

DGUV Lernen und Gesundheit

Bewusst einkaufen

Didaktisch-methodischer Kommentar

Was sagt das Etikett?

Die Unterrichtseinheit „Bewusst einkaufen“ nimmt das Lebensmitteletikett näher unter die Lupe. Der Fokus liegt dabei auf den gesetzlich geregelten Pflichtangaben, mit denen die Lebensmittelzusammensetzung beurteilt werden kann. Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit den Angaben auf Lebensmitteletiketten auseinander. Diese sind nicht leicht zu verstehen und oft vollgestopft mit Zahlen und Text. Doch welche Informationen sind überhaupt wichtig, welche neutral?

Hersteller sind gesetzlich verpflichtet, bestimmte Angaben über ihre Produkte zu machen – so genannte Pflichtangaben auf der Verpackung. Der Gesetzgeber will den Verbrauchern damit die Möglichkeit geben, sich über ein Lebensmittel verlässlich zu informieren. Diese Informationen bilden, wie bei Mobiltelefonen, Computern oder anderen Produkten auch, die Grundlage für eine bewusste Kaufentscheidung. Im Lebensmittelbereich werden diese Informationen erfahrungsgemäß nur wenig genutzt. Angesichts der Produktfülle in den Supermärkten ist die Fähigkeit, Lebensmittel anhand der Pflichtangaben zu bewerten, wichtig und die einzige Möglichkeit für den Verbraucher, Werbeaussagen zu überprüfen.

Im Rahmen der Unterrichtseinheit werden folgende Inhalte vermittelt:

- Pflichtangaben auf Lebensmittelverpackungen kennenlernen
- selbstständig Pflichtangaben auf den Etiketten herausfiltern
- Nährwertinformationen und Zutatenlisten zum Vergleich von Produkten nutzen

Die Unterrichtseinheit kann im Rahmen von Projekttagen zu Ernährung und Verbraucherbildung ab der 10. Jahrgangsstufe eingesetzt werden. Sie eignet sich auch für Schülerfirmen, die Speisen produzieren, oder für den Hauswirtschaftsunterricht, um ein bewussteres Vorgehen beim Wareneinkauf einzuüben.

Einstieg

Skizzieren Sie zum Einstieg ins Thema folgende Situation: Jemand möchte ein neues Smartphone kaufen. Welche Tipps für die Produktwahl würde die Klasse geben? Welche Informationen sollte man sich vor dem Kauf über dieses Produkt besorgen? Sammeln Sie die wichtigsten Anregungen mithilfe von Moderationskarten an Flipchart, Pinnwand oder Tafel. Diskutieren Sie, warum diese Informationen in den Augen der Schülerinnen und Schüler wichtig sind.

Leiten Sie anschließend auf den Lebensmittelbereich über: Nach welchen Kriterien wählen die Jugendlichen Lebensmittel im Supermarkt aus? Zeigen Sie einen Joghurtbecher mit abgelöstem Etikett (also nur den weißen Becher oder ummanteln Sie ihn mit Alufolie). Würden sie so ein Produkt kaufen? Warum nicht? Was möchte die Schülerinnen und Schüler über dieses Produkt wissen, bevor sie es kaufen?

Mögliche Fragen zum Produkt:

- Was ist da genau drin? (z. B. Joghurt oder Quark? Mit Fruchtgeschmack?)
- Wie viel ist drin? (Lassen Sie schätzen.)
- Wie frisch ist es bzw. ist es noch haltbar?
- Welche Marke/welcher Hersteller?

Vielleicht kommen auch noch Fragen wie:

- Wie viele Kalorien hat es?
- Wie viel Zucker oder Fett?
- Welche Zutaten enthält es?

Die Punkte müssen nicht vollständig sein. Nutzen Sie die gesammelten Fragen für die Überleitung zu den Pflichtangaben.

Was genau soll das sein bzw. was ist da drin?

Bei vielen Lebensmitteln, die es heute in Supermärkten zu kaufen gibt, können wir auf den ersten Blick gar nicht mehr so genau erkennen, was wir da kaufen – entweder weil uns die Verpackung den Blick auf das eigentliche Lebensmittel versperrt (wie bei dem Joghurtbecher) oder weil das Lebensmittel schon recht weit verarbeitet ist. Damit Verbraucher vor dem Kauf die Möglichkeit haben, sich über ein Lebensmittel zu informieren, müssen die Hersteller bestimmte Angaben auf der Verpackung machen.

Verlauf

Teilen Sie die Klasse in 3 oder 4 Arbeitsgruppen auf, damit sich die Schülerinnen und Schüler näher mit den Pflichtangaben auf Lebensmittelverpackungen vertraut machen können. Jede Gruppe untersucht ein anderes Produkt und erhält folgende Arbeitsmaterialien:



Arbeitsblatt 1

- Eine Lebensmittelverpackung aus dem Supermarkt, zum Beispiel aus dem Bereich der Fruchtjoghurts /-desserts aus dem Milchregal. Zum einen sind diese Produkte auch bei Jugendlichen relativ beliebt, zum anderen gibt es hier eine breite Auswahl ähnlicher Produkte, bei denen man als Verbraucher oft nicht so recht weiß, welches man am besten auswählt. Unterschiede in puncto Zusammensetzung und Nährwert kann man nur durch einen intensiven Blick auf das Etikett feststellen. Arbeitsblatt 1 nimmt den Bereich der Erdbeerbjoghurts unter die Lupe. Sie können grundsätzlich aber auch eine andere Produktgruppe wählen und analog vorgehen.

- Einen Internetzugang, um auf der Internetseite des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft die notwendigen Informationen herauszusuchen und ergänzend – falls notwendig – auf der Internetseite der Verbraucherzentralen nach Zusatzstoffen zu recherchieren:

http://www.bmel.de/DE/Ernaehrung/Kennzeichnung/kennzeichnung_node.html

Alternativ können Sie auch die Broschüren

„Kennzeichnung von Lebensmitteln“ ausdrucken. Kostenloser Download unter: http://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/Broschueren/Flyer-Poster/Flyer-LM-Kennzeichnung.pdf?__blob=publicationFile

- Moderationskarten, am besten für jede Gruppe eine Farbe, auf der die Ergebnisse festgehalten werden.

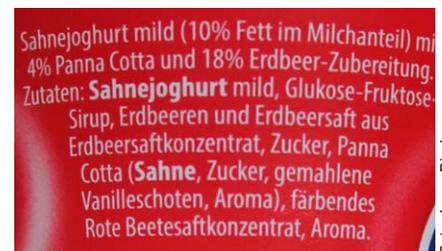


Foto: Leon Binder



Zusatzstoffe



Folie 1 und 2

Geben Sie den Gruppen circa 20 Minuten Zeit zur Bearbeitung und helfen Sie gegebenenfalls bei der Lösung. Vor dem Unterricht können Sie Moderationskarten mit den im Arbeitsblatt 1 genannten Pflichtangaben beschriften und an einer Pinnwand senkrecht untereinander anheften. Als Muster zur Vorgehensweise finden Sie Beispiele zum Produkt „Erdbeeryoghurt“ auf den Folien 1 und 2.



Stafettenpräsentation

Lassen Sie die Gruppen ihre Arbeitsergebnisse anschließend in Form einer Stafettenpräsentation referieren. Dafür kommt aus jeder Gruppe ein Vertreter bzw. eine Vertreterin an Flipchart, Pinnwand oder Tafel. Starten Sie mit dem ersten Punkt der Pflichtangaben auf dem Arbeitsblatt – der Bezeichnung des Lebensmittels – und lassen Sie die Moderationskarte der Gruppe 1 dazu anheften, dann folgen die Vertreter der anderen Gruppen mit ihren Karten zu den anderen Produkten.

Gehen Sie in dieser Weise auch bei den anderen Pflichtangaben vor, lassen Sie jedoch immer eine andere Gruppe zuerst ihre Karte aufhängen. Die anderen Gruppenmitglieder dürfen Kommentare oder Zusatzinformationen (z. B. zu einer Zutat) ergänzen. Der Vorteil dieser Präsentationsform ist, dass alle Gruppen immer präsent und in Aktion bleiben und nicht 3 oder 4 Präsentationen nur als Zuhörer erleben. Zudem werden die Unterschiede pro Pflichtangabe deutlicher, wenn sie direkt nacheinander präsentiert werden.



Folie 3

Je nach Verlauf können Sie Unterschiede und Gemeinsamkeiten der Produkte zwischendurch oder am Ende der Präsentation mit der Klasse diskutieren. Was fällt auf? Was ist überraschend? Klären Sie mithilfe der Informationsmaterialien eventuell noch offene Fragen, zum Beispiel zu den Zusatzstoffen. Welches Produkt würden die Jugendlichen kaufen und warum? Wie würden die Pflichtangaben aussehen, wenn die Schülerinnen und Schüler das Lebensmittel selbst herstellen?

Tipps für die Produktauswahl

Lebensnäher ist es, wenn sich die Schülerinnen und Schüler mit echten Lebensmittelverpackungen aus dem Supermarkt beschäftigen. Deshalb werden in dieser Unterrichtseinheit keine künstlich erstellten Verpackungsetiketten verwendet. In der Mediensammlung sind jedoch auch Materialien, die solche Etiketten zur Verfügung stellen.

Wenn Sie die Unterrichtseinheit, wie hier vorgeschlagen, durchführen, bleiben Sie möglichst in einem Produktsegment. So können Sie die Vorteile der Pflichtangaben für die Produktwahl beim Einkauf aufzeigen.

Wählen Sie dabei ein Segment aus, in dem die Schülerinnen und Schüler das Lebensmittel auch sehr leicht selbst mit wenigen Zutaten zubereiten können und dies vielleicht auch schon getan haben.

Achten Sie bei der Produktauswahl auf klare Produktunterschiede. In der Regel ist es günstig, ein Standardprodukt zu nehmen – hier Produkt 1 –, ein kalorienreduziertes Produkt – hier Produkt 3 – und eines, das entweder besonders kalorienreich ist oder bestimmte, bedenklich bewertete Zusatzstoffe enthält. (Im Frucht-dessert-Segment gibt es auch Frischkäsezubereitungen mit Erdbeergeschmack, die echtes Karmin⁽¹⁾ als Farbstoff verwenden.) Sie können durch die Produktauswahl auch gezielt den fachlichen Schwerpunkt für die Diskussion legen.

(1) Echtes Karmin steht im Verdacht bei entsprechend veranlagten Menschen pseudoallergische Reaktionen auszulösen.



Arbeitsblatt 2

Ende

Mit Arbeitsblatt 2 „Gekauft oder selbstgemacht?“ soll vor allem ein Denkanstoß gegeben werden. Wie aufwändig wäre eine Eigenherstellung? Wie würde der selbstgemachte Joghurt schmecken und wo sind die Unterschiede zum gekauften? Die Schülerinnen und Schüler wägen dabei die Vor- und Nachteile ab.

Die Zusammenstellung der Pflichtangaben für das eigene Rezept ist ein Perspektivenwechsel. Die Schülerinnen und Schüler schauen sozusagen auf die Pflichtangaben aus Herstellersicht. Dies verdeutlicht das Zustandekommen der Angaben und damit deren Aussagekraft und festigt das Erlernete.

Musterlösung
Arbeitsblatt 2

Bei den Lehrmaterialien ist eine Beispiellösung für einen selbstgemachten Erdbeeryoghurt angegeben. Die Rezepterstellung, die Berechnung der Nährwerte und die Erarbeitung der Pflichtangaben können Sie je nach Zeitbudget als Hausaufgabe geben, in Gruppenarbeit durchführen lassen oder gemeinsam mit der Klasse im gelenkten Unterrichtsgespräch durchführen.

Schreiben Sie auch hier die Ergebnisse am Ende auf Moderationskarten und hängen Sie diese an Flipchart, Pinnwand oder Tafel. Vergleichen Sie die Ergebnisse. Sehen die Jugendlichen einen Unterschied zwischen selbstgemacht und gekauft? Dies kann sowohl die Zusammensetzung als auch die Konsistenz oder den Geschmack betreffen. Der selbstgemachte Erdbeeryoghurt ist natürlich nicht stichfest, sondern flüssiger. Dafür enthält er keine Verdickungsmittel und keine Gelatine. Welches Fazit ziehen die Schülerinnen und Schüler? Empfinden sie die Pflichtangaben auf den Etiketten als hilfreich? Worauf würden sie in Zukunft beim Einkauf achten?

Fassen Sie gemeinsam mit der Klasse die Erkenntnisse zusammen. Sie können dies mündlich machen oder mit Moderationskarten, mögliche Kommentare siehe Folie 3. Machen Sie am Ende der Stunde ein Fotoprotokoll der Moderationskarten, das Sie entweder im virtuellen Klassenzimmer hochladen, ausgedruckt zur nächsten Stunde mitbringen oder an die Klassensprecher zur Weiterleitung in der Klassen-WhatsApp-Gruppe senden.

Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Bewusst einkaufen, Mai 2015

Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Mittelstraße 51, 10117 Berlin

Redaktion: Andreas Baader, Sankt Augustin (verantwortlich); Dagmar Binder, Wiesbaden

Text: Dr. Claudia Osterkamp-Baerens, Ottobrunn

Fachliche Beratung: Dr. Elke Frenzel, Aufsichtsperson der Kommunalen Unfallversicherung Bayern (KUVB), Bayerische Landesunfallkasse München

Verlag: Universum Verlag GmbH, 65175 Wiesbaden, Telefon: 0611/9030-0, www.universum.de



Internethinweis



Arbeitsblätter



Arbeitsauftrag

Folien/
Schaubilder

Video

Didaktisch-
methodischer
HinweisTafelbild/
Whiteboard

Lehrmaterialien