

Arbeitsmaterialien für Lehrkräfte

Kreative Ideen und Konzepte inkl. fertig ausgearbeiteter Materialien und Kopiervorlagen für einen lehrplangemäßen und innovativen Unterricht

Thema: Technik – Wirtschaft – Soziales, Ausgabe: 09

Titel: Der Mensch ist, was er isst! - Essgewohnheiten auf dem Prüfstand (40 S.)

Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus dem Programm „Kreative Ideenbörse Sekundarstufe“ des OLZOG Verlags. Den Verweis auf die Original-quelle finden Sie in der Fußzeile des Beitrags.

▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 10 Jahren entwickelt der OLZOG Verlag zusammen mit erfahrenen Pädagoginnen und Pädagogen kreative Ideen und Konzepte inkl. sofort einsetzbarer Unterrichtsverläufe und Materialien.

▶ Die Print-Ausgaben der „Kreativen Ideenbörse Sekundarstufe“ können Sie auch bequem und regelmäßig per Post im [Jahresabo](#) beziehen.

Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

▶ Die Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, in Klassensatzstärke für Ihren eigenen Bedarf Fotokopien zu ziehen, bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@olzog.de

✉ Post: OLZOG Verlag | c/o Rhenus Medien Logistik GmbH & Co. KG
Justus-von-Liebig-Str. 1 | 86899 Landsberg

☎ Tel.: +49 (0)8191/97 000 220 | 📠 Fax: +49 (0)8191/97 000 220
www.olzog.de | www.edidact.de

Vorüberlegungen

Lernziele:

- Die Schüler sollen erkennen, dass auch in der Nahrungsmittelproduktion Markenartikel besonders bei jugendlichen Konsumenten einen Kultstatus genießen, der nur schwer „abgebaut“ werden kann.
- Sie sollen sich ihrer eigenen Ernährungsgewohnheiten sowie der ihrer Familienmitglieder und Mitschüler bewusst werden.
- Sie sollen die Grundlagen einer ausgewogenen und vielseitigen Ernährung erfahren und deren Bedeutung für Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden erkennen.
- Sie sollen „ihr“ Ernährungswissen auch im praktischen Lebensvollzug umsetzen können.

Anmerkungen zum Thema (Sachanalyse):

Was mögen Kinder und Jugendliche besonders gern, wenn sie beim Einkaufen selbst über ihren Brotaufstrich entscheiden dürfen? Die Antwort vor den Eltern wie Lehrer schnell herausfinden: Nutella ist ein absoluter „Renner“ unter den **Lieblingsnahrungsmitteln** junger Leute und steht als Markenartikel „hoch im Kurs“, auch wenn inzwischen eine Fülle ähnlicher Nuss-Nugat-Cremes auf dem Markt angeboten werden.

Doch nicht allein dieses Konsumverhalten verdient die Aufmerksamkeit kritischer Zeitgenossen; mindestens ebenso wichtig ist die Feststellung, dass eben dieses **Konsumverhalten mit den Essgewohnheiten in einem untrennbaren Zusammenhang steht**. So benötigen junge Menschen keine vorwurfsvollen Vorhaltungen, die den Appetit verderben, sondern nachvollziehbare Hilfestellungen, wie das tägliche Essen nicht nur die körperliche Leistungsfähigkeit sicherstellt, sondern auch das seelische Wohlbefinden stärkt.

So geht es nicht darum, die Freude am Essen zu schmälern; wohl aber gilt die Devise: „**Von allem etwas!**“ Die Einseitigkeit der täglichen Nahrungsmittelzufuhr durch eine **vielseitige Mischkost** zu ersetzen, trägt entscheidend zu Gesundheit und Wohlbefinden bei.

Didaktisch-methodische Reflexionen:

Als Einstieg in diese Unterrichtsreihe stimmt eine **Visualisierung** die Schüler auf das Thema „*Essverhalten*“ ein. Eine **Collage** führt die Schüler zu der Erkenntnis, dass sie beim Einkaufen Markenartikel bevorzugen, obwohl ähnliche Erzeugnisse in der gewünschten Produktgruppe angeboten werden.

Dieser Sachverhalt wird mithilfe des **Sachtextes**, der den Siegeszug der berühmtesten Nuss-Nugat-Creme in den Mittelpunkt stellt, vertieft. Die vielfältigen Aspekte, die in der komprimierten Basisinformation angesprochen werden, lassen einen Wechsel der Unterrichtsform für geboten erscheinen: In arbeitsgleichen Gruppen werden die Phänomene eines Kultproduktes, aber auch die Entwicklung eines Markenartikels zu einem Synonym für eine ganze Produktkategorie bearbeitet.

Anschließend erfolgt eine Einengung des Sachverhalts: In den kommenden Schritten sollen die Schüler ihr eigenes Essverhalten, aber auch die Essgewohnheiten ihrer Mitmenschen einer kritischen Untersuchung unterziehen. Um das Problembewusstsein zu stärken, werden die Schüler mit zwei kurzen **Zeitungsmeldungen** konfrontiert: Neben der Information, dass jedes fünfte Kind in Deutschland zu dick ist, wird auch bereits eine wesentliche Ursache für dieses statistische Ergebnis mitgeteilt: der Bewegungsmangel. Die Frage, ob Kalorienbomben kennzeichnungspflichtig sein sollen, trägt ebenfalls zu einer Sensibilisierung des Essverhaltens bei.

5.7

„Der Mensch ist, was er isst!“ – Essgewohnheiten auf dem Prüfstand

Vorüberlegungen

Doch wie sieht es im Lebensumfeld der Schüler selbst aus? Dieser Frage wird mithilfe des **Fragebogens** nachgegangen. Nach einem Testvorlauf in der eigenen Klasse werden die Schüler in den Entscheidungsprozess bezüglich der zu befragenden Probandengruppe (Mitschüler, Freunde und Familienmitglieder oder Passanten) miteinbezogen und legen auch die weiteren Handlungsschritte auf einer **Wandzeitung** fest.

Nun gilt es, glaubwürdige Überzeugungsstrategien zu entwickeln, um die Mitwirkung der Zielgruppenmitglieder zu erreichen. Alternativ wird entweder ein **Informationsbrief** erstellt oder durch ein **Rollen-spiel** die Verhaltenssicherheit der Schüler trainiert, bevor in der handlungsorientierten Phase die eigentliche Frage-Aktion stattfindet.

Die anschließende Auswertung der Fragebögen berücksichtigt verschiedene Aspekte: Mithilfe der **Folienvorlage** „*Arbeitsschritte zur Ermittlung von Befragungsergebnissen*“ kann neben der Ermittlung zentraler Gesamtaussagen auch eine differenzierte Darstellung nach alters- oder geschlechtsspezifischen Gesichtspunkten erfolgen. Der **fächerübergreifende** Aspekt wird in dieser Phase deutlich: Einfache mathematische Grundkenntnisse in der Prozentrechnung ermöglichen die entsprechenden Rechenoperationen. An einem zentralen Ort im Schulgebäude erstellen die Schüler auf großen **Stellwänden** eine **Wandzeitung**. Mithilfe des **Leitfadens** werden die einzelnen Schritte des Unterrichtsprojektes dokumentiert sowie die Ergebnisse und die Aussagen dargestellt.

Die letzte Phase dient der Verinnerlichung. Mit einem kombinierten **Silben- und Kreuzworträtsel** erhält die Motivation der Schüler noch einen weiteren „Schub“; mit der Suche nach dem Lösungswort wird die angestrebte **Internalisierung** erreicht: Das Lösungswort „*Vielseitigkeit*“ fasst den Hauptgesichtspunkt einer gesunden Ernährung, nämlich eine abwechslungsreiche und ausgewogene Mischkost, zusammen.

Das aus einer **Folie** und zwei **Schülerarbeitsblättern** bestehende dreiteilige Zusatzmaterial ist an mehreren „Schaltstellen“ verwendbar und motiviert die Schüler, weiter „an der Sache“ zu arbeiten oder – bildwörtlich formuliert – „am Ball zu bleiben“.

Die einzelnen Unterrichtsschritte im Überblick:

1. Schritt: Visualisierung mithilfe der Collage „Das einzig Wahre – Nutella“
2. Schritt: Konfrontation durch Zeitungstext „Millionen Fans feiern Nutella!“
3. Schritt: Auswertung durch sukzessives Vortragen der Ergebnisse
4. Schritt: Konfrontation durch zwei Zeitungsmeldungen: „Dick sein und dick werden“
5. Schritt: Praxisbezogene Einübung: Test-Vorlauf in der Lerngruppe
6. Schritt: Sozialwissenschaftliche „Lernschleife“: entscheiden und realisieren
7. Schritt: Erarbeitung von zielgruppenorientierten Überzeugungsstrategien
8. Schritt: Handlungsorientierte Informationsbeschaffung durch Umfrage-Aktion
9. Schritt: Ergebnissicherung durch Auswertung der Fragebögen
10. Schritt: Präsentation der Ergebnisse durch Erstellen einer Dokumentation
11. Schritt: Internalisierung durch kombiniertes Silben- und Kreuzworträtsel