




Umgang mit den Kompetenzen - Supplement

Mit diesem zusammengestellten Unterrichtsmaterial zum Thema Ernährung, bieten wir Ihnen einen kleinen Einblick in unsere Dienstleistung als Koordinationsstelle. Das folgende Unterrichtsmaterial eignet sich für das Fach **Natur, Mensch, Gesellschaft** im Kompetenzbereich **NMG.1 «Identität, Körper, Gesundheit – sich kennen und sich Sorge tragen»**. Hauptaugenmerk liegt dabei auf der Kompetenz **NMG.1.3 «Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Ernährung und Wohlbefinden erkennen und erläutern»**.

Wir haben die Unterrichtsmaterialien nach den zu erreichenden Kompetenzen a-g eingeteilt. Achten Sie auf die Abkürzungen «NMG.1.3.a-g».

Die folgende Grafik soll Ihnen als Orientierungshilfe dienen.

NMG.1 Identität, Körper, Gesundheit - sich kennen und sich Sorge tragen	
NMG.1.3 Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Ernährung und Wohlbefinden erkennen und erläutern.	
<i>Ernährung, Lebensmittel</i>	
Die Schülerinnen und Schüler ...	
1	
NMG.1.3.a	können Lebensmittel untersuchen und nach Kriterien ordnen (z.B. nach Geruch, nach Geschmack, nach Aussehen, nach Erntezeitpunkt, nach Herkunft).
NMG.1.3.b	können Ernährungsgewohnheiten beschreiben und kulturelle Eigenheiten entdecken und die von anderen Menschen respektieren.
NMG.1.3.c	können angeleitet eine Mahlzeit zubereiten (z.B. Znüni, Zvieri, einfaches Essen).
Grundanspruch	
2	
NMG.1.3.d	können in Grundzügen die Bedeutung von Wasser und Nährstoffen für eine ausgewogene Ernährung beschreiben.
NMG.1.3.e	können eigene Vorstellungen zur Ernährung mit Modellen vergleichen sowie die Funktion von Modellen im Alltag einordnen (z.B. Ernährungsscheibe, Ernährungspyramide).
NMG.1.3.f	können die Herkunft von ausgewählten Lebensmitteln untersuchen und über den Umgang nachdenken (z.B. lokale, saisonale Produkte; sparsamer/verschwenderischer Umgang mit Lebensmitteln).  Lebensmittelverschwendung, Footprint
Verbindliche Inhalte	
NMG.1.3.g	können Merkmale zum sachgerechten Umgang mit Lebensmitteln beschreiben (z.B. Hygiene, Haltbarkeit, Lagerung, Konservierung).

Umgesetzt von:

Mit Unterstützung von:

über alle Kompetenzstufen

1. Die Schweizer Gesellschaft für Ernährung (SGE) bietet Lehrpersonen bei der **Unterrichtsgestaltung zum Thema Ernährung** Unterstützung an. Wenn sie Fragen haben oder Ideen benötigen, können Sie mit der [SGE Kontakt](#) aufnehmen.
2. «Fit 4 Future» bietet **«Aktionskarten» mit Aufgaben für den Unterricht** an. Auf den Karten werden Aufgaben, Lernziele, Materialien, Varianten und welche Kompetenzen gefördert werden, beschrieben. Zudem sind Empfehlungen für Klassenstufe und Fach angegeben.

<http://www.fit-4-future.ch/de/ernaehrung.html> --> Aktionskarten «Ernährung» Für Lehrpersonen und Kinder

NMG.1.3.a und f

1. Das WWF bietet eine [Saisontabelle](#) an, auf welcher ersichtlich wird, wann welche Gemüse und welche Früchte, die in den umliegenden Ländern angebaut werden, Saison haben.
2. Das WWF bietet das [Dokument «Lernspiele mit Biss»](#) an. Darin finden Sie **Arbeitsblätter und Lernspiele**. Unter anderem...
 - Saison Quartett – Wissen, welche Früchte und Gemüse wann Saison haben.
 - Kim der Sinne und Jahreszeiten – Mit allen fünf Sinnen Obst/Gemüse verschiedener Jahreszeiten kennen lernen.

NMG.1.3.b

Durch das [Buch «So isst der Mensch: Familien in aller Welt zeigen, was sie ernährt»](#) von Peter Menzel und Faith D'Aluisio ist eine interessante **Bilderreihe «Was isst die Welt?»** entstanden. Sie zeigt, was die unterschiedlichen Familien dieser Welt in einer Woche essen. Ideal um kulturelle Unterschiede zu verbildlichen.

NMG1.3.c

Was sollte ein **powervolles Znüni** enthalten? Der [Znüniflyer](#) gibt Tipps und zeigt auf, wie ein ausgewogenes Znüni aussieht.

NMG.1.3.d

Die SGE stellt die **Schweizer Lebensmittelpyramide** zur Verfügung. Ausserdem erläutert die SGE jede einzelne Stufe noch einmal genauer und gehen darauf ein, welche Aufgaben die Nährstoffe in unserem Körper erfüllen.

<http://www.sge-ssn.ch/bildung-und-schule/ernaehrung-im-unterricht/unterrichtsmaterial/> → Schweizer Lebensmittelpyramide

Umgesetzt von:

Mit Unterstützung von:

NMG.1.3.e

1. Die Schweizer Lebensmittelpyramide als [digitale, interaktive Version](#). So können die Kinder auch ihren eigenen Konsum reflektieren. Für die folgenden Punkte werden Tablets oder PC's benötigt.
 - a. Spiel zur Lebensmittelpyramide – Welches Lebensmittel gehört in welche Stufe?
 - b. Meine persönliche Lebensmittelpyramide erstellen
 - c. Test zur Lebensmittelpyramide – Mein persönliches Essverhalten in eine Pyramide gepackt
 - d. Weitere Informationen zu den Pyramidenstufen mit weiterführenden Links und Informationsmaterial
2. Die SGE stellt [das Tellermodell](#) zu Verfügung. Das Tellermodell veranschaulicht, wie eine Hauptmahlzeit ausgewogen zusammengestellt werden kann. Im Spiel zum Tellermodell, müssen die verschiedenen Zutaten eines Gerichts in die passenden Felder gezogen werden.
3. Mit Nutrikid stellt Ihnen die SGE **fertige Unterrichtseinheiten zur Verfügung**, welche die Kinder anregen das **eigene Verhalten zu reflektieren**. Es wird in jeder Einheit auf die Kompetenzen und Lernziele, geeigneten Sozialformen und das Material hingewiesen.

<http://www.sge-ssn.ch/bildung-und-schule/ernaehrung-im-unterricht/unterrichtsmaterial/> →
Nutrikid

NMG.1.3.f

1. Der WWF bietet ein [Dossier für Lehrpersonen zur ökologischen Ernährung und Foodwaste](#) an.
2. Die SGE stellt Ihnen durch das Projekt WET eine [Anleitung für ein „Brettspiel“ zum Thema Wasser](#) zur Verfügung. Es zeigt auf spielerische Art und Weise, welche unterschiedlichen Aggregatzustände Wasser einnehmen kann und welche Wege ein einziger Wassertropfen gehen kann.
3. Das Schweizer Radio und Fernsehen (SRF) stellt Ihnen ein **Video (4:20 min) zum Thema Foodwaste – Was ist das?** zur Verfügung.

<https://www.srf.ch/sendungen/myschool/clip-und-klar> → Suchbegriff: Foodwaste – was ist das?

4. Der Verein [Foodwaste.ch](#) und das [Bundesamt für Landwirtschaft](#) geben Ihnen mit **Plakaten einen Überblick mit Zahlen und Fakten** zum Thema Foodwaste.

Umgesetzt von:

Mit Unterstützung von:

NMG.1.3.f und g

Das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft bietet Lehrpersonen [Lehrmaterial und Arbeitsblätter](#) zu den Themen Foodwaste, Haltbarkeit, Lagerung usw.

Die Zusammenstellung der Materialien ist nicht abschliessend, bietet jedoch einen interessanten Input für Ihre Unterrichtsvorbereitung. Sollten Sie weitere Fragen in den Bereichen Ernährung und Bewegung haben, können Sie sich gerne bei uns melden g.bellini@perspektive-tg.ch oder 071 626 02 37.

Umgesetzt von:



Mit Unterstützung von:

