



# **FÜR GEMÜSEFORSCHER UND OBSTDETEKTIVE**

Module zur Ernährungsbildung  
in der Grundschule



# INHALT

Didaktische Konzeption .....	4
Fachinformationen .....	6
Die Module im Überblick .....	10

## GEMÜSE UND OBST – REICHLICH UND VIELSEITIG ESSEN

Modul 1: Das lernen wir! .....	13
Modul 2: Detektive aufgepasst: Wie schmeckt das? .....	16
Modul 3: Saubere Hände – warum und wie? .....	18
Modul 4: Gemüse oder Obst? Wer kennt die meisten Arten? .....	20
Modul 5: Wir machen Fingerfood .....	22
Modul 6: Welches Gemüse oder Obst ist gemeint? .....	24
Modul 7: Gemüse- und Obstexperten gesucht. ....	26
Modul 8: Sinnesparcours .....	28
Modul 9: Was sagt dir die Ernährungspyramide über Gemüse und Obst? ..	30
Modul 10: Mein Gemüse- und Obsttagebuch .....	32
Modul 11: Peppige Pausenbrote zum Klassenfrühstück. ....	34
Modul 12: Die Apfeldetektive. ....	35

## GEMÜSE UND OBST – UMWELTBEWUSST UND NACHHALTIG HANDELN

Modul 13: Erkundungsgang zum Wochenmarkt oder ins Lebensmittelgeschäft. ....	36
Modul 14: Wir besuchen einen Obst- oder Gemüseanbaubetrieb in der Nähe .....	37
Modul 15: Welches Gemüse und welches Obst aßen Uropa und Uropa im Winter? .....	40
Modul 16: Wir feiern Erntedank. Welche Feste feiern unsere Mitschüler? ..	44
Modul 17: Wann sind unsere heimischen Früchte reif? .....	46
Modul 18: Unser Obstsalat der Saison .....	46
Modul 19: Woher kommen unser Gemüse und Obst? .....	48
Modul 20: Eine Entdeckungsreise in die Herkunftsländer der Mitschüler ..	51
Modul 21: Erdbeeren im Winter? .....	52

## GEMÜSE UND OBST – FORSCHEN UND EXPERIMENTIEREN

Modul 22: Aus welchen Teilen bestehen Pflanzen? Welche Teile essen wir? .....	54
Modul 23: Oben oder unten? Wo wächst das, was wir essen? .....	56
Modul 24: Apfel unter der Lupe .....	58
Modul 25: Wie entsteht Kresse? .....	60
Modul 26: Was brauchen Samen zum Wachsen? .....	62
Modul 27: Aus Samen wachsen Pflanzen .....	64
Modul 28: Das Geheimnis der roten Karotte .....	66
Modul 29: Warum werden Äpfel, Birnen und Bananen an den Schnittflächen braun? .....	68
Modul 30: Ein Gemüse- oder Obstfest mit Gästen. ....	70
Modul 31: Das habe ich gelernt – das kann ich jetzt .....	71
Ausschneidebögen .....	72
BZfE-Medien .....	74
Impressum .....	75

## Schmecken, experimentieren, forschen und selbst aktiv werden!

So viel Praxis im Unterricht gefällt Kindern und weckt ihre Begeisterung für die Vielfalt an heimischem Gemüse und Obst. Die kleinen Module passen zu den Lehrplänen in der Grundschule und leisten einen wesentlichen Beitrag für gesundheitsförderliches Essen und Trinken.



## Passend zum EU-Schulprogramm

Die Unterrichtsmodule der beiden Unterrichtsmedien „Für Gemüseforscher und Obstdetektive“ und „Für Milchforscher und Joghurtdetektive“ (Bestell-Nr. 1684) sind zur pädagogischen Begleitung des EU-Schulprogramms konzipiert. Das Programm fördert die Abgabe der Grundnahrungsmittel Gemüse, Obst und Milch an Grundschulen.



## Ihre Schule möchte am EU-Schulprogramm teilnehmen?

Das EU-Schulprogramm setzen die Bundesländer selbstständig mit eigenen Maßnahmen um. Jedes teilnehmende Bundesland informiert auf der eigenen Homepage über die Ausgestaltung des Programms, wie Angebote, zugelassene Lieferanten und pädagogische Begleitung, stellt Antragsformulare bereit und gibt Hilfen.

Ihren Ansprechpartner finden Sie unter:  
[www.bmel.de](http://www.bmel.de) > gesunde Ernährung, sichere Lebensmittel > Gesunde Ernährung > Kita und Schule > Das EU-Schulprogramm.

**Differenzieren  
leicht gemacht!**



Alle Kopiervorlagen sind als PDF und im Word-  
Format als Download verfügbar unter:  
[www.bzfe.de/3388-gemueseforscher](http://www.bzfe.de/3388-gemueseforscher)  
Geben Sie bitte das Passwort „forschen“ ein.

## Flexibel und modular einsetzbar

Vorliegende kleine Module laden Kinder zum Mitmachen ein, wecken die Neugier und haben das Ziel, dass Kinder Neues Gemüse und Obst entdecken und mehr Gemüse und Obst essen. Die Übungen sind vielfältig und für alle interessant: für Entdecker, Erfinder, Umweltschützer, Gärtner und Forscher und Feinschmecker. Sie dürfen Schnippeln, Experimentieren und viele neue Sinneserfahrungen machen.

Die Module sind einzeln und flexibel in den Klassen 1 bis 4 einsetzbar. Die Reihenfolge ist beliebig. Alle Inhalte sind auf die Lernfelder von Grundschule abgestimmt. Da die Übungen verschiedene Aspekte berücksichtigen, ist für jedes Schuljahr etwas Passendes dabei. Sie eignen sich auch für Projekttage und den Ganzttag. Nimmt Ihre Schule am EU-Schulprogramm teil – umso besser. Dann können Sie die gelieferten frischen Produkte in die Aktionen einbeziehen und das EU-Programm pädagogisch ergänzen. Spannende Fragen sind:

- Haben die Früchte jetzt Saison? Prüft mit dem Saisonkalender. → [Modul 17](#)
- Welche Pflanzenteile essen wir? → [Modul 22](#)
- Wie wachsen die Früchte? → [Modul 23](#)
- Woher kommen die Früchte? → [Modul 19](#)
- Wie sehen sie innen aus? → [Modul 24](#)
- Führt ein SinnExperiment durch. → [Modul 2](#)
- Stellt euer eigenes Fingerfood her. → [Modul 5](#)

## Die interkulturelle Vielfalt entdecken

- Welches Gemüse und Obst essen die Kinder und ihre Familien, die aus anderen Ländern kommen?
- Wie bereiten sie es zu? Wie essen sie es am liebsten?

Dabei kann die ein oder andere landestypische Besonderheit auftauchen, muss aber nicht. Denn viele Familien leben schon seit Generationen in Deutschland und haben – wie jeder von uns – eigene Vorlieben und Essgewohnheiten entwickelt. Kinder aus anderen Herkunftsländern sind daher in der Regel keine Experten für ihr Land. Vielmehr geht es darum, die Vielfalt und Geschmackswelten aller Kinder zu entdecken und wertzuschätzen. Kinder aus Familien, die Gemüse selbst im Garten anbauen und traditionell kochen, können sicher besonders viel beitragen (→ [Modul 15](#)). Sie kennen meist viele Gemüsearten und sind geschickt in der Küche.

## So gelingt Ernährungsbildung

- Essen mit positiven Botschaften verknüpfen: Gemüse und Obst sind bunt, leckere Fitmacher, Fingerfood zum Naschen und so vielfältig. Da findet jedes Kind etwas nach seinem Geschmack.
- An den Esserfahrungen anknüpfen und gemeinsam Neues probieren: Stellen Sie die Kinder in den Mittelpunkt und nutzen Sie ihre vielfältigen Erfahrungen: Welches Gemüse und Obst kennt ihr? Was mögt ihr? Was wollt ihr probieren?
- Viele Geschmackserlebnisse bieten: So verfeinern und erweitern die Kinder ihren Geschmacksinn. Sie lernen bisher unbekannte Lebensmittel kennen, entwickeln neue Vorlieben und lernen mit allen Sinnen zu genießen.
- Im Unterricht praktisch mit Gemüse und Obst arbeiten: Forschen, schnippeln, kosten, gemeinsam reflektieren. Gleichzeitig lernen die Kinder den Wert der Lebensmittel zu schätzen und umwelt- und klimafreundlich zu handeln.
- Vielseitiges Essen in der Schule anbieten und eine schöne Essatmosphäre schaffen: Wenn Sie beim Klassenfrühstück oder in der Schulmensa mitessen und zeigen, dass es Ihnen schmeckt, überzeugt das mehr als tausend Worte. Das tägliche, gemeinsame, positive Erleben ist ein Schlüssel für erfolgreiche Ernährungsbildung.
- Gemeinsam an einem Strang ziehen und Vorbild sein: Eltern, Kollegium, Schulträger, Übermittagsbetreuung, Hausmeister und Caterer – wenn alle mitmachen und sich realistische Ziele setzen, gelingt Ernährungsbildung.



© Fotos: ▲ H. Südhof – BLE; ▲▲ Wavebreakmedia/Micro – Fotolia.com

## Kleine Module mit viel Differenzierung

Die Module lassen sich grob drei Themenfeldern zuordnen: In den Modulen 2 bis 12 geht es vor allem um die Vielfalt und Gesundheitswert von Gemüse und Obst. Im zweiten Block liegt der Schwerpunkt auf umweltgerechtem, nachhaltigem Handeln. Ab Modul 22 bearbeiten die Kinder beim Experimentieren spannende Fragen u. a. zur Botanik von Gemüse und Obst.

Spezifische Fachinformationen finden sich direkt im Unterrichtsverlauf, das Basiswissen für Ihren Unterricht ab Seite 6.

Jedes Modul ist nach dem gleichen Schema aufgebaut: Unterrichtsverlauf mit Praxisteil, dazu eine fertige Kopiervorlage und viele Ideen zur Vertiefung, Weiterführung und Differenzierung. Dazu zählen auch die Detektivaufträge.

die wichtigsten Kompetenz-erwartungen →

motivierende, alltagsnahe Einstiege →

Sinnesschulung →

Ideenbörse mit Variationen und Vertiefungen →

Detektivaufträge für selbstständiges Arbeiten →

Praxis ←

Transfer: Was bedeutet die Erkenntnis für mich? ←

Verknüpfung mit anderen Modulen ←


Ideen zur Differenzierung ←

WIR MACHEN FINGERFOOD


MODUL 5 | SCHÜLERDEMONSTRATION, PRAXIS IN KLEINGRUPPEN


In Stücke geschnittenes Gemüse oder Obst bleibt selten liegen; es selbst herzustellen ist aber zeitaufwändig. Deshalb lernen die SuS einfache Küchenfertigkeiten und können dann in der Schule und zu Hause mithelfen, Fingerfood herzustellen.

<b>Kompetenzen</b>	Arbeitsschritte zielgerichtet planen und umsetzen. Gemüse und Obst hygienisch und sicher für den Verzehr vorbereiten. Arbeitsteilig Gemüse und Obst zubereiten.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Schulobst oder 3 bis 4 selbst besorgte Obstarten. <input type="checkbox"/> Saisonales Gemüse, das roh gegessen werden kann. <input type="checkbox"/> Abtropfsieb, Sparschäler, Schneidebretter, Küchenmesser, Teller und Schüsseln <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Waschen, putzen, zerkleinern
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Auf die Erfahrungen der SuS zurückgreifen: Wie haben wir beim SinnExperiment (S. 20) Gemüse und Obst vorbereitet? Wer hat schon einmal geholfen, Möhren, Gurken, Radieschen oder Feldsalat fürs Essen vorzubereiten? Wie seid ihr vorgegangen? Wer möchte es der Klasse zeigen? Alternativ an Modul S. 18 anknüpfen: Nicht nur die Hände müssen sauber sein, auch die Lebensmittel. Manchmal haftet noch Erde daran und sie sind durch viele Hände gewandert. Deshalb muss man sie gründlich waschen.</p> <p>Es folgt die <b>Demonstration</b> im Plenum mit ergänzenden Erklärungen. ←</p> <p>Dann üben die SuS in Kleingruppen die <b>Praxis</b>, wobei Äpfel und Birnen möglichst nicht geschält werden. Aus den Zutaten stellen die SuS bunte Gemüseteller her. Diese werden präsentiert und die Mitschüler geben eine Rückmeldung. Anschließend essen die SuS in aller Ruhe und mit allen Sinnen.</p> <p><b>Auswertung und Alltagstransfer:</b> Welches Gemüse oder Obst möchtet ihr zum Pausenbrot essen? Was wird nicht matschig? ←</p>
<b>SinnExperiment</b>	Partnerübung: Die SuS kosten ihr selbst hergestelltes Fingerfood mit verbundenen Augen.
<b>HA-Tipp</b>	Pausenbrotwünsche malen oder Wünsche in einem Brief den Eltern mitteilen.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> In einigen Schulen hat der <b>Förderverein</b> der Schule Sparschäler, Schüsseln, Abtropfsiebe, Schneidebretter und andere Küchenutensilien gesponsert, damit die SuS das Gemüse und Obst in der Schule selbst herrichten. <input type="checkbox"/> Zum Fingerfood einen <b>Dipp</b> oder Kräuterquark reichen. <input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul S. 46. ← <input type="checkbox"/> Eltern als Helfer beim Herstellen von Fingerfood einsetzen. <input type="checkbox"/> Medientipp: Ernährungsführerschein für die Grundschule (Klasse 3). Hier zeigt Kater Cook den Kindern, wie man hygienisch arbeitet und Fingerfood herstellt.
<b>Detektivaufträge</b>	<input type="checkbox"/> Wie geht das: einen Apfel halbieren, vierteln, würfeln, Stifte schneiden, Scheiben schneiden? <input type="checkbox"/> Was heißt: Radieschen „putzen“? Etwa mit Schwamm, Bürste und Putzmittel? <input type="checkbox"/> Forche nach: Durch welche und wie viele Hände ist das Obst seit der Ernte gewandert? <input type="checkbox"/> Welches Obst musst du schälen? Welches isst du am besten mit Schale? Forche und begründe.



Mayer






**KV modifizieren** ↓

 Text löschen. Wie heißt der Arbeitsschritt?  
 Zahlen löschen, Bilderfolge ändern. SuS schneiden Bilder aus und sortieren sie.  
 Zur Wiederholung: Frage zum Händewaschen ergänzen.

DETEKTIVAUFTRAG

Welche Beeren kannst du essen?



NAME \_\_\_\_\_

### Waschen, putzen, zerkleinern


1 Was siehst du auf den Bildern? Erzähle.

<p style="font-size: x-small;">Schürze anziehen</p>  <p style="font-size: x-small;">1</p>	<p style="font-size: x-small;">Hände gründlich waschen</p>  <p style="font-size: x-small;">2</p>	<p style="font-size: x-small;">alles bereitstellen</p>  <p style="font-size: x-small;">3</p>
<p style="font-size: x-small;">gründlich waschen, im Sieb abtropfen</p>  <p style="font-size: x-small;">4</p>	<p style="font-size: x-small;">putzen</p>  <p style="font-size: x-small;">5</p>	<p style="font-size: x-small;">schälen</p>  <p style="font-size: x-small;">6</p>
<p style="font-size: x-small;">zerkleinern</p> 	<p style="font-size: x-small;">anrichten</p> 	<p style="font-size: x-small;">aufräumen</p> 

Kopiervorlage als PDF und veränderbare Word-Version zur zielgruppengerechten Passung.


Waschen, putzen, zerkleinern

1 Was siehst du auf den Bildern? Erzähle.



Waschen, putzen, zerkleinern

1 Beschrifte die Bilder in die richtige Reihenfolge.



2 Schreibe zu jedem Bild einen Satz zu dem 10. Punkt.



© Fotos: ▲ P. Meyer, ▲ A. van Son, ▲ K. Arras - BLE

## Reichlich Gemüse und Obst essen

→ Module 9, 10

Das Modell der Ernährungspyramide zeigt den Kindern, worauf es beim Essen ankommt. Gemüse und Obst sind hier auf der zweiten Ebene mit drei Gemüsesymbolen (Möhre) und zwei Obstsymbolen (Apfel) vertreten. Für beide Lebensmittelgruppen steht die Ampel auf GRÜN. Das heißt: Reichlich essen!

Um die empfohlenen fünf Portionen zu erreichen, braucht jede Mahlzeit Gemüse oder Obst, also auch das Schulfrühstück. Ein Apfel, ein paar Radieschen oder klein geschnittene Möhren oder Gurkenscheiben machen das Pausenbrot bunt und liefern viele Fitmacher. In der Ernährungspyramide steht jeder Baustein für eine Portion. Diese messen die Kinder mit ihrer eigenen Hand: Eine Hand ist das Maß für großstückiges Gemüse oder Obst wie Apfel, Birne, Tomate. Mit zwei Händen wird die Portion bei kleinen Früchten gemessen, z. B. bei Radieschen, Kirschen, Apfelspalten, Gurkenscheiben oder Möhrenstiften. Obstsaft pur ersetzen nur in Ausnahmefällen eine Portion. Die besten Durstlöcher sind immer noch Wasser und ungesüßte Früchte- oder Kräutertees.

## Vielfalt mit allen Sinnen schmecken

→ Module 2 und 8

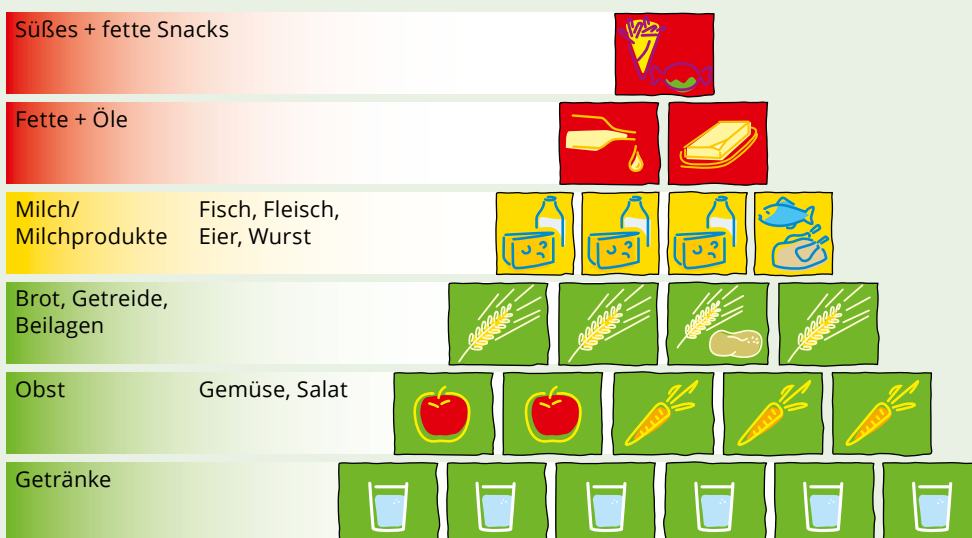
Kinder haben einen besonders feinen Geschmackssinn. Sie brauchen viele Sinneserfahrungen, um ihren Geschmack zu bilden und zu erweitern. Dabei setzen sie Nase, Augen, Ohren, Hände und Zunge ein. Das Schema ist immer gleich und lässt sich auf jedes Lebensmittel anwenden. Es gibt kein richtig oder falsch, denn der Geschmack ist individuell verschieden. Sinnesübungen wecken jedoch die Lust auf Gemüse und Obst. Sie sind auch wertvoll, weil die Kinder dabei lernen, in Ruhe zu genießen. Beides ist Basis für genussvolles, gesundheitsförderliches Essen und Trinken.

## Nicht jeder verträgt Obst

Sind in der Klasse Kinder, die bestimmtes Obst, Gemüse oder Milch nicht vertragen oder eine Allergie haben? Diese Information ist wichtig und wird daher im Elternbrief angefragt. Mehr Informationen unter:

[www.bzfe.de/inhalt/lebensmittelallergien-3737.html](http://www.bzfe.de/inhalt/lebensmittelallergien-3737.html) und [www.bzfe.de/inhalt/fruktose-malabsorption-29173.html](http://www.bzfe.de/inhalt/fruktose-malabsorption-29173.html)

## Essen nach den Ampelfarben



Jedes Lebensmittel lässt sich in die Ernährungspyramide einordnen. Die Ampelfarben geben eine erste Orientierung, worauf es beim Essen ankommt.

- Rot steht für bremsen – sparsam genießen!
- Gelb bedeutet: mäßig, aber regelmäßig.
- Grün hat Vorfahrt, hiervon reichlich nehmen.

© BLE 2018



## Hygienisch arbeiten

→ Module 3 und 29

Wenn Kinder in der Klasse Gemüse und Obst für sich zubereiten, ist das lebensmittelrechtlich unproblematisch. Das Gemüse- oder Obstfest mit Gästen ist vergleichbar mit der Durchführung eines öffentlichen Straßenfestes. Für diese einmalige, nicht gewerbliche Aktion brauchen Sie in der Regel keine Belehrungen nach dem Infektionsschutzgesetz. Sobald Sie öfter mit den Kindern Obst mit einem Milchprodukt verarbeiten und Quarkspeisen, Obstmilch oder -shakes herstellen, brauchen Sie eine Hygienebelehrung. Denn Milch und Milchprodukte zählen zu den leicht verderblichen Lebensmitteln. Im Zweifelsfall erkundigen Sie sich bei Ihrem örtlichen Gesundheitsamt.

Ob zu Hause oder in der Schule – beim Umgang mit Lebensmitteln sind Sauberkeit und Hygiene ein MUSS. Vom Arbeitsplatz über die Geräte und Lebensmittel bis hin zu Koch und Köchin muss alles sauber sein. Lehrende und die Kinder müssen die Grundregeln für die „gute Hygienepraxis“ anwenden und sachgerecht mit Lebensmitteln umgehen. Bevor es losgeht, heißt es deshalb für alle: Gründliches Händewaschen im Waschraum!

Plakate und Leporellos unter:

[www.bzga.de](http://www.bzga.de) > Suche: niesen + Grundschule

> Suche: Hände waschen + Grundschule

Mehr Infos im Heft „Feste sicher feiern“,

[www.BLE-Medienservice.de](http://www.BLE-Medienservice.de) > Bestell-Nr. 0364

## Gemüse und Obst waschen und sicher schneiden

Vor dem Verzehr müssen Gemüse und Obst gewaschen werden – auch in der Schule. Nur so werden Staub, nicht sichtbarer Schmutz, Krankheitserreger und oberflächlich anhaftende Schadstoffe entfernt. Gewaschen wird kurz und gründlich unter fließendem, kaltem Wasser, möglichst im Abtropfsieb mit Teller darunter. Anschließend schälen und/oder putzen die Kinder das Gemüse und Obst und schneiden es in mundgerechte Stücke. Hier gelten klare Regeln:

- Nie mit dem Messer in der Hand herumlaufen.
- Gemüse und Obst immer auf dem Schneidebrett liegend schälen.
- Beim Schneiden von Gemüse und Obst den Krallengriff anwenden.
- Messer beiseitelegen, wenn es gerade nicht gebraucht wird.
- Zum Überreichen an ein anderes Kind Messer oder Sparschäler auf den Tisch legen.
- Wenn mal was auf den Boden fällt, sofort aufwischen, damit keiner ausrutscht und sich verletzt.





© Fotos: ▲ VRD; ▲ MNStudio - Fotolia.com

## Umweltfreundlich und nachhaltig handeln

Die Bildungspläne für die Grundschule fordern, umweltbewusstes Handeln anzubahnen. In den ersten Modulen geschieht dies indirekt, indem die Kinder Gemüse und Obst beispielsweise durch Sinnexperimente schätzen lernen und vorwiegend regionale Freilandprodukte verwenden. In den Modulen 13 bis 21 geht es explizit um Herkunft, Anbau und Saisonzeiten von Gemüse und Obst. Im Unterricht ergeben sich viele weitere Schülerfragen, die es lohnt aufzugreifen, denn sie laden zum selbstständigen Forschen ein und lenken die Aufmerksamkeit auf unsere Umwelt.

Apropos klimafreundlich: Ein Speiseplan nach der Ernährungspyramide ist per se klimafreundlich. Denn pflanzliche Lebensmittel dominieren gegenüber den tierischen Produkten. Noch besser:

- Frische, wenig verarbeitete Produkte, am besten lose mit wenig Verpackungsmüll,
- Gemüse und Obst möglichst aus dem Freiland und regional angebaut,
- mit Tasche und zu Fuß oder per Rad einkaufen.

Alltägliche Wege zu Fuß oder mit dem Rad zurückzulegen, tut nicht nur dem Klima gut. Viel Bewegung gehört genauso zu einem gesunden Lebensstil wie vielseitiges Essen.

## Regional und saisonal

→ Module 13 – 21

Welches Obst ist jetzt bei uns reif?

Welches Gemüse wächst gerade im Freiland? → Modul 17

Das vielfältige Angebot im Supermarkt zeigt, dass fast jedes Obst ganzjährig verfügbar ist. Umweltverträglich ist jedoch vor allem das saisonale und regionale Angebot: Es spart Energie für Lagerung und lange Transportwege und ist gut fürs Klima. Wer Produkte aus der Region einkauft, unterstützt auch die lokale Landwirtschaft und Wirtschaft. Dadurch bleiben Arbeitsplätze und Wertschöpfung in der Region. Außerdem können die Kinder erleben, wie Gemüse und Obst auf Feldern und Wiesen wachsen.

- Wo wird in der Nähe der Schule Gemüse und Obst angebaut? Wo ist der nächste Erzeuger oder Gemüsebetrieb, bei dem man direkt einkaufen kann? → Modul 14
- Auszug aus dem Gemüse- und Obstkalender, mit dem die Kinder das Angebot überprüfen können → Modul 17
- Im Winter wächst bei uns kein Obst. Sind Erdbeeren dann eine gute Wahl? → Modul 21

Wer im Winter mehr Auswahl als die regionalen Lageräpfel und Birnen haben möchte, kann zusätzlich Südfrüchte wie Bananen, Mandarinen und Pfirsiche essen. Sie kommen größtenteils per Schiff.



© Foto: ▲ fotoknips - Fotolia.com

	Gemüse	Obst
Frühling	Möhren, Radieschen, Kohlrabi, Rettich	Äpfel, Erdbeeren
Sommer	Möhren, Radieschen, Paprika, Salatgurken, Kohlrabi, Rettich, Bleich-/Staudensellerie, Zucchini	Beeren, Kirschen, Mirabellen, Pflaumen
Herbst		Birnen, Äpfel, Pflaumen
Winter	Möhren, Bleich-/Staudensellerie	Äpfel, Birnen



## Was hat unser Essen mit der Umwelt zu tun?

→ Modul 21

Zusammenfassend sind hier einige Aspekte für nachhaltiges Handeln genannt. Es liegt in Ihrem Ermessen, wie intensiv Sie Umweltaspekte in Ihren Unterricht einbinden.

- **Kurze Strecken zu Fuß gehen oder mit Roller und Rad zurücklegen.** Das gilt auch fürs Einkaufen. So entstehen keine umweltschädlichen Gase.
- **Wasser trinken.** Wasser löscht den Durst, ist energiefrei, preiswert und klimafreundlicher in der Herstellung als Obst- oder Zitrus-säfte. Stark verdünnte Schorlen sind ein guter Kompromiss.
- **Reichlich Gemüse und Obst essen.** Pflanzliche Lebensmittel haben eine günstigere Klimabilanz als tierische Produkte.
- **Heimische Freilandprodukte wählen.** Sie sind frisch und schmecken besser. Außerdem benötigen sie weniger Wasser und produzieren weniger CO<sub>2</sub> als Waren aus beheizten Gewächshäusern.
- **Saisonal einkaufen.** Frisches Gemüse und Obst muss nicht energieintensiv gelagert und weniger aufwändig verpackt werden.
- **Regionale Ware bevorzugen.** Kurze Transportwege sparen Energie und sind klimafreundlich.
- **Öfter heimische Bio-Produkte wählen.** Äpfel, Möhren und Co. in Bio-Qualität schonen Boden und Wasser. Bio-Ware aus dem fernen Ausland muss nicht sein. Dann lieber konventionell erzeugte, regionale Produkte.
- **Verpackungsmüll sparen.** Gemüse und Obst lose kaufen. Denn Plastikfolien und Kunststoffschalen produzieren umweltbelastenden Müll.
- **Alle Lebensmittel sind wertvoll.** Wenn die Möhren oder Gurken krumm sind oder die Äpfel Schönheitsfehler haben, lässt sich mit einem SinnExperiment klären: Schmecken sie anders als makellose Produkte? → Modul 2
- **Keine Lebensmittel verschwenden oder unnötig wegwerfen.** Mit jedem weggeworfenen Lebensmittel gehen unnötig Wasser und Rohstoffe verloren. Deshalb: Gemüse

und Obst sachgerecht lagern und beispielsweise braune Bananen oder Obst mit Druckstellen in Milchshakes verwerten.

- **Reste verwerten.** Wer kleine Portionen wählt, langsam isst und genießt, vermeidet Reste. Wenn trotzdem etwas übrig bleibt, wird der Rest hygienisch verpackt und später verwendet oder geteilt.

### Mehr Infos zu „Essen und Umwelt“ unter:

[www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Nachhaltiger Konsum  
[www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Suche: Regionale Lebensmittel  
[www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Suche: Saisonzeiten  
[www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Suche: Klimaschutz-Tipps  
[www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Suche: Bio-Lebensmittel  
[www.bzfe.de](http://www.bzfe.de) > Suche: Fair Trade  
[www.youtube.com](http://www.youtube.com) > YouTube-Video „Was hat mein Essen mit dem Klima zu tun?“  
[www.zugutfuerdietonne.de](http://www.zugutfuerdietonne.de)

## Neugier wecken durch Experimente

→ Module 22, 28 und 29

Einfache Experimente mit Lebensmitteln bringen viele AHA-Erlebnisse und regen die Kinder an, Fragen zu stellen, auszuprobieren und selbstständig zu forschen. Allein die intensive Auseinandersetzung mit einer Forscherfrage macht das Lebensmittel interessant.

Das Experiment zu den braun verfärbten Apfelstücken wird die Kinder dazu anregen, die Braunfärbung zu verhindern. Erkenntnisreich sind auch Wachstumsversuche. Hier erleben die Kinder, wie viel Zeit und Fürsorge es braucht, Radieschen oder Kresse zu erzeugen. Natürlich schmecken die selbst erzeugten Produkte besonders gut. Krumme oder kleine Erzeugnisse sind dann eher lustig und keinesfalls minderwertig.



# DIE MODULE IM ÜBERBLICK

GEMÜSE UND OBST – REICHLICH UND VIELSEITIG ESSEN		
MODULE	Kopiervorlagen	Kompetenzen
<b>MODUL 1 Das lernen wir!</b> Unterrichtsgespräch	Elternbrief Was kann ich?	Ziele gemeinsam setzen. (Alltags-)Relevanz des Themas erfassen.
<b>MODUL 2 Detektive aufgepasst: Wie schmeckt das?</b> SinnExperiment	Detektive aufgepasst: Wie schmeckt das?	Sinne schulen, die Geschmacksvielfalt entdecken. Gemüse- und Obstarten unterscheiden. Geschmack angemessen beschreiben.
<b>MODUL 3 Saubere Hände – warum und wie?</b> Experimentieren in Kleingruppen, Unterrichtsgespräch	1:0 gegen die Bakterien	Verstehen, warum saubere Hände beim Kochen wichtig sind. Regeln fürs Händewaschen anwenden.
<b>MODUL 4 Gemüse oder Obst? Wer kennt die meisten Arten?</b> Spiel, Lehrerdemonstration, SinnExperiment	Gemüse oder Obst?	Gemüse und Obst unterscheiden und benennen. Sinne schulen. Kooperativ arbeiten.
<b>MODUL 5 Wir machen Fingerfood</b> Schülerdemonstration, Praxis in Kleingruppen	Waschen, putzen, zerkleinern	Arbeitsschritte zielgerichtet planen und umsetzen. Gemüse und Obst hygienisch und sicher für den Verzehr vorbereiten. Arbeitsteilig Gemüse und Obst zubereiten.
<b>MODUL 6 Welches Gemüse oder Obst ist gemeint?</b> Ratespiel, Unterrichtsgespräch	Für Rätselfreunde	Vielfalt und Unterschiedlichkeit von Gemüse und Obst erkennen. Informationen beschaffen durch Befragen. Hilfen geben und annehmen, angemessen kommunizieren.
<b>MODUL 7 Gemüse- und Obstexperten gesucht</b> Partnerübung, Recherche	Steckbrief Gemüse Steckbrief Obst	Gemüse- und Obstarten beschreiben. Informationen sammeln zu Aussehen, Geschmack, Hauptangebotszeit, Rezepten. Arbeitsergebnisse mit Partner vergleichen, bewerten und anschaulich präsentieren.
<b>MODUL 8 Sinnesparcours</b> Stationenarbeit mit Partner	Teste deine Sinne!	Wahrnehmung und Sinne schärfen. Gemüse- und Obstarten unterscheiden und benennen.
<b>MODUL 9 Was sagt dir die Ernährungspyramide über Gemüse und Obst?</b> Unterrichtsgespräch, Partnerarbeit	Gemüse und Obst: Nimm 5 am Tag!	Gemüse und Obst als Basis des täglichen Essens erkennen. Piktogramme/Bilderbotschaften verstehen.
<b>MODUL 10 Mein Gemüse- und Obsttagebuch</b> Selbstcheck, Partnerfeedback	Wie viel Gemüse und Obst esse ich?	Den eigenen Gemüse- und Obstverzehr bewusst machen und bewerten. Ideen für mehr Gemüse und Obst entwickeln. Arbeitsergebnisse mit Partner vergleichen, bewerten und verständlich präsentieren.
<b>MODUL 11 Peppige Pausenbrote zum Klassenfrühstück</b> Praxis mit anschließendem Schulfrühstück		Gemüse und Obst mundgerecht zubereiten. Pausenbrote richten und kreativ garnieren. Rohkost als Bestandteil des Frühstücks erkennen. Gemeinsames Essen positiv erleben.
<b>MODUL 12 Die Apfeldetektive</b> SinnExperiment, Unterrichtsgespräch		Wahrnehmung und Sinne schärfen für die Apfelsorten. Mit anderen SuS Ergebnisse austauschen.

## GEMÜSE UND OBST – UMWELTBEWUSST UND NACHHALTIG HANDELN


MODULE	Kopiervorlagen	Kompetenzen
<b>MODUL 13 Erkundungsgang zum Wochenmarkt oder ins Lebensmittelgeschäft</b> Außerschulische Lernorte aufsuchen, Interview		Arbeitsschritte zielgerichtet planen und umsetzen. Einkaufsorte erkunden und aufsuchen. Informationen einholen durch Erfragen und Nachfragen. Angebotsvielfalt von Gemüse und Obst erleben. Heimische von importierter Ware unterscheiden.
<b>MODUL 14 Wir besuchen einen Gemüse- oder Obstanbaubetrieb in der Nähe</b> Außerschulische Lernorte aufsuchen, Interview	Gemüsekalender Obstkalender	Arbeitsschritte zielgerichtet planen und umsetzen. Einkaufsorte erkunden und aufsuchen. Informationen einholen durch Erfragen und Nachfragen. Gemüse- und Obstanbau erleben.
<b>MODUL 15 Welches Gemüse und welches Obst aßen Uroma und Uropa im Winter?</b> Zeitzeugen befragen, Unterrichtsgespräch	Uromas Gemüsegarten Uromas Obstgarten Wie bleiben Gemüse und Obst frisch?	Informationen einholen. Etwas über das Leben „früher“ auf dem Land erfahren. Wertschätzen, dass die traditionelle Zubereitung von Speisen Mühe macht. Frisches Gemüse und Obst so lagern, dass nichts verderbt.
<b>MODUL 16 Wir feiern Erntedank – Welche Feste feiern unsere Mitschüler?</b> Gespräch mit außerschulischen „Experten“	Ernte rund ums Jahr	Anderen Menschen und Kulturen offen begegnen. Verschiedene Lebensgewohnheiten sehen und die eigene Art zu essen nur als eine von vielen möglichen begreifen.
<b>MODUL 17 Wann sind unsere heimischen Früchte reif?</b> Partner-/Gruppenarbeit, Unterrichtsgespräch	Mit Obst durchs Jahr	Angebotszeiten für heimisches Gemüse und Obst kennen lernen. Informationen aus dem Gemüse- und Obstkalender entnehmen.
<b>MODUL 18 Unser Obstsalat der Saison</b> Praxis, Gruppenarbeit		Arbeitsschritte zielgerichtet planen und umsetzen. Die Grundfertigkeiten anwenden, üben, vertiefen.
<b>MODUL 19 Woher kommen unser Gemüse und Obst?</b> Gruppenarbeit, Unterrichtsgespräch	Wohin führt die Spur? Was ist gut für die Umwelt?	Heimische von importierter Ware unterscheiden. Kooperativ arbeiten. Ergebnisse präsentieren. Problembewusstsein für „Essen und Klima“ schärfen.
<b>MODUL 20 Eine Entdeckungsreise in die Herkunftsländer der Mitschüler</b> Gruppenarbeit, Unterrichtsgespräch		Unterschiede und Gemeinsamkeiten von Kulturen entdecken und akzeptieren. Anderen Menschen und Kulturen offen begegnen. Gemüseamen in anderen Sprachen kennen lernen.
<b>MODUL 21 Erdbeeren im Winter?</b> Rollenspiel, Gruppenarbeit für Klasse 3/4	Was hat mein Obst mit dem Klima zu tun?	Saisonales und regionales Angebot erforschen. Gemüse und Obst kritisch auswählen und einkaufen. Wege suchen, wie jeder umweltfreundliche Konsumententscheidungen treffen kann.

GEMÜSE UND OBST – FORSCHEN UND EXPERIMENTIEREN		
MODULE	Kopiervorlagen	Kompetenzen
<b>MODUL 22 Aus welchen Teilen bestehen Pflanzen? Welche Teile essen wir?</b> Unterrichtsgespräch, Gruppenarbeit	Die Gemüsepflanze	Teile der Gemüsepflanzen kennen und benennen. Wissen, welchen Teil des jeweiligen Gemüses wir essen. In einer Gruppe zusammenarbeiten und sich auf ein gemeinsames Ergebnis verständigen.
<b>MODUL 23 Oben oder unten? Wo wächst das, was wir essen?</b> Unterrichtsgespräch, Spiel	Wo wachsen Gemüse und Obst?	Wissen, wo der essbare Teil des jeweiligen Gemüses wächst. Wissen auf neue Situationen übertragen.
<b>MODUL 24 Apfel unter der Lupe</b> Experiment in Partnerarbeit, Zubereitung	Ich untersuche einen Apfel	Bestandteile des Apfels benennen können. Kooperativ arbeiten.
<b>MODUL 25 Wie entsteht Kresse?</b> Experimentieren in Kleingruppen	Wie entsteht Kresse?	Naturwissenschaftlich arbeiten üben, d. h. vermuten, durchführen, beobachten, mündlich und schriftlich beschreiben, erklären.
<b>MODUL 26 Was brauchen Samen zum Wachsen?</b> Experimentieren in Kleingruppen	Was brauchen Samen zum Wachsen?	Verantwortung für die Pflege übernehmen.
<b>MODUL 27 Aus Samen wachsen Pflanzen</b> Gruppenarbeit, Lehrerexperiment	Wie entsteht ein Radieschen?	Die Entwicklung vom Samen zur Pflanze erkennen. Radieschen verzehrfertig zubereiten.
<b>MODUL 28 Das Geheimnis der roten Karotte</b> Experimentieren in Kleingruppen	Das Geheimnis der roten Karotte	Den Möhrenfarbstoff kennen lernen als Vitaminvorstufe. Naturwissenschaftliches Arbeiten üben. Fettlöslichkeit von Beta-Carotin nachweisen.
<b>MODUL 29 Warum werden Äpfel, Birnen und Bananen an den Schnittflächen braun?</b> Experimentieren in Kleingruppen	Warum werden Apfelstücke braun?	Naturwissenschaftliches Arbeiten üben. Die Braunverfärbung von Obst herauszögern können.
<b>MODUL 30 Ein Gemüse- oder Obstfest mit Gästen</b> Rezepte, Selbermachen		Zutaten festlegen. Arbeitsschritte planen und umsetzen. Das Gelernte präsentieren und Wertschätzung erfahren. Speisen selbst herstellen und wertschätzen.
<b>MODUL 31 Das habe ich gelernt – das kann ich jetzt</b> Rückblick und Selbsteinschätzung/Reflexion		Das Lernen reflektieren. Den Lernerfolg bewerten. Neue Ziele formulieren.

Im Text verwendete Abkürzungen:

- S = Schülerin und Schüler
- SuS = Schülerinnen und Schüler
- KV = Kopiervorlage
- HA = Hausaufgabe

## MODUL 1 | UNTERRICHTSGESPRÄCH

<b>Kompetenzen</b>	Ziele gemeinsam setzen. (Alltags-)Relevanz des Themas erfassen.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> vier Lernplakate <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Was kann ich? (S. 15) <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Elternbrief (S. 14)
<b>Vorbereitung</b>	Vier Plakate vorbereiten.
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Gespräch über und SinnExperiment mit einem weniger bekannten Gemüse, z. B. Fenchel, Stangensellerie, Romanesco, ...: Wer kennt dieses Gemüse?</p> <p>Anschließend erfahren die SuS die <b>Grobziele</b> der Unterrichtsreihe:</p> <p><b>Wir essen mehr Gemüse und Obst als bisher.</b>  <b>Wir essen vielfältiger als bisher.</b></p> <p>Danach machen sich die SuS bewusst, was sie bereits können, und überlegen, was sie dazulernen möchten (<b>KV</b> Was kann ich?).</p> <p>Führen Sie nun die vier <b>Lernplakate</b> ein.</p> <p>Diese Plakate werden die SuS während der nächsten Zeit begleiten. Am Ende aller folgenden Gemüse- und Obst-Einheiten werden die SuS diese beim gemeinsamen Reflektieren der Stunde ergänzen.</p>
<b>HA-Tipp</b>	<b>KV</b> Elternbrief farbig malen und den Eltern geben.
<b>fächerübergreifend mit Kunst</b>	Die SuS gestalten die Lernplakate im Kunstunterricht.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Statt oder in Ergänzung zu den Lernplakaten bearbeiten die SuS die <b>KV</b> S. 15. Dabei malen sie ihr Symbol in die erste Spalte. Am Ende der Unterrichtsreihe füllen sie die rechten Felder aus und erkennen so ihren Lernzuwachs.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Was ist Fenchel, was Stangensellerie, was Romanesco? Suche Informationen. <input type="checkbox"/> Erstelle ein Gemüse-Obst-ABC.

Vorlagen für die vier Klassenplakate/Arbeitsblätter:



© Fotos: K. Arras - BLE



# Liebe Eltern!

In den nächsten Wochen möchte ich durch spannende Aktionen Ihr Kind für die Fitmacher Gemüse und Obst begeistern. Machen Sie mit! Gemeinsam wollen wir erreichen, dass die Kinder in Zukunft mehr Gemüse und Obst essen und die bunte Vielfalt nutzen.

## MITMACH-IDEEN

- Kinder in der Küche mithelfen lassen: Sie können Gemüse und Obst waschen, putzen, klein schneiden und fantasievoll anrichten. Kinder rühren auch gern die Salatsoße, belegen den Pizzaboden mit Zucchinischnitten, Mais und Paprikastreifen und stellen für die ganze Familie Fingerfood her. Sicherlich kennen Sie noch viel mehr Möglichkeiten, Ihr Kind an der Essenzubereitung zu beteiligen.
- Gemeinsam das Essen planen und einkaufen. Mit der Klasse werden wir die Einkaufsorte in der Nähe der Schule erkunden, damit Ihr Kind kleine Einkäufe selbstständig erledigen kann.
- Sich die Zeit nehmen, gemeinsam Gemüse und Obst zu essen und die große Vielfalt des Angebots zu nutzen. Zeigen Sie, dass es Ihnen schmeckt.
- Mundgerechtes Fingerfood zum Naschen hinstellen. So greifen die Kinder gerne zu.

Herzliche Grüße,

Bitte geben Sie diesen Abschnitt Ihrem Kind ausgefüllt in die Schule mit.



Verträgt Ihr Kind alle Lebensmittel? Wo gibt es Probleme?

---

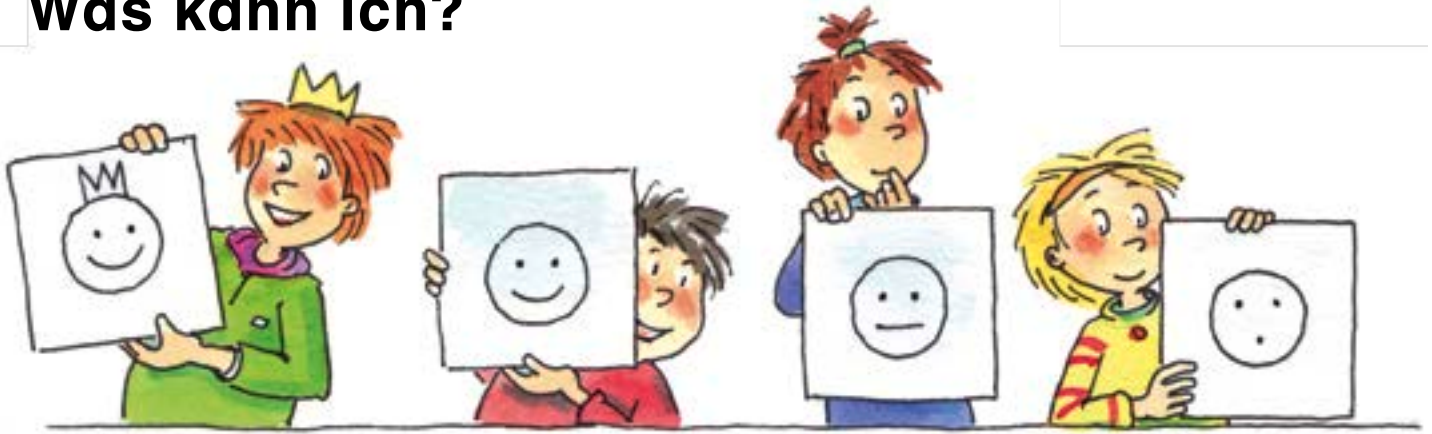


---

Möchten Sie mich bei den Unterrichtsgängen oder beim Schneiden von Gemüse und Obst im Unterricht unterstützen?  Ja  Nein

Datum/Unterschrift

# Was kann ich?



Bewerte so: klappt super ... kann ich gut ... will ich noch üben ... weiß nicht ...



Ich kann ...

diese Felder  
später ausfüllen

2.5.

- |  |                       |
|--|-----------------------|
| <input type="radio"/> mindestens acht Gemüsearten benennen.                            | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> Gemüse und Obst in meiner Nähe allein einkaufen.                 | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> herausfinden, ob das Gemüse und Obst hier geerntet wurde.        | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> ein Pausenbrot mit Gemüse und Obst ergänzen.                     | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> ein Müsli und einen Obstsalat mit viel frischem Obst zubereiten. | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> Gurken und Möhren schälen, Paprika klein schneiden.              | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> Fingerfood für mich und andere herstellen.                       | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> mindestens acht Gemüsearten am Geschmack erkennen.               | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> zu jeder Jahreszeit frisches Gemüse ausfindig machen.            | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> Interviews führen.   | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> im Team arbeiten.  | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> eine Mappe ordentlich führen.                                    | <input type="radio"/> |
| <input type="radio"/> _____  | <input type="radio"/> |

## MODUL 2 | UNTERRICHTSGESPRÄCH

<b>Kompetenzen</b>	Sinne schulen, die Geschmacksvielfalt entdecken. Gemüse- und Obstsorten unterscheiden. Geschmack angemessen beschreiben.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> fünf verschiedene Gemüse-/Obstsorten der Saison <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Detektive aufgepasst: Wie schmeckt das?
<b>Vorbereitung</b>	Gemüse und Obst in mundgerechte Stücke schneiden und nach Sorten in Schalen sortieren. Für jedes Kind muss jeweils ein Probierstück vorhanden sein.
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> An unsere Vorfahren, die Urmenschen, anknüpfen: Sie suchten Pflanzen und mussten zunächst einmal daran fühlen, riechen und probieren, ob sie überhaupt essbar waren. Heute haben wir es viel einfacher: Wir gehen ins Geschäft oder auf den Markt und kaufen ein. Dort gibt es so viele Gemüse- und Obstsorten, die wir gar nicht alle kennen. Deshalb machen wir es jetzt wie unsere Vorfahren: Wir fühlen, riechen und schmecken.</p> <p>Spielregeln fürs <b>SinnExperimentieren erklären</b>, am besten auf ein Plakat schreiben:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Wir setzen alle Sinne ein.</li> <li>● Wir probieren alles.</li> <li>● Alle testen in Ruhe, niemand verrät seine Ergebnisse.</li> <li>● Abfällige Bemerkungen wie „Bäh!“ sind nicht erlaubt.</li> <li>● Wir schreiben unsere Ergebnisse aufs Arbeitsblatt.</li> </ul> <p>Nacheinander werden nun die Sorten probiert. Dabei führt jeder S selbstständig sein SinnExperiment durch und notiert sein Ergebnis auf dem Arbeitsblatt.</p> <p><b>Auswertung und Reflexion:</b> Was glaubt ihr, gegessen zu haben? Wie heißen die Früchte? Die SuS ordnen die Essproben den ganzen Früchten/Bildern zu und berichten über ihre Lernerfahrungen: Was war einfach, was schwierig? Was habt ihr Neues erfahren?</p>
<b>HA-Tipp</b>	Welches Gemüse und Obst kennst du? Male oder sammle Bilder.
<b>Fächerübergreifend mit Deutsch</b>	Wortschatz erweitern; Sinneseindrücke beschreiben lernen.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Früchte aus dem EU-Schulprogramm in einer Partnerübung blind verkosten, denn das Ausschalten des Sehens verstärkt alle anderen Sinne. <input type="checkbox"/> Frisch oder aus der Dose/dem Glas: z. B. Möhren, Ananas, Kirschen, Mandarinen, Pfirsiche. Was ist anders? Wie schmeckt es dir? <input type="checkbox"/> Sortenvielfalt: Korb mit fünf Apfelsorten, je ein Apfel einer Sorte trägt ein Fähnchen mit seinem Sortennamen. Apfelsorten mit Apfelschneider teilen und verkosten. Welches Fruchtstück gehört zu welcher Apfelsorte? Vergleiche Farbe, Form, Oberfläche, Geschmack und Geruch. <input type="checkbox"/> Reifegrad: Harte, unreife Birnen mit voll ausgereiften Birnen vergleichen. <input type="checkbox"/> Unterschiede zwischen relativ ähnlichem Gemüse schmecken, z. B. Zucchini und Gurke. <input type="checkbox"/> Dasselbe Gemüse in unterschiedlichen Zubereitungen probieren, z. B. Möhren als Rohkost, Möhrensalat und als gegartes Möhrengemüse. <input type="checkbox"/> Internettipp für SuS: <a href="http://www.oekolandbau.de/kinder">www.oekolandbau.de/kinder</a> . Hier gibt es ein Schmeck- und Memospiel mit 18 verschiedenen Gemüse- und Obstsorten. Die Memokarten mit den jeweils vier Ansichten einer Fruchtart eignen sich auch als Unterrichtseinstieg oder zur Bildung von Kleingruppen.



© Foto: P. Meyer - BLE

### KV modifizieren

- Passende Beschreibungshilfen ergänzen.
- Zeilen löschen.
- Smiley-Symbole durch andere ersetzen.

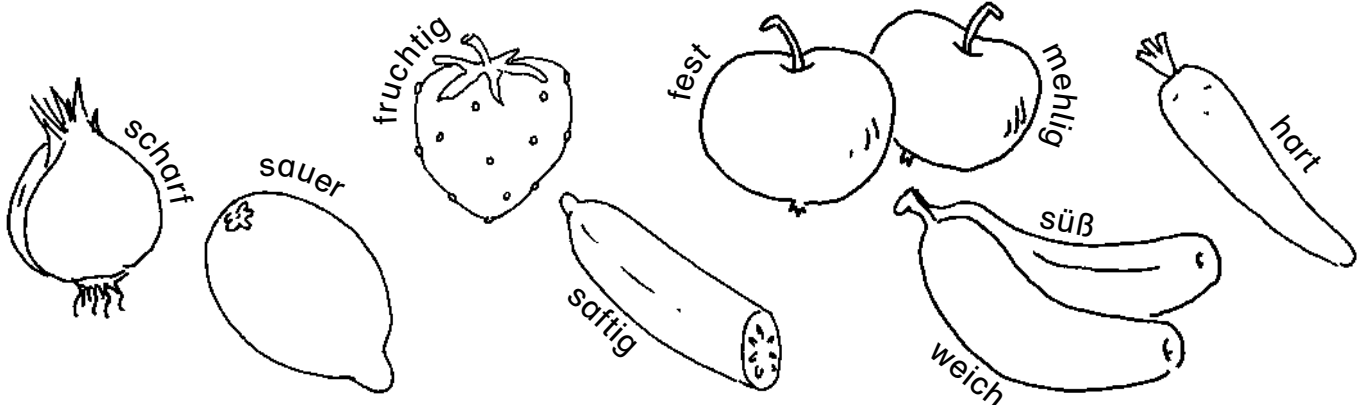





# Detektive aufgepasst: Wie schmeckt das?



	Probe 1	Probe 2	Probe 3
Wie heißt das Lebensmittel?			
Wie sieht es aus?			
Wie ist es? fest, weich, saftig, rau, glatt, klebrig, schrumpelig			
Wie riecht es? süßlich, säuerlich, nach nichts			
Wie schmeckt es? süß, sauer, fruchtig			
Wie schmeckt es dir?			



## MODUL 3 | EXPERIMENTIEREN IN KLEINGRUPPEN, UNTERRICHTSGESPRÄCH

<b>Kompetenzen</b>	Verstehen, warum saubere Hände beim Kochen wichtig sind. Regeln fürs Händewaschen anwenden.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> KV 1:0 gegen die Bakterien <input type="checkbox"/> Seife <input type="checkbox"/> Nagelbürste
<b>Durchführung fächerübergreifend mit Kunst</b>	<p>Hygiene ist kein beliebtes Thema. Wer aber mit Lebensmitteln arbeitet, kommt nicht daran vorbei. Hier wird es im Zusammenhang mit Fingerfarben erarbeitet.</p> <p><b>Einstieg:</b> Die SuS malen Gemüse- und Obstbilder mit Fingerfarben. Doch wie kriegen sie ihre Hände wieder richtig sauber?</p> <p>In Dreiergruppen probieren die SuS verschiedene Techniken aus: Ein S wäscht seine Hände oberflächlich mit Wasser, der zweite gründlich mit Wasser und Seife, der dritte nimmt zusätzlich eine Nagelbürste zu Hilfe. Anschließend vergleichen die SuS ihre Waschergebnisse.</p> <p><b>Auswertung und Reflexion im Unterrichtsgespräch:</b> Die SuS erkennen: Wasser allein reicht nicht. Man muss die Hände richtig mit Seife einschäumen und gründlich waschen.</p> <p><b>Transfer:</b> Die Fingerfarben machen deutlich, an welchen Stellen und wie hartnäckig der Schmutz an Händen haftet. Sauber werden sie nur durch gründliches Waschen. Aber warum ist Händewaschen so wichtig, bevor man Lebensmittel anfasst? Auf den Händen tummeln sich viele winzig kleine Lebewesen (= Bakterien), die man mit bloßem Augen nicht sehen kann. Die meisten sind harmlos. Manche können aber krank machen, wenn sie in den Körper gelangen (Übertragungsweg verdeutlichen (s. Ideenbörse) und Hinweis auf offene Wunden, die sich entzünden können; Erkältungskeime, mit denen man Freunde anstecken kann, Magenschmerzen und Durchfälle infolge unerwünschter Bakterien).</p> <p>Damit die Bakterien von ungewaschenen Händen nicht aufs Gemüse und Obst gelangen können, müssen die Bakterien mit Wasser und Seife weggespült werden.</p> <p>Anschließend stellen die SuS Regeln fürs Händewaschen auf und überlegen, wann sie ihre Hände waschen müssen: vor dem Essen, nach dem Gang zur Toilette, nach Kontakt mit Tieren, nach dem Niesen in die Hand.</p>
<b>HA-Tipp</b>	<b>KV 1:0</b> gegen die Bakterien
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Statt die Hände mit Fingerfarben anzumalen: <b>Verknüpfung</b> mit Modul 28. Die SuS waschen ihre von der Möhrenfarbe rot gefärbten Hände gründlich. <input type="checkbox"/> Visualisierung des Übertragungsweges: Einige SuS „mehlen“ ihre Hände ein, geben ihren Mitschülern die Hand, fassen Türklinken und Obst an und verfolgen so die Verbreitung. <input type="checkbox"/> <a href="http://www.hygiene-tipps-fuer-kids.de">www.hygiene-tipps-fuer-kids.de</a> <input type="checkbox"/> Plakate, Aufkleber und Faltblätter zum Thema Händewaschen gibt es bei der BzGA.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Male deine Hand und zeichne ein: Wo sammelt sich der Schmutz? Warum gerade dort? (im Nagelbett, unter den Fingernägeln, zwischen den Fingern, unter Ringen und Armbändern) <input type="checkbox"/> Reinigt warmes Wasser mit Seife deine Hände besser als kaltes Wasser mit Seife? Probiere es aus.



### KV modifizieren

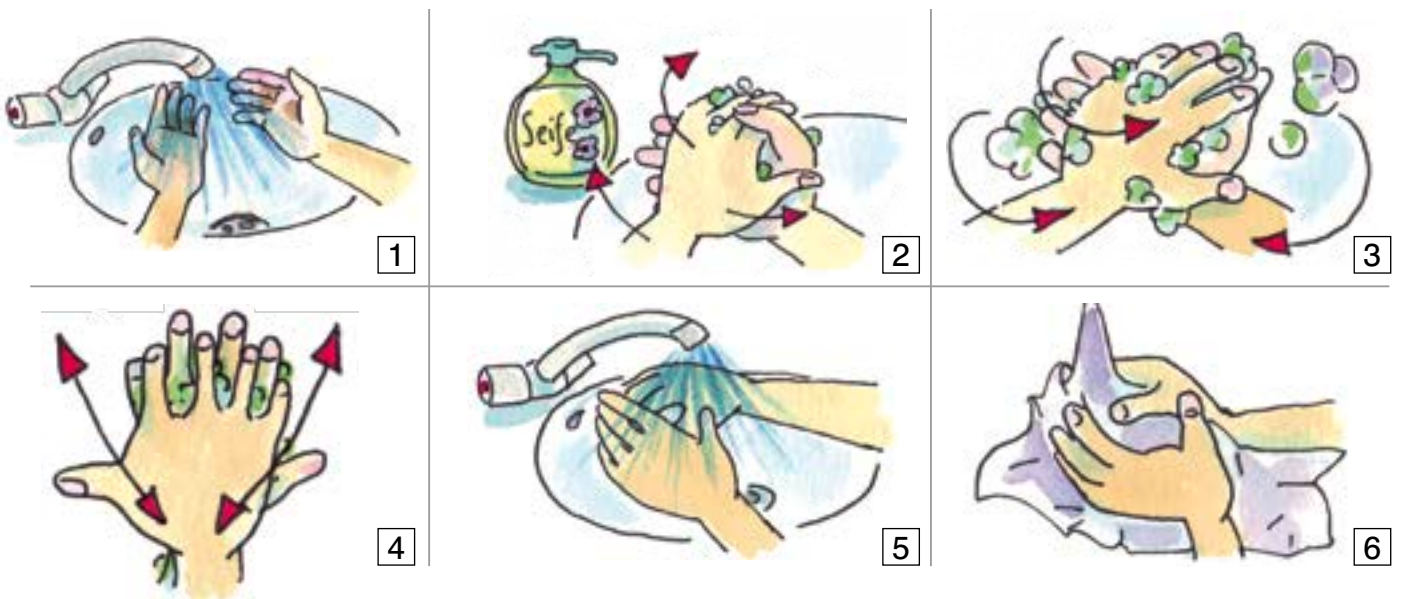
- Frage 3 löschen und mündlich bearbeiten
- Arbeitsauftrag zu Frage 2: Schreibe zu jedem Bild einen Satz.

# 1:0 gegen die Bakterien

**1** Wo können sich Bakterien am besten verstecken? Begründe.



**2** Gründlich Hände waschen – Wie geht das? Beschreibe und übe zu Hause.



**3** Wann musst du noch deine Hände waschen?  
Entschlüssele drei wichtige Botschaften.

**und wenn ich auf der Toilette war.  
Außerdem, wenn ich mit Tieren gespielt habe  
Vor dem Essen muss ich meine Hände waschen.**

---







---



---

# GEMÜSE ODER OBST? WER KENNT DIE MEISTEN ARTEN?

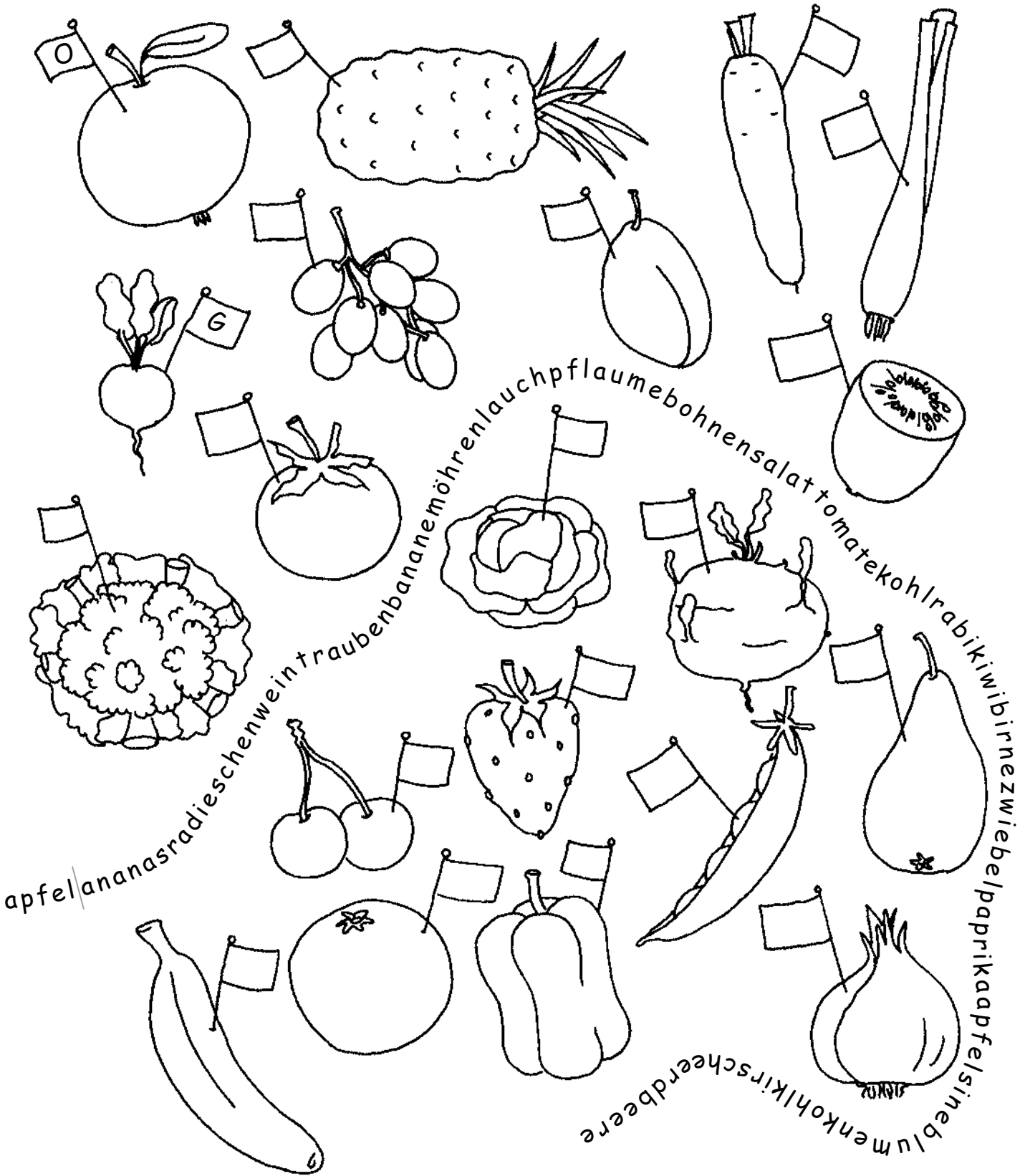
## MODUL 4 | SPIEL, LEHRERDEMONSTRATION, SINNEXPERIMENT

<b>Kompetenzen</b>	Gemüse und Obst unterscheiden und benennen. Sinne schulen. Kooperativ arbeiten.	
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Korb oder Kiste mit verschiedenen Gemüse- und Obstarten <input type="checkbox"/> Geräte: Geräteteller, feuchtes Tuch, Küchenmesser, Sparschäler, evtl Kochmesser, Teller, Schüsseln <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Detektive aufgepasst: Wie schmeckt das? (S. 17) <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Gemüse oder Obst?	
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Korb oder Kiste mit verschiedenen Gemüse- und Obstarten wird so aufgestellt, dass alle SuS die Früchte betrachten können. Alternativ: Ein Gemüse, das (noch) nicht jeder kennt, zeigen, z. B. Fenchel als ganze Knolle und in feine Streifen geschnitten: Wer kennt dieses Gemüse? Woran erinnert euch der Geruch? (z. B. an Fencheltee)</p> <p><b>Spiel:</b> Die SuS bilden zwei Mannschaften. Der Moderator (Schüler oder Lehrer) nimmt willkürlich eine Frucht aus dem Korb. Im ersten Durchgang sollen die SuS entscheiden, ob es sich um Gemüse oder Obst handelt. Später müssen sie die Arten auch richtig benennen. Welche Mannschaft weiß am besten Bescheid?</p> <p><b>Weiterführung:</b> Steigern Sie den Schwierigkeitsgrad, indem Sie weniger bekannte Gemüse- und Obstarten zeigen, z. B. Chinakohl, grünen Blumenkohl, Mangold oder Rhabarber. Interessant sind auch Gemüse- und Obstarten, die die SuS anderer Herkunftsländer kennen oder im Urlaub kennen gelernt haben, z. B. spanischer Gemüsepaprika, rote Linsen, Kichererbsen, Feigen und Datteln.</p>	
<b>SinnExperiment</b>	<p>Einige Früchte werden verkostet und anhand der <b>KV</b> S. 17 bewertet. Zuvor müssen alle Früchte gewaschen, geputzt und in mundgerechte Stücke geschnitten werden. <b>Demonstrieren</b> Sie, wie Gemüse und Obst hygienisch und sicher vorbereitet werden: Hände und Früchte gründlich waschen, auf dem Schneidebrett liegend zerteilen, ... (<b>KV</b> S. 23). Die SuS erhalten den Arbeitsauftrag, genau zu beobachten. Denn beim nächsten Mal werden die SuS selbst Gemüse und Obst klein schneiden. <b>Reflexion:</b> Die SuS ergänzen auf dem Klassenposter, welches Gemüse und Obst sie heute kennen gelernt haben.</p>	
<b>HA-Tipp</b>	<b>KV</b> Gemüse oder Obst?	
<b>Fächerübergreifend mit Deutsch</b>	Wortschatz erweitern. Sinneseindrücke angemessen beschreiben. Schreibweisen kennen lernen.	
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul 3: Saubere Hände – Warum und Wie? <input type="checkbox"/> Schulfrüchte verwenden. Da meist nur wenige Arten geliefert werden, müssten weitere Beispiele im Unterrichtsgespräch ergänzt werden. <input type="checkbox"/> Ausschneidebögen (S. 72/73) mit Gemüse und Obst einsetzen.	<p><b>KV modifizieren</b> </p> <input type="checkbox"/> Partnerarbeit: Was magst du, was mag dein Partner? <input type="checkbox"/> Wähle vier Lebensmittel aus und stelle dazu jeweils eine Frage. <input type="checkbox"/> Beschreibe Form, Farbe, Größe, Geschmack, Erntezeit, ... von zwei Obstarten und zwei Gemüsearten. Mache daraus Rätsel für die Klasse.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Wer ist Elstar? <input type="checkbox"/> Was ist Mausohr-Salat? <input type="checkbox"/> Wer kennt Schalotte?	

© Foto: P. Meyer – BLE

# Gemüse oder Obst?

**1** Male das Gemüse und Obst in der richtigen Farbe an.




**2** Schreibe **G** für Gemüse und **O** für Obst in die Fähnchen.

**3** Welches Gemüse und Obst verbirgt sich in der Wörterschlange?  
Erstelle eine Tabelle und ordne nach Gemüse und Obst.

## MODUL 5 | SCHÜLERDEMONSTRATION, PRAXIS IN KLEINGRUPPEN

In Stücke geschnittenes Gemüse oder Obst bleibt selten liegen; es selbst herzustellen ist aber zeitaufwändig. Deshalb lernen die SuS einfache Küchenfertigkeiten und können dann in der Schule und zu Hause mithelfen, Fingerfood herzustellen.

<b>Kompetenzen</b>	Arbeitsschritte zielgerichtet planen und umsetzen. Gemüse und Obst hygienisch und sicher für den Verzehr vorbereiten. Arbeitsteilig Gemüse und Obst zubereiten.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Schulobst oder 3 bis 4 selbst besorgte Obstarten. <input type="checkbox"/> Saisonales Gemüse, das roh gegessen werden kann. <input type="checkbox"/> Abtropfsieb, Sparschäler, Schneidebretter, Küchenmesser, Teller und Schüsseln <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Waschen, putzen, zerkleinern
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Auf die Erfahrungen der SuS zurückgreifen: Wie haben wir beim SinnExperiment (S. 20) Gemüse und Obst vorbereitet? Wer hat schon einmal geholfen, Möhren, Gurken, Radieschen oder Feldsalat fürs Essen vorzubereiten? Wie seid ihr vorgegangen? Wer möchte es der Klasse zeigen? Alternativ an Modul S. 18 anknüpfen: Nicht nur die Hände müssen sauber sein, auch die Lebensmittel. Manchmal haftet noch Erde daran und sie sind durch viele Hände gewandert. Deshalb muss man sie gründlich waschen.</p> <p>Es folgt die <b>Demonstration</b> im Plenum mit ergänzenden Erklärungen.</p> <p>Dann üben die SuS in Kleingruppen die <b>Praxis</b>, wobei Äpfel und Birnen möglichst nicht geschält werden. Aus den Zutaten stellen die SuS bunte Gemüseteller her. Diese werden präsentiert und die Mitschüler geben eine Rückmeldung. Anschließend essen die SuS in aller Ruhe und mit allen Sinnen.</p> <p><b>Auswertung und Alltagstransfer:</b> Welches Gemüse oder Obst möchtet ihr zum Pausenbrot essen? Was wird nicht matschig?</p>
<b>SinnExperiment</b>	Partnerübung: Die SuS kosten ihr selbst hergestelltes Fingerfood mit verbundenen Augen.
<b>HA-Tipp</b>	Pausenbrotwünsche malen oder Wünsche in einem Brief den Eltern mitteilen.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> In einigen Schulen hat der <b>Förderverein</b> der Schule Sparschäler, Schüsseln, Abtropfsiebe, Schneidebretter und andere Küchenutensilien gesponsert, damit die SuS das Gemüse und Obst in der Schule selbst herrichten. <input type="checkbox"/> Zum Fingerfood einen <b>Dip</b> oder Kräuterquark reichen. <input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul 18. <input type="checkbox"/> Eltern als Helfer beim Herstellen von Fingerfood einsetzen. <input type="checkbox"/> Medientipp: Ernährungsführerschein für die Grundschule (Klasse 3). Hier zeigt Kater Cook den Kindern, wie man hygienisch arbeitet und Fingerfood herstellt.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Wie geht das: einen Apfel halbieren, vierteln, würfeln, Stifte schneiden, Scheiben schneiden? <input type="checkbox"/> Was heißt: Radieschen „putzen“? Etwa mit Schwamm, Bürste und Putzmittel? <input type="checkbox"/> Forste nach: Durch welche und wie viele Hände ist das Obst seit der Ernte gewandert? <input type="checkbox"/> Welches Obst musst du schälen? Welches isst du am besten mit Schale? Forste und begründe.












### KV modifizieren

- Text löschen. Wie heißt der Arbeitsschritt?
- Zahlen löschen, Bilderfolge ändern. SuS schneiden Bilder aus und sortieren sie.
- Zur Wiederholung: Frage zum Händewaschen ergänzen.

# Waschen, putzen, zerkleinern

**1** Was siehst du auf den Bildern? Erzähle.

<p>Schürze anziehen</p>  <p><b>1</b></p>	<p>Hände gründlich waschen</p>  <p><b>2</b></p>	<p>alles bereitstellen</p>  <p><b>3</b></p>
<p>gründlich waschen, im Sieb abtropfen</p>  <p><b>4</b></p>	<p>putzen</p>  <p><b>5</b></p>	<p>schälen</p>  <p><b>6</b></p>
<p>zerkleinern</p>  <p><b>7</b></p>	<p>anrichten</p>  <p><b>8</b></p>	<p>aufräumen</p>  <p><b>9</b></p>

**2** Was heißt: Das Gemüse wird „geputzt“?

**3** Suche dir einen Partner und dreht das Blatt um. Was habt ihr euch gemerkt? Wie geht ihr vor, wenn ihr Fingerfood herstellen wollt?

# WELCHES GEMÜSE ODER OBST IST GEMEINT?

## MODUL 6 | RATESPIEL, UNTERRICHTSGESPRÄCH

<b>Kompetenzen</b>	Vielfalt und Unterschiedlichkeit von Gemüse und Obst erkennen. Informationen beschaffen durch Befragen anderer. Hilfen geben und annehmen, angemessen kommunizieren.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Lose, beschriftet mit je einer den SuS bekannten Gemüse- oder Obstart <input type="checkbox"/> weißes Papier (DIN A5), Buntstifte <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Für Rätselfreunde
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg</b> über ein Gemüserätsel aus der KV. Die Beschreibungen in den Rätseln sollen den SuS zeigen, möglichst treffend und genau zu formulieren.</p> <p><b>Spielvorbereitung:</b> Jeder S zieht ein Los, malt das Gemüse oder Obst auf ein weißes Blatt Papier und schreibt den Fruchtnamen dazu. Durch Verlosen der Gemüse- und Obstarten ist sichergestellt, dass verschiedene Arten gewählt werden.</p> <p>Die Lehrkraft sammelt alle Bilder ein und klebt jedem S eines auf den Rücken. Dabei darf das Kind die Frucht nicht sehen.</p> <p>Das <b>Spiel</b> kann beginnen: Jeder S versucht durch Fragen der Mitschüler herauszufinden, welches Gemüse oder Obst er auf seinem Rücken trägt: Ist meine Frucht gelb? Wächst sie in der Erde? Kann ich die Schale mitessen? Die befragten Kinder dürfen jedoch nur mit „Ja“ oder „Nein“ antworten. Bei einem „Ja“ darf der S solange weiterfragen, bis ein „Nein“ kommt; dann wechseln die beiden die Rollen. Wer seine Frucht erraten hat, darf sich setzen.</p> <p><b>Alltagstransfer:</b> Für welche Speisen oder Rezepte kannst du das Gemüse oder Obst auf deinem Rücken verwenden?</p>
<b>HA-Tipp</b>	<b>KV</b> Für Rätselfreunde
<b>Fächerübergreifend mit Kunst</b>	Die SuS malen ihr Gemüse oder Obst im Kunstunterricht oder suchen passende Abbildungen aus Prospekten, die sie aufkleben.
<b>Fächerübergreifend mit Deutsch</b>	Gezielt Fragen stellen; Wortschatz erweitern. Sinneseindrücke angemessen beschreiben.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul 7: Gemüse- und Obstexperten gesucht. <input type="checkbox"/> Sing- und Bewegungsspiel nach der Melodie „Es klappert die Mühle am rauschenden Bach“. Jedes Kind bekommt ein Gemüse oder Obst zugeteilt, z. B. als Fotokarte. Alle Kinder stehen im Kreis, fassen sich an den Händen und wandern im Uhrzeigersinn. Dabei singen sie: „Und wer im Juli geerntet wird, tritt ein ...“. Bei „tritt ein“ treten die Kinder mit dem entsprechenden Gemüse/Obst in den Kreis und tanzen, während die übrigen in die Hände klatschen. <input type="checkbox"/> Wenn Sie das Spiel gegen Ende der Unterrichtsreihe wiederholen, werden die SuS mehr Gemüse und Obst kennen und gezielt Fragen stellen können
<b>Detektivaufträge</b>	<input type="checkbox"/> Erfinde Rätsel rund um Gemüse oder Obst. <input type="checkbox"/> Verstecke möglichst viel Gemüse in einem Suchsel (Wörterkasten) und stelle die Aufgabe deiner Klasse.



© Foto: P. Meyer – BLE



© Foto: K. Arras – BLE



© Foto: K. Arras – BLE

### KV modifizieren



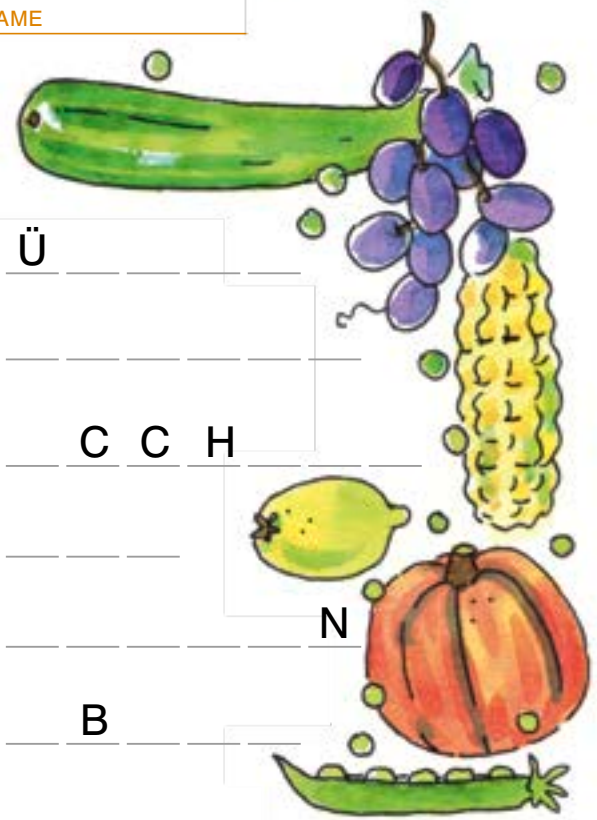
- Einzelne Rätsel durch Rätsel der SuS ersetzen.
- Bilder von Aufgabe 2 (Löwenzahn, Mausohr, Stachelbeere) für neue KVs verwenden.



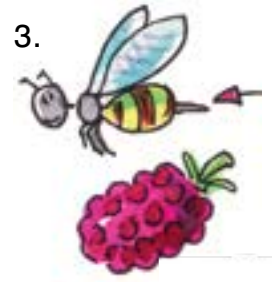
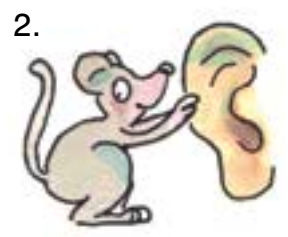
# Für Rätselfreunde

- 1** groß, orange, zum Aushöhlen für Halloween  
gelbe Schale, sehr sauer  
gleicht einer Gurke, wird aber oft gekocht  
dicke Kolben mit gelben Körnern  
wachsen im Weinberg, auch lecker als Saft  
klein, rund, grün und wächst in Schoten

Ü  
Z  
Z C C H  
T  
B



## 2 Wer bin ich?



1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_

**3** **5** pelzig, mit Stein

**4** saftig, lang, grün

**3** rot, glatt, saftig

**2** knackig, orange, wächst unter der Erde

**6** rund, knackig, mit Kerngehäuse

	<b>1</b>	<b>3</b>			<b>6</b>		<b>8</b>
	<b>2</b>		<b>4</b>			<b>7</b>	

**8** hart, braune Schale, brennt in den Augen

**1** krumm, gelb, oft mit Sommersprossen

**7** eiförmig, außen braun, innen grün

bananetomatemöhre

gurkekipfirnichapfelzwiebel

## MODUL 7 | PARTNERÜBUNG, RECHERCHE

<b>Kompetenzen</b>	Gemüse- und Obstarten beschreiben. Informationen sammeln zu Aussehen, Geschmack, Hauptangebotszeit, Rezepten. Arbeitsergebnisse mit Partner vergleichen, bewerten und anschaulich präsentieren.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Zeichenblatt <input type="checkbox"/> KV Steckbrief Gemüse, Steckbrief Obst
<b>Durchführung</b>	<b>Einstieg:</b> über Geschichten aus dem wilden Westen: Ein Halunke oder Ausbrecher wird gesucht! Im Büro des Sheriffs hängt ein Steckbrief! Und was liest man auf dem Steckbrief? Eine möglichst genaue Beschreibung. Steckbriefe gibt es aber nicht nur für Verbrecher ... <b>Erarbeitung:</b> Jeder S erhält die Steckbrief-Vorlage. Jeweils zwei SuS wählen dieselbe Sorte, damit sie sich später über ihre Ergebnisse austauschen können. Sie tragen zunächst nur den Namen des Gemüses oder Obstes ein. Jüngere SuS füllen ihren Steckbrief nach und nach im Unterricht aus. Ältere SuS recherchieren selbstständig zu Hause oder anhand entsprechender Arbeitsunterlagen in der Schule. So entwickeln sich die SuS zu Experten für eine Frucht, tauschen sich mit ihrem Partner aus und <b>präsentieren</b> später ihre Ergebnisse in der Klasse.
<b>SinnExperiment</b>	Einige Früchte werden verkostet und bewertet anhand der <b>KV S. 17:</b> Detektive aufgepasst: Wie schmeckt das? <b>Reflexion:</b> Die SuS ergänzen auf dem Klassenposter, welches Gemüse und Obst sie heute kennen gelernt haben.
<b>Fächerübergreifend mit Deutsch</b>	Wortschatz erweitern; Sinneseindrücke beschreiben lernen. Steckbriefe in Schreibkonferenzen überarbeiten.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Jeder Schüler übernimmt ein Gemüse oder Obst, das in seinem Geburtsmonat Saison hat. So lernen die SuS auch das saisonale Angebot kennen. <input type="checkbox"/> Am Ende des Unterrichtsvorhabens werden alle Steckbriefe zu einem Klassenheft zusammengetragen. Dabei erfolgt die Reflexion. <input type="checkbox"/> Internetadressen für die SuS zum selbstständigen Recherchieren: <b>www.blinde-kuh.de</b> <b>www.oekolandbau.de/kinder</b> mit Steckbriefen zu vielen heimischen Gemüse- und Obstarten <b>www.geo.de/GEolino</b>
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Woher hat die Erdbeere ihren Namen? <b>Lösung:</b> Erdbeeren wachsen nicht in der Erde, aber die Früchte liegen oft auf der Erde. Die dicken Beeren sind oft so schwer, dass die dünnen Stängel sie nicht mehr tragen können. <input type="checkbox"/> Welche Beeren kannst du essen? <input type="checkbox"/> Warum sind Erdbeeren und Himbeeren zum Transport in der Brotdose wenig geeignet?



### KV modifizieren

- Einen Steckbrief löschen und die Seite mit Schreiblinien auffüllen.
- Gezielt Fragen auswählen, den Rest löschen.

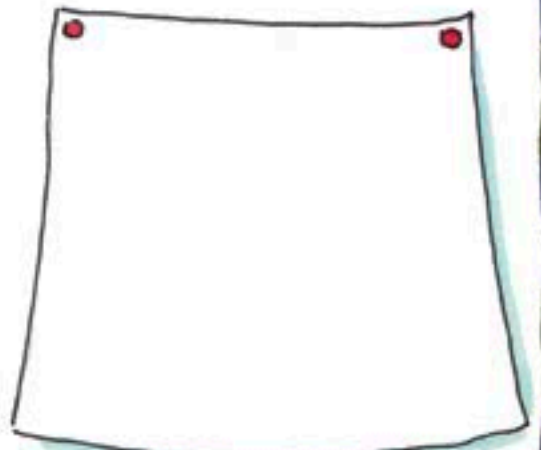
# STECKBRIEF GEMÜSE

## MEIN GEMÜSE

**1** Wie sieht es aus?  
Male, beschreibe oder  
klebe ein Bild auf.

**2** Wähle mindestens drei Fragen aus  
und beantworte sie:

- Welchen Teil der Pflanze essen wir?
- Wie schmeckt es? Sauer, süß, salzig, bitter, ...
- Wann wird es bei uns geerntet?
- Welche Gerichte kannst du damit zubereiten?
- Frage einen Mitschüler aus einem anderen Herkunftsland: Welchen Namen hat es dort?
- Was hast du noch herausgefunden?



*Achtung!  
Schmeckt supergut!*



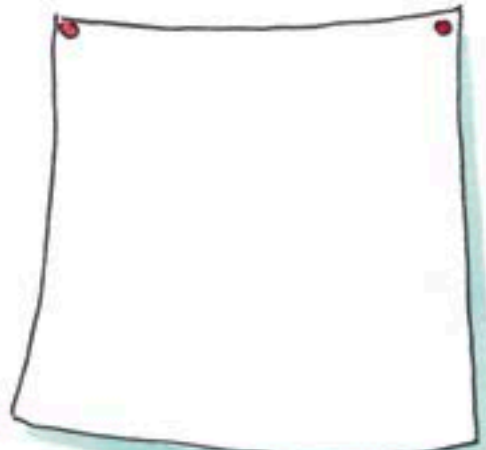
# STECKBRIEF OBST

## MEIN OBST

**1** Wie sieht es aus?  
Male, beschreibe oder  
klebe ein Bild auf.

**2** Wähle mindestens drei Fragen aus  
und beantworte sie:

- Ist es Steinobst, Beerenobst, Kernobst oder eine Südfrucht?
- Wie schmeckt es? Sauer, süß, salzig, bitter, ...
- Wann wird es bei uns geerntet?
- Was kannst du daraus zubereiten?
- Frage einen Mitschüler aus einem anderen Herkunftsland: Welchen Namen hat es dort?
- Was hast du noch herausgefunden?



*Vorsicht!  
Frische Früchtchen!*



## MODUL 8 | STATIONENARBEIT MIT PARTNER

<b>Kompetenzen</b>		Wahrnehmung und Sinne schärfen. Gemüse- und Obstarten unterscheiden und benennen.
<b>Material</b>		<input type="checkbox"/> <b>KV</b> Teste deine Sinne! <input type="checkbox"/> ggf. Tücher oder Schals zum Verbinden der Augen oder präparierte Brillen <input type="checkbox"/> für jede Station die Arbeitsanweisung aufschreiben
<b>Einstieg</b>		Eine Riechprobe und ein Fühlsäckchen präsentieren: Wer hat eine Supernase? Wer ist Meister im Fühlen? Anschließend die Spielregeln für den Sinnesparcours erklären, den die SuS zu zweit durchlaufen.
1: Begreifer	<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> sechs feste Gemüse- oder Obstarten der Saison, z. B. Äpfel, Birnen, Mandarinen, Apfelsinen, Nektarinen, Pfirsiche, Kiwis, Walnüsse, Kohlrabi, Tomaten, Radieschen, Gurken, Möhren, Paprika, Brokkoli, Blumenkohl, Lauch, Wirsing, Fenchel, Champignon
	<b>Vorbereitung</b>	Gemüse und Obst liegen versteckt in nummerierten Fühlsäckchen aus Stoff oder unter einem Tuch.
	<b>Arbeitsanweisung</b>	Befühle die Früchte. Beschreibe drei Arten: Wie fühlt sich die Schale/Haut an? Ist es groß oder klein? Ist es weich oder hart?
2: Supernasen	<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> drei Arten Gemüse oder Obst der Saison, z. B. Möhren, Knollensellerie, Lauch, Zwiebel, Weißkohl, Fenchel, Zitrone, Erdbeeren <input type="checkbox"/> ggf. auch „Riechdosen“
	<b>Vorbereitung</b>	Gemüse und Obst gründlich waschen, aufschneiden, ggf. auch raspeln, damit der aromatische Saft austritt. Proben in große nummerierte Jogurtbecher füllen, Löcher in Deckel stechen und als „Riechdosen“ verwenden.
	<b>Arbeitsanweisung</b>	Welches Gemüse oder Obst erkennst du am Geruch? Beschreibe den Geruch.
3: Leckerschmecker	<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> drei Gemüse- oder Obstarten der Saison, z. B. Kohlrabi, Möhren, Radieschen, Paprika, Rettich <input type="checkbox"/> Tücher oder Schals zum Verbinden der Augen oder präparierte Brillen
	<b>Vorbereitung</b>	Gemüse und Obst zerkleinern und in nummerierte Schüsseln verteilen.
	<b>Arbeitsanweisung</b>	Welches Gemüse oder Obst, das dir dein Partner reicht, erkennst du beim Schmecken? Beschreibe den Geschmack.
4: Kracher	<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> knackiges und weiches Gemüse und Obst der Saison <input type="checkbox"/> drei Teller, feuchtes Tuch, Brett, Küchenmesser, Teller
	<b>Vorbereitung</b>	Gemüse und Obst grob zerkleinern und auf nummerierte Teller verteilen.
	<b>Arbeitsanweisung</b>	Zerkaue die Lebensmittel und achte darauf, wie sie sich anhören. Welches ist besonders laut oder leise? Welches Geräusch ist dir angenehm/unangenehm?
5: Hingucker	<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Korb mit sechs Gemüse-/Obstarten
	<b>Vorbereitung</b>	keine
	<b>Arbeitsanweisung</b>	Welches Gemüse und Obst erkennst du in dem Korb? Benenne mindestens drei Arten und beschreibe ihr Aussehen.
<b>Ideenbörse</b>		<input type="checkbox"/> Jede Station als einzelne Übung durchführen. <input type="checkbox"/> Eltern als Helfer einsetzen. <input type="checkbox"/> Einige SuS in die Vorbereitung einbinden. <input type="checkbox"/> Zu den Stationen Fotos der gesuchten Lebensmittel legen; die SuS ordnen sie den Proben zu. <input type="checkbox"/> Den Schwierigkeitsgrad der Übungen steigern durch Auswahl im Aussehen, Geruch und Geschmack sehr ähnlicher Lebensmittel.



© Foto: P. Meyer - BLE

# Teste deine Sinne!

## 1 Station: Begreifer

Was fühlst du? Ist es groß oder klein? Ist es weich oder hart?  
Welches Gemüse oder Obst erkennst du?



1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## 2 Station: Supernasen

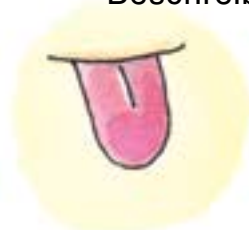
Was riechst du? Welches Gemüse oder Obst erkennst du am Geruch?  
Beschreibe den Geruch.



1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## 3 Station: Leckerschmecker

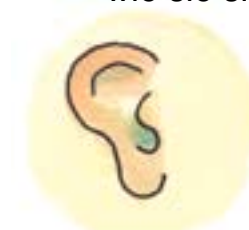
Was schmeckst du? Welches Gemüse oder Obst erkennst du beim Schmecken?  
Beschreibe den Geschmack.



1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## 4 Station: Kracher

Welche Geräusche hörst du? Zerkaue die Lebensmittel und achte darauf,  
wie sie sich anhören. Welches ist besonders laut oder leise?



1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## 5 Station: Hingucker

Was siehst du? Welches Gemüse und Obst erkennst du in dem Korb?  
Benenne mindestens drei Arten und beschreibe ihr Aussehen.

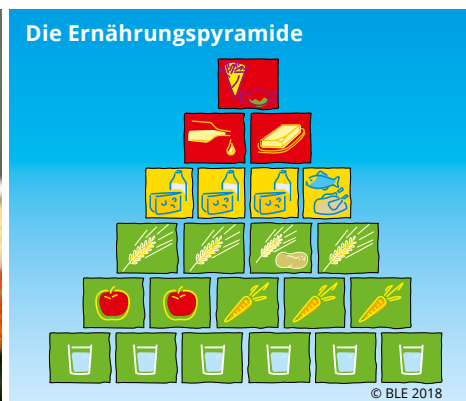


1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

# WAS SAGT DIR DIE ERNÄHRUNGSPYRAMIDE ÜBER GEMÜSE UND OBST?

## MODUL 9 | UNTERRICHTSGESPRÄCH, PARTNERARBEIT

<b>Kompetenzen</b>	Gemüse und Obst als Basis des täglichen Essens erkennen. Piktogramme bzw. Bilderbotschaften verstehen.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Ernährungspyramide (Poster, Bestell-Nr. 3914) <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Gemüse und Obst: Nimm 5 am Tag! <input type="checkbox"/> evtl. Kostproben in unterschiedlichen Zubereitungen (roh, gegart, Salat)
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> An einen bei den SuS beliebten Sportler erinnern und seine Fitness betonen, z. B.: Kennt ihr xy? Warum ist xy wohl so fit? Er/Sie kennt die Ernährungspyramide und richtet sich danach. Wer von euch hat diese Pyramide schon mal gesehen? Was seht ihr?</p> <p><b>Erarbeitung mit Partner:</b> Wo versteckt sich das Gemüse in der Ernährungspyramide, wo das Obst? Was bedeuten die Symbole, die Farben und die Anzahl der Bausteine? Die SuS identifizieren in der Ernährungspyramide die Gemüse- und Obst-Bausteine und erkennen so ihren hohen Stellenwert. Wichtig sind die Fitmacher v. a., weil sie viele lebensnotwendige Vitamine (z. B. Vitamin C, das Erkältungen vorbeugt) und Mineralstoffe enthalten, die u. a. auch die Muskeln leistungsfähig halten. Daneben enthalten Gemüse und Obst auch Ballaststoffe, die die Verdauung fördern.</p> <p><b>Alltagstransfer:</b> Wie könnte ich mehr Fitmacher essen? Überlege dir drei Vorschläge. Welche zusätzliche Portion wünschst du dir für heute?</p> <p><b>Weiterführung, Vertiefung:</b> Der Gesundheitswert von Gemüse und Obst</p>
<b>SinnExperiment</b>	Dasselbe Gemüse in unterschiedlichen Zubereitungen probieren, z. B. Möhre als Rohkost, Möhrensalat und als gegartes Möhregemüse. Die SuS werden erkennen, dass sie Gemüse roh, gegart und als Salat essen können und jedes anders schmeckt.
<b>HA-Tipp</b>	<b>KV</b> Gemüse und Obst: Nimm 5 am Tag!
<b>Fächerübergreifend mit Kunst</b>	Gemüsebilder aus Prospekten sammeln, sortieren und zu einem Bild „Die bunte Gemüsevielfalt“ anordnen.
<b>Fächerübergreifend mit Deutsch</b>	Klasse 3/4: Werbung für Gemüse machen.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Mit dem SinnExperiment zur Möhre in die Stunde einsteigen. <input type="checkbox"/> Unter <b>www.5amTag.de</b> finden sich in der Rubrik „Schule“ Aktionsideen und Tipps für den Schulunterricht.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Was bedeutet das 5-am-Tag-Logo? Wo ist euch das Zeichen schon mal begegnet? Was seht ihr? Welche Bedeutung haben die Farben und Bilder? <input type="checkbox"/> Schaut unter <b>www.5amTag.de</b> in der Rubrik „Schule“: Was könnt ihr hier für spannende Dinge entdecken?

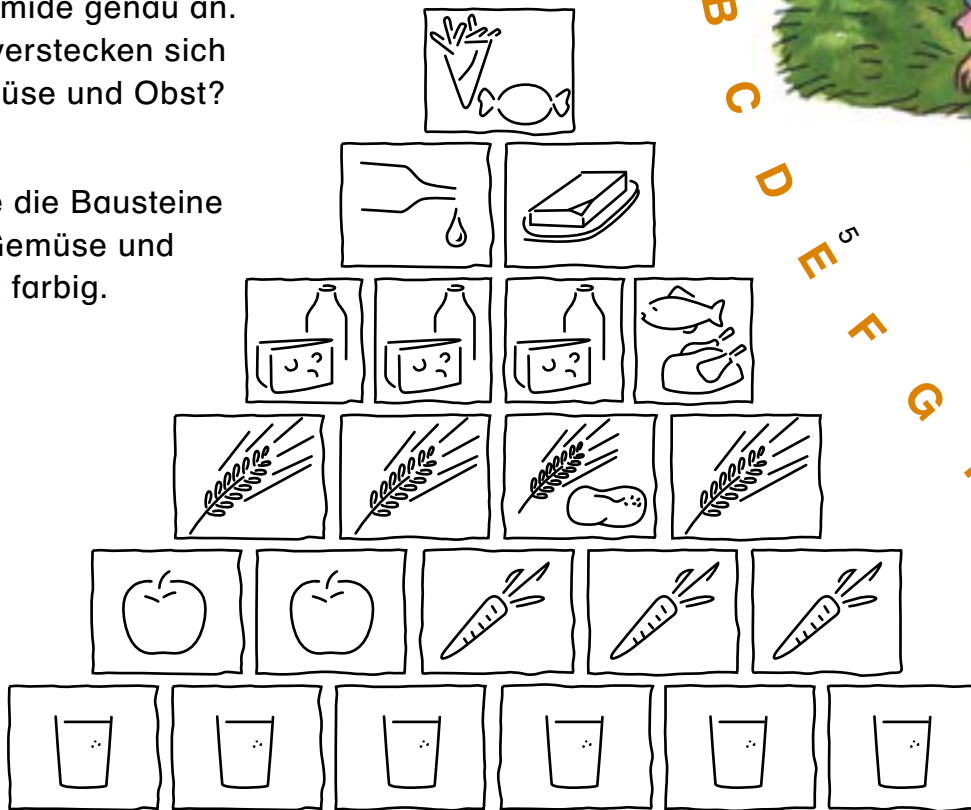


### KV modifizieren

- Die Lebensmittelfamilien Frisch und Fruchtig einführen. Mehr Infos: **www.bzfe.de > Ernährung > Die Ernährungspyramide**
- Statt Aufgabe 3 und 4 schreiben die SuS ihren Essensplan in Geheimschrift.

# Gemüse und Obst: Nimm 5 am Tag!

**1** Schau dir die Pyramide genau an. Wo verstecken sich Gemüse und Obst?



© BLE 2018

**2** Male die Bausteine für Gemüse und Obst farbig.

**3** Welches Gemüse und Obst isst Anna? Spüre es auf. Benutze dazu den Detektiv-Code: 1 = A, 2 = B, 3 = C ...

morgens: Müsli mit **6-18-9-19-3-8-5-13 15-2-19-20**

\_\_\_\_\_

in der Schule: belegtes Brot und fünf **18-1-4-9-5-19-3-8-5-14**

\_\_\_\_\_

mittags: Nudelaufbau mit **19-16-9-14-1-20**

\_\_\_\_\_

nachmittags: zwei Hände voll **11-9-18-19-3-8-5-14**

\_\_\_\_\_

abends: Käsespieße mit **16-1-16-18-9-11-1 und 26-21-3-3-8-9-14-9**

\_\_\_\_\_

**4** Welches Gemüse und Obst könntest du heute noch essen? Male es auf ein Extrablatt.



## MODUL 10 | SELBSTCHECK, PARTNERFEEDBACK

<b>Kompetenzen</b>	Den eigenen Gemüse- und Obstverzehr bewusst machen und bewerten. Ideen für mehr Gemüse und Obst entwickeln. Arbeitsergebnisse mit Partner vergleichen, bewerten und verständlich präsentieren.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> <b>KV</b> Wie viel Gemüse und Obst esse ich?
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Sie erzählen von Ihrem gestrigen Tag und wann Sie welches Gemüse oder Obst gegessen haben, z. B. Zum Frühstück ..., in der Schule ..., zum Mittagessen ..., zwischendurch ... und zum Abendessen ...</p> <p>Es dürfen einige Portionen fehlen, damit die SuS Ihnen Tipps geben können, wo Sie eine weitere Portion hätten unterbringen können.</p> <p><b>Erarbeitung:</b> Anschließend sammeln die SuS Ideen, wann sie selbst am besten Gemüse und Obst essen können (Bezug zu Frage 4 auf KV S. 33). Es folgt die Anleitung fürs Tagebuch. Jeden Tag schreiben die SuS auf, welches Gemüse und Obst sie gegessen haben.</p>
<b>Nach 2 oder 3 Tagen</b>	<p>Kurze Zwischenbilanz im <b>Partnergespräch</b>. Die SuS teilen ihre Erfahrungen mit und beraten sich gegenseitig, was sie in den folgenden Tagen besser machen können.</p> <p>Arbeitsaufträge, je nach Lernniveau:                  Wie war ich bisher? Wie viel Gemüse war dabei? Habe ich zum Pausenbrot Gemüse oder Obst gegessen? Wo könnte ich noch eine Portion mehr essen? Nenne ein Beispiel.</p>
<b>Eine Woche später</b>	<p><b>Auswertung und Reflexion:</b>                  Esse ich am Ende der Woche mehr Gemüse und Obst als am Wochenanfang? Esse ich vielfältiger, also mehr Arten und auch in unterschiedlichen Zubereitungen, also roh, gekocht und als Salat?</p>
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul 11: Peppige Pausenbrote zum Klassenfrühstück. Die SuS lernen konkrete Frühstücksbeispiele kennen.
<b>Detektivaufträge</b>	<input type="checkbox"/> Welches Gemüse und Obst bleibt in deiner Brotdose appetitlich? Begründe. <input type="checkbox"/> Welches Obst bekommt leicht Druckstellen? Wie entstehen Druckstellen?



© Foto: K. Arras - BLE



© Foto: P. Meyer - BLE



© Foto: P. Meyer - BLE

### KV modifizieren



- Fragen reduzieren und das Tagebuch auf drei Tage verkürzen.
- Schreiblinien bei Frage 1 und 2 löschen, damit die SuS malen können.
- Bild des Mädchens mit Gemüse und Obst vergrößern; die SuS identifizieren die Früchte.



# Wie viel Gemüse und Obst esse ich?

1 Welches Obst magst du gerne? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2 Welches Gemüse isst du gerne? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3 Wie viele Portionen Gemüse und Obst hast du heute gegessen?  
Fülle jeden Tag dein Tagebuch aus. Mache für jede Portion ein **X**.



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Frisches Obst	<b>X X</b>						
Rohes Gemüse							
Gegartes Gemüse							
Salat							

4 Tausche dein Tagebuch mit einem Mitschüler.  
Gebt euch gegenseitig eine Rückmeldung.



# PEPPIGE PAUSENBROTE ZUM KLASSENFRÜHSTÜCK

## MODUL 11 | PRAXIS MIT ANSCHLIEBENDEM SCHULFRÜHSTÜCK

<b>Kompetenzen</b>	Gemüse und Obst mundgerecht vorbereiten. Pausenbrote richten und kreativ garnieren. Rohkost als Bestandteil des Frühstücks erkennen. Gemeinsames Essen positiv erleben.
<b>Vorbereitung</b>	Zutaten festlegen und beschaffen. Arbeitsgeräte organisieren. ggf. Eltern als Helfer einbinden.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Zutaten: Brot, Quark, Käse und Wurst, frisches Gemüse (z. B. Paprika, Tomaten, Radieschen, Möhren, Gurken, mildes Sauerkraut, Keimlinge) und frisches Obst der Saison (z. B. Erdbeeren, Kirschen, Kiwis, Mandarinen) <input type="checkbox"/> Geräte: Geräteteller, feuchtes Tuch, Küchenmesser, Sparschäler, Besteckmesser, Teller und Schüsseln
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Zeigen Sie Ihr Pausenbrot, das die Kinder anspricht, oder machen Sie den Kindern Lust aufs Pausenbrot mit den Frühstücksvorschlägen auf dem Poster: Komm, wir frühstücken!</p> <p><b>Praxis:</b> Die SuS stellen aus den bunten Zutaten appetitliche Pausenmahlzeiten und bunte Häppchen her. Überlassen Sie es der Fantasie der SuS, blasse Pausenbrote mit bunter Rohkost oder frischem Obst aufzupeppen.</p> <p><b>Präsentation und Reflexion:</b> Die SuS präsentieren ihre kreativen Ideen. Die Mitschüler geben eine kurze Rückmeldung: Was sieht besonders schön aus? Reicht die Menge an Gemüse oder Obst für eine Portion? Anschließend essen die SuS in Ruhe und mit Genuss ihre selbst zubereiteten Pausenbrote.</p>
<b>SinnExperiment</b>	Verschiedene Kräuter verkosten, z. B. Schnittlauch, glatte und krause Petersilie, Kresse.
<b>HA-Tipp</b>	Male oder beschreibe dein Wunschpausenbrot. Welchen lustigen Namen willst du deinem Brot geben?
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul 6: Welches Gemüse oder Obst ist gemeint? oder mit Modul S. 26: Gemüse- und Obstexperten gesucht. Zum Stundeneinstieg formuliert ein Gemüseexperte aus seinem Steckbrief ein Rätsel oder Sie starten mit Gemüserätseln zu Radieschen, Paprika oder einer anderen Rohkost, die zum Pausenbrot passen. <input type="checkbox"/> Poster: Komm, wir frühstücken! (Bestell-Nr. 3985). Darauf finden sich acht Frühstücksideen, z. B. Freches Brotgesicht, Piratenschmaus und das Magische Dreieck. <input type="checkbox"/> Pausenbrot-Wettbewerb durchführen mit Fotodokumentation.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Suche für jede Regenbogenfarbe ein Gemüse oder Obst. <input type="checkbox"/> Welches ist deine Lieblingsfarbe? Suche möglichst viele Gemüse- und Obstarten in deiner Lieblingsfarbe.



© Fotos: P. Meyer - BLE

## MODUL 12 | UNTERRICHTSGESPRÄCH, SINNEXPERIMENT

<b>Kompetenzen</b>	Wahrnehmung und Sinne schärfen für die Apfelsorten. Mit anderen SuS Ergebnisse austauschen.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Korb mit mehreren Apfelsorten. Es sollte möglichst eine „alte“ Apfelsorte dabei sein. Jeweils ein Apfel einer Sorte trägt ein Fähnchen mit dem Sortennamen. <input type="checkbox"/> Auf Tellern liegen Apfelschnitze von allen Sorten.
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg</b> mit Namen von Apfelsorten, die den SuS wenig bekannt sind, z. B.: Wer kennt James Grieve? War Roter Boskop ein Indianer? Alternativ: Ratespiel „Teekesselchen“ mit dem mehrdeutigen Wort „Bischofsmütze“.</p> <p><b>Erarbeitung:</b> Im Unterrichtsgespräch sammeln die SuS Namen von Apfelsorten, die sie z. B. aus dem Supermarkt oder Werbeprospekt kennen, wie Golden Delicious, Elstar, Gloster, Jonagold und Braeburn. Daneben erfahren sie auch, dass es noch viel mehr Sorten gibt, die heute oft nur noch die Urgroßeltern kennen, z. B. Berlepsch, Bischofsmütze, Winterrambur, Goldparmäne, Ontario, Ingrid Marie, Gravensteiner. So verschieden wie die Namen sind, so unterschiedlich sind auch ihr Aussehen und ihr Geschmack.</p> <p>Überleitung zu den mitgebrachten Äpfeln und dem <b>SinnExperiment</b>: Wer ist Apfelexperte und kann die Apfelstücke der richtigen Sorte zuordnen? Welche Unterschiede gibt es zwischen den Sorten?</p>
<b>SinnExperiment zur Sortenvielfalt</b>	<p>Welches Apfelstück gehört zu welcher Apfelsorte? Schau dir die Sorten genau an: Wie sehen sie aus? Wie fühlt sich die Schale an? Wie riecht das Apfelstück? Ist das Fruchtfleisch fest, weich, mehlig, saftig, trocken? Schmeckt das Stück süß, sauer, aromatisch, flach? Welches ist deine Lieblingsorte?</p> <p><b>Reflexion und Alltagstransfer:</b> Welche Apfelsorte esst ihr zu Hause? Welche Sorten möchtest/könntest du mal probieren? Welche schmecken dir besonders gut?</p>
<b>HA-Tipp</b>	Wer findet die meisten Apfelsorten? Die SuS spüren Namen von weiteren Apfelsorten auf (z. B. in Geschäften, bei Experten, in Gärtnerkatalogen) und machen sich auf die Suche nach Birnensorten. Beispiele sind Williams Christ, Gute Luise, Alexander Lucas und Vereinsdechant.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Apfelsorten: <a href="http://www.oekolandbau.de">www.oekolandbau.de</a> > Suche: Apfelsorten (geeignet für Lehrkräfte und SuS) <input type="checkbox"/> Birnensorten verkosten, je nach Jahreszeit auch helle oder dunkle Pflaumen und Zwetschgen. <input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul 15: Welches Gemüse und welches Obst aßen Uroma und Uropa im Winter? Äpfel und Birnen waren früher das einzige heimische Winterobst, denn sie lassen sich hervorragend lagern. <input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul 29: Warum werden Apfelstücke braun?
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Warum ist der Apfel „berühmt“? Sieh nach unter <a href="http://www.blinde-kuh.de">www.blinde-kuh.de</a> , Suchwort: Apfel. <input type="checkbox"/> Befrage drei Personen: Welche Apfelsorten kennen sie? <input type="checkbox"/> Welche Apfelsorten eignen sich für Apfelkuchen, welche Sorten für Apfelkompott? Warum? <input type="checkbox"/> Was bedeuten die Redensarten „Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm“ oder „Man darf Äpfel nicht mit Birnen vergleichen“?




# ERKUNDUNGSGANG ZUM WOCHENMARKT ODER INS LEBENSMITTELGESCHÄFT

## MODUL 13 | AUßERSCHULISCHE LERNORTE AUFSUCHEN, INTERVIEW

<b>Kompetenzen</b>	Arbeitsschritte zielgerichtet planen und umsetzen. Einkaufsorte erkunden und aufsuchen. Informationen einholen durch Erfragen und Nachfragen. Angebotsvielfalt von Gemüse und Obst erleben. Heimische von importierter Ware unterscheiden.	
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Fragekarten <input type="checkbox"/> Aufnahmegerät für das Interview	
<b>Vorbereitung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Woher kommt eigentlich der Apfel, die Möhre ..., die in deiner Brotdose ist?          Woher kommen die Schulfrüchte oder ... (Beispiele aus der Schule nennen)?          Wo kannst du im Schulumfeld Gemüse oder Obst einkaufen?</p> <p>Anschließend bereiten die SuS die Fragen für ihre Erkundung vor, z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Welches Gemüse und welches Obst kannst du hier kaufen?</li> <li>● Woher beziehen Sie Ihre Ware?</li> <li>● Welches Gemüse und Obst kommt aus Deutschland?</li> <li>● Welche Arten wachsen nicht bei uns? Wie kommen sie zu uns?</li> <li>● Beschreibe eine Gemüse- oder Obstart, die du noch nicht kennst, und frage nach dem Namen.</li> </ul>	
<b>Durchführung</b>	<p><b>Unterrichtsgang:</b> Die SuS suchen auf den Preisschildern nach der Herkunft: Was kommt aus Deutschland, was aus anderen Ländern? Anschließend stellen sie ihre Fragen an den Filialleiter bzw. Marktverkäufer und nehmen von dort ein Gemüse oder Obst für das SinnExperiment mit.</p> <p><b>Nachbereitung und Alltagstransfer:</b>          Wo gibt es in unserer Nähe Gebiete, in denen Gemüse oder Obst wachsen?          Worauf will ich beim Einkauf achten? (z. B. Herkunft, Transportweg, Saisonalität, Verpackung, Preis)</p>	
<b>SinnExperiment</b>	Relativ unbekanntes Gemüse der Saison (S. 38) verkosten oder Geschmacksvergleich zwischen einer Frucht aus dem heimischen Freilandanbau und Importware.	
<b>Ideenbörse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <b>Vertiefung</b> der Umweltaspekte im Modul 19: Woher kommen unser Gemüse und Obst?</li> <li><input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit dem Gemüse- und Obstkalender (S. 38 f). Die SuS prüfen das Angebot im Geschäft mit den Einkaufskalendern und bewerten es.</li> <li><input type="checkbox"/> Schulfruchtlieferanten interviewen, u. a. zur Frage: Woher kommen die Früchte? Die Klasse kann sich Essenswünsche überlegen und diese an den Lieferanten weitergeben.</li> <li><input type="checkbox"/> Entdeckungsreise in ein türkisches, arabisches oder asiatisches Geschäft. Dort ist die Gemüseauswahl besonders groß.</li> <li><input type="checkbox"/> Ältere SuS besuchen in Kleingruppen einen nahe gelegenen Bioladen oder ein Geschäft und führen selbstständig das Interview durch. Die Gruppe präsentiert ihre Ergebnisse der Klasse.</li> </ul>	
<b>Detektivaufträge</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Finde möglichst viele Bohnensorten.</li> <li><input type="checkbox"/> Wie viel kostet das Gemüse, wie viel das Obst? Schau nach und schreibe die Preise auf. Wann ist das Gemüse oder Obst preiswert, wann teuer?</li> <li><input type="checkbox"/> Was ist an Bio-Gemüse und Bio-Obst anders als bei „normal“ angebautem Gemüse und Obst?</li> <li><input type="checkbox"/> Welches Gemüse und welches Obst hat den weitesten Weg hinter sich, welches den kürzesten? Forscht mithilfe einer Weltkarte.</li> </ul>	

# WIR BESUCHEN EINEN OBST- ODER GEMÜSEANBAUBETRIEB IN DER NÄHE

## MODUL 14 | AUßERSCHULISCHE LERNORTE AUFSUCHEN, INTERVIEW

<b>Kompetenzen</b>	Arbeitsschritte zielgerichtet planen und umsetzen. Einkaufsorte erkunden und aufsuchen. Informationen einholen durch Erfragen und Nachfragen. Gemüse- und Obstanbau erleben.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Fragen <input type="checkbox"/> Aufnahmegerät
<b>Vorbereitung</b>	Termin mit dem Betrieb abstimmen. Mit den SuS Fragen an die Experten und Erkundungsaufträge sammeln, z. B.: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Welches Gemüse/Obst bauen Sie hier an?</li> <li>● Welches Gemüse und welches Obst sind jetzt reif?</li> <li>● Wie wächst es? Wie werden aus Samen Früchte?</li> <li>● Welche Arbeiten fallen bis zur Ernte an?</li> <li>● Wann ernten Sie das Gemüse und Obst?</li> <li>● Was bedeutet unser Gemüse- und Obstkalender?</li> <li>● Welches Gemüse sollten wir unbedingt probieren? Geben Sie einen Tipp.</li> <li>● Warum verkaufen Sie keine Erdbeeren im Winter?</li> </ul>
<b>Durchführung</b>	<b>Einstieg:</b> Spinat wächst nicht in der Tiefkühltruhe und Tomaten auch nicht im Supermarkt. Aber wie wachsen sie eigentlich? Wer hat schon mal im Gemüsegarten geholfen? Welche Arbeiten fallen dort an, damit Gemüse wächst? <b>Unterrichtsgang:</b> Die SuS besuchen den Gemüse- oder Obstanbaubetrieb und stellen ihre Fragen. Außerdem bringen sie ein Gemüse oder Obst für das SinnExperiment mit. <b>Nachbereitung und Alltagstransfer:</b> Wo kann ich Gemüse und Obst in der Nähe einkaufen? Worauf will ich beim Einkauf achten? (saisonal, regional, zu Fuß, Fahrrad, ...)
<b>SinnExperiment</b>	Geschmacksvergleich zwischen einer Frucht aus heimischem Anbau und einer importierten Frucht, z. B. Tomaten.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> <b>Weiterführung und Vertiefung</b> der Umweltaspekte in den Modulen 13 bis 21. <input type="checkbox"/> Einen Schrebergarten in der Nähe aufsuchen. Hier könnten die SuS sehen, wie Gemüse und Obst wachsen und dass sie für den eigenen Verzehr angebaut werden. <input type="checkbox"/> Wenn die Schule Schulobst bezieht und Ihr Lieferant ein Gemüse- oder Obstbauer ist, darf Ihre Klasse vielleicht den Anbaubetrieb aufsuchen. <input type="checkbox"/> Vielleicht möchte der Anbaubetrieb das Unterrichtsvorhaben unterstützen und überlässt den Kindern kostengünstig Jungpflanzen wie Salat, Kohlrabi oder Tomaten. Noch spannender für die Kinder wäre es, wenn der Betrieb eine Gärtnerwerkstatt anleiten würde (s. auch Ringordner: In den Garten – fertig – los, Bestell-Nr. 3977).
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Was ist ein Schrebergarten? <input type="checkbox"/> Was sind Hülsenfrüchte? Suche möglichst viele Beispiele, am besten auch Abbildungen. <input type="checkbox"/> Spinat wächst nicht in der Tiefkühltruhe. Wo wächst er dann? Wie sieht die Pflanze aus?



# Gemüsekalender

- Was bedeuten die dicken Punkte?
- Tom behauptet: Die meisten Radieschen gibt es bei uns im Mai! Wie kommt er darauf?



	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Blumenkohl				•	●	●●	●●	●●	●●	●●	•	•
Bohnen					•	●	●●	●●	●●	●		
Brokkoli					•	●	●	●	●	●	●	•
Chicorée	●	●	●	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Chinakohl	●●	●	•	•	●●	●●	●●	●●	●●	●●	●●	●●
Eisbergsalat					•	●●	●●	●●	●●	●		
Feldsalat	●	●	•	•	●	•	•	•	●●	●●	●●	●
Gemüsefenchel					•	●	●	●	●	●	•	
Gemüsepaprika						•	•	•	•	•		
Gurken			•	•	●	●●	●●	●●	●	•		
Kohlrabi				•	●●	●●	●●	●●	●●	●	•	
Kopfsalat			•	•	●●	●●	●●	●●	●●	●●	•	
Möhren	●	●	●	•	•	•	•	●	●	●●	●●	●●
Porree, Lauch	●	•	•	•	•	•	●	●	●●	●●	●●	●
Radieschen	•	•	•	●	●●	●	●	•	•	•	•	•
Rettich	•			•	●	●●	●●	●●	●●	●●	●	•
Rosenkohl	●	•							•	●	●	●
Spinat			•	●●	●●	●	•	●	●	●	●	•
Tomaten				•	•	•	●	●	•	•	•	
Weißkohl	●	●	●	•	•	•	•	•	●●	●●	●●	•
Zucchini					•	•	●●	●●	●	•		



● großes ● mittleres ● kleines • sehr kleines Angebot an heimischem Gemüse

- Welches heimische Gemüse gibt es jetzt?

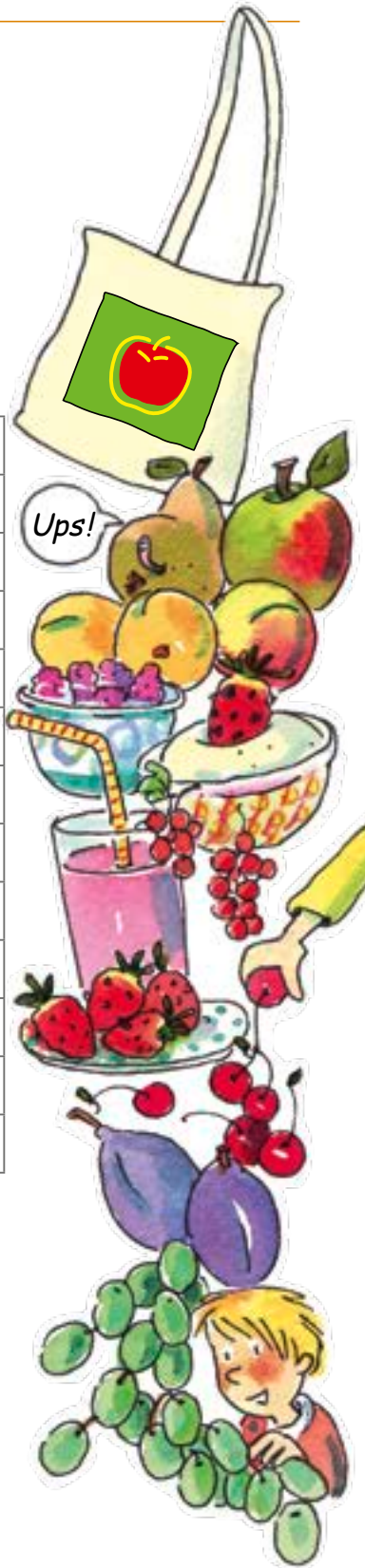


# Obstkalender

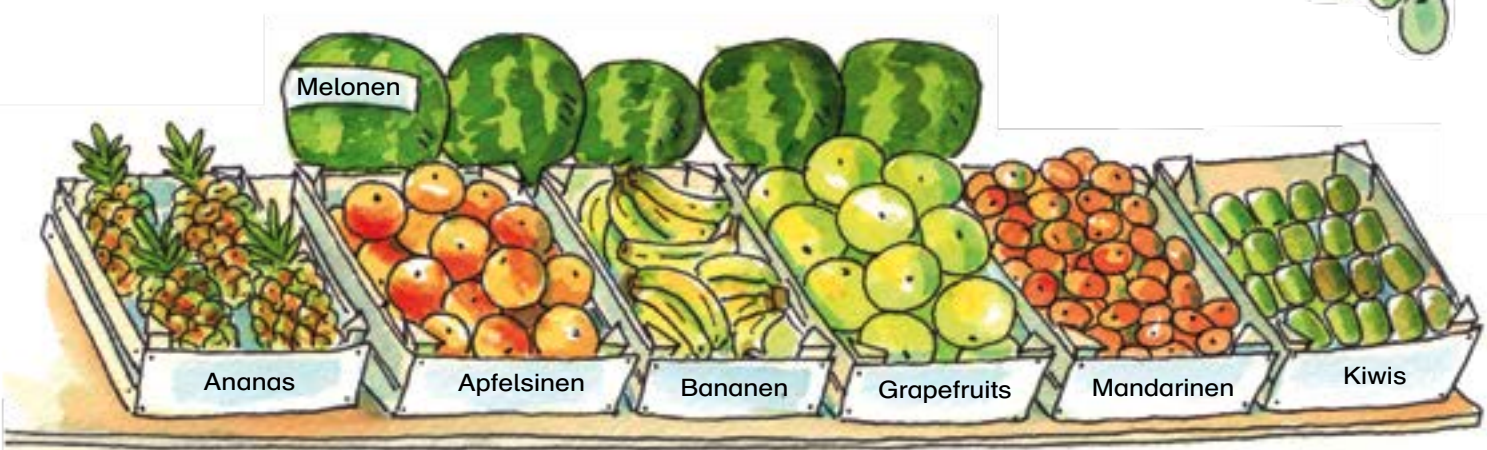
- 1** Was sagt dir der Obstkalender?
- 2** Wann gibt es das meiste heimische Obst?

	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Äpfel	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Aprikosen						●	●	●				
Birnen	●	●	●				●	●	●	●	●	●
Brombeeren						●	●	●	●	●		
Erdbeeren				●	●	●	●	●	●	●		
Himbeeren					●	●	●	●	●	●		
Johannisbeeren						●	●	●	●	●		
Kirschen, sauer						●	●	●				
Kirschen, süß						●	●	●				
Pfirsichgruppe							●	●				
Pflaumengruppe							●	●	●	●		
Trauben								●	●	●		

großes
  mittleres
  kleines
  sehr kleines Angebot an heimischem Obst



Südfrüchte wachsen nur im warmen Süden.  
Die meisten kommen mit dem Schiff zu uns.



# WELCHES GEMÜSE UND WELCHES OBST AßEN UROMA UND UROPA IM WINTER?

## MODUL 15 | ZEITZEUGEN BEFRAGEN, UNTERRICHTSGESPRÄCH

<b>Kompetenzen</b>	Informationen einholen. Etwas über das Leben „früher“ auf dem Land erfahren. Wertschätzen, dass die traditionelle Zubereitung von Speisen Mühe macht. Frisches Gemüse und Obst so lagern, dass nichts verdirbt.
<b>Vorbereitung</b>	Termin mit Zeitzeugen abstimmen und einladen. Mit den SuS Fragen sammeln und auf Kärtchen schreiben.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Bilder vom Wohnort <input type="checkbox"/> Küchengeräte, z. B. Kirschentkerner, Flotte Lotte, alten Krauthobel, Schnippelbohnschneider, Einmachglas <input type="checkbox"/> je nach Jahreszeit Kirschen, Kraut oder Stangenbohnen, die traditionell bearbeitet werden <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Uromas Gemüsegarten oder <b>KV</b> Uromas Obstgarten (S. 42) <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Wie bleiben Gemüse und Obst frisch? (S. 43) <input type="checkbox"/> Fragekarten
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Zeitzeuge (über 70 Jahre alt) erzählt in Anlehnung an <b>KV</b> Uromas Gemüsegarten von früher, den Arbeitsgeräten und den Möglichkeiten, Gemüse und Obst haltbar zu machen.</p> <p>Die SuS stellen ihre Fragen, z. B.:</p> <p>Wie sah es früher in unserem Ort aus?                  Wie sah es hier aus? Gab es Bauernhäuser, Felder?                  Woher kamen Gemüse und Obst?                  Wo konnte man einkaufen?                  Welches Gemüse aß man im Frühjahr, was im Winter?                  Was waren die Lieblingsgerichte mit Gemüse?</p> <p><b>Praxis:</b> Die SuS dürfen mit einem Küchengerät arbeiten, z. B. dem Krauthobel, der flotten Lotte, dem Kirschentkerner oder Schnippelbohnschneider.</p> <p><b>Weiterführung, Vertiefung:</b> Traditionelle Haltbarmachungsmethoden vorstellen und die SuS sensibilisieren für sachgemäße Lagerung von Gemüse und Obst. Dazu: <b>KV</b> Wie bleiben Gemüse und Obst frisch? (S. 43)</p>
<b>SinnExperiment</b>	Alte Gemüsesorten wie Pastinake, Portulak, Gartenmelde, Teltower Rübchen, Stielmus kennen lernen.
<b>HA-Tipp</b>	<b>KV</b> Uromas Obstgarten (S. 42)
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Die SuS befragen als HA eine Person über 70 Jahre zur Ortsgeschichte. <input type="checkbox"/> Aus Fall- oder Kochobst Apfelkompott mit der Flotten Lotte herstellen. <input type="checkbox"/> Apfelchips herstellen als Beispiel für Haltbarmachungsmethode „Trocknen“. <input type="checkbox"/> Besuch eines Freilichtmuseums.
<b>Detektivaufträge</b>	<input type="checkbox"/> Was versteht man unter Fallobst? <input type="checkbox"/> Warum waren vor 100 Jahren die Speisekammer oder der Vorratskeller so wichtig? <input type="checkbox"/> Stelle einen Gemüsehobel, die Flotte Lotte oder ein anderes Küchengerät vor. <input type="checkbox"/> Was heißt „einmachen“? Wie geht das?



© Fotos: P. Meyer – BLE

### KV modifizieren



- Lesetext als Lückentext gestalten und Arbeitsaufträge ergänzen, z. B.: Was haben die Leute gemacht, damit sie auch im Winter Gemüse und Obst essen konnten?
- Zu Aufgabe 2: Schreibe zu jedem Bild einen Satz. Tausche dich mit einem Partner aus.



# Uromas Gemüsegarten

**1** Lies den Text und kreuze das Gemüse ein.



„Früher waren die meisten von uns Bauern. Wir aßen nur Gemüse aus unserem eigenen Garten und hatten das ganze Jahr über eine große Auswahl.

Als Erstes konnte ich im Frühjahr Kopfsalat ernten. Seine Blätter waren so zart und saftig und kamen direkt aus dem Garten auf den Mittagstisch. Im Laufe der nächsten Wochen und Monate lieferte uns der Garten aromatische Tomaten, Bohnen, zarte Möhren, saftige Gurken und Erbsen.

Damit wir auch im Winter jeden Tag Gemüse essen konnten, habe ich Bohnen und Gurken eingekocht, dicke Bohnenkerne getrocknet, Möhren in Sand gelagert und Weißkohl zu Sauerkraut verarbeitet oder kopfüber an eine Schnur aufgehängt. So verdarb nichts und das Gemüse war haltbar.

Neben diesen Vorräten aßen wir im Winter auch Rosenkohl, Grünkohl, Lauch und Feldsalat. Dieses Gemüse kam frisch aus dem Gemüsegarten, denn es verträgt auch Minusgrade.“

**2** Was siehst du auf den Bildern? Erzähle.



**3** Welches Gemüse aß Uroma im Winter?

# Uromas Obstgarten

1 Lies den Text und kreuze alle Obstarten ein.



„Unser Obstgarten war ein echtes Paradies. Hier konnte ich von Mai bis Oktober nach Herzenslust pflücken und ernten: Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen, Johannisbeeren, Stachelbeeren, Brombeeren, Mirabellen und Pflaumen.

Weil wir so viele Früchte auf einmal nicht essen konnten, haben wir aus Beeren und Äpfeln Saft gepresst, Kirschen und Mirabellen eingekocht und Apfelringe und Pflaumen getrocknet. Marmelade habe ich natürlich auch eingekocht. So hatten wir im Winter auch unser Obst.

Außerdem aßen wir im Winter unsere eigenen Birnen und Äpfel, die im kühlen Keller lange knackig und frisch blieben. Aus dem Fallobst habe ich übrigens das leckerste Apfelkompott aus dem ganzen Ort gekocht. Lauwarm mit ein bisschen Zimt hat es am allerbesten geschmeckt.

Bananen, Apfelsinen oder Kiwis kannte ich nicht und Erdbeeren gab es niemals im Winter.“

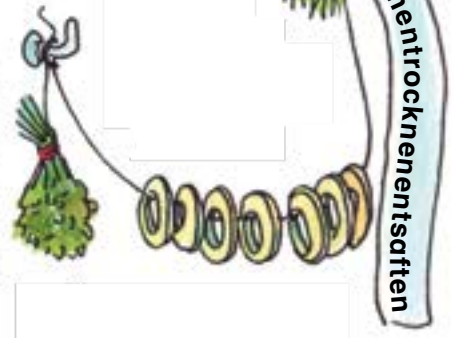
2 Was siehst du auf den Bildern? Erzähle.



3 Warum kannte Oma keine Apfelsinen und aß keine Erdbeeren im Winter?

# Wie bleiben Gemüse und Obst frisch?

- 1** Uroma kennt viele Tricks, ihr Gemüse und Obst länger haltbar zu machen. Trage ein.



- 2** Setze die Sätze richtig zusammen.

Möhren, Salat, Radieschen  
lagerst du am besten ...

| Iss sie am besten noch heute.

Bananen, Mandarinen und  
Zitronen mögen keine Kälte.

| im Gemüsefach des Kühlschranks.

Beeren kannst du nur 1 bis 2  
Tage im Kühlschrank lagern.

| wie deine Familie heute isst.  
Den Rest lagere kühl.

Harte Äpfel, Aprikosen und  
Pfirsiche reifen nach.

| Warte einige Tage,  
bis sie weich sind.

Lege nur so viel Obst  
in die Obstschale, ...

| Sie gehören in  
die Obstschale.

- 3** Du hast Gemüse und Obst eingekauft.  
Wohin legst du sie, damit sie frisch und  
knackig bleiben?



# WIR FEIERN ERNTEDANK. WELCHE FESTE FEIERN UNSERE MITSCHÜLER?

## MODUL 16 | UNTERRICHTSGESPRÄCH MIT AUßERSCHULISCHEN „EXPERTEN“

<b>Kompetenzen</b>	Anderen Menschen und Kulturen offen begegnen. Verschiedene Lebensgewohnheiten sehen und die eigene Art zu essen nur als eine von vielen möglichen begreifen.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> <b>KV</b> Ernte rund ums Jahr Die Kenntnis des Gemüse- und Obstkalenders (S. 38 f.) ist hilfreich.
<b>Durchführung</b>	<b>Einstieg:</b> Wer kennt das Erntedankfest? Es folgt ein <b>Unterrichtsgespräch</b> zu Fragen wie: Was heißt Erntedank? Wann und warum feiern wir Erntedank? Wo und wie feiern wir Erntedank? Welche Lebensmittel befinden sich im Erntedankkorb? Die SuS erkennen, dass im Erntedankkorb ausschließlich Produkte aus regionalem Anbau liegen. <b>Reflexion und Alltagstransfer:</b> Für welches Gemüse und Obst können Kinder danken, die hier wohnen? Anschließend malen die SuS ihren Erntedankkorb.
<b>Tipp</b>	Die Eltern von Mitschülern anderer Herkunftsländer kommen als Experten in die Schule und erzählen von ihren Traditionen. Sie können ein typisches Gemüse/Gericht mitbringen, das die SuS kosten dürfen.
<b>Fächerübergreifend mit Religion</b>	Erntedank im Kirchenjahr.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Andere Feste entsprechend der Jahreszeit feiern, z. B. im Frühjahr: Erdbeer- oder Spargelfest, im Sommer: ein Picknick oder eine Obstbowl, im Herbst: Kürbisfest oder Apfelfest mit vielen Sorten, im Winter: Krautwerkstatt mit Herstellung von Sauerkraut, Steckrübenfest: Kinder stellen selbst Rübenmus her (je 1/3 Kartoffeln, Möhren, Steckrüben), einen Steckrübensalat mit geraspelten Möhren, Äpfeln und Steckrüben oder eine Steckrübensuppe. <input type="checkbox"/> Die auf dem Klassenplakat „Dieses Gemüse und Obst kennen wir“ gesammelten Arten nach Jahreszeiten ordnen und in die Monatskisten schreiben oder malen.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Erntedank – Was ist das? Sammle möglichst viele Informationen. <input type="checkbox"/> Wie heißt das Erntedankfest in Nordamerika und wie wird es dort gefeiert? <input type="checkbox"/> Wie lange feiern die Menschen schon Erntedank?



© Fotos: P. Meyer – BLE

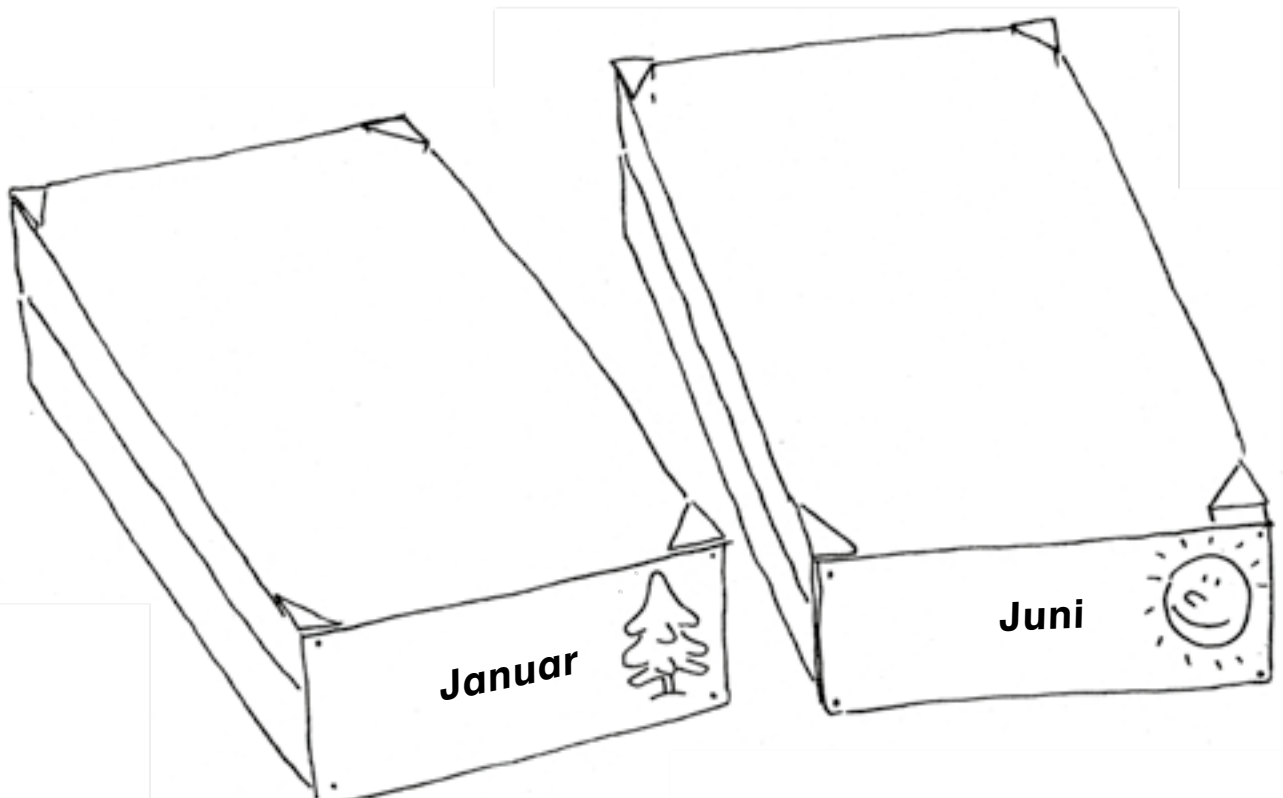


# Ernte rund ums Jahr

- 1** Ist die Kiste wirklich nur mit Gemüse und Obst gefüllt, das hier wächst? Prüfe mit dem Gemüse- und Obstkalender.



- 2** Fülle die Kisten mit heimischem Gemüse und Obst. Male oder schreibe.



# WANN SIND UNSERE HEIMISCHEN FRÜCHTE REIF?

## MODUL 17 | PARTNER-/GRUPPENARBEIT, UNTERRICHTSGESPRÄCH

<b>Kompetenzen</b>	Angebotszeiten für heimisches Gemüse und Obst kennen lernen. Informationen aus dem Gemüse- und Obstkalender entnehmen.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> KV Mit Obst durchs Jahr <input type="checkbox"/> KV Obstkalender (S. 39)
<b>Durchführung</b>	<b>Einstieg:</b> Welches ist das Lieblingsobst der SuS? Wann gibt es das Lieblingsobst zu Hause? Warum ist das so? Alternativ: Text vorlesen aus <b>KV</b> Uromas Obstgarten (S. 42). Anschließend wird der Obstkalender eingeführt und kurz besprochen.  In <b>Kleingruppen</b> bearbeiten die SuS Fragen wie: Wächst die Frucht bei uns? Wann ist sie reif? Wann isst du sie am besten und wann nicht? Welches Obst ist zurzeit reif? Welches Obst ist in euren Geburtsmonaten reif? <b>Präsentation</b> der Gruppenergebnisse und Ergebnissicherung. Zum SinnExperiment überleiten. <b>Obstsalat</b> zubereiten mit heimischen Früchten der Saison (s. unten). <b>Reflexion und Alltagstransfer:</b> Für den Obstsalat verwenden wir Früchte, die gerade Saison haben.
<b>HA-Tipp</b>	Jahreszeitenuhr für Gemüse erstellen mithilfe des Gemüsekaltenders.
<b>Fächerübergreifend mit Deutsch</b>	Kalender als Beispiel für einen diskontinuierlichen Text beschreiben und die Informationen herausarbeiten.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul 16: Wir feiern Erntedank. <input type="checkbox"/> Geschmackstest mit frischer Ananas oder Mandarinen und entsprechendem Dosenobst. <input type="checkbox"/> Gruppenarbeit mit dem Arbeitsauftrag, die Früchte auf dem Klassenplakat oder auf der <b>KV</b> S. 26: Gemüse oder Obst? in die Jahreszeitenuhr zu verteilen.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Wo gibt es Obstbäume in der Nähe? Was wächst dort? <input type="checkbox"/> Was ist eine Streuobstwiese?



## UNSER OBSTALAT DER SAISON

## MODUL 18 | PRAXIS, GRUPPENARBEITSPRÄCH

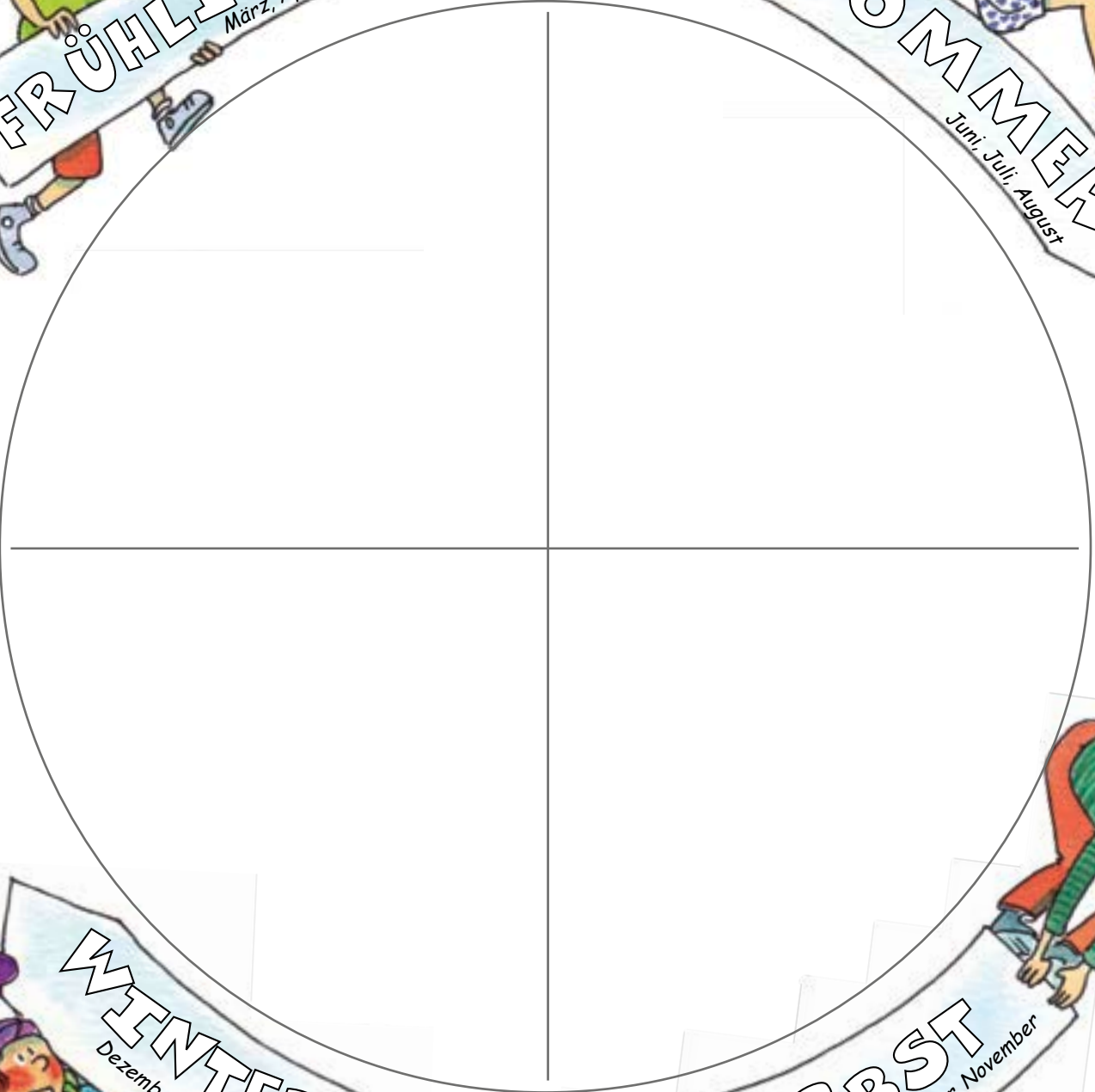
<b>Kompetenzen</b>	Arbeitsschritte zielgerichtet planen und arbeitsteilig umsetzen. Die Grundfertigkeiten anwenden, üben, vertiefen.
<b>Vorbereitung</b>	Zutaten festlegen und beschaffen. Arbeitsgeräte organisieren, ggf. Helfer einbinden.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Zutaten: Früchte der Saison (siehe Obstkalender, S. 39) <input type="checkbox"/> Geräte: Abtropfsieb, Schneidebrett, Küchenmesser, Schüsseln, Löffel zum Umrühren und Essen, Teller
<b>Durchführung</b>	Jede Gruppe stellt aus den Zutaten einen bunten Obstsalat her. Alle Speisen werden präsentiert und die Mitschüler geben Rückmeldungen. Anschließend wird gemeinsam gegessen.



© Fotos: P. Meyer - BLE

# Mit Obst durchs Jahr


**1** Fülle die Jahreszeitenuhr mit Obst aus dem Obstkalender.



**2** Im Winter gibt es wenig einheimisches Obst. Dann kannst du zur Abwechslung Südfrüchte essen. Welche kennst du? Ergänze sie im Jahreskreis und kreuze sie farbig ein.

# WOHER KOMMEN UNSER GEMÜSE UND OBST?

## MODUL 19 | GRUPPENARBEIT, UNTERRICHTSGESPRÄCH

<b>Kompetenzen</b>	Heimische von importierter Ware unterscheiden. Kooperativ arbeiten. Ergebnisse präsentieren. Problembewusstsein für Zusammenhänge „Essen und Klima“ schärfen.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Prospekte von Lebensmittelgeschäften/Supermärkten mit Wochenangeboten für Gemüse und Obst <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Gemüsekalender (S. 38) <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Obstkalender (S. 39) <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Wohin führt die Spur? <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Was ist gut für die Umwelt? (S. 50)
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Woher kommen eigentlich das Gemüse und Obst, was hier (Prospekt) angeboten wird? Wo gibt es in der Nähe Obstplantagen oder Gemüsegelder?          Alternativ: Uroma behauptet: Viele Früchte im Geschäft haben eine Weltreise hinter sich, bevor sie auf unseren Tellern landen. Hat Uroma recht oder nicht? Begründe deine Antwort.</p> <p><b>Erarbeitung:</b> In Kleingruppen vergleichen die SuS die Angebote mit dem Gemüse- und Obstkalender und bearbeiten die Arbeitsaufträge auf der <b>KV</b> S. 49: Wohin führt die Spur?</p> <p><b>Weiterführung/Vertiefung ab Klasse 3:</b> Gemüse und Obst gelangen per Flugzeug, Schiff, LKW, manchmal auch per Traktor zu den Verkaufsorten. Dabei entsteht teilweise sehr viel klimaschädliches CO<sub>2</sub>. Die Wahl des Transportmittels hängt u. a. mit der Entfernung und mit der Haltbarkeit des Obstes und Gemüses zusammen.</p> <p>Die SuS erwägen Vor- und Nachteile dieser Verkehrsmittel in Bezug auf die Umweltbelastung und leiten daraus die Empfehlung ab: Wenn wir heimisches Gemüse und Obst der Saison essen, können wir weite und teure Reisen vermeiden und so zum Umweltschutz beitragen.</p> <p>Die SuS lösen zunächst allein <b>KV</b> S. 49: Was kannst du für die Umwelt tun? Dann vergleichen sie ihre Antworten mit einem Partner, einigen sich und tauschen sich mit einer anderen Zweiergruppe aus.</p> <p><b>Präsentation und Reflexion:</b> Eine/Einer aus der Gruppe präsentiert die Ergebnisse im Plenum.</p>
<b>HA-Tipp</b>	<b>KV</b> Wohin führt die Spur?
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Im Vorfeld dieser Übung erkunden die SuS das Angebot eines Supermarktes in der Nähe (Modul 13). Welches Obst hat die weiteste Reise hinter sich? <input type="checkbox"/> Was hat mein Essen mit dem Klima zu tun? Siehe <a href="http://www.bzfe.de">www.bzfe.de</a> > Suche: Klimaschutz
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Warum kommen Bananen mit dem Schiff zu uns und nicht mit dem Flugzeug? <input type="checkbox"/> Freilandgemüse: Was ist das? <input type="checkbox"/> Was ist eine Flugkiwi? Nenne fünf weitere Beispiele. <input type="checkbox"/> Welches einheimische Gemüse gibt es jetzt zu kaufen? <input type="checkbox"/> Welches landestypische Gemüse und Obst hast du im Urlaub kennen gelernt? Erstelle einen Steckbrief und präsentiere das Ergebnis.

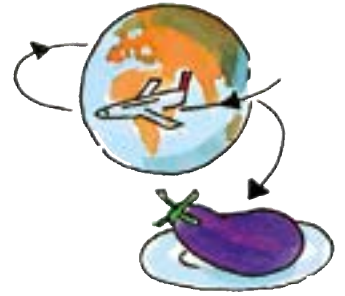


### KV modifizieren

Die SuS nehmen (statt der Bildchen auf der KV) das Gemüse- und Obstangebot in einem Lebensmittelprospekt unter die Lupe und beantworten die drei Fragen.



# Wohin führt die Spur?



**1** Welches Gemüse und Obst erkennst du auf dem Bild?  
Woher kommt es? Ergänze:

Tomaten

Gurken

Oliven

Trauben

Äpfel

Kiwis

**2** Welche dieser Arten wachsen auch bei uns?  
Schau im Kalender nach und schreibe die  
Erntemonate daneben.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**3** Welches Obst verwendest du für deinen Obstsalat  
im Winter? Begründe deine Antwort.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



# Was ist gut für die Umwelt?



**1** Was hilft der Umwelt (+), was ist nicht so gut (-)?  
Fülle die erste Spalte in der Tabelle aus.

	Ich	Mama oder Papa	...
Frisches Gemüse auf dem Markt kaufen			
Gemüse aus fernen Ländern kaufen			
In Folie verpacktes Gemüse wählen			
Deutsche Tomaten kaufen			
Erdbeeren im Winter essen			
Produkte aus der Region kaufen			
Immer mit dem Auto einkaufen fahren			
Einkaufen mit dem Rad oder zu Fuß			
Unverpacktes Gemüse und Obst kaufen			
Waren im Geschäft in Plastiktüten packen			
Korb oder Einkaufstasche mitnehmen			
Alle Abfälle in den Restmüll werfen			
Müll trennen			

**2** Vergleiche deine Antworten mit einem Partner.  
Begründet eure Antworten.


**3** Kennen sich deine Eltern, Geschwister oder ... aus?  
Befrage sie und fülle die Tabelle aus.

**4** Was wollen die Kinder mit ihren Plakaten sagen? Erkläre.



# EINE ENTDECKUNGSREISE IN DIE HERKUNFTSLÄNDER DER MITSCHÜLER

## MODUL 20 | GRUPPENARBEIT, UNTERRICHTSGESPRÄCH

<b>Kompetenzen</b>	Unterschiede und Gemeinsamkeiten von Kulturen entdecken und akzeptieren. Anderen Menschen und Kulturen offen begegnen. Gemüsenamen in anderen Sprachen kennen lernen.
<b>Vorbereitung/ Material</b>	<input type="checkbox"/> Für Ihre Klasse relevante ausländische Gemüse- und Obstnamen sammeln (mithilfe der Kinder) und auf Vokabelkärtchen schreiben. <input type="checkbox"/> Quartette aus diesen Namen und den dazu passenden Abbildungen erstellen. <input type="checkbox"/> Tafelanschrift mit den Namen in Englisch, Türkisch oder anderen Sprachen.
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Vierergruppen bilden über die Quartette. Ein Kind in der Gruppe sollte den ausländischen Gemüse- oder Obstnamen kennen. Gemeinsam lernen die SuS in <b>Kleingruppen</b> zwei oder drei Gemüse- und drei Obstnamen, indem sie die Namen zunächst nachsprechen und sich dann gegenseitig abfragen. Anschließend tragen alle Gruppen ihre Ergebnisse im <b>Unterrichtsgespräch</b> zusammen. Dabei könnte ein deutsches Kind den ausländischen Begriff sagen, das ausländische Kind dazu die Übersetzung liefern.</p> <p><b>Weiterführung:</b> Welches Gemüse essen die Mitschüler in ihren Herkunftsländern? Was ist anders, was gleich? Es geht darum, die Essgewohnheiten in anderen Kulturkreisen kennen zu lernen, um Unterschiede und Gemeinsamkeiten im Angebot und den Zubereitungsformen von Gemüse und Obst zu erforschen.</p> <p><b>Ergebnissicherung und Reflexion:</b> Welche „neuen“ Gemüse- und Obstarten können wir auf dem Klassenposter ergänzen?</p>
<b>SinnExperiment</b>	mit Feigen, Datteln, getrockneten Tomaten oder für ein anderes Land typische Früchte oder Produkte wie eingelegtes Gemüse. Eventuell Kräuter und Gewürze einbeziehen. Lassen Sie sich ggf. von Eltern ausländischer SuS unterstützen.
<b>Fächerübergreifend mit Englisch</b>	Gemüsenamen in englischer Sprache erarbeiten.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Gemüsenamen in die Sprachen der ausländischen Mitschüler übersetzen. <input type="checkbox"/> Bewegungsspiel einbauen: Die Gemüse- oder Obstbilder im Klassenraum verteilen. Die Lehrkraft ruft eine Frucht in deutscher, englischer oder türkischer Sprache und die SuS laufen zum passenden Bild. <input type="checkbox"/> Kl. 3: Herkunftsländer auf der Weltkarte oder auf dem Globus anschauen.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Welches Gemüse und Obst gibt es in türkischen, arabischen oder asiatischen Geschäften? Was ist für dich neu? <input type="checkbox"/> Welches Gemüse und Obst hast du im Urlaub kennen gelernt? Stelle es vor. <input type="checkbox"/> Welche Speisen mit viel Gemüse hast du im Ausland kennen gelernt? Wie heißen die Gerichte? Mit welchem Gemüse sind sie zubereitet? <input type="checkbox"/> Was ist Ratatouille?

© Fotos: P. Meyer - BLE



Deutsch	Türkisch	Englisch	
Rettich	turp	radish	
Radieschen	calgam	radish	
Tomate	domates	tomatoe	
Paprika	biber	green/red pepper	
Möhre	havuç	carrot	
Gurke	salatalik	cucumber	
Zwiebel	soğan	onion	



## MODUL 21 | ROLLENSPIEL, GRUPPENARBEIT

<b>Kompetenzen</b>	Saisonales und regionales Angebot an Gemüse und Obst erforschen. Gemüse und Obst kritisch auswählen und einkaufen. Wege suchen, wie jeder umweltfreundliche Konsumententscheidungen fällen kann.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> <b>KV</b> Was hat mein Obst mit dem Klima zu tun? <input type="checkbox"/> aufwändig verpacktes Gemüse, z. B. Tomaten oder Lauch auf Styroporschalen und mit Folie verschweißt
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Was hat unser Essen mit dem Klima zu tun?                  Im <b>Rollenspiel</b> lesen die SuS die Texte auf der KV mit verteilten Rollen.                  Anschließend <b>Gruppenarbeit</b> mit konkreten Arbeitsaufträgen, z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Was sagen die Kinder? Wer verhält sich umweltbewusst, wer nicht?</li> <li>● Warum kommen Erdbeeren mit dem Flugzeug, die Banane aber mit dem Schiff?</li> <li>● Wie bewertet ihr die Aussagen?</li> <li>● Wie lautet eure Meinung? Was möchtet ihr noch ergänzen?</li> <li>● Was sind Südfrüchte? Welche esst ihr gerne?</li> </ul> <p>Präsentation der Gruppenergebnisse und Abschlussrunde.</p> <p><b>Alltagstransfer:</b> Welches heimische frische Obst verwendest du, wenn du heute einen Obstsalat zubereiten willst?</p>
<b>Fächerübergreifend mit Deutsch</b>	Erdbeeren im Winter? Pro- und Kontra-Aussagen sammeln, sortieren und im Rollenspiel überzeugend vortragen.
<b>Fächerübergreifend mit Mathe (ab Kl. 3)</b>	Die SuS erforschen Preise von Gemüse und Obst, das außerhalb der Saison angeboten wird, und vergleichen diese Preise mit den Preisen der Saisonware.
<b>Weiterführung für Klasse 4</b>	Transportwege für Früchte aus anderen Ländern auf der Karte oder dem Globus nachvollziehen, vergleichen und Umweltprobleme erkennen.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Hintergrundinfos für Lehrkräfte s. Heft: Mein Essen – Unser Klima (Bestell-Nr. 1577). <input type="checkbox"/> Zungenbrecher für Kinder: <p><b>Pampelmusensalat</b>                  Bei der Picknickpause in Pappelhusen aß Papa mit Paul zwei Pampelmusen. Doch bei dem Pampelmusengebammel purzelte plötzlich der Paul von der Pappel mit dem Popo in Papas Picknickplatte, wo Papa die Pampelmusen hatte.                  „O Paul“, schrie Papa, „du bist ein Trampell! Plumpst mitten in meine Musepampel – ich wollte sagen: in die Mampelpuse – nein: Pumpelmase – nein: Pampelmuse!“                  Das gab vielleicht ein Hallo!                  Die Pappeln, der Papa, der Paul und sein Po, das Picknick, die Platte (um die war es schad') – das war ein Pampelmusensalat!</p> <p style="text-align: right;">Von Hans Adolf Halbey</p>
<b>Detektivaufträge</b>	<input type="checkbox"/> Was hat es mit CO <sub>2</sub> auf sich? Was hat mein Essen mit dem Klima zu tun? Siehe: <a href="http://www.bzfe.de">www.bzfe.de</a> > Suche: Klimaschutz <input type="checkbox"/> Warum werden Erdbeeren und Keniabohnen gerade zu Weihnachten verkauft? <input type="checkbox"/> Erkläre einen dieser Sätze: Regional ist erste Wahl! Vorfahrt für Fußgänger und Radfahrer! Freiland schlägt Gewächshaus! Flugware macht unser Klima krank!



© Foto: P. Meyer – BLE

© Foto: A. van Son – BLE

### KV modifizieren

- Frage 4 streichen.
- Arbeitsaufträge s. Durchführung verändern.



# Was hat mein Obst mit dem Klima zu tun?

## 1 Was sagen die Kinder?



CO<sub>2</sub>

**Kenan:**

Es ist mir egal, woher die Kirschen kommen.  
Hauptsache, ich kriege, was ich will.

CO<sub>2</sub>

**Sarah:**

Hast du schon mal Erdbeeren gepflückt und Tomaten geerntet?  
Sie schmecken superlecker – viel besser als die aus dem Supermarkt.

CO<sub>2</sub>

**Mia:**

Außerdem haben sie keine Weltreise hinter sich.  
Bei den kurzen Wegen auf unsere Teller entstehen kaum Abgase.

CO<sub>2</sub>

**Marco:**

Aber Bananen, Kiwis, Ananas, Feigen, Orangen, Zitronen,  
Mandarinen und Klementinen wachsen doch nicht bei uns!  
Ich mag sie aber so gerne.

CO<sub>2</sub>

**Dilan:**

Keine Sorge! Südfrüchte kommen mit dem Schiff.  
Diese belasten die Umwelt viel weniger als Flugzeuge oder LKWs.

CO<sub>2</sub>

**Björn:**

Stimmt! Kirschen und Erdbeeren würden auf der langen  
Schiffsreise verderben.

**Lena:**

Wenn du also Erdbeeren im Herbst oder Winter kaufst,  
dann können sie nur mit dem Flugzeug gekommen sein!

## 2 Wann wirst du Erdbeeren essen? Begründe.

## 3 Wie kannst du herausfinden, woher die Erdbeeren kommen?

## 4 Was bedeuten die CO<sub>2</sub>-Blasen? Tausche dich mit deinem Partner aus.



# AUS WELCHEN TEILEN BESTEHEN PFLANZEN? WELCHE TEILE ESSEN WIR?

## MODUL 22 | UNTERRICHTSGESPRÄCH, GRUPPENARBEIT

<b>Kompetenzen</b>	Teile der Gemüsepflanzen kennen und benennen. Wissen, welchen Teil des jeweiligen Gemüses wir essen. In einer Gruppe zusammenarbeiten und sich auf ein gemeinsames Ergebnis verständigen.																																						
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Tomatenpflanze im Blumentopf oder Bundmöhre <input type="checkbox"/> Beispiele für Wurzel-, Frucht-, Blatt- und Stängelgemüse, z. B. Bund Möhren, Feldsalat mit kleinen Wurzeln, Weißkohl, Radieschen mit Grün, Kohlrabi mit Grün <input type="checkbox"/> Tafelanschrift vorbereiten: Wurzelgemüse, Fruchtgemüse, Blattgemüse, Stängelgemüse																																						
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Pflanze zeigen, z. B. Bundmöhre mit Erdresten oder Tomatenpflanze im Blumentopf oder Lauch. Dazu die Frage: Aus welchen Teilen besteht diese Pflanze? Im Unterrichtsgespräch lernen die SuS die Begriffe Wurzel, Stängel, Blatt und Frucht. Anschließend folgt eine Gruppenarbeit: Jede Gruppe erhält ein Gemüsebeispiel (s. o.) und folgende Arbeitsaufträge:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Welche Teile der Pflanze erkennt ihr?</li> <li>● Welchen Teil der Pflanze könnt ihr essen?</li> </ul> <p>Schreibt euer Ergebnis in die Tabelle an der Tafel.</p> <p><b>Ergebnissicherung:</b> Im Plenum wird das Tafelbild ausgewertet. Weitere Gemüsebeispiele werden ergänzt.</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">Wurzel-/Knollen-gemüse</th> <th style="background-color: #d9ead3;">Fruchtgemüse</th> <th style="background-color: #d9ead3;">Blattgemüse</th> <th style="background-color: #d9ead3;">Stängelgemüse</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Möhre</td> <td>Tomate</td> <td>Chicorée</td> <td>Spargel</td> </tr> <tr> <td>Rettich</td> <td>Paprika</td> <td>Spinat</td> <td>Fenchel</td> </tr> <tr> <td>Knollensellerie</td> <td>Gurke</td> <td>Mangold</td> <td>Kohlrabi</td> </tr> <tr> <td>Pastinake</td> <td>Aubergine</td> <td>Feldsalat</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Schwarzwurzel</td> <td>Kürbis</td> <td>Kopfsalat</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Rote Beete</td> <td>Zucchini</td> <td>Eisbergsalat</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Radieschen</td> <td>Stangenbohnen</td> <td>Endiviensalat</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Erbsen</td> <td>Weißkohl</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p><b>Reflexion und Alltagstransfer:</b> Warum musst du Gemüse vor dem Verzehr gründlich waschen?</p>			Wurzel-/Knollen-gemüse	Fruchtgemüse	Blattgemüse	Stängelgemüse	Möhre	Tomate	Chicorée	Spargel	Rettich	Paprika	Spinat	Fenchel	Knollensellerie	Gurke	Mangold	Kohlrabi	Pastinake	Aubergine	Feldsalat		Schwarzwurzel	Kürbis	Kopfsalat		Rote Beete	Zucchini	Eisbergsalat		Radieschen	Stangenbohnen	Endiviensalat			Erbsen	Weißkohl	
Wurzel-/Knollen-gemüse	Fruchtgemüse	Blattgemüse	Stängelgemüse																																				
Möhre	Tomate	Chicorée	Spargel																																				
Rettich	Paprika	Spinat	Fenchel																																				
Knollensellerie	Gurke	Mangold	Kohlrabi																																				
Pastinake	Aubergine	Feldsalat																																					
Schwarzwurzel	Kürbis	Kopfsalat																																					
Rote Beete	Zucchini	Eisbergsalat																																					
Radieschen	Stangenbohnen	Endiviensalat																																					
	Erbsen	Weißkohl																																					
<b>SinnExperiment</b>	Klein geschnittenes, „weißes“ Gemüse verkosten, z. B. Kohlrabi, Stangensellerie, Rettich, Chicorée.																																						
<b>HA-Tipp</b>	<b>KV</b> Die Gemüsepflanze																																						
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Statt des SinnExperiments das Spiel S. 56 anschließen. <input type="checkbox"/> <b>Verknüpfung</b> mit Modul 5: Wir machen Fingerfood.																																						
<b>Detektivaufträge</b>	<input type="checkbox"/> Was ist Blattgemüse? Warum heißt es so? <input type="checkbox"/> Welches Fruchtgemüse kennst du? <input type="checkbox"/> Wie viele Vertreter von Wurzelgemüse findest du? <input type="checkbox"/> Welchen Teil der Kürbispflanze isst du? Was kann man aus Kürbis alles machen?																																						

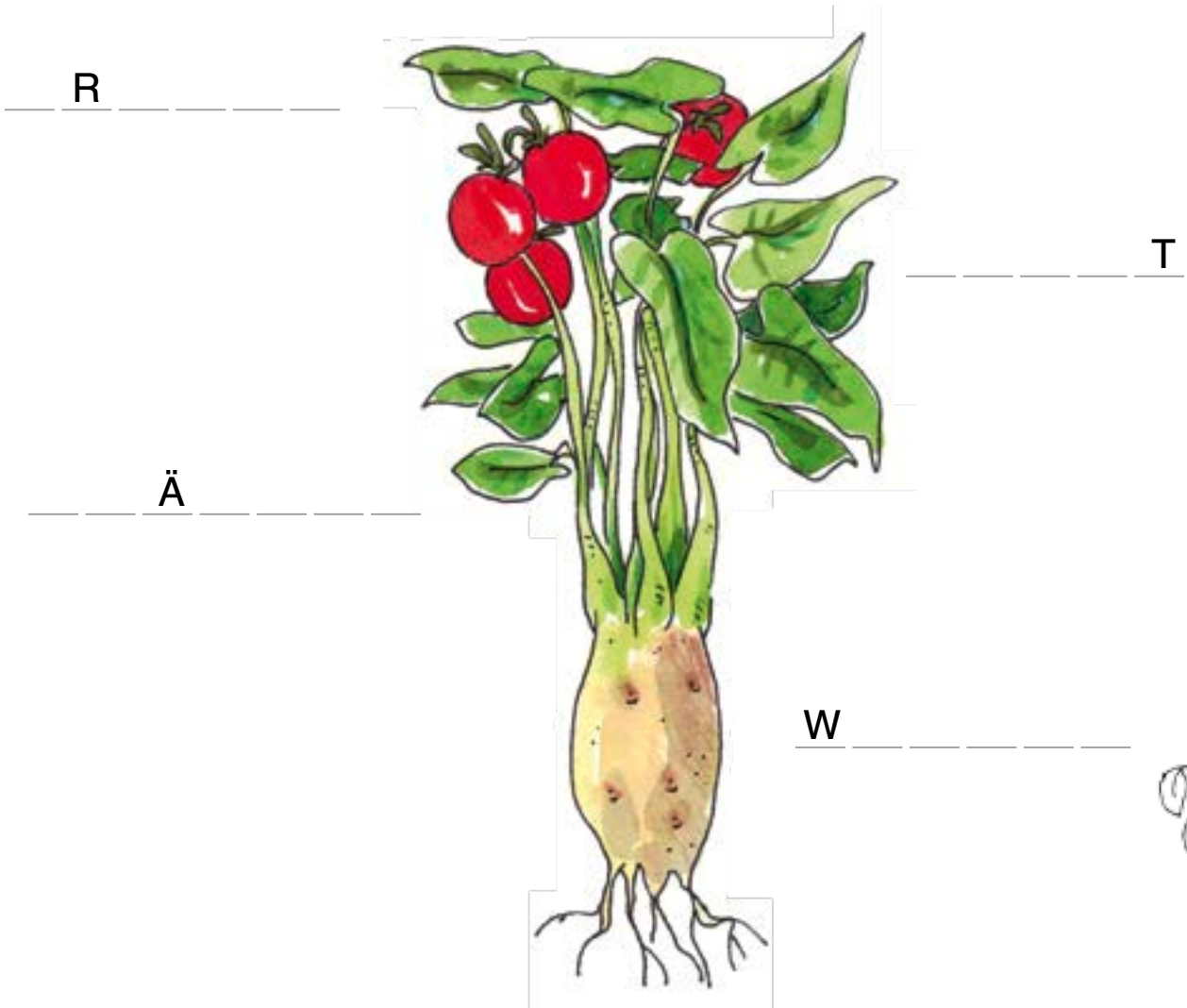


### KV modifizieren

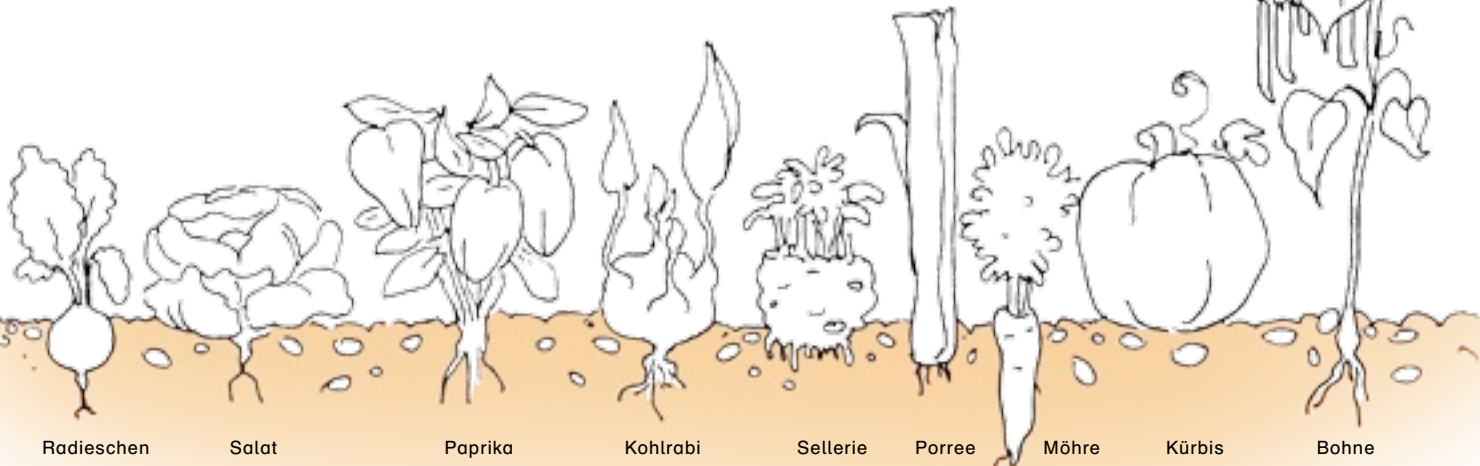
Fragen 2 und 3 löschen und Pflanze vergrößern. Die SuS kleben Gemüsebilder an die richtige Stelle der Pflanze.

# Die Gemüsepflanze

- 1** Aus welchen Teilen besteht die Pflanze?  
Beschrifte: Wurzel • Blatt • Stängel • Frucht



- 2** Welche Pflanzenteile essen wir?  
Male die essbaren Teile an.



Radieschen

Salat

Paprika

Kohlrabi

Sellerie

Porree

Möhre


Kürbis

Bohne

- 3** Trage das Gemüse aus Aufgabe 2 in Aufgabe 1 ein. Finde weitere Beispiele.

# OBEN ODER UNTEN? WO WÄCHST DAS, WAS WIR ESSEN?

## MODUL 23 | UNTERRICHTSGESPRÄCH, SPIEL

<b>Kompetenzen</b>	Wissen, wo der essbare Teil des jeweiligen Gemüses wächst. Wissen auf neue Situationen übertragen.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Abspielgerät und Musikkassette, CD oder MP3-Player <input type="checkbox"/> einige große Decken oder Tücher
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg</b> mit einer kurzen Einführung ins Spiel: Ihr seid jetzt als Gemüse unterwegs, diese Decken sind der Erdboden ... Decken im Raum verteilen.</p> <p><b>Spielregeln</b> erklären: Alle SuS bewegen sich zur Musik. Plötzlich stoppt die Musik und der Spielleiter ruft ein Gemüse, z. B. Kohlrabi, Blumenkohl, Zwiebeln, Erbsen, Weißkohl, Möhren, Radieschen, Bohnen, Gurken, Rettich, Tomaten. Wächst der essbare Teil in der Erde, müssen sich die Kinder unter der Decke verstecken. Wächst er über der Erde, setzen sie sich auf die Decke. Wer einen Fehler macht oder als Letzter reagiert, scheidet aus.</p> <p>Musik starten und <b>Spiel</b> beginnen.</p>
<b>HA-Tipp</b>	<p><b>KV</b> Wo wachsen Gemüse und Obst? Gemüse oder Obst ausschneiden aus <b>KV</b> S. 72 f. In die Mitte eines DIN-A3-Blattes (Querformat) malen die SuS eine grüne Graslinie und kleben dann das ausgeschnittene Gemüse über oder unter diese Graslinie. Anschließend malen sie ihr Bild farbig.</p>
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Spiel mit Obstarten aus dem Obstkalender S. 39 durchführen: Wächst das Obst am Strauch, stellen sich die Kinder hin. Wächst es am Baum, strecken sie sich oder machen eine Kletterbewegung. <input type="checkbox"/> Gemüse- und Obstfotokarten (zum Wandsystem Ernährungspyramide) über oder unter eine markierte Graslinie sortieren.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Suche Gemüse, in denen das Wort KOHL steckt. <input type="checkbox"/> Welches Obst wächst am Baum? <input type="checkbox"/> Welches Obst wächst am Strauch? <input type="checkbox"/> Warum heißt die Stachelbeere so? Hat sie denn Stacheln?





# Wo wachsen Gemüse und Obst?

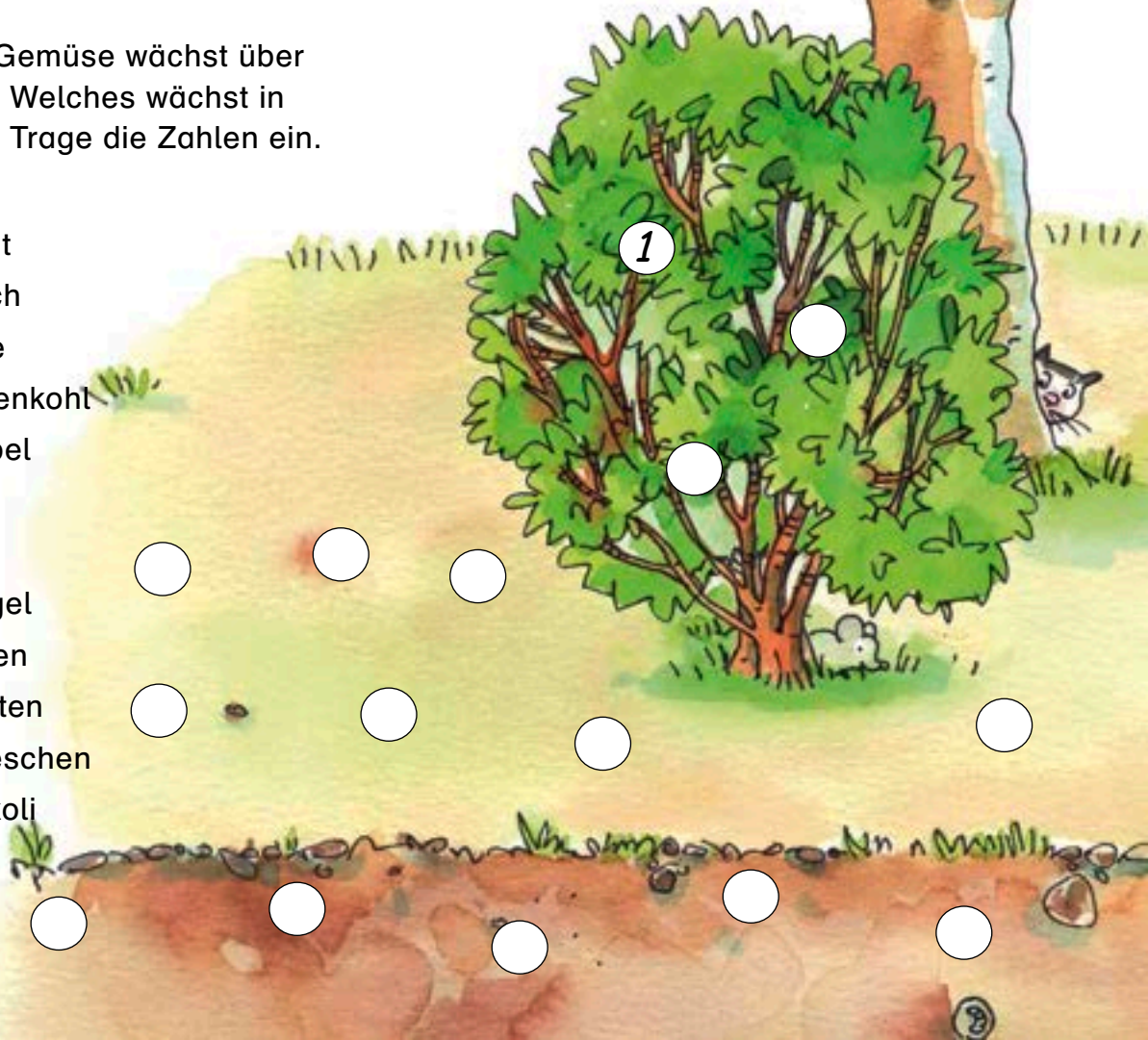
- 1** Welches Obst wächst am Baum, welches am Strauch? Trage die Zahlen ein.

- ① Himbeere
- ② Kirschen
- ③ Pflaumen
- ④ Mirabellen
- ⑤ Birnen
- ⑥ Aprikosen
- ⑦ Stachelbeeren
- ⑧ Bananen
- ⑨ Johannisbeere
- ⑩ Feigen




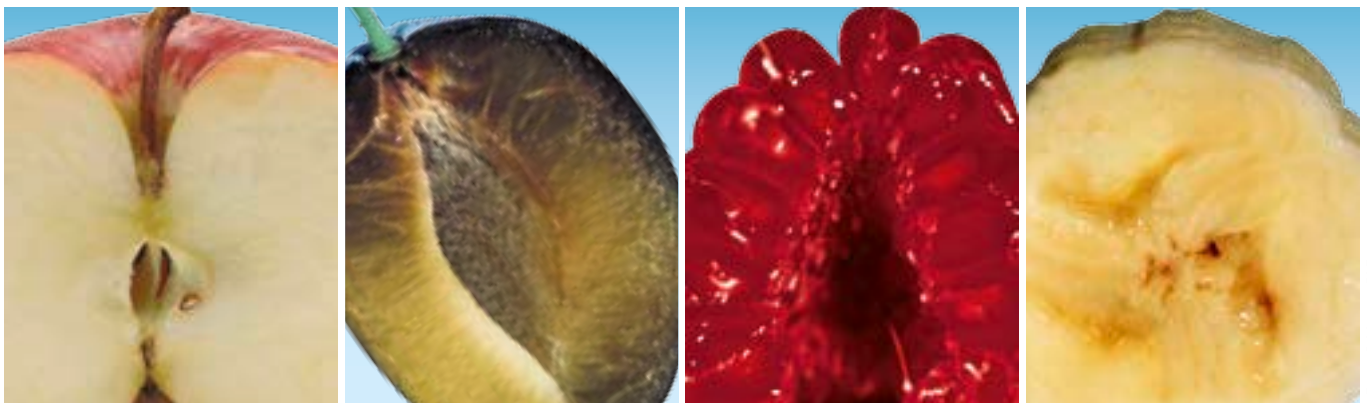
- 2** Welches Gemüse wächst über der Erde? Welches wächst in der Erde? Trage die Zahlen ein.

- ⑪ Spinat
- ⑫ Rettich
- ⑬ Gurke
- ⑭ Blumenkohl
- ⑮ Zwiebel
- ⑯ Salat
- ⑰ Mais
- ⑱ Spargel
- ⑲ Möhren
- ⑳ Tomaten
- ㉑ Radieschen
- ㉒ Brokkoli



## MODUL 24 | EXPERIMENT IN PARTNERARBEIT, ZUBEREITUNG

<b>Kompetenzen</b>	Bestandteile des Apfels benennen können. Kooperativ arbeiten.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> pro Gruppe einen Apfel oder eine Birne (bringen die Kinder selbst mit) <input type="checkbox"/> Schneidebretter, Schneidemesser, Abfallbehälter, Teller <input type="checkbox"/> KV Ich untersuche einen Apfel
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Die SuS singen das Lied „In einem kleinen Apfel“.</p> <p><b>Erarbeitung in Partnerarbeit:</b> Die SuS zerteilen Apfel oder Birne und untersuchen das Innere. Sie stellen fest, dass sie einige Teile, z. B. Stiele, Kerngehäuse und Blüte, immer wegschneiden, weil sie nicht genießbar sind. Die Schale hingegen sollen die SuS – nach gründlichem Waschen – mitessen. Die SuS bearbeiten die KV und vergleichen ihre Ergebnisse.</p> <p><b>Alltagstransfer:</b> Die Obsthälften essen oder zu einem Obstsalat (Modul 18) verarbeiten.</p>
<b>Fächerübergreifend mit Musik</b>	<p>Lied „In einem kleinen Apfel“. In dem Lied wird der Aufbau eines Apfels beschrieben.</p> <p>In einem kleinen Apfel,      In jedem Stübchen wohnen      Sie träumen auch noch weiter  da sieht es lustig aus,      zwei Kernchen, schwarz und klein,      gar einen schönen Traum,  es sind darin fünf Stübchen,      die liegen drin und träumen      wie sie einst werden hängen  grad wie in einem Haus.      vom warmen Sonnenschein.      am schönen Weihnachtsbaum.</p>
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Einstieg über mitgebrachte Kerne von Äpfeln, Birnen oder Trauben, Steine von Kirschen, Aprikosen oder Pflaumen: Was ist das? Sind sie essbar? <input type="checkbox"/> Vertiefung/Weiterführung/Detektivauftrag: Weitere Obstarten unter die Lupe nehmen, dabei zwischen Kernobst, Steinobst und Beeren unterscheiden und Beispiele finden. <input type="checkbox"/> Alternativ zum Apfelled ein Auszug aus dem Gedicht von Theodor Fontane „Herr von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland“ ( <a href="http://www.vonribbeck.de">www.vonribbeck.de</a> > Gedicht) vorlesen oder gemeinsam das Gedicht als Rap hören (CD: Musik, die schlau macht: Junge Dichter und Denker: Klassische Gedichte als Rap).
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Wie macht man Apfelkompott? Vielleicht kannst du es mit einem Erwachsenen herstellen. <input type="checkbox"/> Schneide einen Apfel „quer“ auf. Wie sieht er aus? Male. <input type="checkbox"/> Wie viele Kerne hat ein Apfel? Untersuche. Welche Botschaften stecken in dem Lied „In einem kleinen Apfel“? <input type="checkbox"/> Wie viele Apfelbäume können aus einem Apfel wachsen? <input type="checkbox"/> Finde möglichst viele Beispiele für Beerenobst. <input type="checkbox"/> Untersuche eine Clementine. Wie sieht sie innen aus? Male eine Spalte. <input type="checkbox"/> Warum läuft beim Schneiden der Apfelsine Saft heraus, beim Zerteilen nicht? <p><b>Lösung:</b> In den Fruchtspalten befinden sich Saftschläuche, die mit Saft gefüllt sind. Beim Schneiden werden die Saftschläuche zerstört, der Saft tritt aus. Deshalb zerschneidet man Obst für einen saftigen Obstsalat.</p>

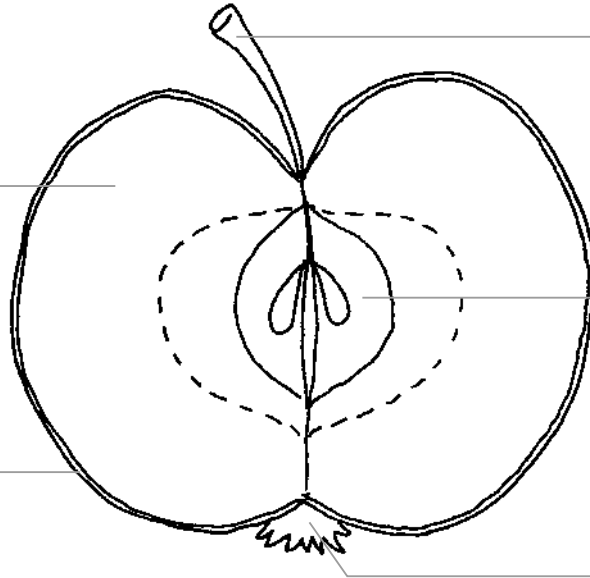


© Fotos: P. Meyer - BLE

# Ich untersuche einen Apfel

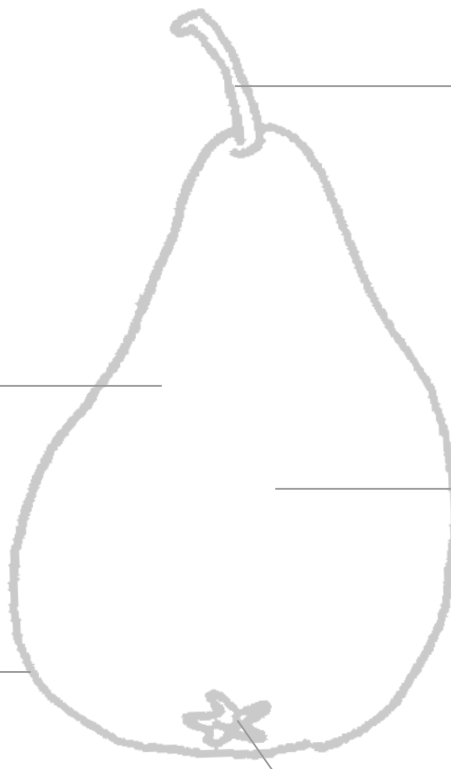


- 1** Schneide den Apfel so durch:  
Vergleiche deine Apfelhälften mit dem Bild.



- 2** Beschrifte: Schale · Kerngehäuse · Fruchtfleisch · Blütenansatz · Stiel  
Male danach das Bild in den richtigen Farben an.

- 3** Schneide eine Birne durch und zeichne das Innere der Birnenhälfte.  
Beschrifte die Bestandteile!



## Experimentieren – Forschen – Ausprobieren – naturwissenschaftliche Erfahrungen sammeln

Warum wird der Apfel an der Bissstelle manchmal braun? Was geschieht, wenn Samen keimen? Solche Fragen sind ideale Ausgangspunkte für einfache Experimente, die das Interesse der Schülerinnen und Schüler an Gemüse und Obst wecken, ihrem Forscherdrang entgegenkommen und ihnen Einblicke in spannende Naturphänomene ermöglichen. Mit wenig Material und kurzen, klaren Durchführungsanleitungen werden die Schülerinnen und Schüler in den nachfolgenden Übungen schrittweise in das Vorgehen beim naturwissenschaftlichen Arbeiten eingeführt.

## Problem – Vermutung – Durchführung – Beobachtung – Erklärung – Alltagstransfer

Am Anfang steht das Problem oder eine Frage, zu der die Schülerinnen und Schüler zunächst ihre Vermutungen äußern. Im folgenden angeleiteten Versuch gehen sie dann in Kleingruppen der Frage nach. Sie beobachten scharf, was passiert, und dokumentieren ihre Beobachtungen in altersgemäßer Form. Sie tauschen sich aus, suchen nach Erklärungen und präsentieren schließlich ihre Ergebnisse. Dabei verwenden

sie ihrem Alter und Verständnis entsprechende naturwissenschaftliche Fachbegriffe und suchen nach kindgerechten Erklärungen. Die Vorgänge wie Oxidation, Fotosynthese oder Osmose brauchen sie nicht zu durchschauen. Sie sollten aber Überlegungen anstellen, wo diese neuen Erkenntnisse in ihrem Alltag relevant sein können.

Die nachfolgenden Übungen folgen diesem Schema. Die bildhaften Versuchsanleitungen helfen den Schülerinnen und Schüler, den Versuch selbstständig und erfolgreich durchzuführen und eindeutige Ergebnisse zu erwerben. Anregungen für freies naturwissenschaftliches Arbeiten, bei dem die Schülerinnen und Schüler selbst ihr Vorgehen überlegen, finden Sie als Weiterführung in der Ideenbörse und in den Detektivfragen. Falls die Kinder Versuche zu Hause machen, sollten sie darüber in der Schule berichten dürfen.

### KVs modifizieren

- Material löschen und die SuS das Material aus der Versuchsbeschreibung herleiten lassen.
- Vermutung (Aufgabe 1) löschen.
- Schreiblinien einziehen.



## WIE ENTSTEHT KRESSE?

### MODUL 25 | EXPERIMENTIEREN IN KLEINGRUPPEN

Viele Kinder lieben die knackigen, selbst gezogenen Keimlinge. Manche schmecken nussartig, andere pikant-scharf, wieder andere würzig. Außerdem sind Keimlinge echte Fitmacher, denn beim Keimen steigt der Vitamingehalt (z. B. B-Vitamine und Vitamin C) deutlich an. Der Mineralstoffgehalt nimmt ebenfalls zu.

Das Keimen von Kresse ist einfach. Dieses Experiment können die Schülerinnen und Schüler zu Hause selbstständig durchführen. Kresse keimt am besten auf Watte oder Papiertaschentüchern.



# Wie entsteht Kresse?

- 1** Was brauchen Kressesamen zum Wachsen?  
Meine Vermutung:

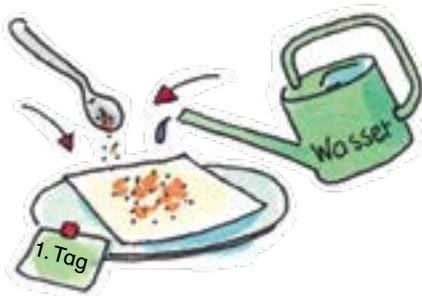
- Milch  
 viel Wasser zum Schwimmen  
 eine stets feuchte Watte

Du brauchst:



- 2** Führe den Versuch durch.

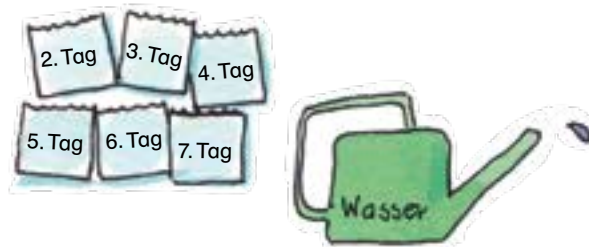
1



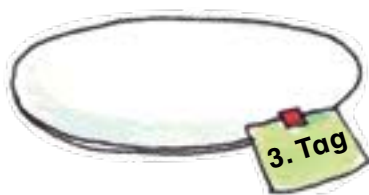
2



3



- 3** Male deine Beobachtungen.




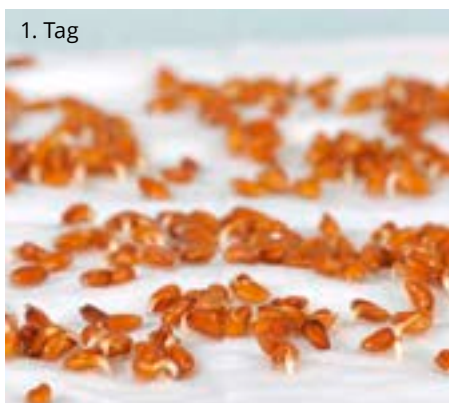
- 4** Vergleiche deine Beobachtungen mit deinem Partner.  
Versucht sie zu erklären.



# WAS BRAUCHEN SAMEN ZUM WACHSEN?

## MODUL 26 | EXPERIMENTIEREN IN KLEINGRUPPEN

<b>Kompetenzen</b>	Naturwissenschaftliches Arbeiten üben, d. h. vermuten, durchführen, beobachten, mündlich und schriftlich beschreiben, erklären. Verantwortung für die Pflege übernehmen.
<b>Material</b>	pro Gruppe: <input type="checkbox"/> 3 Pappteller <input type="checkbox"/> 3 Papiertaschentücher <input type="checkbox"/> Kressesamen <input type="checkbox"/> 1 Schuhkarton <input type="checkbox"/> KV Was brauchen Samen zum Wachsen?
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Rückblickend auf die Erfahrungen beim Kresseversuch (S. 61) äußern die SuS Vermutungen, was die Pflanze brauchen könnte, z. B. Wasser, Licht, Pflanzenerde. Alternativ: Sie zeigen welche Kresse. Was ist hier passiert?</p> <p><b>Experiment:</b> Anschließend führen die SuS in Kleingruppen ihre Versuche nach der Anleitung durch. Sie beobachten täglich, dokumentieren ihre Beobachtungen in altersgemäßer Form und tauschen sich mit einem Partner oder in der Gruppe aus. Dabei geht es auch um die Frage: Was lässt die eine Kresse wachsen, was fehlt der anderen?</p> <p><b>Beobachtungen:</b> Beim Gießen nehmen die Samen Wasser auf. Die Stärke im Samen quillt, die Samenschale reißt auf. Danach beginnen die Keimlinge zu wachsen. Nach zwei Tagen verfärben sich die Blätter der Kresse auf der Fensterbank grün. Es entwickeln sich kräftige Sprossen. Die Kresse in der dunklen Schachtel bleibt dagegen gelb, die Sprossen sind dünn und lang. Die trockenen Samen keimen überhaupt nicht. Es wachsen weder Wurzeln noch Sprossen oder Blättchen.</p> <p><b>Auswertung und Reflexion:</b> Die SuS prüfen, ob ihre zu Versuchsbeginn aufgestellte Vermutung stimmt und suchen nach Erklärungen, z. B. so: In jedem keimfähigen Samenkorn befindet sich ein Keim, aus dem eine neue Pflanze entstehen kann. Zum Keimen brauchen die Samen Feuchtigkeit (Wasser), Licht, eine bestimmte Temperatur (Zimmerwärme, etwa 18 bis 20 Grad) und Luft (Sauerstoff).</p>
<b>Weiterführung des Experiments</b>	<input type="checkbox"/> Die SuS bohren in die Schuhschachtel ein Loch und beobachten, was mit den Samen passiert. <b>Lösung:</b> In wenigen Tagen wachsen die Keimlinge sehr lang in Richtung Loch, also zum Licht. Sie sind weniger grün als die Kresse, die bei Tageslicht aufwachsen konnte, aber immerhin ein bisschen grün.
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Innerhalb der Kleingruppe führt jeder S nur einen der drei Versuche durch.
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Gedeihen Samen, wenn sie in Wasser schwimmen? Begründe. <input type="checkbox"/> Was passiert, wenn Samen quellen und keimen? <input type="checkbox"/> Warum sieht man im Frühjahr häufig Folien auf den Feldern? <input type="checkbox"/> Warum ist der untere Teil der Lauchstange weiß? <b>Lösung:</b> Der untere Teil der Lauchstange wächst unter der Erde und bekommt deshalb kein Licht. Ohne Licht kann aber der grüne Pflanzenfarbstoff nicht gebildet werden.



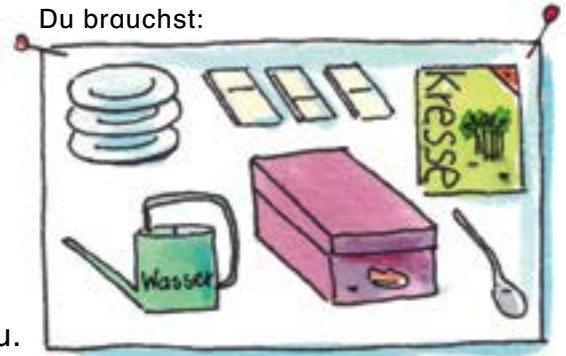
© Fotos: P. Meyer - BLE

# Was brauchen Samen zum Wachsen?

**1** Was passiert, wenn du die Samen nicht gießt?  
Meine Vermutung:

- Sie wachsen sehr langsam.
- Sie keimen nicht.
- Sie bekommen gelbe Blättchen.

Du brauchst:



**2** Führt nun die Versuche durch. Beobachte genau.

Versuch 1



Beobachte und male:



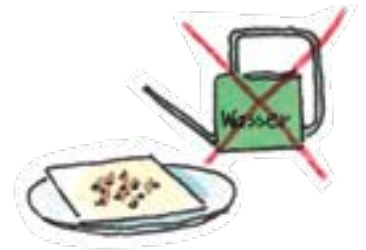
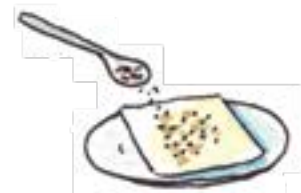
Versuch 2



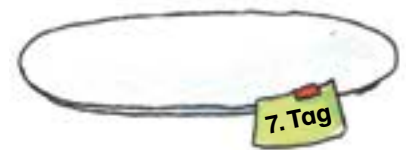
Beobachte und male:



Versuch 3



Beobachte und male:



**3** Vergleicht eure Beobachtungen in der Gruppe.  
Versucht sie zu erklären.



## MODUL 27 | GRUPPENARBEIT, LEHREREXPERIMENT

<b>Kompetenzen</b>	Die Entwicklung vom Samen zur Pflanze erkennen. Radieschen verzehrfertig zubereiten.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> 2 bis 3 Bund Radieschen <input type="checkbox"/> Abtropfsieb mit Schüssel, 1 Küchenmesser, 1 Schneidebrett <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Wie entsteht ein Radieschen?
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Wie wird aus den Radieschensamen ein Radieschen? Die SuS bringen ihre Ideen ein, was sie über den Anbau von Gemüsepflanzen wissen oder beim Besuch in der Gemüsegärtnerei erfahren haben.</p> <p><b>Erarbeitung:</b> In Zweier- oder Dreiergruppen bearbeiten die SuS die KV und dokumentieren ihre Ergebnisse in altersgemäßer Form.</p> <p><b>Lösung:</b> Radieschensamen werden in Erde gesät, gegossen und ans Licht gestellt. Der Samen keimt; er bekommt eine Wurzel. Nach wenigen Tagen wächst ein kleiner Spross und es bilden sich grüne Blättchen. Der Keimling wächst weiter. Es wachsen mehr Wurzeln und weitere Blätter. Der Spross wird immer dicker und verfärbt sich rot. Nach etwa vier Wochen ist die Radieschenpflanze ausgewachsen. Jetzt kann man die Radieschen ernten. Lösungswort: FITMACHER</p> <p><b>Auswertung und Reflexion:</b> Die SuS tragen die Ergebnisse der Gruppenarbeit im Plenum zusammen und werten sie gemeinsam aus.</p> <p><b>Weiterführung, Wiederholung:</b> Wo wächst das rote Radieschen? Wie bereitet ihr die frischen Radieschen zum Essen zu? Im Plenum wiederholen die SuS die Hygieneregeln und die Vorbereitungsschritte waschen, putzen ... (<b>KV</b> S. 23). Einige SuS demonstrieren, die Klasse beobachtet und einzelne SuS beschreiben die Arbeitsschritte mündlich.</p> <p>Verblüffen Sie Ihre SuS mit dem <b>Experiment</b> Radieschenrose. Dazu Radieschen blumenförmig einritzen und in ein Glas mit kaltem Wasser legen. Nach 30 Minuten biegen sich die eingeritzten Teile nach außen, eine „Rose“ entsteht.</p> <p><b>Erklärung:</b> Die inneren, salzreichen Zellen des Radieschens nehmen (infolge der Osmose) Wasser auf und dehnen sich so aus.</p>
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Die SuS ziehen Bohnen, Tomaten, Radieschen o. Ä. im Schulgarten. 17 Bildanleitungen finden sich in dem BZfE-Heft „GartenKinder – Gärtnern mit Kindern“ (Bestell-Nr. 1624). <input type="checkbox"/> Gedicht von Theodor Fontane „Herr von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland“ ( <a href="http://www.vonribbeck.de">www.vonribbeck.de</a> > Gedicht) vorlesen oder gemeinsam das Gedicht als Rap hören (CD: Musik, die schlau macht: Junge Dichter und Denker: Klassische Gedichte als Rap).
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Was steht in der Anleitung auf der Samentüte? Besorge dir eine Samentüte und sammle die wichtigen Informationen. <input type="checkbox"/> Warum gedeihen Radieschen nicht auf Watte, sondern brauchen Erde?



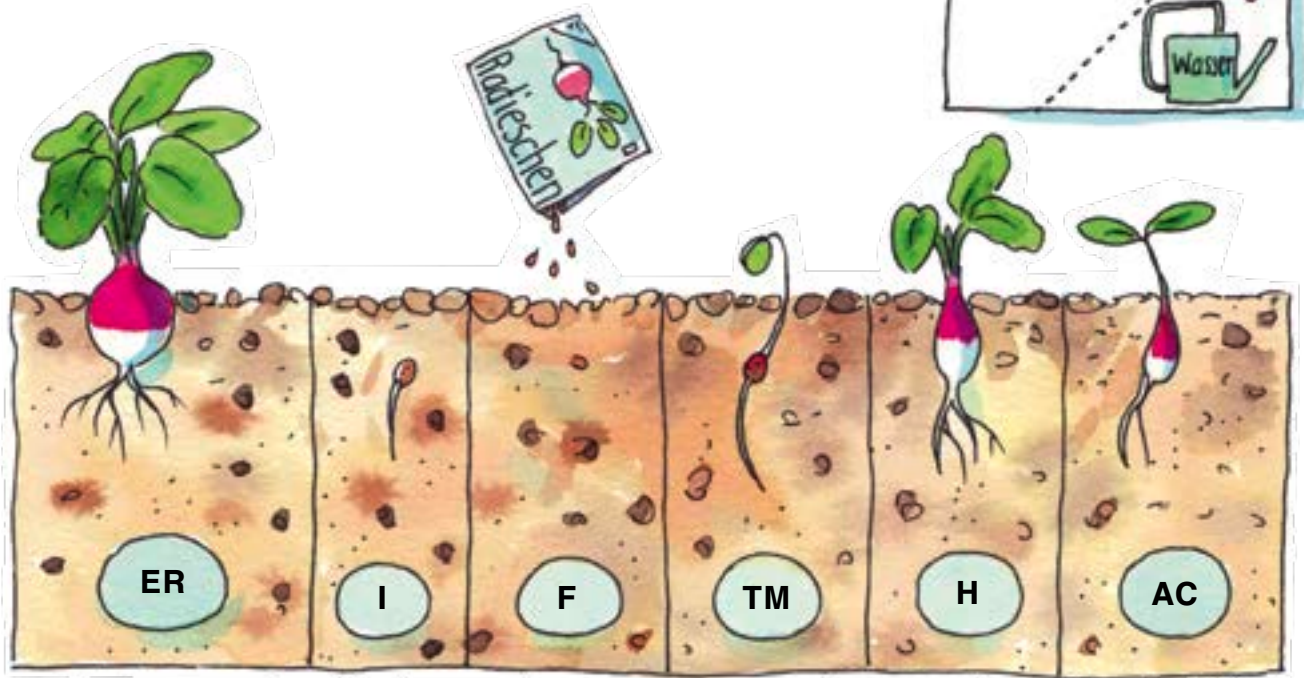
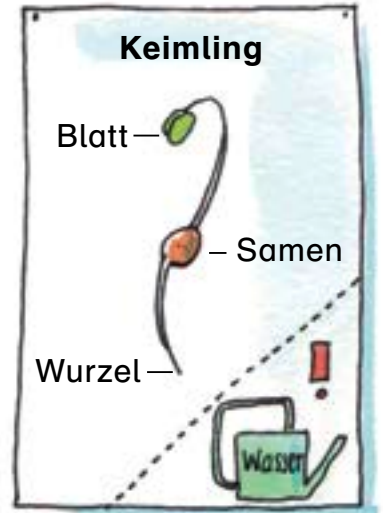
### KV modifizieren

- Die SuS schneiden die Bilder aus und kleben sie auf.
- Die SuS schreiben zu jedem Bild einen Satz in ihr Heft.
- Detektivauftrag löschen oder als freiwillige Aufgabe stellen.



# Wie entsteht ein Radieschen?

- 1** Schau dir jedes Bild genau an.  
Tausche dich mit deinem Partner aus.  
Was seht ihr?



- 2** Bringe die Bilder in die richtige Reihenfolge.  
Welches Lösungswort ergeben die Buchstaben?



- 3** Detektivauftrag: Bleiben Radieschen länger knackig, wenn die grünen Blätter dran sind oder wenn du sie entfernst? Forche nach. Wie wirst du in Zukunft Radieschen lagern?

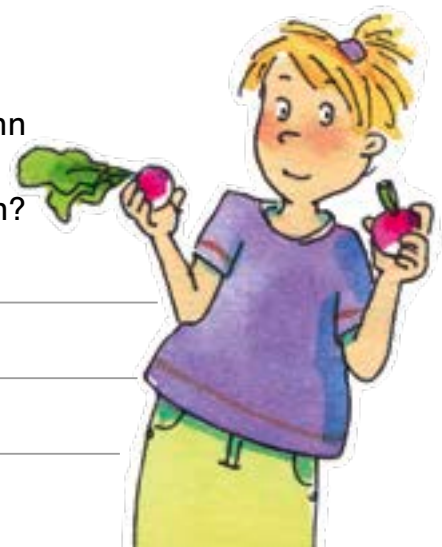
---



---



---



<b>Kompetenzen</b>	Den Möhrenfarbstoff Beta-Carotin kennen lernen als Vitaminvorstufe. Naturwissenschaftliches Arbeiten üben. Fettlöslichkeit von Beta-Carotin nachweisen.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Möhren <input type="checkbox"/> Gemüsereibe <input type="checkbox"/> Glas mit Wasser <input type="checkbox"/> Löffel und einige Tropfen Öl <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Das Geheimnis der roten Karotte
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Zwei SuS reiben eine geschälte Karotte. Die Klasse beobachtet: Die Möhre hinterlässt eine rote Farbe an den Handinnenflächen. Was ist das? Lässt sich die Farbe mit Wasser problemlos abwaschen? Die SuS äußern Vermutungen.</p> <p><b>Experiment:</b> Anschließend gehen die SuS in dem Experiment, das sie in Kleingruppen durchführen, der Frage nach, ob der Möhrenfarbstoff sich in Wasser oder Fett löst. Die Arbeitsaufträge und Durchführungsanleitung finden sich auf der KV.</p> <p><b>Beobachtungen:</b> Im Möhren-Öl-Gemisch (Glas 2) verteilt sich die Farbe; die Flüssigkeit wird orange. Im Glas 1 verfärbt sich das Wasser kaum.</p> <p><b>Erklärung:</b> Der Farbstoff Beta-Carotin löst sich im Fett. Aus Beta-Carotin kann der Körper Vitamin A herstellen. Das geht aber nur, wenn Beta-Carotin mit Fett im Körper gelöst wird.</p> <p><b>Reflexion und Alltagstransfer:</b> Wie werden deine Hände und die Arbeitsgeräte wieder sauber? Warum bereitet man Möhrensalat mit etwas Öl zu? Warum isst du rohe Möhren am besten mit einem Dip oder „Butterbrot“? (weil der Körper Beta-Carotin nur zusammen mit Fett verwerten kann)</p>
<b>SinnExperiment</b>	<p><b>Möhrensalat</b> herstellen: Die SuS raspeln Äpfel, Karotten und Zucchini mit der Standreibe. Sie geben die Raspeln in eine große Schüssel, machen ihn mit Salatsoße (die Sie am besten mitbringen) an und geben geröstete Sonnenblumenkerne dazu.</p>
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> <b>Verknüpfen</b> mit Modul 3: Saubere Hände – warum und wie? <input type="checkbox"/> Weitere Experimente: Küche als Lernort für naturwissenschaftliche Erfahrungen unter <a href="http://www.ernaehrung-bw.info">www.ernaehrung-bw.info</a> (Pfad: Bildungsangebote, BeKi Kinderernährung, Arbeitsmaterial, Die Küche als Lernort für naturwissenschaftliche Erfahrungen). <input type="checkbox"/> Download: Küchegeheimnissen auf der Spur – Experimente rund um Gemüse. <input type="checkbox"/> Link für Kinder: <a href="http://www.oekolandbau.de">www.oekolandbau.de</a> > Kinder > Selber machen
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Wie sieht eine Standreibe aus? Wie arbeitet man damit? Welche Lebensmittel kann man damit bearbeiten? <input type="checkbox"/> Tränen dir beim Zwiebelschneiden auch oft die Augen? Wie kann man das verhindern? Probiere es aus. <input type="checkbox"/> Warum soll man Möhren zusammen mit Fett essen? <input type="checkbox"/> Warum ist der Möhrenfarbstoff gesund?



© Fotos: P. Meyer – BLE

# Das Geheimnis der roten Karotte

- 1** Schau dir die Bilder genau an.  
Was passiert, wenn du Öl ins Glas gibst?  
Meine Vermutung:

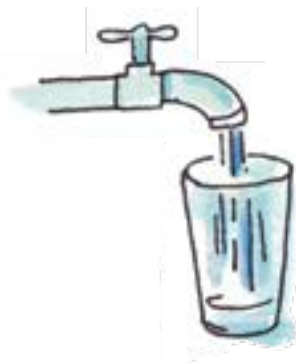
- Das Wasser bleibt klar.  
 Das Wasser färbt sich rot.  
 Ich weiß es nicht.

- 2** Führt nun die Versuche durch.

Du brauchst:



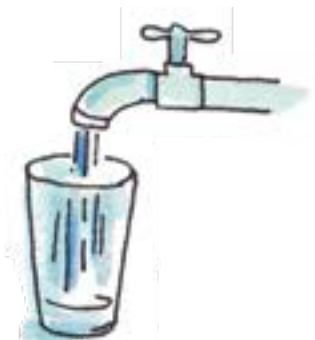
Versuch 1



Glas 1



Versuch 2



Glas 2



- 3** Beschreibe deine Beobachtungen.  
Erkennst du Unterschiede zwischen Glas 1 und Glas 2?


- 4** Vergleicht eure Ergebnisse  
und sucht eine Erklärung.

Und wie werden meine Hände  
wieder sauber?



# WARUM WERDEN ÄPFEL, BIRNEN UND BANANEN AN DEN SCHNITTFLÄCHEN BRAUN?

## MODUL 29 | EXPERIMENTIEREN IN KLEINGRUPPEN

<b>Kompetenzen</b>	Naturwissenschaftliches Arbeiten üben. Die Braunfärbung von Obst herauszögern können.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> Apfel oder Birne (ggf. zwei verschiedene Sorten) <input type="checkbox"/> Küchenmesser oder Apfeltailer <input type="checkbox"/> Zitronenpresse und eine Zitrone <input type="checkbox"/> Teller <input type="checkbox"/> <b>KV</b> Warum werden Apfelstücke braun?
<b>Durchführung</b>	<p><b>Einstieg:</b> Sicher kennt ihr das: Ihr macht die Brotdose auf und alle Apfelstücke sind braun. Woran liegt das? Lässt sich das Braunwerden verhindern? Könnt ihr die braune Farbe schmecken? Die SuS äußern Vermutungen.</p> <p><b>Experiment:</b> Anschließend legen Sie den Handlungsrahmen für das Experiment fest. Die SuS erhalten die Arbeitsaufträge und beginnen mit der Durchführung. Die Wartezeiten können Sie mit Rätseln (S. 21), dem Apfelled (S. 58) oder dem Zungenbrecher „Pampelmusensalat“ (S. 52) überbrücken.</p> <p><b>Beobachtungen:</b> Nach einiger Zeit verfärben sich die Apfelstücke ohne Zitronensaft braun. Die mit Zitronensaft beträufelten Apfelstücke werden langsamer braun als die unbehandelten.</p> <p><b>Erklärung:</b> Beim Kleinschneiden von Obst werden die an den Schnitträndern gelegenen Zellen verletzt; die Inhaltsstoffe treten aus. Bestimmte Obstinhaltsstoffe (Enzym Phenyloxidase) reagieren mit dem Sauerstoff der Luft. Das Reaktionsprodukt wandelt dann bestimmte Pflanzenstoffe in bräunliche Produkte um. Vitamin C in der Zitrone verzögert das Braunwerden, indem es sich mit dem Luftsauerstoff verbindet.</p> <p><b>Reflexion und Alltagstransfer:</b> Welche Obststücke werden außer Äpfeln auch braun? (Birne, Banane) Bananenmilch und klein geschnittenes Obst im Obstsalat bleiben länger appetitlich hell, wenn man einige Tropfen Zitronensaft zugibt.</p>
<b>SinnExperiment</b>	An den Schnittstellen braun verfärbtes Apfelstück im Blindversuch geschmacklich vom frischen Apfelstück unterscheiden: Schmeckt das braun verfärbte Apfelstück anders als das helle?
<b>HA-Tipp/ Detektivauftrag</b>	<b>Weiterführung des Experiments:</b> Kannst du die Braunfärbung auch mit Milch oder Tee herauszögern? Prüfe nach: Bestreiche verschiedene Apfelstücke mit Wasser, Milch, Zuckerwasser. Warte 15 Minuten. Was ist passiert? Wie kannst du dein Ergebnis erklären?
<b>Ideenbörse</b>	<input type="checkbox"/> Weiterführung des Experiments: Die SuS untersuchen den Einfluss der Temperatur und der Luft auf das Braunwerden. Was passiert, wenn die Apfelstücke im Kühlschrank gelagert oder in einer Plastiktüte luftdicht verpackt werden? (s. Download: Küchegeheimnissen auf der Spur – Experimente rund ums Obst)
<b>Detektivaufträge</b> 	<input type="checkbox"/> Warum werden manche Äpfel besonders schnell braun, andere nur sehr langsam? <input type="checkbox"/> Warum verfärben sich Apfelsinenspalten nicht braun? <input type="checkbox"/> Recherchiere unter: <a href="http://www.oekolandbau.de">www.oekolandbau.de</a> > Kinder > Selber machen Welche spannenden Experimente kannst du dort finden? Berichte in der Klasse.



© Fotos: P. Meyer – BLE

# Warum werden Apfelstücke braun?

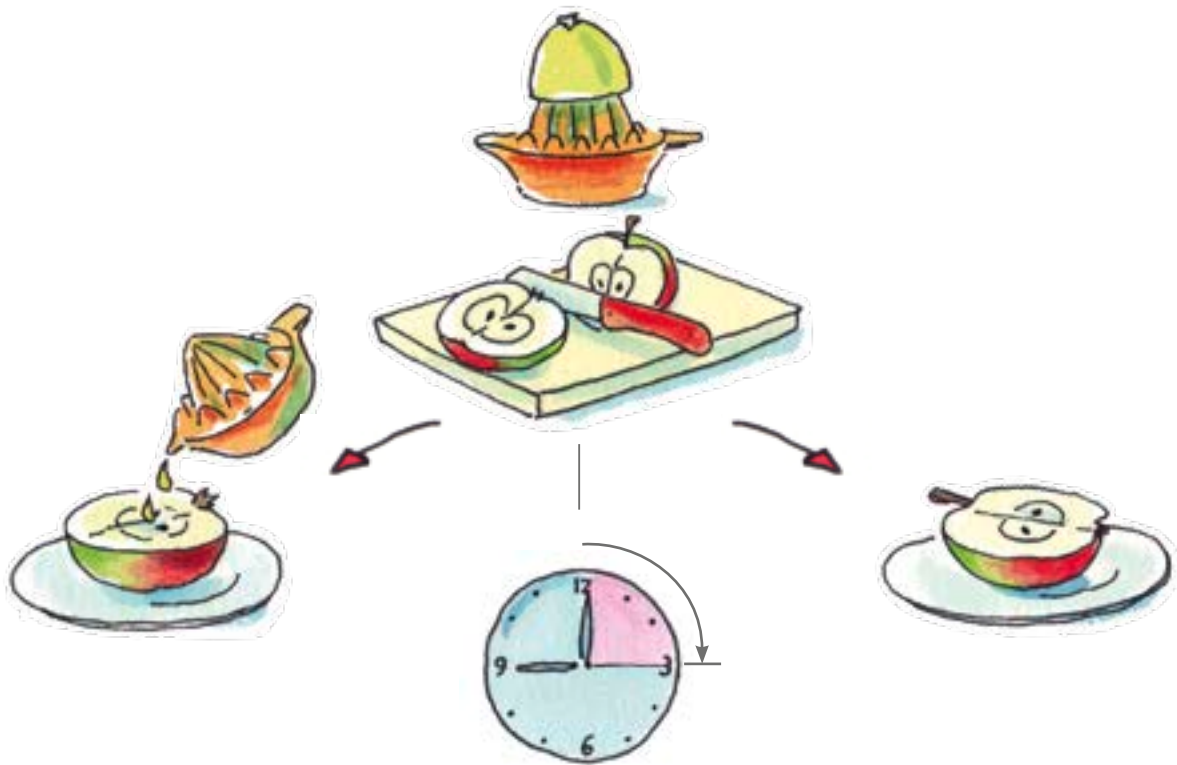
- 1** Warum gibt man Zitronensaft zum Obstsalat?  
Meine Vermutung:

- Damit das Obst nicht braun wird.  
 Weil es schmeckt.  
 Weil es so gesünder ist.

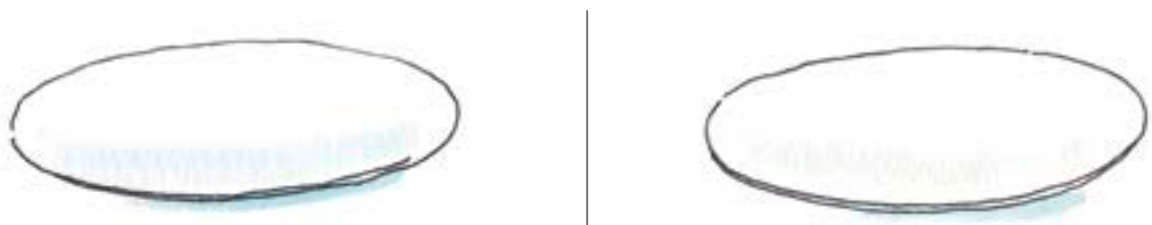
Du brauchst:



- 2** Führt nun den Versuch durch. Beobachte genau.



- 3** Wie verändern sich die Schnittflächen? Male.



- 4** Vergleicht eure Beobachtungen in der Gruppe.  
Versucht sie zu erklären.



# EIN GEMÜSE- ODER OBSTFEST MIT GÄSTEN

## MODUL 30 | REZEPTE, SELBERMACHEN

Ein Highlight für die SuS ist, wenn sie die Unterrichtsreihe mit einer Feier zur Präsentation der Ergebnisse beenden. Dabei können sie ihren Gästen (z. B. Eltern, Partnerklasse) zeigen, was sie gelernt haben, und erfahren Wertschätzung! Hier sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.

Das Klassenzimmer ist zwar keine Schulküche, aber trotzdem können die Kinder auch dort einfache Küchenfertigkeiten lernen und das neu entdeckte Gemüse und Obst genussfertig

zubereiten. So können sie in Zukunft selbst dafür sorgen, dass in ihren Brotdosen öfter gewaschene Trauben, Möhrenstifte oder geputzte Radieschen sind und ihr Müsli viel frisches Obst enthält.

Probieren Sie die unten stehenden Rezepte – soweit möglich – im Unterricht aus. Die Kinder haben bestimmt noch viele andere Ideen, mit denen sie später ihre Familien überraschen können.

<b>Kompetenzen</b>	Zutaten festlegen. Arbeitsschritte planen und umsetzen. Das Gelernte präsentieren und Wertschätzung erfahren. Speisen selbst herstellen und wertschätzen.
<b>Tipps</b>	<input type="checkbox"/> Die wichtigsten Arbeitsabläufe zur Vorbereitung von Obst und Rohkost sind dargestellt auf der <b>KV S. 23</b> : Waschen, putzen, zerkleinern. <input type="checkbox"/> Für die Klasse 3 gibt es den Ernährungsführerschein, ein fertig ausgearbeitetes Unterrichtsmaterial, in dem die SuS u.a. aus Gemüse und Obst einfache Speisen herstellen wie Brotgesichter, Rohkost, Dips, Nudelsalat, einen fruchtigen Schlemmerquark und Obstmilchshakes. <input type="checkbox"/> Informationen zur Lebensmittelverarbeitung gibt es auch unter: <a href="http://www.bzfe.de">www.bzfe.de</a> > Lebensmittel > Zubereitung und Lagerung
<b>Rezeptideen mit Obst</b>	<input type="checkbox"/> Obstsalat der Saison, S. 46 <input type="checkbox"/> Obstspieße <input type="checkbox"/> Obstmilch <input type="checkbox"/> Apfelkompott oder Apfelmus <input type="checkbox"/> Coole Shakes <input type="checkbox"/> Smoothies <input type="checkbox"/> Vorratsmüsli mit Obst
<b>Rezeptideen mit Gemüse</b>	<input type="checkbox"/> Fingerfood, S. 22 <input type="checkbox"/> Peppige Pausenbrote, S. 34 <input type="checkbox"/> Rohkost mit Dips (s. Ernährungsführerschein) <input type="checkbox"/> Möhrensalat mit geraspelten Möhren, Sellerie, geschüttelter Salatsoße (s. Ernährungsführerschein) <input type="checkbox"/> Im Winter Chicoréeblätter als relativ unbekanntes Gemüse zum Dippen anbieten oder als Salat zusammen mit Orangen, Mandarinen und Äpfeln. Vom Chicorée die äußeren Blätter und den inneren harten, meist bitteren Teil entfernen. <input type="checkbox"/> Couscoussalat mit Gemüse nach Wahl <input type="checkbox"/> Gurkensalat mit Dill <input type="checkbox"/> Krautsalat <input type="checkbox"/> Paprikaquark <input type="checkbox"/> Karottensalat mit Äpfeln <input type="checkbox"/> Griechischer Nudelsalat (mit Schafskäse und Oliven)



© Foto: H. Südhäus - BLE



© Foto: H. Südhäus - BLE



© Foto: P. Meyer - BLE

## MODUL 31 | RÜCKBLICK UND SELBSTEINSCHÄTZUNG/REFLEXION

<b>Kompetenzen</b>	Das Lernen reflektieren. Den Lernerfolg bewerten. Neue Ziele formulieren.
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> <b>KV</b> Was kann ich? (S. 15)
<b>Durchführung</b>	<p><b>Reflexion:</b> Zum Abschluss blicken die SuS noch einmal zurück auf das, was sie gelernt haben, und füllen nun die rechte Spalte aus auf der <b>KV</b> Was kann ich?</p> <p>Wie sehen die Plakate jetzt aus? Wie sehen jetzt die Smileys aus?</p> <p>Folgende Fragestellungen können Sie ergänzen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Nenne drei Dinge, die du gelernt hast?</li> <li>● Was hat dir gut gefallen?</li> <li>● Was hat dir nicht gefallen?</li> <li>● Was willst du noch üben/lernen?</li> </ul> <p>Die Selbsteinschätzung hilft den SuS zu erkennen, wo sie jetzt stehen und welche Ziele sie noch erreichen möchten.</p> <p><b>Weiterführung:</b> Die SuS wählen ihre Klassen-Hitliste, indem jeder drei Punkte zu seinen Favoriten kleben darf.</p>

## ZU DEN AUSSCHNEIDEBÖGEN (S. 72 f.)

### Zum Malen, Basteln und Rätseln

Nach wie vor geht es darum, den Schülerinnen und Schülern die Vielfalt an Gemüse und Obst zu zeigen. Auf den Ausschneidebögen für Gemüse und Obst finden Sie Gemüse und Obst, das sich gut für das Frühstück zu Hause oder in der Schule eignet und lecker schmeckt. Bringen Sie die Schülerinnen und Schüler mit den Ausschneidebögen auf neue Ideen und auf den Geschmack.

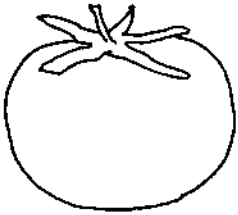
Die Ausschneidebögen lassen sich vielseitig verwenden, z. B.

- zum Ausmalen,
- zum Basteln eines Gemüse- und Obst-Memo-Spiels. Dazu pro Gruppentisch 2 Bögen kopieren, Lebensmittel anmalen, auf Tonkarton aufkleben, ausschneiden, Karten verdeckt auflegen und passende Paare finden.
- als Malschablone für ein Gemüse- und Obst-Mobile. Übertragen Sie dazu die Bilder auf farbigen Tonkarton und machen Sie daraus ein Mobile.
- für die Gestaltung eines Bildes „Das wünsche ich mir“.

© Fotos H. Südhaus - BLE



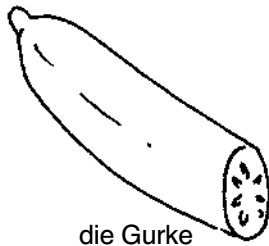
# Ausschneidebogen für Gemüse



die Tomate



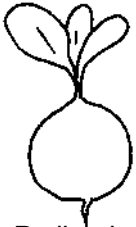
die rote Paprika



die Gurke



die Möhre



das Radieschen



die Kohlrabi



der Weißkohl



der Rotkohl



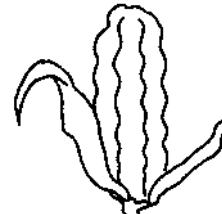
die gelbe Paprika



der Kürbis



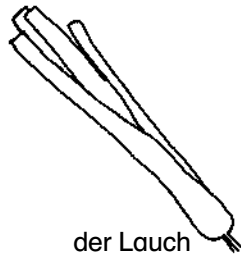
der Chinakohl



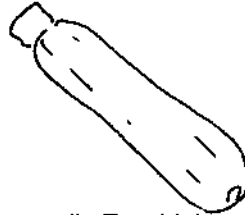
der Zuckermais



der Feldsalat



der Lauch



die Zucchini



der Chicorée



der Fenchel



die Aubergine



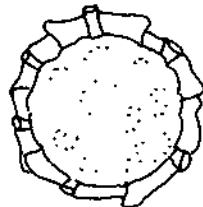
der Spinat



der Lollo rosso



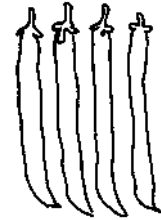
der Champignon



der Blumenkohl



der Kopfsalat



die Bohnen



der Eisbergsalat



die Erbsen



der (Knollen-)Sellerie



die Pastinake

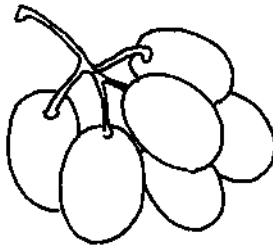




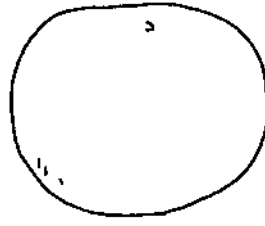
# Ausschneidebogen für Obst



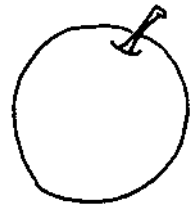
die Zitrone



die blauen Trauben



die Grapefruit



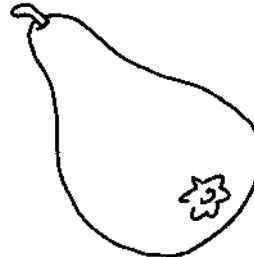
die Mirabelle



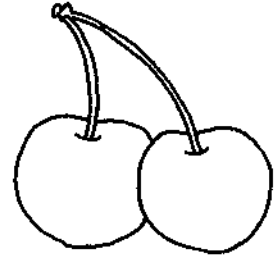
die Brombeere



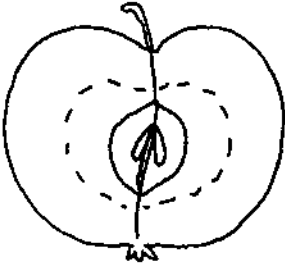
die Feige



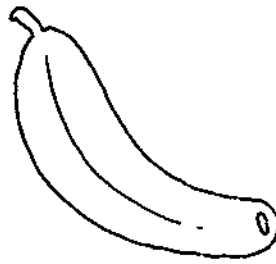
die Birne



die Kirsche



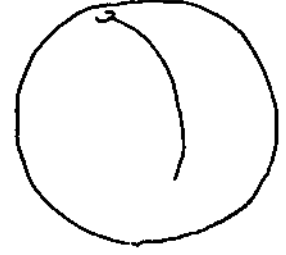
der Apfel



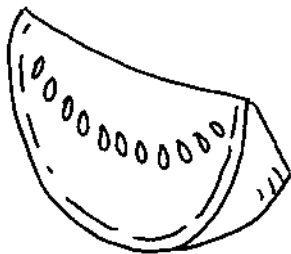
die Banane



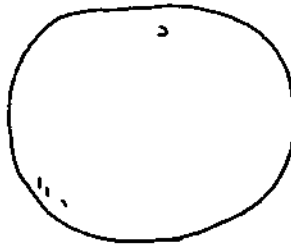
die Kiwi



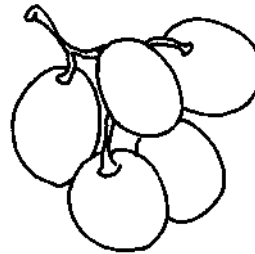
die Nektarine



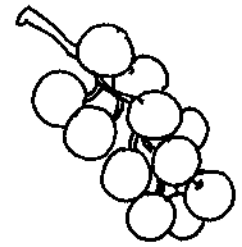
die Wassermelone



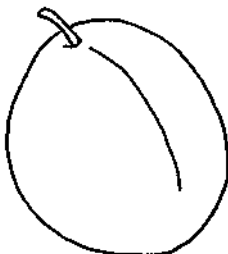
die Apfelsine



die grünen Trauben



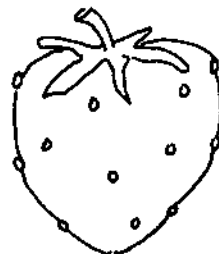
die Johannisbeeren



die Aprikose



die Pflaume



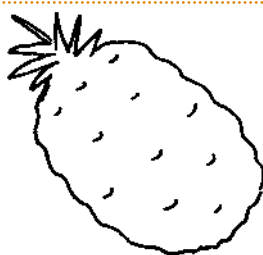
die Erdbeere



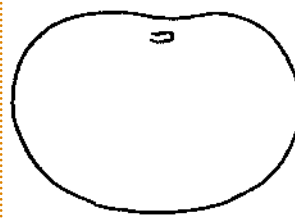
die Nüsse



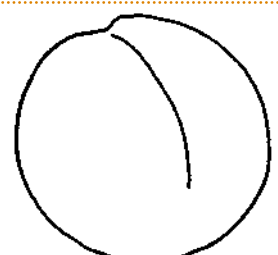
die Himbeere



die Ananas



die Mandarine



der Pfirsich



Für Klasse  
**1**

Audio-CD | Bestell-Nr. 3490 | 8,00 €

## Kasimir im Gemüsedschungel

Um Dino-Käfer und den Limobach geht es in den Abenteuern „Im Gemüsedschungel“ und „Im Schlaraffenland“. Das 60-minütige Hörspiel fesselt Erstklässler und bietet viel Potenzial für Gespräche und einfache Mitmachaktionen rund um Gemüse, Obst, Süßigkeiten und Bewegung.

### Das bietet Ihnen das Hörspiel:

- ✔ zwei lehrreiche, spannende Abenteuer, aufgeteilt in sieben Sequenzen für schrittweises Erarbeiten
- ✔ didaktischer Leitfaden mit Ideen für Gespräche und Aktionen
- ✔ Rezepte, Ausmalbild, Kasimir-Liedtext zum kostenfreien Download



Hörprobe unter [www.bzfe.de](http://www.bzfe.de)  
> BLE-Medien-service > Suche: 3490 > Hörprobe.

Ab Klasse  
**2**

Mitmachheft | Bestell-Nr. 1318 | 2,50 €

## So macht Essen Spaß – Entdeckerheft für Grundschul Kinder

Die 66 bunten Sticker, pfiffigen Bilder, Rätsel, Spiele und Forscherfragen versprechen viele Aha-Effekte und eine Menge Spaß rund ums Essen und Trinken. Auf jeder Seite gibt es Aktionen und Fragen, die den Blick für einen nachhaltigen Lebensstil schärfen.

### Das bietet das Mitmachheft:

- ✔ 20 reich bebilderte Seiten mit hohem Aufforderungscharakter
- ✔ Bilder für viele Gesprächsimpulse, Wortschatzerweiterung und Schreibenanlässe
- ✔ Lösungen zur Selbstkontrolle
- ✔ Beilage für Pädagoginnen, Pädagogen und Eltern



Für alle  
Klassen

Heft | Bestell-Nr. 1624 | 5,00 €

## GartenKinder – Gärtnern mit Kindern – Natur macht neugierig!

Tomaten, Radieschen und Kohlrabi beim Keimen beobachten, mit den Händen in der Erde wühlen, leckere Kräuter und Gemüse ernten – das begeistert Kinder. Dabei erfahren sie eine Menge über Kräuter, Gemüse und Blumen, vor allem lernen sie Natur und Lebensmittel wertzuschätzen.

### Das steckt im Heft:

- ✔ 17 bunte Bild-Anleitungen, davon 10 Gemüsearten – mit Gelingensgarantie
- ✔ zu jeder Kinderseite Infos für Eltern und pädagogische Fachkräfte
- ✔ Pflanzkalender mit Symbolen fürs Säen, Pflanzen und Ernten



Weitere Medien und Leseproben  
finden Sie unter  
[www.ble-medien-service.de](http://www.ble-medien-service.de)

Impressum

**3388/2018**

**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

**Konzeption, Didaktisierung, Text:**

Dipl. oec. Ruth Rösch,  
Dr. Ingrid Brüggemann, BLE

**Redaktion:**

Dr. Ingrid Brüggemann, BLE

**Redaktionsassistent:**

Vera Larisch, BLE

**Illustrationen:**

Dorothea Tust, 50677 Köln

**Fotos:**

Titelbild: © iko – Fotolia.com  
Klaus Arras, 50823 Köln  
Peter Meyer, BLE

**Grafik:**

Arnout van Son  
Bachstraße 32  
53347 Alfter

**Druck:**

MKL Druck GmbH & Co. KG  
Graf-Zeppelin-Ring 52  
48346 Ostbevern

Dieses Produkt wurde  
in einem klimaneutralen  
Druckprozess mit Farben  
aus nachwachsenden  
Rohstoffen hergestellt.  
Das Papier besteht zu 100 %  
aus Recyclingpapier.

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

3. Auflage  
ISBN 978-3-8308-1309-5



**Systemvoraussetzungen**

Die pdf-Dateien sind lesbar mit Adobe Reader®  
ab Version 5.0. Die Word-Dateien sind lesbar ab Microsoft Word 2003.

**Hinweise zur Nutzung**

Für Vollständigkeit, Fehler redaktioneller und technischer Art, Auslassungen usw. sowie die Richtigkeit der Eintragungen kann keine Haftung übernommen werden. Insbesondere kann keine Gewähr für die Vollständigkeit und Richtigkeit von Informationen übernommen werden, die über weiterführende Links erreicht werden. Anbieter sind für die eigenen Inhalte, die sie zur Nutzung bereithalten, nach den allgemeinen Gesetzen verantwortlich. Von diesen eigenen Inhalten sind Querverweise auf die von anderen Anbietern bereitgehaltenen Inhalte zu unterscheiden. Die Verweise durch Links auf Inhalte fremder Webseiten dienen lediglich der Information. Die Verantwortlichkeit für diese fremden Inhalte liegt allein bei dem Anbieter, der die Inhalte bereithält. Vor dem Einrichten des entsprechenden Verweises sind die Web-Seiten der anderen Anbieter mit großer Sorgfalt und nach bestem Wissen und Gewissen überprüft worden. Es kann jedoch keine Gewähr für die Vollständigkeit und Richtigkeit von Informationen übernommen werden, die über weiterführende Links erreicht werden. Der Inhalt der anderen Web-Seiten kann jederzeit ohne Wissen der Redaktion der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung geändert werden. Für sämtliche Links auf diesen Seiten gilt: Wir betonen, dass wir keinen Einfluss auf die Gestaltung und die Inhalte der durch Link von unserer Homepage aus erreichbaren Seiten anderer Anbieter haben und uns deren Inhalt nicht zu eigen machen. Diese Erklärung gilt für alle angebrachten Links. Falls die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung auf Seiten verweist, deren Inhalt Anlass zur Beanstandung gibt, bittet die Redaktion um Mitteilung.

Medienpaket | Bestell-Nr. 1684 | 12,50 €

Für alle  
Klassen

**Für Milchforscher und Joghurtdetektive**

Die Milchforscher sind das Pendant zu den vorliegenden Gemüseforschern und ebenfalls als Begleiter des EU-Schulprogramm konzipiert: flexibel und modular. Die Kinder schmecken, forschen und bereiten selbst kleine Milchspeisen zu. So lernen sie die Milch als wertvolles, vielseitiges Lebensmittel schätzen. Jedes der 15 Unterrichtsmodule wird auf einer Doppelseite mit den passenden Arbeitsunterlagen vorgestellt. Mit den Wort-Bildkarten, Fragekarten und Fotokarten sind die Module flexibel für verschiedene Klassenstufen und Lernniveaus geeignet.

**Damit sind Sie gut vorbereitet:**

- ✔ 15 Module für die Unterrichtsplanung
- ✔ 55 fertige Arbeitsblätter als Ausdruck

**Ergänzende Download-Materialien:**

- ✔ 55 bearbeitbare Arbeitsblätter zur Differenzierung
- ✔ 65 Wort-Bildkarten zur Wortschatzerweiterung
- ✔ 32 Forscheraufträge zum selbstständigen Forschen und Differenzieren
- ✔ 32 Fotos als Gesprächsimpulse





Das Bundeszentrum für Ernährung (BzFE) ist das Kompetenz- und Kommunikationszentrum für Ernährungsfragen in Deutschland. Wir informieren kompetent rund ums Essen und Trinken. Neutral, wissenschaftlich fundiert und vor allem ganz nah am Alltag. Unser Anspruch ist es, die Flut an Informationen zusammenzuführen, einzuordnen und zielgruppengerecht aufzubereiten.

[www.bzfe.de](http://www.bzfe.de)

