

Klären Sie mit den Schülern, ob diese Logos auf den Produkten zu finden sind und was sie für eine Bedeutung haben.



EU-Bio-Logo



Bio-Siegel Deutschland



Fairtrade-Siegel



Bundesverband der Regionalbewegung



Europäisches Vegetarismus-Label (V-Label)

Aktionsstand:

Anschließend plant ein Teil der Klasse einen Infostand, um die Schulgemeinschaft über die Themen zu informieren (Plakate, Aktionsmaterial). Der überlegt sich anhand der Ideen der Einheit „Kioskcheck“, welche Produkte und Snacks der Schulkiosk einführen kann, und bereitet diese zu. Wichtig: Vorher sollte unbedingt mit dem Kioskbetreiber gesprochen werden! Der Infostand wird in der Cafeteria oder am Schulkiosk aufgebaut. Die Schülerinnen und Schüler informieren sich in der Pause und während des Unterrichts, verkosten Snacks und bewerten diese z. B. etwa mithilfe einer Smiley-Abfrage. Die Lieblingsprodukte werden dem Schulkiosk vorgestellt und ggf. eingeführt.



Klima und nachhaltige Ernährung

Jeder Schüler kann am Schulkiosk etwas zum Umweltschutz beitragen, indem er nachhaltige, klimafreundliche Produkte kauft. Der Hintergrund: Die Erdatmosphäre funktioniert wie ein Wärmeschutzschild und besteht zum größten Teil aus den Treibhausgasen – wie etwas Kohlendioxid oder Methan. Je mehr klimaschädliche Nahrungsmittel produziert werden, desto mehr Treibhausgase sind in der Luft und desto mehr wird die Atmosphäre erwärmt.

Ein Beispiel für den Unterricht: Anhand von zwei belegten Brötchen kann das Thema „Ausgewogene und nachhaltige Ernährung“ veranschaulicht werden. Die Schülerinnen und Schüler vergleichen die unterschiedlich belegten Brötchen, indem sie Nährwerte und Kalorien berechnen, den Geschmack und den Sättigungsgrad testen sowie mithilfe des Pendos-Rechners den jeweiligen CO₂-Wert bestimmen. Jeder Schüler kann sich anschließend eine eigene Meinung bilden.

CO₂-Vergleich

Eine Beispielrechnung zum CO₂-Wert von zwei belegten Brötchen:

Vollkornbrötchen mit 10 g Butter bestrichen und mit 1 Putenbrustscheibe sowie Gemüse belegt = 380 g CO₂-Ausstoß*



Vollkornbrötchen mit 30 g Frischkäse bestrichen und mit Tomatenscheiben belegt = 105 g CO₂-Ausstoß*

*Die Differenz von 275 g CO₂ entspricht einer Autofahrt von ca. 1,8 km pro Brötchen.

Weitere Handlungsmöglichkeiten, Tipps und Adressen

Besuch eines Bio-Bauernhofes:

Um das Thema „Nachhaltige Ernährung und Ökolandbau“ zu veranschaulichen, bietet sich ein Besuch auf einem Bio-Bauernhof an. Hier erleben die Schülerinnen und Schüler mit allen Sinnen die Entstehung ihrer Lebensmittel. Durch das direkte und aktive Erleben vor Ort, wird das bereits Gelernte gefestigt und vertieft.



Einsatz von weiteren Medien

Für einige Themen bietet sich die Nutzung weiteren Medien an, wie z. B. Filmen oder Internetrecherche. Vorschläge interessanter Filme zum Thema „Nachhaltige Ernährung und Ökolandbau“. Medien und Literaturlisten finden Sie auch auf den Bildungsservern der Bundesländer.

Regelmäßige Infostände und Aktionstage zum Thema „Nachhaltigkeit“

Um das Konsumbewusstsein der Schülerinnen und Schüler nachhaltig zu schärfen, sollten die vorgeschlagenen Maßnahmen nicht als einmalige Aktionen in der Schule stattfinden. Vielmehr könnten Infostände und Aktionstage zu einem festen, dauerhaften Bestandteil der Schulkultur werden. Dadurch verankern sich die Themen fest in den Köpfen der Schulgemeinde. Beispiele für Aktionen rund ums Jahr könnten sein:

- ▶ Kräuter – Frühlingsgemüse
- ▶ Getreide – Vollkomprodukte
- ▶ Äpfel – Erdäpfel
- ▶ Backen ohne Zucker

TIPP: Weitere Infos und Adressen zu deutschlandweiten Demonstrationsbetrieben finden Sie unter www.demonstrationsbetriebe.de

TIPP: Sie finden tolle Rezepte für den Schulkiosk unter

www.biofuerkinder.de

Das Projekt wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz im Rahmen des Bundesprogramms Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger Landwirtschaft (BÖLN).



BILDNACHWEIS:
TITEL: ©Ermolaev Alexander, shutterstock, SEITE 3 Bild 2:
©Sengyo Bykhuzeniko Bild 3: ©Vasilovich Alaksandr,
Bild 4: ©Jong Beego, Shutterstock, Rezeptbilder SEITE 3
©Ökomarkt e.V., SEITE 5 ©Ökomarkt e.V. und ©Elke Stege,
ILLUSTRATIONEN: ©Carina Hamel



Bio für Kinder
Ökomarkt Verbraucher- und Agrarberatung e. V.
Iris Lange-Fricke, Christina Zurek
Osterstr. 58 | 20259 Hamburg
Tel.: 040 / 4 32 70 - 601 | Fax: 040 / 4 32 70 - 602
bio-fuer-kinder@oekomarkt-hamburg.de
Mehr Infos und Tipps unter:
www.biofuerkinder.de | www.oekomarkt-hamburg.de

© LAYOUT | ILLUSTRATIONEN | INFOGRAFIKEN: NACHHALTIGES@GOOGLEMAIL.COM



Liebe Schulkioskbetreibende, Lehrerinnen und Lehrer, interessierte Eltern,

Nr. 5

diese Broschüre beschreibt Unterrichtsbausteine zum Thema „Biolandbau und nachhaltige Ernährung“ und wendet sich primär an Lehrerinnen und Lehrer, die dieses Thema im Unterricht verankern wollen. Dabei soll das Pausenangebot des Schulkiosks im Fokus stehen.

Schule ist ein Lern- und Lebensraum für unsere Kinder. Nur wenn auch die schulische Umwelt nachhaltig gestaltet ist, können sich die Schülerinnen und Schüler an diesem Leitbild orientieren. Mit dem Verkauf von ökologischen, regionalen und fair gehandelten Produkten werden Schulen zukunftsfähig und schärfen ihr ökologisches Profil. Erfahrungen haben gezeigt, dass dort, wo die Schule und das Kollegium Veränderungen des Sortiments im Kiosk aktiv unterstützen, die besten Ergebnisse bei der Umstellung auf Bio-Produkte und Nachhaltigkeit erzielt werden.

Nutzen Sie das Potenzial und die Kreativität Ihrer Schülerschaft, um Veränderungsprozesse zu begleiten. Nicht zuletzt engagieren sich Schülerinnen und Schüler mehr, wenn sie merken, dass sie ihr tägliches Schulumfeld aktiv mitgestalten können. Zudem macht es Spaß, mit den Kids Rezepte für Sortimentsveränderungen zu erproben oder sie als Forscher das Sortiment unter die Lupe nehmen zu lassen. Ziel ist es dabei, die Schülerinnen und Schüler dazu zu befähigen, als kritische Konsumenten die Unterschiede zu erkennen und bewusste Kaufentscheidungen zu treffen.

Ziele der Unterrichtsbausteine:

- ▶ die aktive Beteiligung der Schulgemeinschaft an der Gestaltung der Verpflegung in der Schule.
- ▶ die aktive Beschäftigung mit dem Thema „Cafeteria, Mensa oder Schulkiosk wird neuer Lernort“.
- ▶ die praxisnahe Unterrichtsgestaltung durch Verknüpfung der Pädagogik mit der Verpflegung. Die Schülerinnen und Schüler sollen für das Thema sensibilisiert werden.
- ▶ die Stärkung der Akzeptanz von Bio-Essen, vegetarischen Speisen oder fair gehandelten Produkten.
- ▶ der Transfer von dem individuellen Blickwinkel auf die Perspektive der Schulgemeinschaft und die des Caterers.

Kleine Basics für Ihr Wissen

Schätzungen zufolge werden etwa 20% der weltweiten CO₂-Emissionen durch Lebensmittelproduktion und -konsum verursacht. Die Herstellung von Fleisch, tierischen Produkten wie Milch und Käse sowie der Transport und die Kühlung der Lebensmittel machen einen Großteil dieser Emissionen aus. Durch Lebensmittelauswahl und Einkauf können Sie einen aktiven Beitrag zum Klimaschutz leisten und Ihre Schulgemeinschaft für das Thema sensibilisieren.

TIPP: Weitere Informationen und Anregungen finden Sie unter

www.biofuerkinder.de

Besonderheiten des ökologischen Pflanzenanbaus:

Besonderes Augenmerk wird in der ökologischen Landwirtschaft auf den Erhalt der Bodenfruchtbarkeit gelegt. Künstliche mineralische Stickstoffdünger sind verboten. Alternativ werden stickstoffbildende Pflanzen wie etwa Lupinen eingesetzt, die den Boden auf natürliche Weise mit Stickstoff anreichern.

Die Düngung und Regeneration der Böden erfolgt auf natürliche Weise mit organischem Dünger (Tiermist), schonender Bodenbearbeitung und ausgewogenen Fruchtfolgen.

Eine gute Bodenfruchtbarkeit bedeutet, dass viel Humus im Boden aufgebaut wurde. Dieser bindet wiederum das klimaschädliche CO₂ im Boden.

Herbizide und Pestizide sind verboten. Das ist gut für den Boden und das Grundwasser – Mensch und Umwelt werden geschont.

Gegen Schädlingsbefall werden Nützlinge und organische Pflanzenstärkungsmittel eingesetzt.



Genuss pur

Gründe für ein ökologisches Essensangebot in der Schule:

- Biologische Lebensmittel bieten ein Comeback des natürlichen Geschmacks – sie kommen ohne Geschmacksverstärker aus, Aromen nicht natürlichen Ursprungs sind tabu.
- Biologische Lebensmittel werden ohne chemisch-synthetische Pflanzenschutz- und Düngemittel hergestellt.
- Im Bio-Landbau wird auf Gentechnik verzichtet.
- Biologische Lebensmittel schonen die Umwelt.
- Bio-Landwirte halten die Tiere artgerecht und verzichten auf Futtermittel-Importe aus Entwicklungsländern.
- Kauft man bei Erzeugern aus der Region, werden weite Transporte vermieden, reife und geschmackvolle Produkte beschafft sowie Arbeitsplätze in der Region erhalten.

Unterrichtseinheit für die Grundschule:

Bereits bei Grundschulern kann ein Interesse für die Besonderheiten der nachhaltigen Lebensmittel geweckt werden. So bietet es sich etwa an, während oder nach dem Klassenfrühstück über Getreide seine Bedeutung für eine ausgewogene Ernährung zu sprechen.

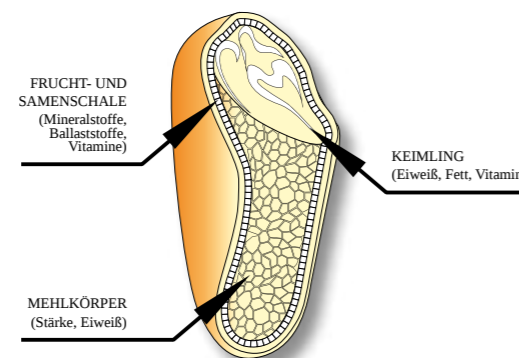
TIPP: Kinder können mit dem Begriff gesund nicht viel anfangen. „Schlappmacher“ und „Fitmacher“ sind gute Wörter, um die Eigenschaften der Lebensmittel zu umschreiben.

Fragestellungen für den Unterricht:

- Welche Getreidearten gibt es?
- Was wird aus Getreide hergestellt?
- Was ist der Unterschied zwischen Vollkorn- und Auszugsmehl?
- Warum ist Bio-Vollkorngetreide für eine ausgewogene Ernährung sinnvoll?
- Welche Produkte werden mit Mehl hergestellt?
- Woran erkennt man Bio-Getreide?
- Was sind die Besonderheiten von Bio-Getreide?

Getreidearten und Vollkorngetreide:

Getreidekörner sind echte Powerpakete. Sie liefern neben Kohlenhydraten auch Ballaststoffe, Eiweiß, ungesättigte Fettsäuren, B-Vitamine, Folsäure, Magnesium, Kalzium und Eisen. Bei der Herstellung von Auszugsmehlen werden jedoch Keimling und Randschale entfernt. Damit verliert das Korn seine wichtigsten Inhaltsstoffe. Bei einer ausgewogenen Ernährung sollte die Basis aus Vollkorngetreideprodukten, am besten in Bio-Qualität, bestehen.



Einheit – Ökolandbau/Getreide

Mit verschiedenen Materialien und Hilfsmitteln kann das Thema „Bio-Getreide“ anschaulich dargestellt werden.



Mithilfe der Ernährungspyramide wird die Klasse über eine gesunde Ernährung mit Vollkorn informiert.

Die Kinder lernen Getreideähren und Körner kennen. Sie sammeln die Körner aus den Ähren, verkosten, vergleichen und erraten die Getreidearten.



Mit einem Mörser oder einer Mühle mahlt man das Getreide zu Mehl.



Mit einem feinen Sieb werden die einzelnen Mehlartern verglichen. Wie viel Kleie wohl im Sieb bleibt?

Einheit – Klassenfrühstück

Wenn die Kinder selbst Hand anlegen, kommen sie auf den Geschmack und entdecken, dass etwa das Vollkornbrötchen frisch noch besser schmeckt als beim Bäcker gekauft. Mit unseren Beispielen kann ohne viel Aufwand das selbstzubereitete Brötchen beim Klassenfrühstück genossen werden.

Was wird benötigt?

- Ernährungspyramide
- Mörser oder zwei große Steine
- feines Sieb
- Plakat, das ein Getreidekorn zeigt
- Getreideähren (Weizen, Hafer, Roggen, Gerste)
- Flockenquetsche

Müslibar – Getreide in Form von Müsli ist bei Kindern der Renner.

Zutaten für 10 Portionen:
250 g Haferkerne
je 50 g Sonnenblumenkerne, Sesamsaat, Haselnüsse
100 g Rosinen
500 g Obst nach der Saison (Erdbeeren, Äpfel, Birnen, Beeren)
1 Liter Milch oder Naturjoghurt

Zubereitung:
Haferkerne mit einer Flockenquetsche quetschen. Restliche Trockenzutaten in Schüsseln verteilen. Obst waschen und in Stücke schneiden und in eine Schüssel geben. Schüsseln und Milch so aufbauen, dass sich jedes Kind ein Müsli zusammenstellen kann.



TIPP: Infos, Unterrichtsmaterial und weitere Ideen finden Sie unter www.oekolandbau.de/lehrer/unterrichtsmaterialien/

Blitz-Vollkornbrötchen

Zutaten für ca. 16 Brötchen:
2 EL Butter
2 Eier
1 TL Salz
500 g Quark
400 g Weizenvollkornmehl, 100 g Haferflocken
1 Päckchen Backpulver
Sonnenblumenkerne

Zubereitung:
Backofen auf 200 Grad vorheizen. Alle Zutaten schnell miteinander verrühren. 16 Kugeln formen, flachdrücken und auf das mit Backpapier ausgelegte Blech legen. Kugeln mit etwas Wasser bepinseln und mit Sonnenblumenkernen bestreuen. Auf der mittleren Schiene ca. 20–25 Minuten backen.



Kioskcheck – Unterrichtseinheit für die Stufen Sek I und Sek II

Durch aktives Nachdenken über Ernährungsweise und Lebensmittelauswahl werden die Schülerinnen und Schüler für einen bewussten Konsum sensibilisiert. Der Kiosk an ihrer Schule kann dafür ein guter Lernort sein!

Beim Kauf spielt für viele Schülerinnen und Schüler der Preis, der Geschmack und das Aussehen eine Rolle. Dass es auch wichtig sein kann, auf den Gesundheitswert, die Verpackung und die Art der Herstellung zu achten, ist für viele neu! Hier können Lehrer mit einer Unterrichtseinheit ansetzen, dem Kioskcheck!

Ernährung und Bio

Kioskcheck für die Sek I:

Mit dem Betriebskreislauf, der Ernährungspyramide, verschiedenen Bio-Produkten und Siegeln werden die Schülerinnen und Schüler zum Thema „Nachhaltige Ernährung und Ökolandbau“ im Unterricht informiert.

Ernährung und Klima

Kioskcheck für die Sek II:

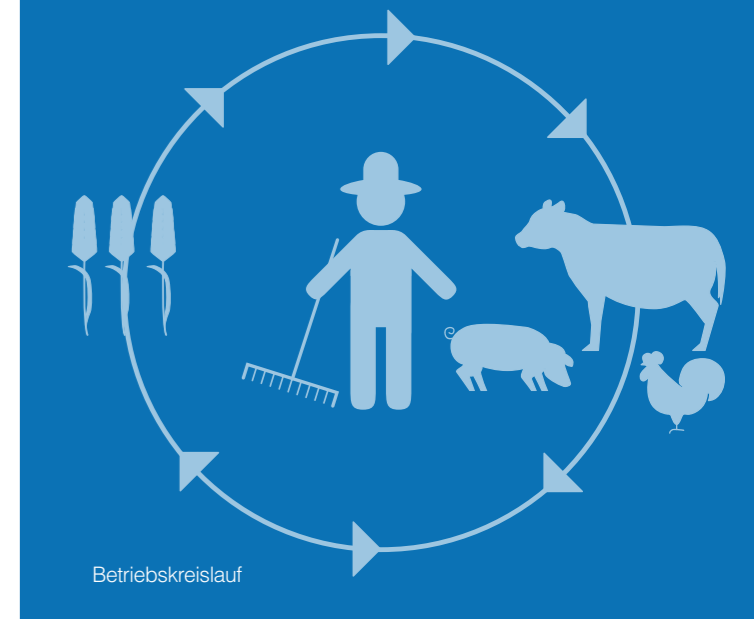
Anhand der Säulen der nachhaltigen Ernährung, des Saisonkalenders, einer Darstellung des Treibhauseffektes, einer Weltkarte zum Fleischkonsum, verschiedenen Bio-Siegeln, fair gehandelten Produkten und regionalen sowie „weit gereisten“ Lebensmitteln werden die Schülerinnen und Schüler zum Thema „Nachhaltige Ernährung und Klima“ im Unterricht informiert.

Die Klasse erstellt eine Checkliste, um das Angebot des Schulkiosks zu überprüfen und positive sowie negative Aspekte zusammenzutragen. Der Schulkiosk wird mit der Checkliste überprüft, und es werden gemeinsam Ideen und Aktionen für eine Veränderung erarbeitet. Dies wird im Plenum zusammengetragen.

Beispiel-Checkliste:

- Wie ist der Ist-Zustand und was wird angeboten?
- Ist eine ausgewogene bzw. klimafreundliche Ernährung mit dem vorhandenen Angebot möglich?
- Welche Lebensmittel können aus dem Sortiment genommen werden?
- Gibt es dafür ausgewogene Alternativen?
- Was kann ich als Schülerin oder Schüler ändern?

CHECKLISTE		Preis	Aussehen	Bio	Fair
Sortimentscheck	Geschmack				
Brötchen/Backwaren					
-					
-					
-					
Getränke					
Snacks					
Obst/Gemüse					
Milchprodukte					
Süßwaren					



Betriebskreislauf