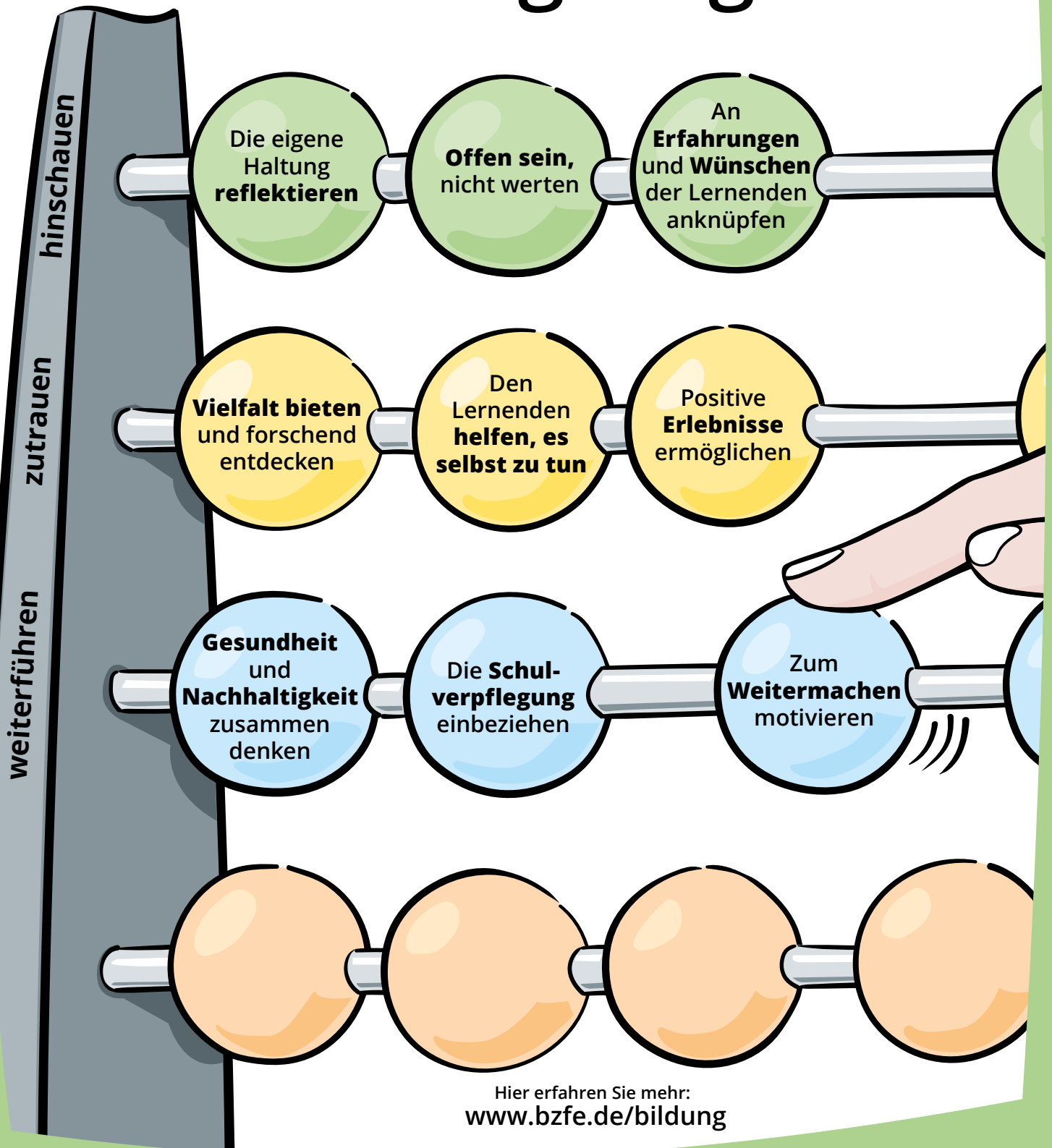


# Medien für die Ernährungsbildung

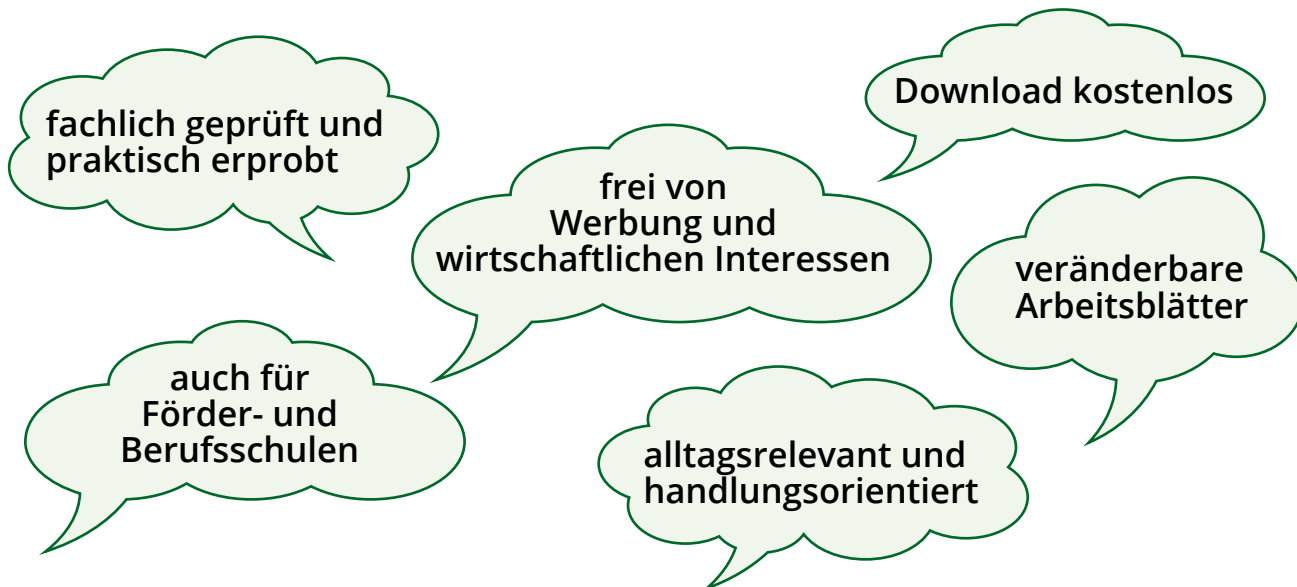




# Wie kann Ernährungsbildung gelingen?



Hier erfahren Sie mehr:  
[www.bzfe.de/bildung](http://www.bzfe.de/bildung)



## Inhalt

Essen lernen in Kita und Kindertagespflege .....	4
Stickern und Spielen in Vor- und Grundschule.....	5
Ganztagsbetreuung .....	6
Grundschule .....	8
Zu gut für die Tonne! .....	11
Die Ernährungspyramide .....	12
Experimente rund um Lebensmittel und Verdauung.....	13
Sinnesbildung im Klassenzimmer ab Sek I.....	14
Aktuelle Themen ab Sek I .....	15
Lebensmittelkunde ab Sek I.....	18
Fachpraxis in der Lernküche ab Sek I .....	20
Verbraucherbildung ab Sek I .....	22
Projekte rund ums Schulleben ab Sek I.....	23
Deutsch lernen .....	24
Apps und digitale Quizze.....	25
Kostenfreie Fortbildungen .....	26
Über das BZfE .....	27



### Unser Bildungsnewsletter: Jetzt anmelden!

Der Newsletter bietet Lehrer\*innen und Bildungsinteressierten Infos zu neuen Medien und Fortbildungen des BZfE. Besonders praktisch für die Unterrichtsvorbereitung: Materialsammlungen zu wechselnden Schwerpunktthemen.

<https://www.bzfe.de/bildung/bildungs-newsletter/>

# Essen lernen in Kita und Kindertagespflege

## Schmecken mit allen Sinnen



Mit wenig Aufwand, alltäglichen Lebensmitteln und einfachen Übungen entwickeln sich die Kinder in sechs Feinschmeckerstunden zu echten Genießern. Kernstück sind Geschmackserlebnisse mit Wasser, Rohkost, Brot und anderen alltäglichen Lebensmitteln.

### Kompetenzerwartungen:

Die Kinder

- ▶ lernen Wasser, Gemüse, Obst, Getreide und Joghurt kennen und ordnen sie der Ernährungspyramide zu.
- ▶ erfahren „neue“ Lebensmittel mit allen Sinnen.
- ▶ schulen und erweitern ihre Sinne.

### ab der Kita

- SinnExperimente
- Stickerbögen
- Poster
- Elternbrief

Medienpaket: 6,50 Euro

Artikel-Nr. 3613

## Einkaufen mit KiTa-Kindern



Der Betreuungsalltag bietet viel Potenzial für Ernährungsbildung. Diese beiden Downloads bieten einfache und partizipative Umsetzungsideen rund um den Einkauf bzw. die gemeinsamen Mahlzeiten.

### Kompetenzerwartungen:

Die Kinder erweitern ihr Wissen und ihre Handlungskompetenzen rund um den Einkauf bzw. die gemeinsamen Mahlzeiten.

### ab der Kindertagespflege und Kita

- Gesprächsanlässe
- Medientipps

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0741

## Gemeinsam essen mit KiTa-Kindern



Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0742

## Gemeinsam Vielfalt entdecken: Saisonales Obst und Gemüse



Diese Illustration im Poster-Format unterstützt dabei, in der Kindertagespflege und der Kita mit den Kindern ins Gespräch zu kommen: Was wächst wann in Deutschland? Was kennen die Kinder bereits?

### Kompetenzerwartungen:

Die Kinder

- ▶ entdecken die Vielfalt von saisonalem Obst und Gemüse.

### ab der Kindertagespflege und Kita

- pädagogischer Leitfaden

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0586



In vielen Bundesländern gibt es Vernetzungsstellen für Kitaverpflegung, die bei Fragen rund um die Verpflegung unterstützen. Adressen finden Sie hier: [www.nqz.de](http://www.nqz.de)



Informationen über Kleinkindernährung bietet das Netzwerk Gesund ins Leben: [www.gesund-ins-leben.de](http://www.gesund-ins-leben.de)

# Stickern und Spielen in Vor- und Grundschule

## Lebensmittel-Sticker

### ab der Kita

- Ideen für den Einsatz

10 Stickerbögen: 1,50 Euro

Artikel-Nr. 0027

Auf vier Vorlagen können Kinder ihre liebsten Lebensmittel in die Ernährungspyramide, in eine leere Brotdose oder in die Jahreszeitenuhr stickern. Darüber lässt es sich gut ins Gespräch kommen. Der Stickerbogen ist auch Teil von „Schmecken mit allen Sinnen“, Artikel-Nr. 3613.



## So macht Essen Spaß

### ab der Kita

- Sticker
- Vorschulaufgaben
- pädagogischer Leitfaden

Heft mit Stickern: 2,50 Euro

Artikel-Nr. 1317

Das Entdeckerheft mit den vielen bunten Stickern weckt die Neugier auf klimagesundes Essen. Es funktioniert ohne Lesen und Schreiben und motiviert die Kinder, neue Lebensmittel zu probieren, die Natur zu entdecken und draußen zu spielen.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Kinder

- ▶ äußern Wünsche fürs Essen und entdecken Küche und Einkaufsstätte.
- ▶ erkunden, wo unsere Lebensmittel herkommen und erkennen saisonales Obst.
- ▶ entwickeln Ideen für mehr Bewegung.



## Spiele rund um die Ernährungspyramide

### ab Klasse 1

- Lebensmittelkarten
- Aktionskarten
- Bewegungsspiele

Spielset: 2,50 Euro

Artikel-Nr. 3843

In drei Spielvarianten lüften die Kinder das Geheimnis der Ernährungspyramide und entdecken, worauf es beim Essen ankommt.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Kinder

- ▶ kennen die Vielfalt der Lebensmittel.
- ▶ bauen die Ernährungspyramide nach ihren eigenen Vorlieben auf.
- ▶ reflektieren spielerisch ihr Essverhalten.



## So macht Essen Spaß

### ab Klasse 2

- Sticker-Aufgaben
- Rätsel
- Spiele
- pädagogischer Leitfaden

Heft mit Stickern: 2,50 Euro

Artikel-Nr. 1318

66 Sticker, bunte Bilder, Spiele und Forscherfragen wecken die Neugier aufs Essen und motivieren die Kinder zu klimafreundlichem Handeln. Es geht um Frühstück, Schulhofspiele, Herkunft und Saisonzzeiten von Gemüse und Obst sowie gesunde Zähne.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Kinder

- ▶ erkunden, wann und wo Gemüse und Obst wachsen.
- ▶ ziehen selbst Radieschen.
- ▶ bereiten kleine Gerichte zu.



## Malen, entdecken, probieren



Die vielfältigen Malvorlagen bieten einen einfachen Zugang zum Thema Ernährung. Wenn Kinder ihre Kunstwerke präsentieren, ist das ein idealer Ausgangspunkt für interessante Gespräche und kleine Kostproben.

**ab der Kita**

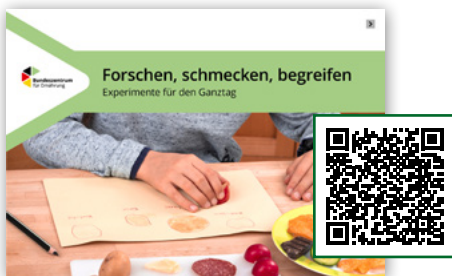
- verschiedene Schwierigkeitsstufen

**Download: kostenlos**

Artikel-Nr.

0629

## Forschen, schmecken, begreifen



Mit wenig Aufwand lassen sich spannende Forscheraufgaben aus dem Alltag der Kinder rund um unsere Lebensmittel durchführen. Hoch motiviert finden sie die Antworten auf ihre Fragen selber.

**ab Klasse 1**

- Experimente
- SinnExperimente
- Forscheraufträge

**Download: kostenlos**

Artikel-Nr.

0630

## Schnippeln, rühren, genießen



Praxiserprobe, bunt gestaltete (Bild-)Rezepte für kleine kalte Speisen mit wenig Zutaten und Küchenutensilien. Beim Selbermachen von Powertürmchen und Konfettiquark merken die Kinder: Ich kann kochen!

**ab Klasse 1**

- Spielregeln fürs Zubereiten
- Bild-Rezepte

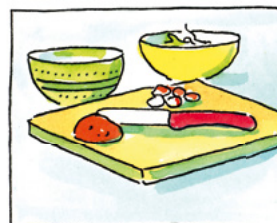
**Download: kostenlos**

Artikel-Nr.

0632



Hygiene muss sein



Sicher arbeiten



Aufräumen



# Hör Genuss mit Kasimir

## ab der Kita

- Ausmalbilder
- Bewegungsgeschichten
- Spiele und Rätsel
- Rezepte

## Kasimir im Schlaraffenland



- ▶ Getränke mit und ohne Zucker
- ▶ Rohkost
- ▶ Süßigkeiten

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0709

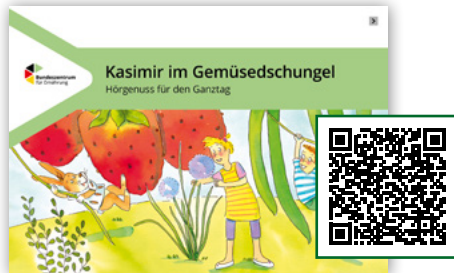
Spannende Hörspiele im mp3-Format machen die Kinder neugierig auf Gemüse, Obst, Getreide und andere Lebensmittel. Die mp3-Dateien gibt es zum kostenlosen Download unter:

[www.bzfe.de/kasimir-hoerspiel](http://www.bzfe.de/kasimir-hoerspiel)

Zu jeder Folge gibt es einen kostenlosen Leitfaden mit Gesprächsimpulsen und Aktionsideen.



## Kasimir im Gemüsedschungel



- ▶ Leckeres für Zwischendurch
- ▶ Vielfalt von Gemüse und Obst
- ▶ Mit allen Sinnen wahrnehmen

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0710

## Kasimir und der Super-Doppel-Wobbel



- ▶ Fast Food
- ▶ „Müllfrei“ picknicken
- ▶ Mehr Bewegung im Alltag

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0711

## Kasimir im Supermarkt



- ▶ Einkaufen / Verkaufstricks
- ▶ Kinderlebensmittel

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0712

## Kasimir bei den alten Rittern



- ▶ Frühstücksideen
- ▶ Fit durch den Tag

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0713

## Kasimir und das Ritterturnier



- ▶ Getreide
- ▶ Vom Korn zum Vollkornbrot

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0714

## Der Ernährungsführerschein



Mit dem Ernährungsführerschein kommt die Küche ins Klassenzimmer. In sechs bis sieben Doppelstunden lernen Dritt- und Viertklässler den Umgang mit Lebensmitteln und Küchengeräten. Der Ringordner ist maßgeschneidert für Lehrkräfte ohne Ernährungsexpertise.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ lernen den praktischen Umgang mit frischen Lebensmitteln und Küchengeräten.
- ▶ nehmen Lebensmittel mit allen Sinnen wahr und genießen.
- ▶ hinterfragen ihre Essgewohnheiten.
- ▶ bauen soziale Kompetenzen und Teamfähigkeiten aus.

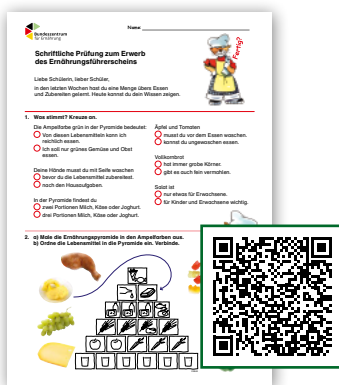
### ab Klasse 3

- differenzierte Materialien
- Poster
- Unterrichtsverläufe
- je 30 Prüfungsbögen und Führerscheindokumente
- für inklusive Lerngruppen geeignet

**Medienpaket: 40 Euro**  
**Download: kostenlos**

Artikel-Nr. **3941**

## Prüfungsfragebögen zum Nachbestellen



Zum Ernährungsführerschein gehört auch eine schriftliche Prüfung. Diese legen die Kinder in der vorletzten Doppelstunde ab. Sind die 30 Prüfungsfragebögen im Ringordner aufgebraucht, können sie im 10er-Pack nachbestellt werden.

### ab Klasse 3

**10er-Pack: 2,00 Euro**  
**Download: kostenlos**

Artikel-Nr. **3949**

## Führerscheindokumente zum Nachbestellen



Ein besonderes Highlight für alle Kinder ist die Verleihung der Führerscheindokumente. Sind die 30 Führerscheindokumente im Ringordner aufgebraucht, können sie im 10er-Pack nachbestellt werden.

### ab Klasse 3

**10er-Pack: 2,50 Euro**  
**Download: kostenlos**

Artikel-Nr. **3948**

## Fit für die Küche – Schülerheft



Das Heft enthält alle Rezepte und die wichtigsten Arbeitsblätter des Ernährungsführerscheins in einer Niveaustufe. Nicht enthalten sind die Mitbringaufträge, Prüfungsunterlagen und Differenzierungen. Das Heft kann ergänzend zum Ringordner (Artikel-Nr. 3941) bestellt werden.

### ab Klasse 3

**DINA4-Heft: 2,50 Euro**

Artikel-Nr. **1576**



# Schmecken mit allen Sinnen

## ab der Kita

- SinnExperimente
- Stickerbögen
- Poster
- Elternbrief

Medienpaket: 6,50 Euro

Artikel-Nr. 3613

Mit wenig Aufwand, alltäglichen Lebensmitteln und einfachen Übungen entwickeln sich die Kinder in sechs Feinschmeckerstunden zu echten Genießern. Kernstück sind Geschmackserlebnisse mit Wasser, Rohkost, Brot und anderen alltäglichen Lebensmitteln.

### Kompetenzerwartungen:

Die Kinder

- ▶ lernen Wasser, Gemüse, Obst, Getreide und Joghurt kennen und ordnen sie der Ernährungspyramide zu.
- ▶ erfahren „neue“ Lebensmittel mit allen Sinnen.
- ▶ schulen und erweitern ihre Sinne.



# Clevere Durstlöcher

## ab Klasse 1

- Experimente
- Trinkprotokoll
- Schorlentest

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0060

Was trinken Kinder? Wie fühlt sich Durst an? Die Kinder finden heraus, was clevere Durstlöcher ausmacht und welche sie mögen.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ beobachten ihre Trinkgewohnheiten.
- ▶ verstehen die Wichtigkeit des Trinkens und spüren ihrem Durstgefühl nach.
- ▶ erkennen und probieren clevere Durstlöcher.



# Milchforscher und Joghurtdetektive

## ab Klasse 1

- Wort-Bild-Karten
- Fotokarten
- Experimente
- passt zum EU-Schulprogramm

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 1684

15 Unterrichtsmodule laden Kinder ein, zu experimentieren und selbst Schüttelshakes, Konfettiquark, Lassi und Ayran herzustellen. Sie spüren die Zuckermengen in beliebten Milchprodukten auf, verfolgen den Weg der Milch und vermeiden Verschwendung und Verderb.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ entdecken und schmecken Milch und Milchprodukte und hinterfragen eigene Vorlieben.
- ▶ forschen und experimentieren.
- ▶ bereiten einfache Speisen zu und gehen wertschätzend mit Milch(-produkten) um.



# Gemüseforscher und Obstdetektive

## ab Klasse 1

- Detektivaufträge
- Wort-Bild-Karten
- Verkostungen
- Experimente
- passt zum EU-Schulprogramm

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 3388

31 flexibel einsetzbare Module bieten vielfältige Ideen zum saisonalen Angebot, zur Artenvielfalt und zu klimafreundlichem Konsum. Das macht Kindern Lust auf Gemüse und Obst.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erleben die Vielfalt von Gemüse und Obst.
- ▶ finden heraus, wann, wo und wie Gemüse und Obst wächst.
- ▶ schneiden Gemüse und Obst und schmecken mit allen Sinnen.



## Wie kommt die Möhre auf den Teller?



Wie viel Arbeit steckt in einer Möhre von der Ernte bis zum Verkauf im Geschäft? Diese Forscherfrage steigert die Wertschätzung für unser Gemüse und lenkt die Aufmerksamkeit auf die Sortenvielfalt.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erarbeiten die Verarbeitungsschritte von der Ernte bis zum Verkauf der Möhre.
- ▶ stellen selbstständig Möhrenpommes her.
- ▶ schmecken und benennen Unterschiede zwischen den Möhrensorten.

### ab Klasse 1

- Fotokarten
- Domino
- Rezept
- SinnExperiment

Download: kostenlos

Artikel-Nr.

0505

## Muss Obst immer schön sein?



Im Modul wird das klassische Thema „Obstvielfalt“ mit nachhaltigem Handeln verknüpft im Sinne von: Auch unperfektes Obst ist wertvoll und schmeckt lecker.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ benennen heimische Obstsorten und sortieren sie in Baum- und Strauchfrüchte.
- ▶ beschreiben einzelne Fruchtbestandteile, indem sie einen Apfel untersuchen.
- ▶ entwickeln Verwendungsmöglichkeiten für nicht so „schönes“ Obst.

### ab Klasse 1

- Memospiel
- Rezept
- Experimente
- Forscherfragen

Download: kostenlos

Artikel-Nr.

0557

## Was hat mein Apfel mit dem Klima zu tun?



Woher kommen unsere Äpfel? Welches Obst gibt es in der Nähe? Ist es regional, saisonal, unverpackt, bio? Das Modul sensibilisiert die Kinder für eine klimafreundlichere Obstwahl.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ lesen den Saisonkalender und finden heraus, welches Obst wann bei uns wächst.
- ▶ erklären, warum das regionale Angebot gut für die Umwelt und die heimischen Betriebe ist.
- ▶ begründen ihre Obstwahl unter dem Aspekt der saisonalen und regionalen Verfügbarkeit.

### ab Klasse 3

- Fachwortschatzkarten
- Fotokarten
- Infografiken
- Bewegungsquiz

Download: kostenlos

Artikel-Nr.

0137

## Was ist Obst der Saison?



Wie hängen Obstvielfalt, Saisonalität und Klima zusammen? Die kindgerechten Erklärungen fördern das Verständnis und motivieren zu klimafreundlicherem Handeln.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ beschreiben und vergleichen das Wachstum von Samen unter verschiedenen Bedingungen.
- ▶ erarbeiten mittels Statements die Bedeutung von Saison bei Obst und nehmen dazu Stellung.
- ▶ erklären den Saisonkalender, ordnen Obst zu den Jahreszeiten und bewerten es auch hinsichtlich Vielfalt, Geschmack und Verpackung.

### ab Klasse 3

- Experimente
- Forscherfragen
- Fachwortschatzkarten
- Quiz
- Feinschmeckerübungen

Download: kostenlos

Artikel-Nr.

0558

# Zu gut für die Tonne!

## Gemeinsam gegen Lebensmittelverschwendung

Mehr Wertschätzung, weniger Verschwendung: Mit *Zu gut für die Tonne!* setzt sich das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) seit 2012 dafür ein, Verbraucher\*innen für einen nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln zu sensibilisieren und deren Verschwendung zu reduzieren. Weitere Infos: [www.zugut fuerdietonne.de](http://www.zugut fuerdietonne.de)

BUNDESWEITE STRATEGIE

ZU GUT FÜR DIE TONNE

## Lehrerheft und Schülerheft *Zu gut für die Tonne!*

### ab Klasse 3

- Apfelversuch
- Lebensmittelfotos
- Bastelbogen Kühlschrank

DIN-A4-Hefte und Downloads: kostenlos

Artikel-Nr. 7771

Artikel-Nr. 7772

Warum werfen wir Lebensmittel weg? Was sind Lebensmittel wert? Wie lagern wir Lebensmittel richtig? Drei Unterrichtseinheiten liefern Ideen und Arbeitsblätter zu diesen Fragestellungen.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ nennen Gründe für Lebensmittelverschwendung und reflektieren ihr eigenes Verhalten.
- ▶ erkennen am Beispiel des Apfels den Wert eines Lebensmittels und entwickeln Ideen, wie sie Reste vermeiden oder verwerten.
- ▶ erkennen, ob Lebensmittel noch haltbar sind und lagern sie an den richtigen Orten.



## Lehrerheft und Schülerheft *Zu gut für die Tonne!*

### ab Klasse 7

- Rollenspiel
- Quizze
- Schätzaufgaben
- Bastelbogen Kühlschrank

DIN-A4-Hefte und Downloads: kostenlos

Artikel-Nr. 7707

Artikel-Nr. 7773

Fünf Unterrichtseinheiten passend zu den Fragen: Warum werfen wir Lebensmittel weg? Welche Folgen hat die Verschwendung? Wie retten wir Lebensmittel? Wie lagern wir Lebensmittel richtig? Wie gehen wir mit Resten um?

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ nennen Gründe für Lebensmittelverschwendung und entwickeln Ideen, wie sie vermieden werden kann.
- ▶ reflektieren den Wert von Lebensmitteln und wissen, wie sie gelagert werden.
- ▶ lernen Organisationen kennen, die Lebensmittel retten und organisieren eine Retter-Party.



## Bastelbogen Kühlschrank

Kinder und Jugendliche erlernen spielerisch, wie Lebensmittel richtig im Kühlschrank oder Vorratsschrank gelagert werden. Der Bastelbogen ist Bestandteil der Schulmaterialien (s.o.).



DIN-A4-Bogen: kostenlos

Artikel-Nr. 7774

## Posterreihe

Drei Infografiken liefern Hintergrundinformationen zum Thema Lebensmittelverschwendung. Als Poster oder digital einsetzbar.



- ▶ Artikel-Nr. 7700 Wer wirft wie viel weg?
- ▶ Artikel-Nr. 7701 Was werfen wir weg?
- ▶ Artikel-Nr. 7702 Warum werfen wir so viel weg?



# Die Ernährungspyramide

## Materialsammlung zur Ernährungspyramide



Mit dieser umfassenden Materialsammlung können Sie die Ernährungspyramide auf vielfältige Weise in Ihrem Unterricht, an Projekttagen oder in AGs nutzen. Dank veränderbarer Dateien eignet sie sich für alle Schulformen.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erklären den Aufbau der Ernährungspyramide.
- ▶ hinterfragen die Pyramide kritisch.
- ▶ nutzen die Pyramide als Orientierung für ihr eigenes Essen und Trinken.

ab Klasse 5

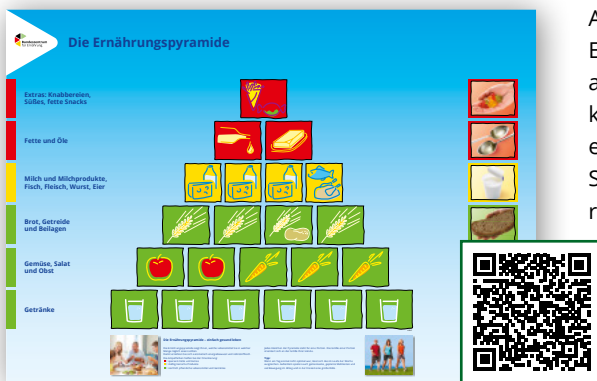
- Lebensmittelkarten
- Handportionskarten
- digitale Quizze

Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

0718

## Didaktisches Poster zur Ernährungspyramide



Alles auf einen Blick: Die Ernährungspyramide zeigt, wie ausgewogenes Essen am Tag aussehen kann. Die Lebensmittel sind in acht Gruppen eingeteilt, jede Gruppe hat ihr eigenes Symbol. Und das „Handmaß“ hilft, die richtige Portionsgröße zu ermitteln. Das Poster eignet sich für Kita, Schule und Erwachsene.

ab der Kita

Poster und Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

3914

## DIN-A5-Karten im 10er-Pack



Die beidseitig bedruckten Karten eignen sich ideal zur Weitergabe an Schüler\*innen. Die Rückseite liefert leicht verständliche Informationen zu allen Lebensmittelgruppen und zum Aufbau des Modells.

ab Klasse 1

- abwischbar

10 DIN-A5-Karten: **kostenlos**

Artikel-Nr.

3923

## Die Ernährungspyramide – Richtig essen lehren und lernen



Das Heft liefert Hintergrundinformationen und didaktische Anregungen zum Einsatz der Ernährungspyramide. Das Heft stellt die acht Lebensmittelgruppen ausführlich vor: Welche Gruppen gibt es? Welche Lebensmittel gehören zu welcher Gruppe? Welche Besonderheiten sind zu beachten? Weitere Schwerpunktthemen sind Portionen und Portionsgrößen sowie die Bedeutung und Zusammensetzung von Mahlzeiten.

ab Klasse 9

- Sachtexte
- Infos für Lehrende

Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

3899

# Experimente rund um Lebensmittel und Verdauung

## Küchengeheimnissen auf der Spur

ab Klasse 3

- Arbeitsblätter mit Experimentieranleitungen
- Fachinformationen

Artikel-Nr.

0538: Obst

0539: Kartoffel

0540: Gemüse

0541: Fleisch

0542: Milch

0543: Eier

0590: Zucker, Salz

0591: Getreide

0592: Fette

Die neun Sammlungen bieten einen breiten Fundus, um Rätseln in der Küche einfach und anschaulich auf die Spur kommen. In jeder Sammlung steht eine andere Lebensmittelgruppe im Mittelpunkt.

**Kompetenzerwartungen:**

Die Schüler\*innen

- ▶ erforschen Alltagsphänomene in der Küche.
- ▶ trainieren das Beobachten, Messen, Ordnen, Experimentieren, Dokumentieren, Interpretieren und Arbeiten mit Modellen.
- ▶ wenden einfache Küchentechniken an.



Download: kostenlos

## Der Weg der Nahrung – Materialsammlung

ab Klasse 5

- Videoclips
- Sachtexte in unterschiedlichen Niveaustufen
- Experimente
- Forscheraufträge

Download: kostenlos

Artikel-Nr.

1610

Das Thema Nahrung und Verdauung ermöglicht viele Bezüge zur Lebenswelt von Schüler\*innen. Mit der didaktisch aufbereiteten Materialsammlung können Lehrende den klassischen Stoff lebendig, kompetenzorientiert und binnendifferenziert umsetzen.

**Kompetenzerwartungen:**

Die Schüler\*innen

- ▶ beschreiben den Weg der Nahrung durch den menschlichen Körper.
- ▶ erklären die Funktionen der beteiligten Organe.
- ▶ reflektieren Einflüsse auf Verdauung, Sättigung und Wohlbefinden.



## Nahrung und Verdauung

ab Klasse 10

- Sachtexte
- medizinische Illustrationen

Download: kostenlos

Artikel-Nr.

3706

Was passiert mit der Nahrung im Körper? Welche Aufgaben haben die einzelnen Verdauungsorgane? Das Heft erklärt detailliert und mit übersichtlichen Grafiken, welche Prozesse bei der Verwertung von Nährstoffen ablaufen.



# Sinnesbildung im Klassenzimmer ab Sek I

## Die Methode SinnExperimente



Die Methode SinnExperimente hat viel Potenzial. Denn nur wer alle Sinne einsetzt, kann die feinen Unterschiede zwischen gleichartigen Lebensmitteln entdecken. Das Unterrichtsmaterial liefert einen SinnExperimentierbogen und Beispiele zu Getränken, Brot und Getreide, Gemüse, Obst und Milch(-produkten).

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ wenden das Probierprinzip an und beschreiben ihre Sinneseindrücke.
- ▶ sind offen und neugierig gegenüber unbekanntem Lebensmitteln.
- ▶ gehen achtsam mit Resten um und entwickeln Handlungsoptionen gegen Lebensmittelverschwendung in ihrem Umfeld.

### ab Klasse 5

- SinnExperimentierbogen
- Experimentierideen

Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

0050

## SchmExperten



Im Mittelpunkt des Unterrichtskonzeptes steht die Praxis: Die Schüler\*innen bereiten selbstständig kleine kalte Gerichte im Klassenzimmer zu und genießen sie gemeinsam. Hinzu kommen Themen wie Klima- und Umweltschutz, Esskultur und Geschmacksbildung.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erwerben Küchenfertigkeiten und Entscheidungskompetenzen, um das eigene Essen selbstbestimmt und verantwortungsbewusst zu gestalten.

### ab Klasse 5

- Umsetzung im Klassenraum
- Rezepte
- SinnExperimente
- Impulse fürs Schulleben

Ringordner mit Poster von der Ernährungspyramide: **40 Euro**

Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

3979

## SchmExperten – Arbeitsblätter



Das Heft mit über 60 attraktiven Arbeitsblättern und Rezepten ist für den SchmExperten-Unterricht mit dem Ringordner 3979 bestimmt. Als praktische Ergänzung ersetzt es die sonst notwendigen Fotokopien.

### ab Klasse 5

- alle Arbeitsblätter aus 3979

DIN-A4-Heft: **kostenlos**

Artikel-Nr.

1586



## Mein Frühstück für unsere Zukunft

### ab Klasse 4

- Materialkarten
- Stop and Swap-Fragen

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0320

In den ersten beiden Doppelstunden entwickeln die Schüler\*innen Daumenregeln für klimafreundliche Frühstücke. In der dritten Doppelstunde nehmen sie ihre Essumgebung zuhause oder in der Schule mittels Fragebögen unter die Lupe.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ entwickeln Daumenregeln für klimafreundliche Frühstücke.
- ▶ leiten Empfehlungen für ein Frühstück for future ab.
- ▶ stoßen Verbesserungen rund ums Frühstück in Familie und Schule an.



## Dem Zucker auf der Spur

### ab Klasse 5

- Fotokarten mit Lebensmittelbeispielen
- Infografiken

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0115

Wie viel Zucker ist im Schokomüsli, Fruchtjoghurt, Ketchup und Softgetränk? Die Hinweise zum Zuckersparen werden verknüpft mit Tipps zu mehr Nachhaltigkeit, wie z. B. selber machen, Plastik sparen, faire Produkte wählen.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ benennen einige Zuckerarten und versteckte Süßmacher.
- ▶ erfassen den Zuckergehalt über die Zutatenliste und Nährwertabelle.
- ▶ bewerten den Zuckergehalt beliebiger Produkte und entwickeln „nachhaltigere“ Ideen zur Zuckerreduktion.



## Was ist drin im fertig verpackten Lebensmittel

### ab Klasse 6

- Fotokarten mit Lebensmittelbeispielen
- Infografiken
- Forscherfragen

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 3002

Was ist das für ein Lebensmittel und wieviel Nachhaltigkeit ist drin? Die verpflichtende Lebensmittelkennzeichnung ist Ausgangspunkt, um Hinweise auf faire Erzeugung, umweltverträglichere Verpackungen und Regional-Angaben zu thematisieren.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erkennen die Pflichtangaben auf verpackten Lebensmitteln und unterscheiden sie von freiwilligen Angaben.
- ▶ analysieren Zutatenverzeichnis, MHD und Hinweise auf Nachhaltigkeit.
- ▶ überprüfen ausgewählte Kennzeichnungselemente für ihren persönlichen Alltag.



## Der Nutri-Score – was steckt dahinter?



Wie kann ich den Nutri-Score beim Einkaufen clever nutzen? Wo hilft das Label? Wo liegen die Grenzen? Diese Fragen weiten den Blick vom Nährwert zu Nachhaltigkeitsaspekten wie sozialverträgliche und ökologische Produktion.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erklären den Nutri-Score und die damit verbundene Bewertung.
- ▶ vergleichen ähnliche Produkte.
- ▶ bewerten Nutzen und Grenzen des Labels.

### ab Klasse 8

- Ausschneidebögen mit Nährstoffen und Logos
- Fotokarten mit Pizza, Schokoflakes, Fruchtjoghurt

Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

0178

## Nachhaltiger Einkaufen – Was geht?



Wo kommt mein Essen her? Wie unterscheiden sich Einkaufsorte wie Supermarkt, Hofladen, Bäckerei, Online-Handel und Marktschwärmerei? Wie nachhaltig kann ich dort einkaufen? Welche Initiativen für nachhaltigeres Essen gibt es in meiner Nähe?

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ stellen anhand von Lesetexten die Merkmale verschiedener Einkaufsorte in einer Tabelle zusammen.
- ▶ diskutieren Vor- und Nachteile der Einkaufsorte in puncto Nachhaltigkeit.
- ▶ erkunden Einkaufsorte und Food-Initiativen im Umfeld.

### ab Klasse 7

- Infokarten zu Einkaufsorten
- Infografiken

Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

0182

## Warum sind Hülsenfrüchte so wertvoll?



Wie können Hülsenfrüchte die Welt retten? Warum sind sie so wichtig im Speiseplan von morgen? Im Modul geht es um die Bedeutung der Hülsenfrüchte für Mensch, Tier, Landwirtschaft und Ökosysteme.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ beschreiben den Gesundheitswert von Hülsenfrüchten als Lebensmittel.
- ▶ erklären, warum Hülsenfrüchte nachhaltig sind.
- ▶ entwickeln Ideen für den Speiseplan.

### ab Klasse 7

- Fotokarten mit Hülsenfrüchten
- Infokarten

Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

0140

## Vege...-was?



Vegan, vegetarisch, flexitarisch – pflanzliche und pflanzenbetonte Essweisen liegen im Trend. Wie sinnvoll sind sie für Klima und Gesundheit? Im Internet gibt es dazu viele Meinungen. Das Material befähigt Jugendliche, sich objektiv zu informieren.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erklären Unterschiede zwischen Ernährungsformen.
- ▶ bewerten sie sowohl aus Gesundheits- als auch aus Umweltsicht.
- ▶ argumentieren pro und contra pflanzenbetonter Ernährungsweisen.

### ab Klasse 7

- Infografiken
- Infokarte „Welchen Quellen kannst du trauen?“

Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

0512

## High Protein – was steckt dahinter?

### ab Klasse 8

- Mysterykarten
- Fotokarten mit Produktbeispielen
- Infokarten zur Werbung

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0215

Muckies zum Löffeln? Wie passen Fitnessfood und Klimaschutz zusammen? Das Modul nutzt das Interesse an der „körperformenden“ Wirkung von High-Protein, um die Bedeutung verschiedener Proteinquellen für die Ernährungssicherung weltweit zu erarbeiten.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ vergleichen High-Protein-Varianten mit normalen Produkten und bewerten sie hinsichtlich Nährwert, Design und Werbung.
- ▶ positionieren sich zur Aussage „mehr Protein“ mit Blick auf eine zukunftsfähige, pflanzenbetonte Ernährung.



## Insekten essen?!

### ab Klasse 9

- Rollenkarten
- Folien
- Videos

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0197

Insekten statt Fleisch? Diese Frage diskutieren die Schülerinnen und Schüler aus drei Perspektiven: Umwelt, Gesundheit und Ethik. Ferner suchen sie weitere Lösungen, um den Fleischkonsum zu verringern. Das Modul passt in Ethik, Geografie, Biologie und alle Fächer mit Ernährungsbezug.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ beschreiben, sortieren und gewichten Pro- und Contra-Argumente zu essbaren Insekten.
- ▶ formulieren einen begründeten eigenen Standpunkt.



## Was hat mein Essen mit dem Klima zu tun?

### ab Klasse 9

- Hintergrundinformationen
- Methode „Mood Board“

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 3659

Können wir durch unsere Ernährungsweise das Klima schonen? Ja, können wir!

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erklären die Zusammenhänge zwischen Klima, Lebensmittel und dem persönlichen Lebensstil.
- ▶ erläutern Klimatipps und beurteilen Chancen und Hindernisse bei der Umsetzung.
- ▶ entwickeln im Gruppenpuzzle eine klimafreundliche Schulmensa und präsentieren ihre Ideen.



## Mein Essen – unser Klima

### ab Klasse 9

- Sachtexte
- Illustrationen

DIN-A5-Heft und Download: kostenlos

Artikel-Nr. 1577

Das Heft erklärt, wie Klima und Nahrungsmittel zusammenhängen. Fünf Tipps zeigen, wie jeder Einzelne seine persönliche CO2-Bilanz beim Essen verbessern kann. Fleischkonsum ist das eine, aber auch mit eigenem Engagement kann man in seinem Umfeld für Verbesserungen sorgen.





# Lebensmittelkunde ab Sek I

## Gemüsevielfalt entdecken



Was ist an Bio-Gemüse anders? Wie kommt die Möhre in die Packung? Mit den zehn Unterrichtsbausteinen können Schüler\*innen selbst Antworten zu ihren Alltagsfragen finden.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ setzen sich aus verschiedenen Blickwinkeln mit unserem Gemüseangebot auseinander.
- ▶ lernen sinnorientiert die Unterschiede und Eigenschaften verschiedener Gemüse kennen.

ab Klasse 5

- Infokarten
- Rezepte

DIN-A4-Heft und Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

3895

## Obstvielfalt entdecken



Ersetzen Smoothies wirklich frisches Obst? Wo liegt „regional“ auf der Landkarte? Mit den 12 Unterrichtsbausteinen können Schüler\*innen selbst Antworten zu ihren Alltagsfragen finden.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ setzen sich aus verschiedenen Blickwinkeln mit unserem Obstangebot auseinander.
- ▶ lernen sinnorientiert die Unterschiede und Eigenschaften verschiedener Obstarten kennen.

ab Klasse 5

- Infokarten
- Rezepte

DIN-A4-Heft und Download: **kostenlos**

Artikel-Nr.

3896

## Der Saisonkalender Obst und Gemüse



Wann gibt es den ersten heimischen Kohlrabi und wie lange haben Kirschen Saison? Das zeigt der Saisonkalender für diese und 75 weitere Obst- und Gemüsearten. Zudem sieht man, wie sich das Marktangebot aus importierter und deutscher Ware zusammensetzt.

ab Klasse 5

DIN-A3-Poster: **kostenlos**

Artikel-Nr.

3488



Kompaktinfo im 10er-Pack: **kostenlos**

Artikel-Nr.

3917

## Saisonkalender – App



Mit der Saisonkalender-App haben Sie den Saisonkalender jederzeit dabei.

ab Klasse 5

App: **kostenlos**

Erhältlich im App Store  und bei Google play 

# Küchenkräuter – Poster

ab Klasse 5

DIN-A3-Poster: kostenlos

Artikel-Nr. 3757

Das dekorative Poster gibt einen Überblick über die wichtigsten Eigenschaften von 19 beliebten Kräutern.



# Folien für Unterricht und Vortrag

ab Klasse 5

Jeder Foliensatz besteht aus mindestens einer Infografik und weiteren Folien mit Hintergrundinformationen.

- ▶ 6207: Längsschnitt durch ein Getreidekorn
- ▶ 6206: Längsschnitt durch ein Hühnerei
- ▶ 6037: Die Kartoffelpflanze
- ▶ 6204: Versorgung mit Nährstoffen aus Milch
- ▶ 6205: Käseangebote und Nährstoffe

Download: kostenlos



# Lebensmittelfolienblätter

ab Klasse 5

• mit Küchen-Videos

Zu 33 verschiedenen Obst- und Gemüsearten bietet das BZfE Infoblätter mit Tipps zum Einkaufen, Lagern und Zubereiten.

- 1715: Avocado
- 0283: Bohnen
- 1720: Brot/Brötchen
- 1702: Chicorée
- 1719: Eier
- 1703: Fenchel
- 0284: Hülsenfrüchte
- 1716: Kaki
- 0286: Kartoffeln
- 1706: Kohlrabi
- 0287: Kräuter
- 0285: Kürbis
- 1707: Lauch/Porree
- 1718: Mango
- 1708: Mangold
- 0288: Möhren
- 0289: Nüsse
- 0290: Paprika
- 1717: Passionsfrucht
- 1709: Pastinaken
- 0291: Pilze
- 1710: Rhabarber
- 1711: Rosenkohl
- 1712: Rote Bete
- 0292: Salate
- 0293: Salatgurke
- 1705: Sellerie
- 1713: Spargel
- 0294: Tomaten
- 1704: Weißkohl/Spitzkoh
- 1714: Wirsing
- 1721: MHD/Verbrauchsdatum

Download: kostenlos



# Fachpraxis in der Lernküche ab Sek I

## SchmExperten in der Lernküche



Mit den Unterrichtsbausteinen für die Lernküche werden Schüler\*innen zu SchmExperten. Sie schulen ihre Sinne, erforschen Lebensmittel und Küchengeräte, bereiten

warme Speisen zu und variieren Rezepte. Die Küchenpraxis ist eng verknüpft mit Esskultur, Lebensmittelwertschätzung, Klimaschutz und dem Transfer in den (Schul-)alltag.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erwerben Küchenfertigkeiten und Entscheidungskompetenzen, um das eigene Essen selbstbestimmt und verantwortungsbewusst zu gestalten.

### ab Klasse 5

- Rezepte
- Experimente
- Zusatzmaterial zur Differenzierung

**Ringordner mit Küchenkartei (s.u.) und Poster Ernährungspyramide: 55 Euro**

**Download: kostenlos**

Artikel-Nr.

3980

## Die Küchenkartei



Alles auf einen Blick: Die 50 abwischbaren Fotokarten bieten Küchen-Neulingen die wichtigsten Informationen und Anleitungen, um erstmals in der Küche zu arbeiten. Die Kartei setzt auf aussagekräftige Bilder und so wenig Text wie nötig.

### ab Klasse 5

- Schritt-für-Schritt-Anleitungen
- Videos

**DIN-A5-Ordner mit Aufstellfunktion: 15 Euro**

**Download: kostenlos**

Artikel-Nr.

3462

## Hip-Hop-Lernvideos

Zu ausgewählten Themen der Küchenkartei finden Sie passende Hip-Hop-Lernvideos in der BZfE-Playlist auf Youtube: [www.bzfe.de/hip-hop-lernvideos](http://www.bzfe.de/hip-hop-lernvideos)





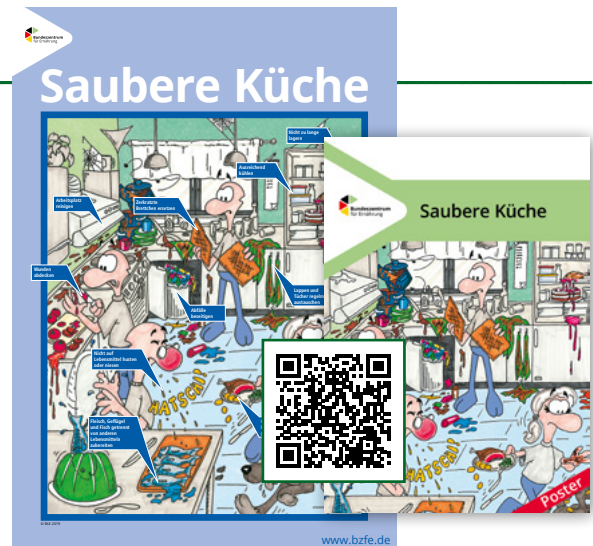
## Saubere Küche

ab Klasse 5

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 3347

Die Illustration fordert heiter, aber dennoch einprägsam dazu auf, wichtige Hygieneregeln im Küchenalltag einzuhalten.



## Garverfahren – Folien

ab Klasse 9

Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0465

Die beiden Folien geben einen Überblick über die wichtigsten Garverfahren in feuchter und trockener Hitze. Ergänzend zur Definition gibt es Hinweise zum erforderlichen Gargeschirr und zu geeigneten Lebensmitteln.



## Selber drehen, mehr verstehen

ab Klasse 5

- Erklärvideo zum Filmen
- Übungsvideo
- Tipp- und Rollenkarten

DIN-A4-Heft und Download: kostenlos

Artikel-Nr. 1690

Ein Video drehen, um anderen etwas zu erklären - das motiviert Schüler\*innen. Der Leitfaden für Lehrkräfte an weiterführenden, Berufs- und Förderschulen zeigt praxisnah den Weg zum eigenen Erklärvideo: Vom Drehbuch über das Filmen bis hin zur Reflexion.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ produzieren eigene Erklärvideos.
- ▶ erweitern dabei selbstgesteuert ihr Wissen und Können.



## Rezepte aufs Ohr

ab Klasse 9

- Beispielrezept
- Tipp- und Rollenkarten

DIN-A4-Heft und Download: kostenlos

Artikel-Nr. 1699

Vom Rezept zur Audiodatei: In diesem Unterrichtsprojekt produzieren Schüler\*innen Audiorezepte zum Anhören und Mitkochen. Der Leitfaden erklärt Schritt für Schritt, wie die Umsetzung in sechs bis sieben Doppelstunden funktioniert.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ bereiten einfache Gerichte nach Rezept zu.
- ▶ erstellen eine digitale Hör-Kochanleitung für das Smartphone.



# Verbraucherbildung ab Sek I

## Schülerwarentest



Das Unterrichtsmaterial zeigt, wie sich mit der Methode Schülerwarentest praxisnahe Verbraucherbildung realisieren lässt. Das Motivierende an der Methode: Die Lernenden wählen selbst ihr Testprodukt, diskutieren über dessen Qualität und erarbeiten die Prüfpunkte, die für sie wichtig sind.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ setzen sich selbstständig, kritisch und mehrperspektivisch mit Lebensmitteln auseinander, um ihre Konsumententscheidung reflektiert, selbstbestimmt und qualitätsorientiert zu fällen.

### ab Klasse 5

- Arbeitshilfen in unterschiedlichen Niveaustufen
- Praxisbeispiele

**DIN-A4-Heft und Download: kostenlos**

Artikel-Nr. 3709

## Lebensmittelqualität beurteilen



Bio, regional, fair, gesund, schnell, vegan, verpackungsfrei – wer weiß schon genau, was hinter den Schlagwörtern steckt und was beim Einkauf wirklich zählt. Die 36 Fragekarten geben zahlreiche Impulse, sich mit den acht verschiedenen Dimensionen von Lebensmittelqualität auseinanderzusetzen, die der BZfE-Qualitätsfächer zeigt.

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ erarbeiten sich selbstständig Antworten auf kritische Fragen rund um Lebensmittel.
- ▶ betrachten Qualität unter verschiedenen Blickwinkeln.
- ▶ reflektieren ihre Konsumententscheidungen und können künftig qualitätsbewusster auswählen.

### ab Klasse 5

- Fragekarten zu 8 Dimensionen von Lebensmittelqualität
- Impulse zum Weiterdenken und -machen

**Download: kostenlos**

Artikel-Nr. 1638

## Der BZfE-Qualitätsfächer – Poster



Schmeckt! Schmeckt nicht! Diese einseitige Bewertung greift zu kurz für Joghurt, Pizza, Eis oder Wrap. Zu einer qualitätsbewussten Entscheidung gehört mehr, wie der BZfE-Qualitätsfächer zeigt. Er bietet eine Orientierung zu acht Dimensionen von Lebensmittelqualität.

### ab Klasse 5

**DIN-A3-Poster und Download: kostenlos**

Artikel-Nr. 0216



# Projekte rund ums Schulleben ab Sek I

## Unser Restaurant-Tisch

### ab Klasse 5

- Checkliste
- Reflexionsbogen
- Rollenkarte

### DIN-A4-Flyer und Download: kostenlos

Artikel-Nr. 0007

Wie wäre es, in der Schulmensa mal wie im Restaurant bedient zu werden? Der Flyer zeigt, wie Schüler\*innen diese Idee umsetzen und ausgewählten Mitschüler\*innen das Essen in besonderer Atmosphäre servieren können.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ engagieren sich für ihr Schulleben.
- ▶ reflektieren die Atmosphäre in ihrer Mensa.



## Schulfestfirma

### ab Klasse 5

- Kompetenzkarten
- eignet sich als Projektarbeit

### Download: kostenlos

Artikel-Nr. 1681

Egal ob Kuchenverkauf oder die Organisation des gesamten Schulfestes: Bei diesem Unterrichtsprojekt arbeiten die Schüler\*innen eigenverantwortlich nach dem Modell der vollständigen Handlung. So verknüpft das Projekt Themen aus der Ernährungs- und Verbraucherbildung mit wirtschaftlichen Aspekten. Die Lehrkraft moderiert lediglich die ersten und letzten Stunden im Klassenverband, in der Ausführungsphase arbeiten die Schüler\*innen in Expertengruppen selbständig zusammen.

#### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ stellen selbstverantwortlich Produkte her und entwickeln Dienstleistungen, die sie im Rahmen einer Schulveranstaltung vermarkten. „nachhaltigere“ Ideen zur Zuckerreduktion.



In vielen Bundesländern gibt es Vernetzungsstellen für Schulverpflegung, die bei Fragen rund um die Verpflegung unterstützen. Adressen finden Sie hier: [www.nqz.de](http://www.nqz.de)



## Aufgetischt



15 Tischspiele mit verschiedenen Schwierigkeitsstufen unterstützen Kinder und Jugendliche beim Deutschlernen. Sie bieten Lese-, Schreib- und Gesprächsanlässe. Die Spielkarten lassen sich bunt oder schwarz-weiß ausdrucken.

**ab Klasse 3**

- Wort- und Bildkarten
- Adjektivkarten
- Aussagekarten

**Download: kostenlos**

**Artikel-Nr. 1664**

## Wort-Bild-Karten



180 Motive aus den Bereichen Ernährung und Bewegung verknüpfen Wort und Bild zum motivierenden Einsatz beim Spracherwerb. Sie lassen sich doppelseitig ausdrucken.

**ab Klasse 3**

- Wendekarten mit Fotos
- für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- verschiedene Sprachniveaus

**Download: kostenlos**

**Artikel-Nr. 1772**

## Häppchenweise Deutsch



Deutsch als Zweitsprache zu lernen gelingt besonders gut mit alltagsnahen Themen. Das Handbuch hilft, den DaZ-Unterricht abwechslungsreich und zielorientiert zu gestalten.

**Ab Klasse 7**

- für Deutschkurse A1, A2, B1
- Hörübungen
- Wortlisten

**DIN-A4-Heft und Download: kostenlos**

**Artikel-Nr. 1777**

## Buchstäblich fit



6,2 Millionen Erwachsene in Deutschland können nicht richtig lesen und schreiben. Das Medienpaket bietet Lernanlässe zu den Themen Ernährung und Bewegung.

**ab Klasse 10**

- für Alphabetisierungskurse
- zahlreiche Kopiervorlagen
- Wort-Bild-Karten

**Medienpaket und Download: kostenlos**

**Artikel-Nr. 1735**

## Essen als Thema in der Erwachsenenbildung



Ob Sprachkurs, Computertraining oder Integrationsmaßnahme - das Thema Essen weckt Emotionen und regt den Dialog zwischen fremden Menschen an. In der Erwachsenenbildung und der Arbeit mit Jugendlichen ermöglicht es den Erwerb wichtiger Kompetenzen.

**ab Klasse 10**

- Food Literacy
- praxiserprobte Übungen

**Download: kostenlos**

**Artikel-Nr. 3971**

# Apps und digitale Quizze

## Saisonkalender-App

ab Klasse 5

App: kostenlos

Die App listet für jeden Monat alle Gemüsearten und Früchte auf, die gerade Haupterntezeit haben, und zwar aus heimischer Erzeugung und für Importware.

Erhältlich im App Store  und bei Google play 



## App zur Ernährungspyramide: Was esse ich?

ab Klasse 5

App: kostenlos

In die App lässt sich eintragen, was und wieviel den Tag über gegessen wurde. Mehr als 700 Lebensmittel mit entsprechenden Fotos können „ingecheckt“ und individuell ergänzt werden. Inklusive Erinnerungsfunktion, Wochenübersicht, individuellen Zieleingaben und Teilungsfunktionen für Social Media. Erhältlich im App Store und bei Google play.



## Digitale Quizze zur Ernährungspyramide

ab Klasse 5

• verschiedene Schwierigkeitsstufen

Quiz: kostenlos

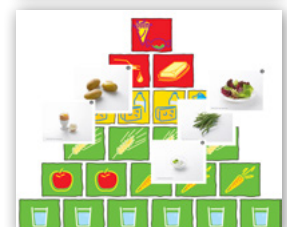
Die vier Quizze sind unterschiedlich lang und anspruchsvoll:

- Der Basis-Snack dient zum Kennenlernen oder Auffrischen der Kernbotschaften der Pyramide.
- Der Profi-Snack dient zur Vertiefung.
- Die beiden Learning-Apps „Die Symbole der Ernährungspyramide“ und „Die Ernährungspyramide: Fotos zuordnen“ lassen sich einzeln einsetzen. Sie sind aber auch Bestandteil des Basis-Snacks. Ideen zur Einbindung in den Unterricht finden Sie in der Materialsammlung „Die Ernährungspyramide im Unterricht“ (s. S. 12).

### Kompetenzerwartungen:

Die Schüler\*innen

- ▶ benennen die Lebensmittelgruppen.
- ▶ ordnen Lebensmittel in die Pyramide ein.
- ▶ verstehen die Kernbotschaften der Pyramide.



# Kostenfreie Fortbildungen



Für alle (angehenden) Lehrer\*innen und Pädagog\*innen bietet das BZfE kostenlose, materialbasierte zwei- bis dreistündige Online- oder Präsenzfortbildung an. Grundlegende Inhalte:

- ▶ Informationen zur Ernährungsbildung
- ▶ Angebote des Bundeszentrums für Ernährung
- ▶ Einblick in die Materialien
- ▶ Gruppenarbeit zu einzelnen Themeneinheiten und zur Umsetzung im eigenen Unterricht
- ▶ Raum für kollegialen Austausch

Voraussetzung für die Online-Teilnahme ist die Bereitschaft, per Video und Audio an einem Web-Meeting aktiv teilzunehmen.

## Feinschmeckerkurs:

- ▶ Zielgruppe: Lehrer\*innen und Pädagog\*innen
- ▶ Thema: Sinnesbildung in Kita, Grundschule und Ganztage
- ▶ mit SinnExperiment

## Obst- und Gemüsevielfalt:

- ▶ Zielgruppe: (angehende) Lehrer\*innen der Sekundarstufe I
- ▶ Thema: Obst- und Gemüsevielfalt aus vielen Perspektiven betrachten
- ▶ abwechslungsreiche Unterrichtsbausteine kennen lernen

## Ernährungsführerschein:

- ▶ Zielgruppe: Lehrer\*innen an Grundschulen
- ▶ Thema: praktische Ernährungsbildung in der Grundschule
- ▶ Einblick in die Arbeit mit dem Ernährungsführerschein
- ▶ mit Praxisdemonstration zu Schäl- und Schneidetechniken

## Der Qualitätsfächer:

- ▶ Zielgruppe: (angehende) Lehrer\*innen der Sekundarstufe I
- ▶ Thema: Lebensmittelqualität beurteilen
- ▶ Einsatzmöglichkeiten, z. B. in Arbeitslehre, AES, WAT oder EuG
- ▶ Einbindung in die Methode Schülerwarentest

## Bildung für nachhaltigeres Essen:

- ▶ Zielgruppe: interessierte Lehrer\*innen aller Fächer und Stufen
- ▶ Thema: Zusammenhänge zwischen Essen und Nachhaltigkeit (Planetary Health)
- ▶ Gestaltungsspielräume entdecken

## SchmExperten:

- ▶ Zielgruppe: (angehende) Lehrer\*innen der Sekundarstufe I
- ▶ Thema: Praktische Ernährungsbildung im Klassenzimmer bzw. in der Lernküche
- ▶ Einblick in Konzept, Materialien und die vielfältigen Methoden



Informationen und Anmeldung: [www.bzfe.de/bildung/fortbildungen](http://www.bzfe.de/bildung/fortbildungen)












## Über das BZfE

Das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) ist das Kompetenz- und Kommunikationszentrum für Ernährungsfragen. Wir unterstützen Menschen dabei, gesundheitsförderliche und nachhaltigere Lebensstile zu entwickeln. Gemeinsam mit unseren Initiativen bieten wir verlässliche Ernährungsinformationen, vermitteln Kompetenzen im Umgang mit Lebensmitteln und geben vielfältige Hilfestellungen mit qualifizierten Angeboten in Beratung und Bildung. Wir tragen dazu bei, die Qualität der Ernährung zum Beispiel in Familien, Kitas/Schulen und Senioreneinrichtungen zu optimieren.

Ernährungswissen für alle: [www.bzfe.de](http://www.bzfe.de)  
Medienshop: [www.ble-medien-service.de](http://www.ble-medien-service.de)

Sie haben Fragen rund um Ernährungsbildung?  
Schreiben Sie uns eine E-Mail:  
[ernaehrungsbildung@bzfe.de](mailto:ernaehrungsbildung@bzfe.de)

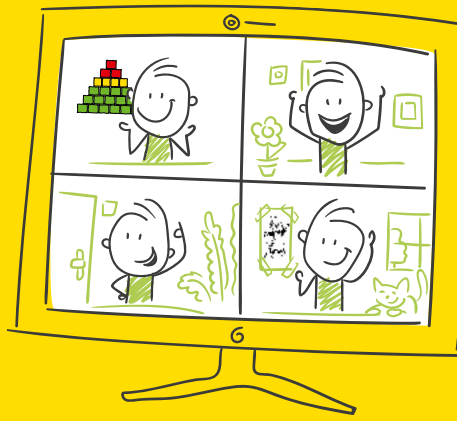
Folgen  
Sie uns auf:

-  @bzfe.bund
-  @bzfe\_de
-  @Bundeszentrum für Ernährung
-  @Bundeszentrum für Ernährung
-  @waswiressen\_



Bundeszentrum  
für Ernährung

## Ernährungs- bildung satt:

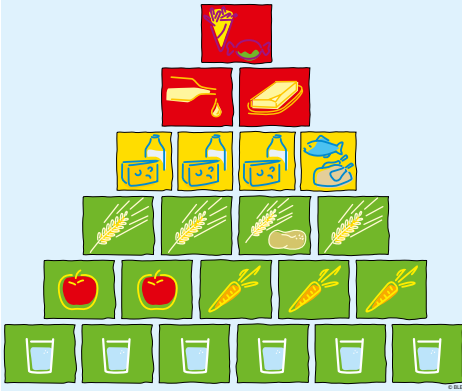


kostenfreie  
Fortbildungen

Unterrichts-  
material



geprüfte  
Fachinhalte

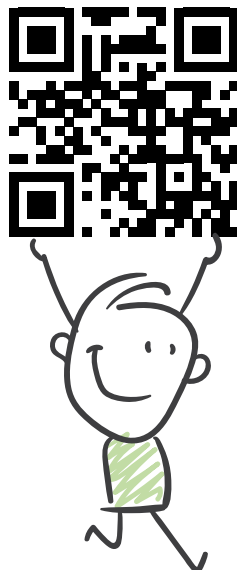


Videoclips

Bildungs-  
Newsletter



Infografiken



[www.bzfe.de/bildung](http://www.bzfe.de/bildung)

Lieferbedingungen und AGB: [www.ble-medien-service.de](http://www.ble-medien-service.de)

### Impressum 0247/2024

**Herausgeberin:** Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)  
Präsidentin: Dr. Margareta Büning-Fesel  
Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn, Telefon: 0228 /68 45 - 0,  
[www.ble.de](http://www.ble.de), [www.bzfe.de](http://www.bzfe.de)

**Text und Redaktion:** Referat 614, BLE

**Gestaltung:** Michael Ebersoll, BLE

**Titelbild:** © Dash - stock.adobe.com;

**Gestaltung Rückseite:** Jasmin Friedenburg, BLE;

Illustration Figuren: © strichfiguren - stock.adobe.com

Erstauflage, BLE 2024

© BLE