und kalten Farben – Abschiessend im Klassengespräch: Was für ein Spiessli würdest du jetzt, mit deinen Erfahrungen machen?	– Geräte und Lebensmittel – Fotoapparat – Siehe «Hintergrundinformationen»
Fingerspitzengefühl	– Erfahrungen mit dem Tastsinn sammeln: sich über die Beschaffenheit (Konsistenz, Temperatur, Reife, Frische, Zartheit...) von Speisen und Getränken orientieren. – Sich beim Zubereiten von Speisen und Getränken vom Fingerspitzengefühl leiten lassen	– Evtl. Vorgehensweise beim Herstellen des Schlaraffenbrotes vorgängig zeigen. – Siehe auch KM 32a–b «Schlemmen und schlecken»: Beim Essen und Trinken befühlen wir auch → mit Lippen, Zunge, Zähnen, Mund.	– Gläser mit Wasser, Sirup, Milch, Öl, (geschlagenem) Rahm – Augenbinde – Früchte wie z.B. Apfel, Ananas, Baumnuss, Kokosnuss, Banane, Orange – Geräte und Lebensmittel – Siehe «Hintergrundinformationen» – Gelegenheit zum Backen
Memory			
KM 28b: Früchte in der Hand			
KM 28c: Schlaraffenbrot			

Titel	Worum es geht: Inhalte, Fähigkeiten und Fertigkeiten	Vorschlag zum Vorgehen	Material, Hinweise zum Lehrmittel «Sprachfenster»
Geniessen mit der Nase – KM 29a: Duft-Memory – KM 29b: Der Nase nach – KM 29c: Riech-Test	– Erfahren, dass gute Düfte Appetit machen und mit Erlebnissen verbunden sein können – Verschiedene Düfte kennen und unterscheiden lernen	– Für das Duft-Memory können frische oder getrocknete Kräuter verwendet werden. – Siehe «Hintergrundinformationen»	– Duft-Memory/Der Nase nach: z.B. Pfefferminze, Fenchel, Basilikum, Knoblauch, Maggikraut, Schnittlauch, Zitronen- oder Orangenschale, Zitronenmelisse in leeren Film Dosen; auf jeder Duftprobe liegt ein wenig Watte. – Getränke wie Wasser, Fencheltee, Bananenmilch, Erdbeerrjogurt, Apfelsaft, Fruchtsaft
Dem Geschmack auf der Spur – KM 30a: Die Zunge zeigen – KM 30b: Die Zunge testen – KM 30c: Geschmackssache	– Betrachten der Zungenoberfläche ohne und mit Lupe – Beim Testen herausfinden, dass die Zunge zwischen süß, sauer, salzig, bitter unterscheidet – Erfahren, dass das Geschmacksempfinden von Mensch zu Mensch unterschiedlich sein kann	– Der Auftrag «Die Zunge testen» ist anspruchsvoll, aber auch spannend: Das Geschmacksempfinden ist nicht bei allen Menschen gleich ausgeprägt; bitter und sauer ist für Kinder schwierig zu unterscheiden. – Welche Kombinationen bei «Geschmackssache» waren beliebt? Das unterschiedliche Geschmacksempfinden in einer grösseren Gruppe oder in der Klasse vergleichen – Siehe «Hintergrundinformationen»	– Spiegel, Lupe – Wattestäbchen, Zitronen-, Grapefruitsaft, Zucker- und Salzwasser – Material und Lebensmittel – Siehe «Hintergrundinformationen»
Ohrenspass – KM 31: Knabbergeräusche	Erfahren, dass – das Gehör mithilfe, Speisen zu beurteilen – Essgeräusche den Appetit anregen oder stoppen können	– Zu diskutieren: Wie tönt das eigene Knabbern im Vergleich zum Knabbern von anderen Kindern? – Siehe «Hintergrundinformationen»	– Tuch – Schüssel – Knabberspeisen wie Knäckebrot, Cornflakes, Apfel, Rüebli, Chips, saftiger Pfirsich
Schlemmen und schlecken – KM 32a: Popcorn – KM 32b: Schlaraffendrink	– Selbstständig etwas Leckerer herstellen – Selber hergestellte Produkte geniessen, vergleichen und beurteilen	– Umgang mit der heissen Pfanne: Die Lehrperson ist so lange dabei, bis das Popcorn im heissen Öl ist.	– Geräte und Lebensmittel – Kochplatte – Siehe «Hintergrundinformationen»

Ergänzende Informationen zu den Klassenmaterialien «Schlaraffenland»

KM 27a–b: Die Augen essen mit

Bekanntlich essen auch die Augen mit. Schon bei der Wahl von Nahrungsmitteln ist die Farbe ausschlaggebend: Orangensaft unter einer blauen Lichtquelle verlockt nicht zum Trinken, ein roter Käse verwirrt beim Degustieren, und mit geschlossenen Augen erkennen wir unsere Lieblingslimonade nicht mehr. Kühle, dunkle Farben hemmen den Appetit, sie kommen bei Lebensmitteln praktisch nicht vor. Helle, warme Farben lassen uns das Wasser im Munde zusammenlaufen, wir denken an Frische, Aroma und Geschmack.

Die Lebensmittelindustrie kennt unsere farblichen Vorlieben und Abneigungen, weiss, dass für uns Gelb = fettig ist, dass Kinder Buntes mögen, dass gräuliches Brot auf dem Markt keine Chance hätte. Viele vorgefertigte Nahrungsmittel werden daher mit Zusatzstoffen (Farbstoffen, Aromen) optimal an unsere Vorstellungen angepasst. Diese Zusatzstoffe dürfen die Gesundheit nicht gefährden, aber eigentlich sind sie überflüssig. Frische Lebensmittel bringen genügend Farbe und Aroma auf den Teller.

Brötchen belegen

Lebensmittel (zum Beispiel)	Material, Hilfsmittel

Früchtespiessli

Lebensmittel (je nach Saison)	Material, Hilfsmittel

KM 28a–c: Fingerspitzengefühl

Essen von Hand ist die ursprünglichste Art zu essen. Von der Hand in den Mund, so assen nicht nur unsere Vorfahren während Jahrtausenden, sondern noch heute sind die Hände das am meisten verwendete Essgerät weltweit. Von Hand gegessen wird nicht nur in Kulturen, die kein Essbesteck kennen, sondern überall auf der Welt: «Fingerfood» ist unkompliziert und macht Spass. Kleine Kinder essen liebend gerne von Hand. Dabei begreifen sie die Nahrungsmittel und erfahren deren Eigenschaften sinnlich.

Aber nicht nur die Hände sind Instrumente des Tastsinnes, indem sie Nahrungsmittel prüfen, vorbereiten und zum Mund führen. Auch mit den Lippen, der Zunge und der Innenfläche des Mundes befühlen wir die Speisen. Ein behagliches oder unbefriedigendes Mundgefühl (Fachenglisch *mouthfeeling*) entscheidet mit, ob wir eine Speise mögen oder nicht. Wenn wir von einem Nahrungsmittel eine bestimmte Beschaffenheit erwarten, sind wir enttäuscht, wenn die Erwartungen nicht erfüllt werden, wenn Chips nicht knusprig und Äpfel nicht saftig sind.

Schlaraffenbrot

Lebensmittel (zum Beispiel)	Material, Hilfsmittel

KM 29a–c: Geniessen mit der Nase

Unsere Nase kann zwischen rund 2000 verschiedenen Gerüchen und Düften unterscheiden, Menschen mit geschultem Riechorgan wie Teeprüferinnen oder Parfümeure bringen es sogar auf bis zu 10 000 Duftnuancen. Der Geruchssinn ist bei uns Menschen ca. 10 000-mal empfindlicher als der Geschmackssinn. Beide Sinne zusammen ermöglichen erst das Erkennen von Aromen. Fällt der Geruchssinn aus, beispielsweise bei Schnupfen, ist das Geschmacksempfinden um 80% reduziert.

Kein menschlicher Sinn ist so eng mit Gefühlen verknüpft wie der Geruchssinn. Düfte nehmen wir sozusagen «unzensuriert» wahr, Empfindungen des Geruchssinns erreichen das Riechzentrum im Gehirn di-

rekt. Dort lösen Düfte positive oder negative Gefühle aus, die stark mit Erinnerungen zusammenhängen: die Mandarinen vom Samichlausentag, die etwas dunkel geratene Wurst vom Picknick, der Hustentee bei der letzten Erkältung...

Rohe Lebensmittel besitzen selten einen ausgeprägten Geruch, die Nase kommt erst dann auf ihre Rechnung, wenn Lebensmittel zerkleinert und gegart werden. Im Gegensatz zu frisch gebackenem Brot riecht Brotteig kaum und Erdbeeren verströmen beim Einkochen zu Konfitüre mehr Wohlgerüche als im Fruchtsalat. Essensdüfte regen den Appetit an, sofern sie beliebte Speisen versprechen, und sorgen für eine erwartungsvolle Stimmung beim Zutisch gehen.

KM 30a–c: Dem Geschmack auf der Spur

Geschmack ist eine Sinneswahrnehmung, die sich im Laufe unseres Lebens ständig ändert und an die jeweiligen Lebensumstände anpasst. An salzarme Kost gewöhnt man sich nach einigen Wochen, scharfe Speisen lassen bei regelmässigem Genuss keine Tränen mehr aufsteigen und der tägliche Konsum von süssen Getränken verändert auch den Massstab für «süss». Der standardisierte Geschmack von Fertigprodukten birgt die Gefahr, dass unser Geschmacks- und Geruchsempfinden abstumpfen, dass wir kein grosses Spektrum von Aromen mehr kennen.

Mit den Geschmacksknospen, die sich auf Zunge, Mundschleimhaut und im Rachen befinden, nehmen wir im Wesentlichen vier Geschmacksrichtungen wahr: süss, sauer, salzig, bitter. Eine fünfte Geschmacksrichtung ist vermutlich «umami» (= köstlich, japanisch), ein Geschmack wie Bouillon. Die «Eingangskontrolle» im Mund hilft Überleben sichern mit einfachen Mustern: bitter = giftig, sauer = unreif, süss = nahrhaft, salzig = interessant. Die Vorliebe für Süsses ist angeboren, ebenso wie die anfängliche Abneigung gegen Bitteres und Saures. Bittere Getränke wie Kaffee oder bittere Gemüse wie Spargeln finden meist erst im Erwachsenenalter Anklang. Die Geschmäcker sind verschieden von Individuum zu Individuum und von Gesellschaft zu Gesellschaft. Viele Kinder lehnen neue Speisen vorerst ab,

kulinarische Neugier und Experimentierfreude zeigen sich erst im Alter von acht bis zehn Jahren.

Zusätzlich zu den Geschmacksrichtungen vermittelt uns die Mundhöhle noch weitere Eindrücke: die Beschaffenheit einer Speise (breiig, hart, körnig usw.), die Temperatur (der Geschmack ist zwischen 35 °C und 50 °C am intensivsten), Schärfe (wie Chili) und das Zusammenziehen (astringierende Wirkung von Rhabarber).

Die Zunge zeigen**Geschmackssache**

Erfahrungen sammeln mit unterschiedlichen Aromen, experimentieren mit Geschmacksrichtungen.

Mögliche Kombinationen	Material, Hilfsmittel

KM 31: Ohrenspass

«Bilder zwischen den Ohren»: Sie entstehen, wenn Fleisch in der Pfanne brutzelt, wenn Limonade beim Einschenken schäumt, wenn eine Verpackung beim Aufreissen charakteristisch knistert. Mit den Ohren nehmen wir aber nicht nur die Geräusche rund um die Zubereitung der Speisen und das Essen wahr, sondern auch, was in der Umgebung geschieht, während wir essen. Tafelmusik sorgte schon an Fürstenhöfen für gute Stimmung bei Tisch, laute, hitzige Diskussionen sind dem Geniessen wenig zuträglich und die Fernsehübertragung einer Sportveranstaltung lenkt vom Essen ab. Die Zeit, in der wir leben, ist stressig und laut. Umso wichtiger wären wenigstens beim Essen einige ruhige Momente ohne störende Geräuschkulisse.

KM 32a–b: Schlemmen und schlecken

Das Ganze ist mehr als die Summe aller Teile, das gilt auch für die Bedeutung unserer Sinne beim Essen. Aber nur wer seine Sinne regelmässig mit verschiedenen Eindrücken reizt, trainiert die Wahrnehmung. Mit allen Sinnen essen und geniessen heisst das Ziel, denn wer ohne Genuss isst, schadet sich selber. Kin-

der geniessen anders als Erwachsene: Sie bevorzugen grelle, leuchtende oder transparente Farben, sie mögen lustige Formen und werden angesprochen durch ungewöhnliche Geschmackserfahrungen, wie sie Essiggurken, Chips oder Gummibärchen bieten. Und fast alle Kinder lieben Süsses. Auf wenig Gegenliebe stossen hingegen stark gewürzte Speisen, intensiv riechende Gemüse, faseriges oder blutiges Fleisch und kompliziert zu essende Gerichte. Mit etwas Fantasie kann aber jede Mahlzeit für alle am Tisch ein Genuss werden.

Popcorn

Puffmais, aus dem Popcorn hergestellt wird, ist eine von vielen Maissorten. Die Körner weisen einen besonders hohen Wasseranteil auf, damit das Korn beim Erhitzen durch den eigenen Dampfdruck aufspringt. Mit alten, vertrockneten Körnern lässt sich daher kein Popcorn mehr herstellen (Mindesthaltbarkeitsdatum beachten).

Popcorn kann auch ohne Fett in einem Heissluftapparat (Popcorn-Maschine) oder in speziellen Beuteln im Mikrowellengerät zubereitet werden.

Lebensmittel (1 Portion)	Material, Hilfsmittel

Schlaraffendrink

Lebensmittel (zum Beispiel)	Material, Hilfsmittel