

Biobrotboxcheck 2018

Alter: Klasse 1 – 4

Dauer: 1 Schulstunde

Ort: Schule oder außerschulischer Lernort

Jahreszeit: ganzjährig

Anmerkungen:

Es ist sinnvoll, dass der Brotbox-Check an einem normalen Schultag vor der Frühstückspause stattfindet, um die Kinder mit ihren „Routinen/Gewohnheiten“ zu konfrontieren.

Indem die beiden Referenten jeweils ein „gutes“ und ein „schlechtes“ Frühstück dabei haben, findet die Bewertung des Frühstücks beispielhaft am Referenten-Frühstück statt.

Es ist darauf zu achten, dass die Kinder, deren mitgebrachtes Frühstück nicht gesund und klimafreundlich ist, nicht diskriminiert werden. Vielmehr sollen Ideen zur Optimierung vorgestellt werden. Wenn die Brotbox-Inhalte der Lebensmittel-Pyramide zugeordnet werden, kann darauf hingewiesen werden, welche Lebensmittel fehlen oder zu viel vorhanden sind.

Material:

- Brotbox
- Ernährungspyramide, z.B. von AID
- 1 Brotbox ohne weitere Verpackungsmaterialien / „Müll“
- 1 Beutel mit Frühstück doppelt und dreifach verpackt, Trinkpäckchen ,Apfel mit Neuseelandaufkleber, Möhre, Himbeeren (je nach Saison)
- Weltkarte
- Obst/Gemüsekarten regional
- Obst/Gemüsekarten Saison

Zeit	Inhalt/Ablauf	Material
5 Min	<p><i>Begrüßung</i> <i>„Ihr habt ja zum Schulbeginn eine Brotbox bekommen. Wisst ihr noch, was da drin war?“</i> Aufzählen lassen, bzw. aufzählen. (Brot, Käsecke, Putenleberwurst, Müsliriegel, Weinbeeren (Rosinen), Sojadrink, Tee, Möhre)</p>	Brotbox
20 Min	<p><i>„Wir wollen heute mal nachschauen, was bei euch in der Box drin ist“</i> Die Kinder ihre Boxen etc. öffnen lassen und aufzählen lassen, was sie für die Frühstückspause dabei haben. Z.B. Kind 1 „Ich haben ein Graubrot dabei“. Abfragen wer hat noch ein Graubrot dabei. Kind 2 „Ich habe einen Apfel“. Abfragen, wer hat noch einen Apfel. Usw.</p> <p><i>„Kennt ihr schon diese Pyramide?“</i> Die Referenten zeigen eine Ernährungspyramide und erklären was eine Ernährungspyramide ist. Von dem, was im roten Bereich ist, sollte man nur wenig essen. Vom gelben Feld darf man schon ein bisschen mehr essen und vom grünen Bereich darf man viel essen, damit man gesund und fit bleibt.</p> <p><i>„Denkt jetzt mal an euer Frühstück, wo würdet ihr die Lebensmittel einsortieren?“</i> Dinge aufzählen lassen und besprechen.</p>	Ernährungspyramide
10 Min	<p><i>Jetzt haben wir auch Hunger bekommen und frühstücken erstmal. Wir haben auch unser Frühstück mitgebracht.</i></p> <p>Vergleich der beiden Frühstücke der Referenten. Ein „gutes“ Frühstück in der Brotbox und ein „schlechtes“ Frühstück doppelverpackt in Plastikbeutel mit Trinkpäckchen. (<i>wenn nur ein Referent die Gruppe betreut, stellt er sein „schlechtes Frühstück“ vor und „korrigiert“ es gemeinsam mit den Kindern.</i>)</p> <p><i>Mhhh ich freue mich schon gleich auf mein leckeres Butterbrot, Apfel, Möhre und Himbeeren!!</i></p>	1 Brotbox ohne „Müll“ 1 Beutel mit Frühstück doppelt und dreifach verpackt und Trinkpäckchen, Apfel mit Neuseelandaufkleber, Möhre, Himbeeren (je nach Saison)

	<p>Ein Referent holt ein doppelt eingepacktes Brot in Alufolie, Apfel, Möhre und Himbeeren aus einer Plastiktüte. Der andere Referent spielt entsetzt: <i>Wie hast du denn dein Brot verpackt, hast du keine Brotbox? Und der Apfel, der kommt ja aus Neuseeland!</i></p> <p><i>Warum sollte ich es in eine Dose packen, so geht es doch auch? Die Dose hätte ich heute früh noch spülen müssen. Und Apfel ist doch Apfel, egal woher er kommt.</i></p> <p><i>Aber der ganze Müll! Unsere Müllberge werden doch immer größer und alles zu verbrennen ist doch auch keine Lösung, denkt doch mal an unsere Umwelt und Klima! Und weißt du eigentlich wo Neuseeland liegt? Wie kommt der Apfel denn zu uns in den Supermarkt!</i></p> <p>An die Schüler gewandt: <i>Schaut mal auf die Weltkarte, wo liegt Neuseeland?</i> Ein Kind darf Neuseeland auf der Karte suchen und zeigen.</p> <p><i>Hmmh, wie kommen die Äpfel denn hier hin? Richtig, mit Schiffen oder Flugzeug!</i></p> <p><i>Wie ist das, kommen Äpfel auch aus Deutschland? Na klar! Und die Äpfel haben einen viel kürzeren Weg hierher und da wird nicht so viel CO₂ in die Luft gepustet, als wenn sie z.B. aus Neuseeland zu uns nach Deutschland transportiert werden.</i></p> <p><i>Beim Kauf sollte man daher immer darauf achten, woher die Äpfel oder anderes Obst und Gemüse kommt. So einfach kann man etwas für den Klimaschutz tun!</i></p> <p><i>Können wir noch etwas anderes fürs Klima machen, indem wir darauf achten, was wir frühstücken?</i> <i>Wann sind denn eigentlich Himbeeren reif? Im Sommer!</i> <i>Wenn man sie jetzt im Frühjahr im Supermarkt findet, werden sie in warmen Ländern angebaut und legen auch einen weiten Weg bis zu uns zurück. Also am besten immer nur das kaufen, was auch gerade wächst.</i></p>	Weltkarte
10 Min	<p>Bewegungsspiel <i>„Jetzt haben wir so lange gesessen, jetzt wird es Zeit für Bewegung, denn nicht nur eine gesunde Ernährung sondern auch Bewegung ist gut für uns!“</i> Ich halte jetzt Karten von Obst und Gemüse hoch. Wenn das in Deutschland angebaut wird, springt ihr in die Höhe und klatscht in die Hände. Wenn es aber nicht aus Deutschland kommt, geht ihr in die Hocke.</p> <p><i>Jetzt wird es schwierig! Wann ist welches Obst und Gemüse reif?</i></p>	Obst/Gemüsekarte n regional Obst/Gemüsekarte n Saison

	<p><i>Wenn ihr meint, es ist im Frühling reif: Stellt ihr euch gerade hin, denn im Frühling wäscht alles.</i></p> <p><i>Wenn ihr meint, es ist im Sommer reif: Formt ihr eure Arme zu einem Kreis für die Sonne</i></p> <p><i>Wenn ihr meint es ist im Herbst reif: hockt ihr euch auf den Boden (Wie die Blätter im Herbst zu Boden fallen.</i></p> <p><i>Wenn ihr meint, es ist im Winter reif: Umarmt ihr euch selber und bibbert, denn im Winter ist es kalt.</i></p>	
	<p><i>Ihr habt ja prima mitgemacht, erinnert ihr euch noch an die einzelne Dinge die gut für uns und unser Klima waren und auch an die schlechten?</i></p> <p><i>Könnt ihr euch noch an die 3 wichtigsten Dinge erinnern?</i></p> <p>Die Kinder aufzählen lassen!</p> <p>Daher kann man auch sagen: Gesunde Ernährung ist lecker und prima, sie hilft nicht nur dir, sondern auch unserem Klima</p> <p>„Folgende 3 Dinge sind wichtig:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Saison: Wenn wir darauf achten, Obst und Gemüse nur dann zu kaufen und zu essen wenn es bei uns reif ist, wie z.B. Erdbeeren im Sommer und nicht im Winter, helfen wir dem Klima.</i> 2. <i>Region: Wer Äpfel kauft, die aus der Region kommen, hilft dem Klima. Denn sonst müssen die Äpfel mit dem Flugzeug, Schiffen LKWs zu uns transportiert werden und es entstehen viele Abgase, die unserem Klima schaden.</i> 3. <i>Verpackungen: Und denkt immer auch an die Verpackungen, zu viel Müll ist gar nicht gut für unsere Umwelt.“</i> 	
	Verabschiedung	



Gefördert durch die

STIFTUNG UMWELT
UND ENTWICKLUNG
NORDRHEIN-WESTFALEN

Karten Deutschlandfahnen



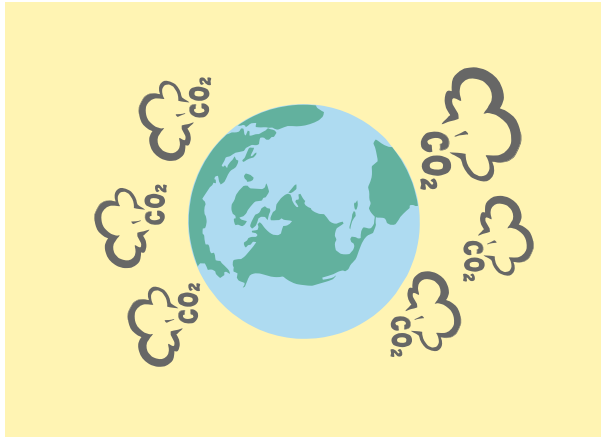
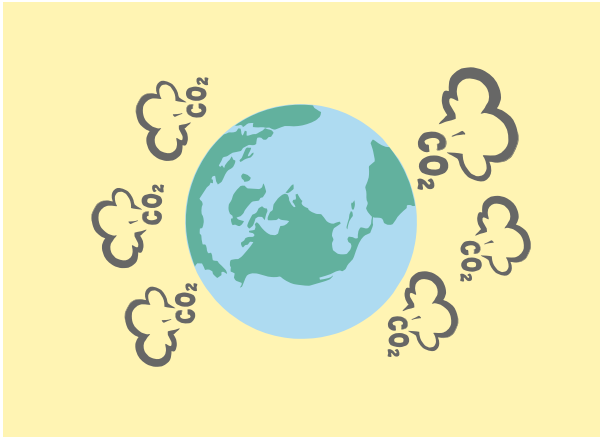
© Konzipiert vom Förderverein NaturGut Ophoven

Karten Deutschlandfahnen und Welt





© Konzipiert vom Förderverein NaturGut Ophoven

Karten Welt



© Konzipiert vom Förderverein NaturGut Ophoven

 <p>Kokos</p>	 <p>Orange</p>
 <p>Zimt</p>	 <p>Avocado</p>
 <p>Mais</p>	 <p>Banane</p>
 <p>Kiwi</p>	 <p>Johannisbeere</p>

Karten Obst/Gemüse



