

## Ernährung: Fair und klimafreundlich

Welche Lebensmittel wir konsumieren, hat Einfluss auf Umwelt- und Lebensbedingungen und zwar nicht nur in weit entfernten Ländern. Der größte Teil der verfügbaren Landflächen in Deutschland wird für den Anbau von Lebensmitteln genutzt. Unsere Ernährung ist deshalb für viele Umweltprobleme wie Klimawandel, Artenschwund, Grundwasserverschmutzung oder Bodenerosion mitverantwortlich, häufig sogar die wichtigste Ursache. Weltweit gäbe es genügend Nahrung für alle, dennoch leiden viele Menschen unter Mangelernährung und Hunger. Zu den Gründen zählen neben Armut und Naturkatastrophen auch Lebensmittelverschwendung und die Verwendung von Nahrungsmitteln für andere Zwecke, etwa zur Herstellung von Treibstoffen oder als Tierfutter. Viele der Nahrungsmittel, die wir gerne zu uns nehmen – zum Beispiel Schokolade, Bananen und Kaffee –, werden in Afrika und Südamerika angebaut, oft unter schlechten Arbeitsbedingungen (die in Europa verboten sind) und selten zu fairen Löhnen. Das Material soll die Kinder für diese Themen sensibilisieren. Klimafreundliche und faire Ernährung bedeutet auf eine kurze Formel gebracht: weniger tierische Produkte, mehr bio – und am besten Fair Trade.

Mit der Agenda 2030 hat sich auch Deutschland dazu verpflichtet, die 17 Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen ([17ziele.de](https://www.17ziele.de)) umzusetzen. Entscheidender Baustein dabei ist die Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE), die in allen Rahmenlehrplänen und Bildungsbereichen – von der frühen bis zur beruflichen Bildung – vorgesehen ist. Grundsätzlich soll das Thema Nachhaltigkeit, wo immer möglich und sinnvoll, in Unterrichtsinhalten mitgedacht und integriert werden.

Auch die gesetzlichen Unfallversicherungsträger positionieren sich in Sachen Nachhaltigkeit und entwickeln Ideen, wie eine nachhaltige gesellschaftliche Transformation gelingen kann und welche Bedeutung diese im Präventionshandeln haben wird. Denn die Mehrheit der Nachhaltigkeitsziele steht direkt oder indirekt mit den Themen Sicherheit und Gesundheit in Verbindung. Daher ist das Handlungsfeld der gesellschaftlichen Verantwortung auch für Unfallkassen und Berufsgenossenschaften von großer Bedeutung.

Die nachfolgenden Handlungsvorschläge sind ab der 1. Klasse mit etwa 20 bis 25 Kindern durchführbar. Das Konzept des Projektvormittags sieht etwas mehr als zwei Zeitstunden vor, kann aber auch zeitlich verkürzt oder verlängert werden. Die Ideen können komplett im Klassenraum umgesetzt werden; das Vorhandensein einer Schulküche ist praktisch, aber nicht notwendig.

### Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Ernährung – fair und klimafreundlich, Oktober 2023  
**Herausgeber:** Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin  
**Chefredaktion:** Andreas Baader (V.i.S.d.P.), DGUV, Sankt Augustin  
**Redaktion:** Stefanie Richter, Universum Verlag GmbH Wiesbaden, [www.universum.de](https://www.universum.de)  
**E-Mail Redaktion:** [info@dguv-lug.de](mailto:info@dguv-lug.de)  
**Text:** Katrin Conzelmann-Stingl, Hofheim



Internet-  
hinweis



Arbeits-  
blätter



Arbeits-  
auftrag



Präsentation



Video



Didaktisch-  
methodischer  
Hinweis



Lehr-  
materialien






Distanz-  
unterricht

**Tabellarische Verlaufsplanung**

Geplante Zeit: Eine Doppelstunde

**Organisation und Vorbereitung im Vorfeld:** Bildkarten farbig ausdrucken, ggf. laminieren (siehe zusätzlich auch <https://ogy.de/04a7> und <https://ogy.de/oj0j>); Beamer, Weltkarte, Softball, Picknickdecke; Lebensmittel, die typischerweise als Pausenverpflegung mitgebracht werden; Frühstücksergänzung mit Produkten aus dem Weltladen bzw. mit Fair-Trade-Siegel (z. B. Kakao, Bananen, Tee ...); Zutaten für die Müslibälle (siehe Rezept), Schüssel, Brett, Nudelholz, Teller

Unterrichtsphase	Bemerkungen	Sozialform, Methoden	Medien/Material	Möglichkeiten zur Differenzierung
<b>Einstieg</b>	<p>Die Kinder stehen im Kreis und werfen einen Softball hin und her. Dabei nennt jedes Kind das Lebensmittel, auf das es nie verzichten könnte.</p> <p>In der darauffolgenden Phase berichten die Kinder, was sie über ihr Lieblingslebensmittel wissen. Die Lehrkraft notiert Stichwörter dazu an der Tafel.</p>	<p>Gruppenkreis im Stehen</p> <p>Sammeln von Informationen im Plenum</p>	<p>Softball</p> <p>Tafel</p>	
<b>Verlauf/Erarbeitung</b>	<p>Die Lehrkraft zeigt zur Reflexion des eigenen Verhaltens und weiteren Einstimmung auf das Thema einen der beiden Kurzfilme (der erste thematisiert deutlich mehr Aspekte der BNE, der zweite ist einfacher).</p> <p>Nun breiten die Kinder eine Picknickdecke aus und platzieren darauf die von der Lehrkraft mitgebrachten Lebensmittel, die auch in ihren eigenen Brotdosen zu finden sein könnten. Die Kinder überlegen gemeinsam mit Unterstützung der Lehrkraft, woher die Lebensmittel stammen: die Banane aus Südamerika, das Getreide fürs Brot aus Deutschland, der Käse aus Frankreich oder den Niederlanden. Der Apfel aus Neuseeland oder aus Deutschland. Die Paprika aus Spanien. Der Kakao im Schokoriegel aus Afrika, genauso wie die Kaffeebohnen für das Getränk der Lehrkraft.</p> <p><b>Hinweis:</b> Natürlich ist es auch möglich, dass die Kinder den Inhalt ihrer eigenen Brotdosen präsentieren. Möchte die Lehrkraft diesen Ansatz wählen, sollte sie im Vorfeld eine kurze Information an die Eltern geben, dass die Klasse über klimafreundliche Lebensmittel sprechen wird. Wichtig ist, dass keine Situation entsteht, in der die Kinder das Gefühl bekommen, etwas „Falsches“ sei in ihrer Brotdose. Denn Essen und Vorlieben sind sehr individuell.</p>	Sitzkreis	<p> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=z_WgVq6GyB0">https://www.youtube.com/watch?v=z_WgVq6GyB0</a> (5:48 min)</p> <p>oder</p> <p> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Yfevc6hRu0E">https://www.youtube.com/watch?v=Yfevc6hRu0E</a> (2:22 min)</p>	

Unterrichtsphase	Bemerkungen	Sozialform, Methoden	Medien/Material	Möglichkeiten zur Differenzierung
<p><b>Verlauf/Erarbeitung</b></p>	<p>Wenn es im Klassenraum eine Weltkarte gibt, können die Kinder zusammen die Länder suchen, aus denen die Lebensmittel bis nach Deutschland in die Geschäfte transportiert wurden. Sie merken: Einige der Lebensmittel haben eine sehr weite Reise hinter sich.</p> <p>Die Lehrkraft ergänzt das Frühstück mit einigen Produkten aus fairem Handel und erklärt, was es damit auf sich hat. Diese Lebensmittel bzw. ihre Zutaten wie Kakao kommen auch aus fernen Ländern. Der Unterschied besteht darin, dass die Lebensmittel unter besseren Bedingungen für Menschen und Umwelt angebaut werden.</p> <p>Nun könnten die Schülerinnen und Schüler einen Blick über den Tellerrand werfen. Dazu zeigt die Lehrkraft die <b>Bildkarten</b> mit Motiven aus verschiedenen Ländern (siehe auch QR-Code rechts und Hinweise in der Mediensammlung).</p> <p>Die Kinder stellen die Unterschiede fest. Etwa: Nicht überall gibt es Küchen und Küchengeräte wie bei uns. Für manche Lebensmittel benötigt man Kühlschrank/Tiefkühlgerät, für andere nicht. Nicht überall gibt es Fleisch oder Frühstücksflocken etc. Durch diese Ansätze können die Kinder nicht nur einen Einblick in die Lebensweisen in anderen Teilen der Welt erhalten, sondern auch Verständnis und Empathie für die vielfältigen Lebensbedingungen und Essgewohnheiten entwickeln, die es auf der Welt gibt.</p> <p>Danach kommt die Klasse ins Tun: Gemeinsam stellen die Schülerinnen und Schüler mithilfe des <b>Rezepts</b> Müslibälle her. Zuvor das grundlegende Händewaschen und Abwischen der Tische nicht vergessen! Die Schülerinnen und Schüler lernen, wie man ein einfaches Gericht ohne moderne Küchengeräte zubereitet.</p> <p>Dabei kann erneut überlegt werden, woher die einzelnen Zutaten stammen.</p> <p>Nach der Zubereitung der Müslibälle heißt es wieder: Hände waschen und Tische abwischen.</p>	<p>Plenum/Sitzkreis</p>	<p>Fair-Trade-Produkte</p> <p>Bildkarten</p> <p>Siehe auch:</p>  <p>„Hungry Planet: What the World Eats in pictures“:</p> <p><a href="https://ogy.de/04a7">https://ogy.de/04a7</a></p> <p>Rezept</p>	<p>Bei Kindern ohne ausreichende Lesekompetenz erklärt und hilft die Lehrkraft.</p>
<p><b>Sicherung und Ende</b></p>	<p>Zum Ende kommen die Kinder noch einmal im Sitzkreis zusammen und rekapitulieren, was sie an diesem Vormittag über Essen und Nahrungsmittel gelernt haben. Die Lehrkraft kann gezielte Fragen stellen, um das Verständnis zu vertiefen.</p>	<p>Abschlusskreis</p>		