

# GUTES ESSEN KANN JEDER



**Dienstbesprechung .....**

**[Datum] 2017**



**Baden-Württemberg**

MINISTERIUM FÜR LÄNDLICHEN RAUM  
UND VERBRAUCHERSCHUTZ



# Der Ernährungsführerschein

Die Küche kommt ins Klassenzimmer

Ein Kooperationsprojekt des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz und des Kultusministeriums

Referentin:

[Name, LRA, Funktion]



# Das Ziel des Kooperationsprojekts:



Jedes Kind in der dritten Klasse der Grundschule in Baden-Württemberg erwirbt im Unterricht den Ernährungsführerschein als einen Baustein der Ernährungsbildung.

- Der Ernährungsführerschein ist **keine zusätzliche Aufgabe**. Denn das Medienpaket unterstützt die Lehrkräfte bei der Umsetzung der im Bildungsplan verankerten Ernährungsbildung.
- Das Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz stellt allen Grundschulen ein Medienpaket Ernährungsführerschein zur Verfügung und bietet landesweit Fortbildungen an.

# Die Akteure:

## Landesinitiative Be*Ki* des MLR



- Die Landesinitiative Bewusste Kinderernährung ist seit 1980 in Baden-Württemberg als externer Bildungspartner in Schulen aktiv ([www.beki-bw.de](http://www.beki-bw.de)) mit
  - Unterricht,
  - Elterninformationsveranstaltungen,
  - Aktionen, Projekttag
  - Fortbildungen für Lehrkräfte
- Alle Aktivitäten des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz sind gebündelt unter dem Logo MACH'S MAHL auf der Seite [www.machs-mahl.de](http://www.machs-mahl.de).
- Dort gibt es auch Informationen zum Ernährungsführerschein.

# Bundeszentrum für Ernährung (BZfE)



- Nachfolgeorganisation des aid Infodienst e. V.
- neu ab 1. Februar 2017
- Das BZfE führt die bisherige Ernährungskommunikation des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) in einer Einrichtung zusammen.
- Den Kern des Bundeszentrums bilden die Bereiche Ernährung, Lebensmittel und das „Netzwerk Gesund ins Leben“ aus dem bisherigen aid infodienst e. V.
- Die Medien des aid wie der Ernährungsführerschein und Verbrauchsmaterialien werden auch in Zukunft verfügbar sein.

# Steckbrief: Ernährungsführerschein – ein Baustein zur Ernährungsbildung



- Für die 3. und 4. Klasse: Altersgerechte Lernziele und Kompetenzen mit Differenzierung
- 6 oder 7 Doppelstunden, aufeinander aufbauend zum Üben und Vertiefen von Arbeitsroutinen
- Schriftliche und praktische Lernkontrolle mit Übergabe der Führerscheine
- Im Klassenzimmer umsetzbar ohne Lehrküche

# Zielsetzung Ernährungsführerschein



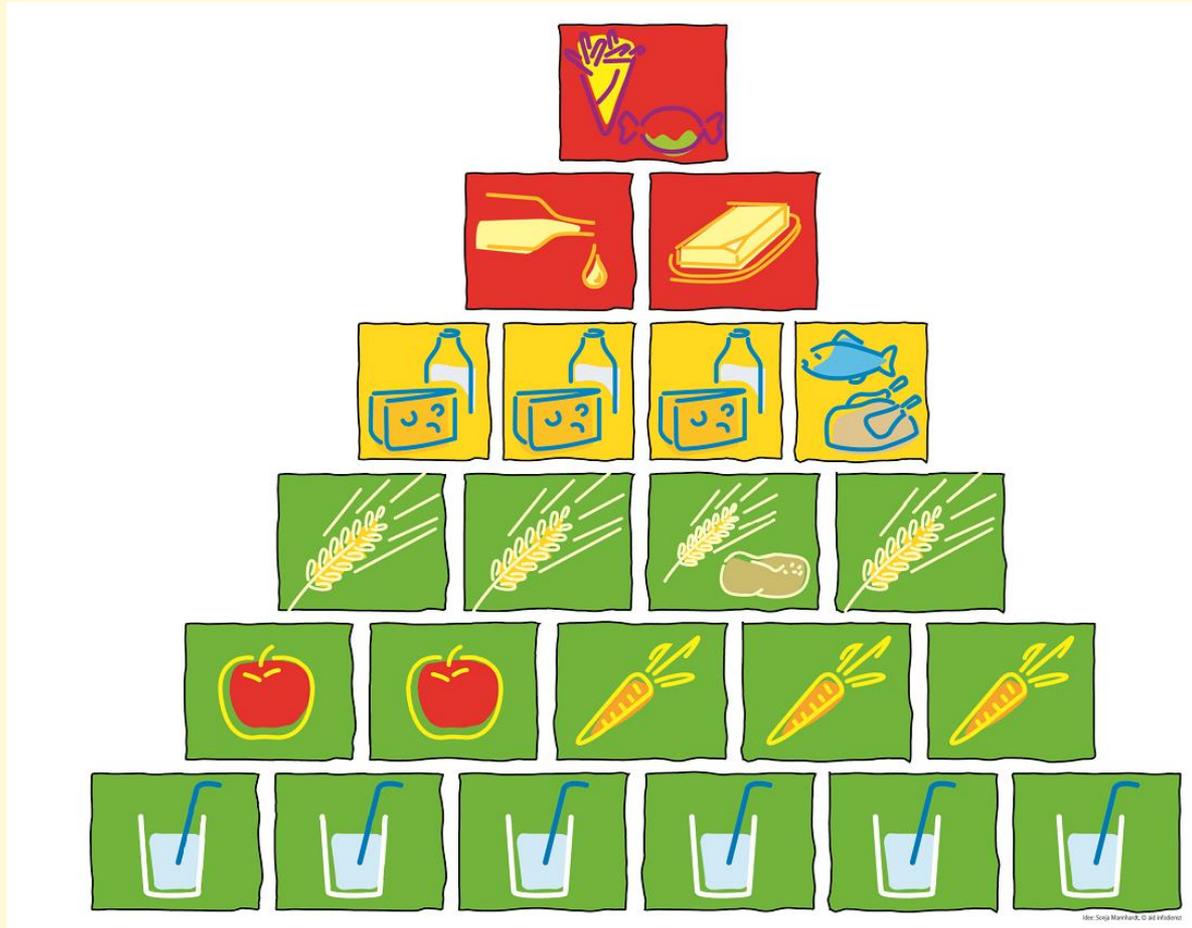
- Lebensmittel im Klassenzimmer zubereiten
- Arbeitstechniken und Routinen entwickeln
- mit allen Sinnen wahrnehmen und genießen
- Alltagskompetenz erlernen und reflektieren

# Vorteile für den Unterricht

- fertig ausgearbeitet, didaktisch wertvoll
- differenzierbar
- wissenschaftlich fundiertes Material
- umfassend erprobt (ca. 865.000 Kinder) und evaluiert
  
- vielfältige Anknüpfungspunkte an den Bildungsplan und die Leitperspektiven, z.B. Verbraucherbildung, BNE
- nutzbar zur pädagogischen Begleitung des EU-Schulprogramms im Unterricht

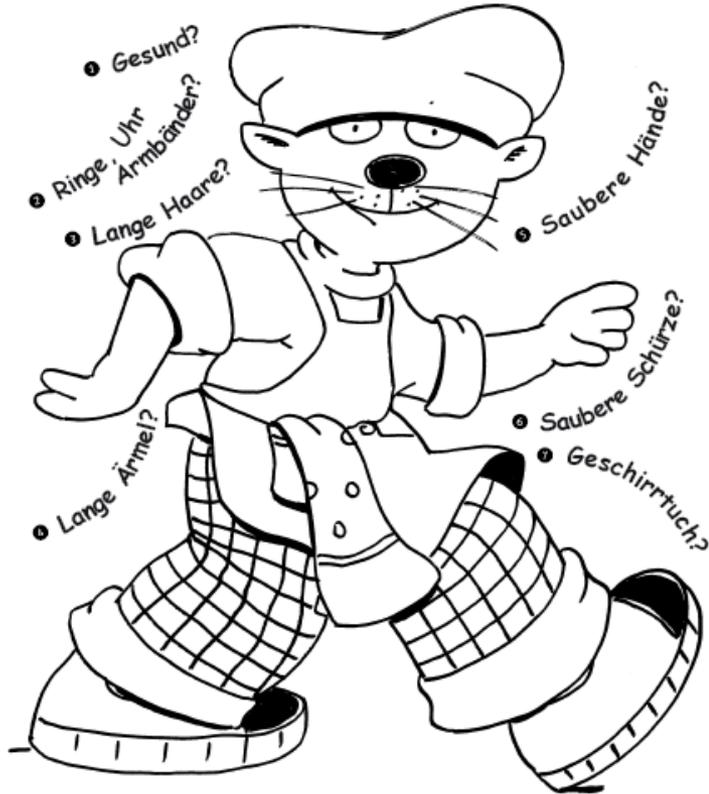
		Worum es geht	Was die Kinder üben
<b>Einheit 1:</b> <b>Lustige Brotgesichter</b>		aid-Ernährungspyramide Lebensmittelgruppe Brot	Ausgewogenes Frühstück zubereiten, reinigen, aufräumen
<b>Einheit 2:</b> <b>Knackiger Gemüsespaß</b>		Körperhygiene, Rezepte lesen und verstehen, Arbeitsplatz einrichten Lebensmittelgruppe Gemüse	Knabbergemüse mit Kräuterquark zubereiten Arbeitsplatz einrichten, schneiden, schälen
<b>Einheit 3:</b> <b>Kunterbunte Nudelsalate</b>		Küchenhygiene, Arbeitssicherheit Küchentechniken Lebensmittelgruppen Getreide und Gemüse	Salatsoße und Nudelsalat zubereiten wiegen, messen, raspeln,
<b>Einheit 4:</b> <b>Fruchtiger Schlemmerquark</b>		Umgang mit leicht verderblichen Lebensmitteln Lebensmittelgruppen Milch/ Milchprodukte und Obst	Obstquark, evtl. Milchmix, zubereiten abschmecken, pürieren,
<b>Optional:</b> <b>Die „warme“ Einheit:</b> <b>Heiße Kartoffelgerichte</b>		Umgang mit Kochstelle und Backofen, Kartoffeln aus der Lebensmittelgruppe Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln	Kartoffelbrei mit Salat der Saison, Backofenkartoffeln mit Kräuterkrem zubereiten kochen, backen
<b>Einheit 5:</b> <b>Schriftliche Prüfung und Tischknigge</b>		Schriftliche Lernkontrolle: Zehn Fragen beantworten, Essatmosphäre	Tisch decken, Tischregeln beachten
<b>Einheit 6:</b> <b>Praktische Prüfung - Kaltes Büfett</b>		Praktische Lernkontrolle: für Gäste „kochen“	Kaltes Büfett zubereiten und Gäste bewirten

# Ernährungspyramide als Grundlage



# Motivation durch Kater Cook

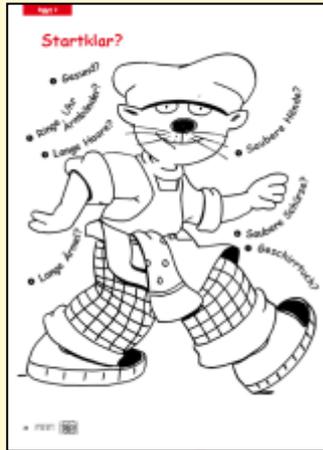
## Startklar?



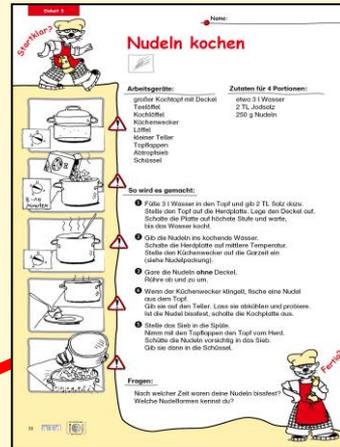
## Fertig?



# Aufbau: Der rote Faden



1. Startklar machen



2. Rezept lesen



3. Bezug zur Ernährungspyramide



4. Neue Arbeitstechniken demonstrieren



7. Tisch decken und gemeinsam essen



6. Aufräumen und Tisch reinigen



5. Praxis: Speisenzubereitung nach Rezept

# Das Prinzip: Alles baut aufeinander auf

## Beispiel: Hygiene



Einheit 1	Einheit 2	Einheit 3	Einheit 4	Einheit warm	Einheit 5	Einheit 6
<p><b>Neu:</b> Reinigen und Aufräumen KV <i>Fertig</i>?</p> <p><b>Lehrkraft demonstriert Tischabwischen</b></p> <p>Kinder räumen ihren Arbeitsplatz auf und reinigen die Tische.</p>	<p><u>Wiederholung:</u> KV <i>Fertig</i>? Kinder räumen ihren Arbeitsplatz auf und reinigen die Tische selbstständig</p> <p><b>Neu:</b> <i>Startklar?</i> Hygieneregeln persönliche Hygiene</p> <p><b>Lehrkraft demonstriert Händewaschen</b></p> <p>Kinder waschen Hände und wenden Hygieneregeln an.</p>	<p><u>Wiederholung:</u> KV <i>Fertig</i>? Kinder räumen ihren Arbeitsplatz auf und reinigen die Tische selbstständig</p> <p><u>Wiederholung:</u> <i>Startklar?</i> Kinder waschen Hände und wenden die Hygieneregeln selbstständig an.</p> <p><b>Neu:</b> <b>Lehrkraft bespricht Regeln der LM- und Küchenhygiene</b></p> <p>Kinder verarbeiten Lebensmittel nach den Grundregeln der Hygiene</p>	<p><u>Wiederholung:</u> KV <i>Fertig</i>? Kinder räumen ihren Arbeitsplatz auf und reinigen die Tische selbstständig</p> <p><u>Wiederholung:</u> <i>Startklar?</i> Kinder waschen Hände und wenden die Hygieneregeln selbstständig an.</p> <p><b>Neu:</b> Chefkochprobe <b>Lehrkraft demonstriert Chefkochprobe</b></p> <p>Kinder schmecken hygienisch ab.</p>	<p><u>Wiederholung:</u> KV <i>Fertig</i>? Kinder räumen ihren Arbeitsplatz auf und reinigen die Tische selbstständig</p> <p><u>Wiederholung:</u> <i>Startklar?</i> Kinder waschen Hände und wenden die Hygieneregeln selbstständig an.</p> <p><u>Wiederholung:</u> Kinder schmecken selbstständig hygienisch ab.</p>	---	<p><b>Kinder können hygienisch arbeiten.</b></p>

Selbstständigkeit nimmt zu

# Einheit 6: Die praktische Prüfung



## Worum es geht:

- für Gäste kochen

## Was die Kinder üben:

- kaltes Büfett zubereiten
- Gäste bewirten



# Liebe Eltern,

vielleicht haben Sie es schon gehört: Unsere Klasse macht den aid-Ernährungsführerschein. Gemeinsam mit Kater Cook lernen die Kinder in sechs Doppelstunden, ein leckeres Frühstück und kleine Gerichte fürs Mittag- oder Abendessen zuzubereiten. Dabei erfahren die Kinder viel über ausgewogenes Essen und Trinken und üben, mit Lebensmitteln und verschiedenen Küchengeräten umzugehen. In einer schriftlichen und praktischen Abschlussprüfung zeigen die Schülerinnen und Schüler, was sie gelernt haben.

Name: \_\_\_\_\_



### Übung macht den Meister!

In Zukunft können Sie also auf die Hilfe Ihres Kindes bauen, und sogar warme Gerichte zuzubereiten, den Tisch zu decken oder gabe beim Ernährungsführerschein lautet: „kochen“ – ohne die in der Schule erlernten Gerichte zu Hause auszuprobieren. Frühstück oder eine Nachspeise servieren und sparen Sie sich nicht Kind in einem Schnellhefter. Schauen Sie doch einfach mal rein!

### So können Sie Ihr Kind unterstützen

Für den aid-Ernährungsführerschein braucht Ihr Kind:

- ein Passbild für den Führerschein,
- eine Schürze und zwei Geschirrtücher zu jeder Unterrichtsstunde
- verschiedene Lebensmittel,
- Küchenutensilien, möglichst mit Namen beschriftet. Das Kind

Rechtzeitig vor jeder Unterrichtsstunde zum aid-Ernährungsführerschein was es mitbringen soll. Da die Kinder in Kleingruppen arbeiten für die gesamte Gruppe. Die Kinder einigen sich untereinander Zutaten mitbringen, die es mit einem Kreuz auf der Mitbringliste nichts vergisst!

Wenn in der Schule nicht gespült werden kann, packen die Kinder alles zu Hause zu spülen oder zumindest in die Spülmaschine

### So können Sie uns helfen

In einigen Unterrichtsstunden brauchen wir erwachsene Hilfe. Vielmehr können Sie mit den Kindern gemeinsam lernen, wie lediglich zwei Schulstunden Zeit für uns. Suchen Sie sich einen

Datum und Uhrzeit:	Das erwartet
_____	Knackiger Gemüse
_____	Kunterbunte Früchte
_____	Fruchtiger Saft
_____	Heiße Kartoffel
_____	Es gibt: Kartoffel
_____	Praktische Prüfung

Es grüßt Sie herzlich

Die Information zum Projekt aid-Ernährungsführerschein habe ich

Ich möchte als Helfer/-in mitwirken:  ja, am \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift



## Schriftliche Prüfung zum Erwerb des aid-Ernährungsführerscheins

Name: \_\_\_\_\_



Liebe Schülerin, lieber Schüler, in den letzten Wochen hast du eine Menge über Essen und Zubereiten gelernt. Heute kannst du dein Wissen zeigen. Es ist eigentlich ganz leicht. Beantworte alle Fragen sorgfältig.

### 1. Was stimmt? Kreuze an.

- Die Ampellfarbe grün in der Pyramide bedeutet:
- Von diesen Lebensmitteln soll ich reichlich essen.
  - Ich soll nur grünes Gemüse und Obst essen.

- Äpfel und Tomaten
- musst du vor dem Essen waschen.
  - kannst du ungewaschen essen.

- Deine Hände musst du mit Seife waschen
- bevor du die Lebensmittel zubereitest.
  - nach den Hausaufgaben.

- Vollkornbrot
- hat immer grobe Körner.
  - gibt es auch fein vermahlen.

- Kinder brauchen täglich
- zwei Portionen Milch, Käse oder Joghurt.
  - drei Portionen Milch, Käse oder Joghurt.

### 2. a) Male die aid-Ernährungspyramide in der ... b) Ordne die Lebensmittel in die Pyramide



aid-Ernährungsführerschein  
Ein Baustein zur Ernährungsbildung in der Grundschule

Ernährungsführerschein  
Ernährungsbildung in der Grundschule

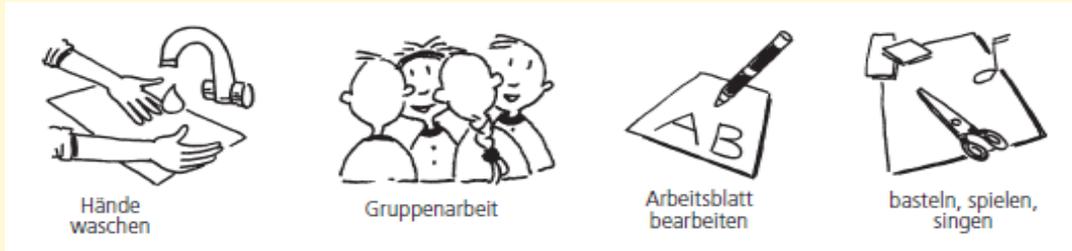


Kopiervorlagen

Elternbriefe, Prüfungsfragebögen und Führerscheindokumente im 10er-Pack nachbestellen.



# Differenzierte Materialien



Bildkarten für Unterrichtsphasen und Sozialformen

Unterschiedliche Niveaustufen



Lösungsbögen, mit denen die Kinder allein oder gegenseitig ihre Ergebnisse kontrollieren.

Kater Cook als Starschnitt



# Videoclips zeigen die Umsetzung



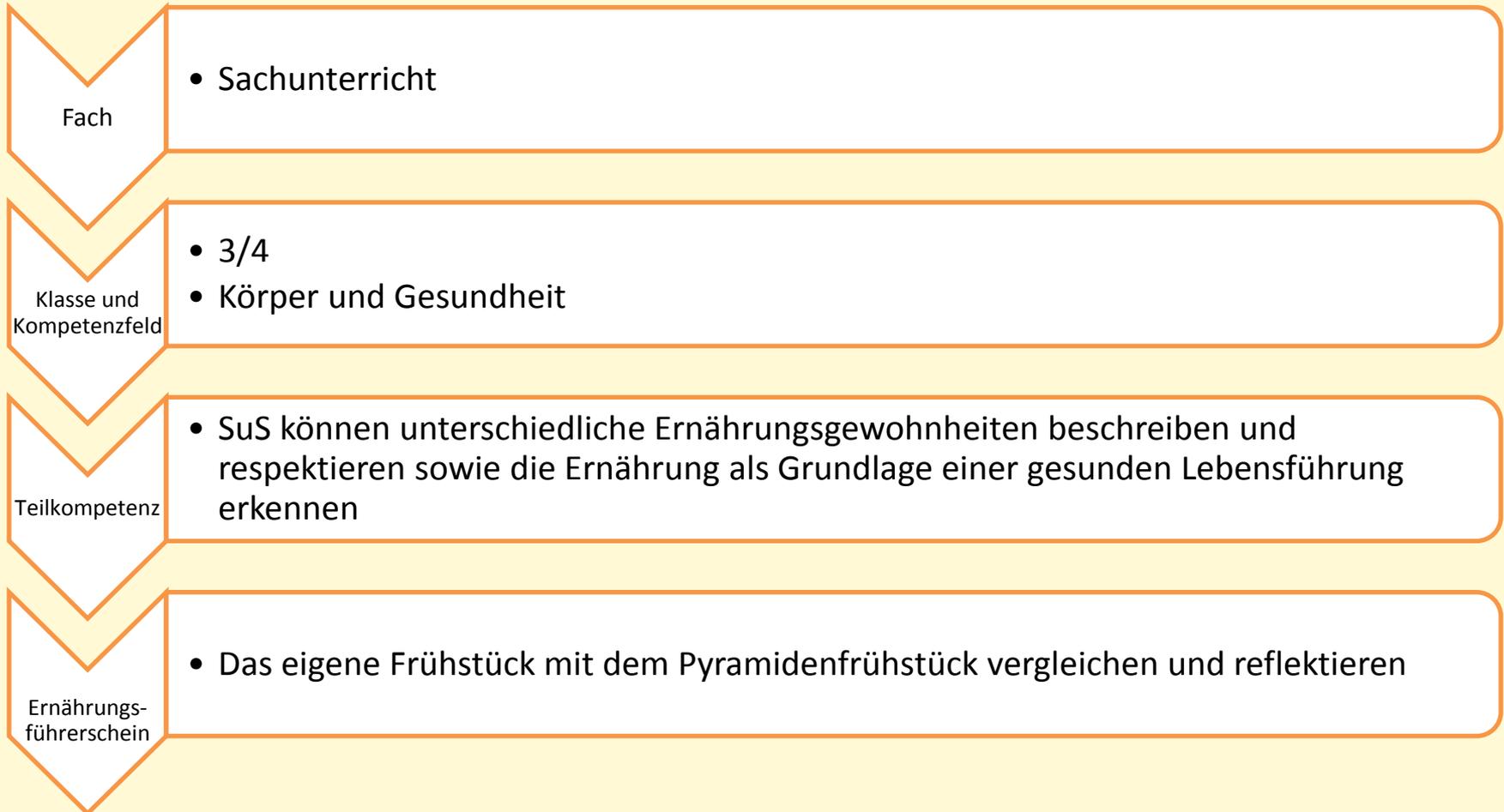
# Schülerheft „Fit für die Küche“



- enthält alle Rezepte des Kopiervorlagen-Heftes sowie die wichtigsten Arbeitsblätter
  - Mitbringlisten sind nicht enthalten
  - entwickelt auf Grund der großen Nachfrage der Lehrkräfte
  - reduziert den Kopieraufwand
  - zusätzlich zum Medienpaket bestellbar
- Preis: 2,50 €, ab 20 Stück je 1,75 €



# Bildungsplan umsetzen leicht gemacht



# Bildungsplan umsetzen leicht gemacht

## Beispiel Leitperspektive Verbraucherbildung



# Das EU-Schulprogramm



+



- **Neu** ab Schuljahr 2017/18
- Obst und Gemüse wie bisher kostenfrei für die Kinder, Kofinanzierung von ca. 25 % + MwSt. durch Einrichtung bzw. Sponsor
- **Zusätzlich Milch und Milchprodukte** (ohne Zusatz von Zucker, Kakao, Farb- und Geschmacksstoffen) kostenfrei für die Kinder
- Kernzielgruppe: Grundschulen (+ Kitas nur bei ausreichenden Mitteln)
- Online-Anmeldung für eine oder beide Produktgruppen zwischen Ostern und Pfingsten 2017

# Bezug zum EU-Schulprogramm

Arbeitsplatz einrichten  
Persönliche und Arbeitsplatz-Hygiene  
Lebensmittel anrichten und Gäste bewirten

Obst und Gemüse in der  
Pyramide:  
5 am Tag

Schäl- und  
Zerkleinerungstechniken

Obst und Gemüse  
waschen und putzen



→ Produkte wiegen

→ Rezepte variieren,  
Speisen abschmecken

→ Milch und Milchprodukte  
in der Pyramide: 3 am Tag

# Lehrkräftefortbildung I

## Der Ernährungsführerschein – ein Baustein zur Ernährungsbildung in der Grundschule



- Zielgruppe Klasse 3 (und 4)
- Vermittlung des Medienpakets in Theorie und Praxis
- Gruppenarbeit zu den sechs Unterrichtseinheiten
- Der rote Faden und die Routinen
- Unterstützungsangebote zum Medienpaket
- Anknüpfungspunkte zum Bildungsplan
- Verknüpfung zur pädagogischen Begleitung des EU-Schulprogramms

# Lehrkräftefortbildung II

## Ideenwerkstatt Ernährungsbildung – den neuen Bildungsplan praktisch umsetzen

**Obst, Gemüse, Milch, Milchprodukte  
mit Anknüpfungspunkten zum Bildungsplan  
und  
mit Bezügen zum EU-Schulprogramm**

**Praktisches  
Arbeiten**

**Experimente**

**Sensorische  
Übungen**

Grundlagen der Hygiene und Arbeitsplatzgestaltung  
Kompetenzerwerb Teamarbeit,  
Übernahme von Verantwortung

**Zielgruppe: Klasse 1-4**

# Weitere Angebote von BeKi und MLR



- Unterrichtsmaterialien:
  - Lernzirkel zu Lebensmittelgruppen, Lernwerkstatt Brot,
  - Die Küche als Lernort für naturwissenschaftliche Erfahrungen (Handbuch mit Experimenten)
- Fortbildungen für Lehrkräfte: [www.beki-bw.de](http://www.beki-bw.de)
  - Lernwerkstatt Brot,
  - Die Küche als Lernort für naturwissenschaftliche Erfahrungen
- Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung [www.schulverpflegung-bw.de](http://www.schulverpflegung-bw.de)

# Ihre Ansprechpartner/-innen



- Regionale Ansprechpartnerin:  
[Name, LRA, Funktion]
- Monika Radke  
0711/126-2105, [monika.radke@mlr.bwl.de](mailto:monika.radke@mlr.bwl.de)
- Heinz Jansen  
0711/279-2522, [heinz.jansen@km.kv.bwl.de](mailto:heinz.jansen@km.kv.bwl.de)