

Nachhaltiger essen

Unterrichtsmodule ab Klasse 5



Nachhaltiger
essen



ALLE
Module
kostenfrei

zum
Download!



www.ble-medienservice.de

Neugierig?
Spannende
Themen im Innenteil

Jedes Ernährungsthema ist verknüpft mit Nachhaltigkeit



Jedes Ernährungsthema lässt sich mit Nachhaltigkeit verknüpfen. Das zeigen die kostenlosen Unterrichtsmodule zu aktuellen Ernährungsthemen, die das Bundeszentrum für Ernährung zum Download anbietet. Alle Module passen zu den Bildungsplänen, lassen sich in viele Fächer einbinden und sind ideal für spontane Vertretungsstunden und Projekttag, weil die Themen so konkret, klein und fertig ausgearbeitet sind. Und weil Essen, Lebensmittel und Nachhaltigkeit ALLE angeht!

Handlungsorientiert · Flexibel · Konkret

- ▶ konsequent mehrperspektivisch: Gesundheit plus Nachhaltigkeit!
- ▶ ein bis zwei fertig ausgearbeitete Doppelstunden
- ▶ klar formulierte Kompetenzerwartungen
- ▶ kurzgefasste Hintergrundinformationen mit aktiven Links zum Weiterlesen
- ▶ eine Unterrichtsskizze zur Leitfrage
- ▶ 2 bis 4 Arbeitsblätter: direkt einsetzbar, editierbar und digital ausfüllbar, mit QR-Codes zum Weiterforschen
- ▶ Materialkarten mit Produktbeispielen (wenn kein echtes Produkt zur Hand ist), Fotos und Infografiken



Praxiserprobt und qualitätsgeprüft!

„Sehr gut“ ★★★★★
„Gut“ ★★★★★

www.verbraucherbildung.de/materialkompass

Die folgenden Medien gibt es kostenfrei unter www.ble-medien-service.de



Der **BZfE-Qualitätsfächer** zeigt: Zur Lebensmittelqualität gehört Nachhaltigkeit. Das Poster motiviert, beim Einkauf auf Ökologie, Umwelt, Klima, Soziales und Tierwohl zu achten.



Bestell-Nr. 0216

www.bzfe.de

High Protein – was steckt dahinter?

Muckies zum Löffeln? Wie passen Fitnessfood und Klimaschutz zusammen? Das Interesse an der „körperformenden“ Wirkung von High-Protein wird genutzt, um die Bedeutung verschiedener Proteinquellen für die Ernährungssicherung weltweit zu erarbeiten.

Kompetenzerwartungen: Die Schülerinnen und Schüler

- erklären, was proteinreich bedeutet und wie für proteinreiche Lebensmittel geworben wird,
- vergleichen die High-Protein-Varianten mit normalen Produkten und bewerten sie hinsichtlich Nährwert, Design und Werbung,
- positionieren sich zur Aussage „Mehr Protein!“ mit Blick auf eine zukunftsfähige, pflanzenbetonte Ernährung mithilfe von Statements oder durch Legen eines Mysterys.



Für Klassen 8–10

- Impulse für den Unterricht
- 4 Arbeitsblätter
- 7 Fotokarten mit Produktbeispielen
- 33 Mysterykarten
- 2 Infokarten zu Werbung

Download-Nr. 0215

Insekten essen!?

Insekten statt Fleisch? Diese Frage diskutieren die Schülerinnen und Schüler aus drei Perspektiven: Umwelt, Gesundheit und Ethik. Ferner suchen sie weitere Lösungen, um den Fleischkonsum zu verringern. Das Modul passt in Ethik, Geografie, Biologie und alle Fächer mit Ernährungsbezug.

Kompetenzerwartungen: Die Schülerinnen und Schüler

- beschreiben Pro- und Contra-Argumente zur Frage „Insekten essen“ auf der Basis von fünf Statements und ordnen die verschiedenen Perspektiven in einer Mindmap,
- erläutern die Positionen und gewichten sie,
- formulieren anhand von acht Reflexionsfragen eine eigene begründete Haltung.



Für Klassen 9–10

- Impulse für den Unterricht
- 4 Arbeitsblätter
- 6 Rollenkarten
- 5 Folien
- 2 Videos

Download-Nr. 0197

Mit den vorgestellten Medien haben die Jugendlichen reflektiert, Ideen entwickelt und wurden motiviert, aktiv zu werden.

- Wo gibt es in der Nähe Initiativen, die sich für nachhaltiges Essen engagieren? Sucht eine Marktschwärmerei auf und lasst euch das Konzept erklären.
- Wie kannst du vor Ort nachhaltiger einkaufen? Geht es regional, bio, verpackungsarm und fair?
- Sucht im Geschäft Produkte, die einen Nutri-Score A oder B tragen und gleichzeitig bio, regional und fair sind.

- Interviewt den Filialleiter eines Supermarktes: Wie viel Nachhaltigkeit ist hier im Angebot?
- Trefft euch zum nachhaltigen Kochabend und probiert ein Hülsenfruchtgericht aus. Schlagt es für den Mensa-Speiseplan vor.

Zwei Projekte für gemeinsames Engagement in der Mensa

Unser Restaurant-Tisch



À propos Mensa: Dieses Unterrichtsmodul zeigt Schülerinnen und Schülern, wie sie sich gemeinsam für ihre Mensa engagieren können. Hier geht es zwar nicht um Nachhaltigkeit, aber darum, gemeinsam etwas zu gestalten und Selbstwirksamkeit zu erleben. Das Projekt Mensa lässt sich für vielfältiges Engagement in Sachen Nachhaltigkeit nutzen.



Ab Klasse 5

Kompetenzerwartungen:
Die Schülerinnen und Schüler

- ▶ planen im Team in eigener Regie einen Restaurant-Tisch mithilfe einer Checkliste,
- ▶ gestalten in der Schulmensa eine Ess-Situation wie im Restaurant und bieten Service,
- ▶ führen eine Befragung zu ihrer Aktion durch und präsentieren ihre Ergebnisse.

- Impulse für den Unterricht
- Aktionsbeschreibung
- 3 Kopiervorlagen
- 2 Infokarten

Download-Nr. 0007

Was hat mein Essen mit dem Klima zu tun?



Was hat Fleisch mit CO₂ zu tun? Wie klimafreundlich esse ich? Darüber diskutieren die Jugendlichen und entwickeln Ideen, wie sie ihr Essen und das in der Schulmensa nachhaltiger gestalten können.



Ab Klasse 9

Kompetenzerwartungen:
Die Schülerinnen und Schüler

- ▶ erklären die Zusammenhänge zwischen Klima, Lebensmittel und persönlichem Lebensstil,
- ▶ erläutern die sieben Klimatipps und beurteilen Chancen und Hindernisse bei der Umsetzung,
- ▶ entwickeln im Gruppenpuzzle eine klimafreundliche Schulmensa und präsentieren ihre Ideen.

- Unterrichtsverlauf
- 10 Seiten Hintergrundinfos
- weiterführende Links
- 12 Arbeitsblätter
- 1 Infoblatt

Download-Nr. 3659

Newsletter Ernährungsbildung für Lehrkräfte

Der Bildungs-Newsletter bietet eine Materialsammlung zu einem Schwerpunktthema und weist u. a. auf neue Medien und Artikel des BZfE und auf Fortbildungen für Lehrkräfte hin. Melden Sie sich zum Newsletter an:

www.bzfe.de/bildung/bildungs-newsletter

Lehrerfortbildung

Hier finden (angehende) Lehrkräfte aller Schulformen Fortbildungsmöglichkeiten, die das Bundeszentrum für Ernährung anbietet.

www.bzfe.de/bildung/fortbildungen

Impressum 0513/2022

Herausgeberin:

Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)

Präsident: Dr. Hanns-Christoph Eiden

Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn

Telefon: 0228 /68 45 - 0,

www.ble.de, www.bzfe.de

Text: Dr. Ingrid Brüggemann, BLE

Redaktion: Dr. Ingrid Brüggemann, BLE

Gestaltung: Arnout van Son, Alterf

Titelbild: © Prostock-studio - stock.adobe.com

Nachdruck oder Vervielfältigung – auch auszugsweise – sowie Weitergabe mit Zusätzen, Aufdrucken oder Aufklebern nur mit Zustimmung der BLE gestattet.

Erstauflage, © BLE 2022

Mehr über Lehrerfortbildungen, Fach- und Grundlagenartikel sowie weitere Bildungsmedien rund um nachhaltigeres Essen und Trinken finden Sie unter

www.bzfe.de