



Fernlernen NMG, zum Beispiel:

Prinzipien des Fernlernens

Diese Prinzipien guten Fernunterrichts sind in den folgenden Beispielen umgesetzt:

- analoge und digitale Elemente einsetzen
- Chancengleichheit erzeugen (nicht alle haben Computer/ Drucker/ Materialien/ Ressourcen)
- synchrone und asynchrone Lerneinheiten planen
- Produkte sind Ergebnis von eigenem Entwickeln / Tun und geben Anlass zu Feedback (Beziehung Schüler/in–Lehrer/in)
- Einzel- und Gruppenarbeit (Beziehung unter Schüler/innen)

Was brauchen wir zum Essen?

Worum geht es? Lernziele

- Die Schüler/innen verstehen die Lebensmittelpyramide, das heisst: sie können sie anwenden und daraus neue Informationen ableiten.
- Die Schüler/innen haben zwei Statements formuliert, mit denen sie zur Nachhaltigkeit von Ernährung Stellung nehmen.

Bezüge: Lehrplan, Jahresplanung, andere Fächer

Lehrplan	NMG 1.3	Identität, Körper, Gesundheit - sich kennen und sich Sorge tragen
Lehrmittel	NaTech 5/6	S. 32/33 Online-Material
Fächer	Sprachen	Wortschatz: Bezeichnung von Lebensmitteln, Adjektive und Verben (Deutsch und andere Sprachen), eigene und fremde Rezepte lesen und verstehen, vorlesen, Lebensmitteldeklarationen verstehen.
	Mathematik	Zutaten umrechnen (Brüche, Masse), zusammenzählen, wägen, abmessen
	Gestalten	Schlaraffenland, Stillleben gestalten, mit Lebensmitteln drucken

Drehbuch

Das Unterrichtsvorhaben besteht aus zwei Teilen. Ausgehend von einem eigenen Kochprojekt setzen sich SchülerInnen zuerst mit ihrer alltäglichen Ernährung und unserem gesellschaftlichen Umgang mit Lebensmitteln auseinander. Sie ordnen im zweiten Teil ihr Essen in einen grösseren, z.T. globalen Zusammenhang ein.

Das Wort "brauchen" in der Ausgangsfrage verweist im ersten Teil auf den eigenen Körper im Sinn von benötigen (Lebensmittelpyramide) und im zweiten Teil auf verbrauchen im Sinn von übermässigem Konsum (Food Waste).

Was brauchen wir zum Essen? Zyklus 2

Teil I: Was brauchen wir zum Essen? (benötigen/Körper)

Einsteigen

Schriftliche Anleitung an die Schüler/innen, ein warmes Essen für die eigene Familie zu planen und den Einkaufszettel zu schreiben. Ggf. Hilfestellung für den Einkaufszettel (es braucht ein Rezept, Absprachen Budget, Mengen anpassen). Nach Möglichkeit mit jemandem aus der Familie dieses Essen auch kochen und von einem Teller ein Foto machen. (Damit es keinen Wettbewerb oder Blossstellungen gibt, kann man das auch weglassen und einfach direkt mit der Einkaufsliste weiterarbeiten.)

Weitere Möglichkeit: Das Kochbuch der Klasse 4c: jede/r steuert ein Rezept bei, man muss nicht sagen, ob man genau das gekocht hat

Produkt

- An der Klassenzimmertüre hängt ein Plakat und alle tragen ein, was sie gegessen/ gekocht haben
- Wer kann schickt via E-Mail ein Foto des Essens (Teller, keine Personen) an die LP
- Foto auf ILIAS oder andere online Plattform stellen

Erarbeiten

Arbeitsblatt: Die Schüler/innen erhalten eine Lebensmittelpyramide mit einem kurzen erklärenden Text (NaTech 5/6 S. 32).

a) verstehen

Es ist nicht allen sofort klar, wie diese Pyramide zu lesen ist

Möglichkeiten: auffordern, erst selbst zu vermuten, wie das zu lesen ist und die Lösung findet sich z.B. kleingedruckt formelartig auf der Rückseite auf dem Kopf, ausführlich als Hilfetext (digital: verlinkt, analog: Hilfeblatt, Vorlage für Lehrperson z.B. [hier](#) nur den Text im oberen Teil, nicht das Video) oder via Link, QR-Code als kurzes Erklärvideo der Lehrperson zur Verfügung stellen.

b) vervollständigen und aneignen

Überbegriffe/ Kategorienbezeichnung z.B. in falscher Reihenfolge angeben und auf der einen Seite der Pyramide anschreiben/aufkleben lassen

auf der anderen Seite die Zutaten von der Einkaufsliste zuordnen.

=> wer will: Resultat entweder kontrollieren, mit einer Mitschülerin/ Mitschüler vergleichen (Telefon, Chat, Email)

c) beobachten/ dokumentieren

Schüler/innen dokumentieren drei warme Mahlzeiten in der Familie beobachten und Lebensmittel den Kategorien der Pyramide zuordnen

=> selbst eine Dokumentations-Form finden lassen, eine Tabelle vorgeben, eine andere Form vorgeben

d) reflektieren und Schlüsse ziehen

Was würde ich als Ernährungsberater/in loben, was ändern, was empfehlen?

Produkt

Drei gute, allgemeine Ernährungstipps ableiten und abgeben, z.B. analog auf grossen, mit dem Auftrag gelieferten Papierstreifen aufschreiben und in die Schule bringen, digital via ILIAS, One-Note, padlet, als ppt-Folie, per E-Mail an LP.

Die Lehrperson zieht aus den eingesandten Tipps ein Fazit und präsentiert dieses zu einem geeigneten, inhaltlich sinnvollen Zeitpunkt der Klasse.

Teil II: Was brauchen wir zum Essen? (verbrauchen)

Einsteigen

Die Lehrperson druckt Bilder von Peter Manzel (Buch: Hungry Planet, online [hier](#)) farbig aus und schickt jedem Kind per Post ein/zwei Fotos und eine Anleitung. Sie teilt die Klasse in Dreiergruppen ein. Die Gruppenmitglieder wissen, wer in ihrer Gruppe ist und verabreden sich telefonisch, per Chat oder Video-Konferenz. Alle Gruppen haben dieselben Fragen, aber jedes Gruppenmitglied hat ein anderes Bild.

Erarbeiten

Gruppenarbeit: «Kongress der Ernährungsberater/innen der Klasse 5a»

Sie beschreiben sich zunächst gegenseitig ihr Bild und beantworten dann Fragen zu den Bildern. Alle halten die Antworten der Gruppe auf ihrem eigenen Arbeitsblatt fest.

Mögliche Fragen:

- Wer gibt am meisten/am wenigsten für Essen aus?
- Wer isst am meisten/wenigsten/gesund/...
- Mit wem würde ich gern essen? was?...

Die Gruppe wählt eine Familie aus und beurteilt vor dem Hintergrund der Lebensmittelpyramide, was positiv an der jeweiligen Ernährung ist, und was für konkrete Änderungen sie mit Blick auf die Lebensmittelpyramide der Familie empfehlen würden. Dann prüfen sie kritisch und diskutieren, ob diese Familien die vorgeschlagenen Änderungen überhaupt umsetzen könnten oder wollen würden?

Die Gruppe bereitet sich auf den Kongress der Ernährungsberater/innen vor, an dem sie ein kurzes Statement zu zwei Familien abgeben müssen (5–6 Sätze). Dieser Kongress findet entweder nach der Zeit des Fernlernens im Klassenverband in der Schule statt, oder in einer anderen Form. Sie haben bei Bedarf eine Formulierungshilfe sowie Wörterliste zur Verfügung und orientieren sich an den Aufgaben der Ernährung (liefert Energie, bildet Muskeln, Verdauung etc.) wie im Kurztext von NaTech.

Produkt

Ihre Statements notieren sie auf Vortragskarten. Da sich zwangsläufig Überschneidungen ergeben werden, werden Schüler/innen ihre Empfehlungen und Überlegungen dann miteinander vergleichen. Die Lehrperson zieht ein Fazit daraus und hält es für alle fest.

Einzelarbeit

a) Wissen erarbeiten

Arbeitsblatt mit Zahlen zu Foodwaste lokal, regional, national, europaweit, Länder des globalen Nordens, etc. erstellen und Fragen zum Inhalt stellen (reproduzieren, Zahlen interpretieren, Zusammenhänge herstellen)

Siehe NaTech online-Kommentar für Lehrpersonen

b) konkretisieren, erkunden im eigenen Umfeld

Im Vorratsschrank und im Kühlschrank insgesamt x (z. B. 4 oder 6) Lebensmittel genau anschauen. Was für Informationen sind auf den Lebensmitteln angebracht? Welche sind wichtig im Hinblick auf Lebensmittelpyramide - welche im Hinblick auf Foodwaste? Was bedeutet das Datum auf den Lebensmitteln? Vermutung aufschreiben und einschicken (z.B. per Email, Umfrage auf Ilias, mentimeter)

c) umsetzen, Fazit der Lerneinheit, **Produkt**

Schüler/innen formulieren zwei attraktive Werbesprüche/ Slogans die auf die Frage antworten: Wie sollen wir Lebensmittel einkaufen, damit weniger Abfall entsteht? (oder andere geeignete Fazitfrage) Gestaltungsumfang ist offen.

Was brauchen wir zum Essen? (Zyklus 1)

Einsteigen

Tag 1: Mach heute ein feines Znüni für dich und andere

Tag 2: Mach heute ein gesundes Znüni für dich und andere

Verarbeiten

Zeichne/ fotografiere/ schreibe auf/ lass jemanden für dich aufschreiben/ erzähl der Lehrperson am Telefon:

- Was hast du für ein Znüni gemacht?
- Was war beim zweiten Znüni anders (vielleicht nichts)

Input

In einem Couvert erhält das Kind eine Lebensmittelpyramide als Puzzle und als fertiges Bild zum Kontrollieren (z.B. aus NaTech 5/5 S. 32). Auftrag: richtig zusammensetzen und aufkleben.

Schreibauftrag

Alle Lebensmittel aufschreiben, die das Kind auf der Pyramide erkennt (eine Sprache, mehrere Sprachen)

Zu jedem Lebensmittel ein Wort:

- a) wie es sich anfühlt (kalt, hart, ...)
- b) wie es schmeckt (salzig, bitter, ...)
- c) ...

Vermuten

Möglichkeiten: Warum hat es so wenig Glacé auf dem Bild und so viel Gemüse und Früchte? (aufschreiben (lassen), als Audio aufnehmen und einsenden, der Lehrperson erzählen)

Hat dir auch schon einmal jemand gesagt, du musst zuerst noch Gemüse oder Salat essen, bevor du Dessert bekommst? Schau die Pyramide an und erkläre dann mit ihrer Hilfe, warum die Person das vermutlich gesagt hat.

Produkt

Die Schülerin, der Schüler kann unter Verwendung der Begriffe auf der Pyramide eine Behauptung zur Lebensmittelpyramide erklären (mündlich oder schriftlich).