



BIG

**bunt is(s)t gesund
regional ist genial**

Ein Projekt des
Kinderschutzbundes Fulda

Die Module im Überblick

Modul 1: Tierische Lebensmittel

Modul 2: Pflanzliche Lebensmittel

Modul 3: Modell Schrebergarten

Modul 4: Lebensmittel aus dem Supermarkt

Modul 5: gesunde Ernährung

**Modul 6: kritische Auseinandersetzung
mit Fertigprodukten, Fastfood,
sogenannten Säften**

Auf der Rückseite des Flyers
finden Sie ausführlichere
Informationen zur Zielsetzung
und zu den Inhalten des
jeweiligen Moduls.





In einem Satz:

Bunt is(s)t gesund – regional ist genial ist eine Initiative, die Kinder über den gesamten Zeitraum ihrer Grundschulzeit zu Themen der Ernährungs- und Gesundheitsförderung begleitet, informiert und unterstützt.

Die Initiative setzt frühestmöglich an, arbeitet **nachhaltig und integrativ**, ist flexibel und kompatibel im Hinblick auf Altersstrukturen, Kompetenzen und zeitliche Rahmenbedingungen und ist sowohl für die Arbeit in Förderschulen, Kindergärten und der Sekundarstufe 1 adaptierbar.

Sie erreicht alle Schüler*innen, unabhängig vom sozialen und kulturellen Hintergrund.

In **sechs Modulen** lernen Kinder die Themenbereiche tierische und pflanzliche Lebensmittel kennen, erleben einen Schrebergarten und erfahren die Möglichkeiten des Selbstanbaus von Lebensmitteln. Sie verstehen, in welchen Ländern die bei uns gängigen Lebensmittel angebaut werden, welche Transportwege dabei entstehen, welche zusätzlichen Stoffe Lebensmitteln hinzugefügt werden und

setzen sich kritisch mit sogenannten geduldeten Lebensmitteln auseinander.

Jedes Modul ist geprägt durch **gemeinsame Aktivitäten wie Ausflüge, Kochaktionen und gemeinsames Essen.**

Durch das Zusammenführen von Kindern mit und ohne Behinderung und aus unterschiedlichsten Herkunftsfamilien fördert die Initiative zusätzlich den sozialen Zusammenhalt, **wirkt integrativ und inklusiv.**

Die teilnehmenden Grundschüler*innen sollen sich informiert und ernst genommen fühlen und bei Ernährungsfragen mitbestimmen können. Die Initiative **bezieht zudem Eltern aktiv mit ein** und führt standardisierte Evaluationen durch.

Die Schüler*innen sollen in dem **Zeitraum von vier Grundschuljahren** durch ein Expert*innenteam von Ernährungswissenschaftler*innen und Pädagog*innen zu „Ernährungsexperten in eigener Sache“ werden. Die Schüler*innen werden durch die langfristige Projektgestaltung in ihrer Entwicklung begleitet. Die regelmäßigen Treffen über einen Zeitraum von vier Jahren vergegenwärtigen das erworbene Wissen in dieser wachstumsrelevanten Lebensphase.



SCAN ME

- Welche Bedeutung haben Lebensmittel, ihre Herkunft, ihre Zubereitung, ihre Produktion für das Wohlbefinden und die Gesundheit des Menschen?
- Was bedeuten Tier- und Pflanzenprodukte für unsere Gesundheit und Umwelt?
- Was macht eine gute Mischung aus?



“

Wir wollen Grundschul-
kinder mit unserem
Projekt „Bunt is(s)t
gesund – regional ist
genial“ längerfristig
und nachhaltig für
ihr „tägliches Brot“
sensibilisieren.

Modul 1:

Tierische Lebensmittel

(1. Schuljahr – 2. Halbjahr)



Ziel:

Die Kinder sollen durch den Besuch eines Bauernhofs einige Nutztierarten und deren Lebenskreislauf kennenlernen und erfahren, welche Lebensmittel sie uns liefern.

Inhalte u. a.

- Besuch eines Bauernhofes: Die Kinder sollen vor Ort Nutztiere und ihre Haltung kennenlernen.
- Die Kinder sollen exemplarisch an der Kuh/am Huhn lernen, was ein Nutztier ist.

Praxis-Anwendung:

Die Kinder sollen aus tierischen Lebensmitteln etwas zum Essen vorbereiten.

Modul 2: Pflanzliche Lebensmittel

(2. Schuljahr – 1. Halbjahr)



Ziel:

Die Kinder sollen durch einen Besuch im herbstlichen Garten (gewerblich) den Anbau von Obst und Gemüse kennenlernen.

Inhalte u. a.

- Die Kinder sollen pflanzliche Lebensmittel kennenlernen und Wachsorte bestimmen: Acker, Beet, Strauch, Baum.
- Besuch eines Bauernhofs/einer Gärtnerei: Die Kinder sollen vor Ort auf einem gewerblichen Hof die Ernte/Lagerung von Gemüse/Obst kennenlernen und verstehen, dass Lebensmittel haltbar gemacht werden können.
- Die Kinder sollen die Kennzeichen von Obst und Gemüse kennenlernen, erste Hinweise auf Inhaltsstoffe erhalten und verstehen, warum/wann etwas gesund ist.

Praxis-Anwendung:

Die Kinder sollen aus pflanzlichen Lebensmitteln etwas zum Essen vorbereiten.

Modul 3: Modell Schrebergarten

(2. Schuljahr – 2. Halbjahr)



Ziel:

Den Kindern soll „Garten“ unter dem Aspekt der Eigenversorgung verständlich gemacht werden sowie die Möglichkeiten und Grenzen des Eigenanbaus aufgezeigt werden.

Inhalte u. a.

- Die Kinder sollen das Projekt Nutzgarten/Schrebergarten kennenlernen.
- Besuch des Kleingärtnervereins Neue Heimat: Die Kinder sollen vor Ort einen Nutzgarten/Schrebergarten kennenlernen.
- Die Kinder sollen verstehen, dass man selbst Lebensmittel aussäen, ernten und essen kann.

Praxis-Anwendung:

- Die Kinder ernten selbstgesäte Kräuter und bereiten daraus etwas zum Essen vor.

Modul 4: Lebensmittel aus dem Supermarkt (3. Schuljahr – 1. Halbjahr)



Ziel:

Die Kinder sollen durch den Besuch von Supermärkten erfahren, wo die Lebensmittel erzeugt werden und dabei die Klassifizierungen regional und saisonal kennenlernen.

Inhalte u. a.

- Besuch eines klassischen Supermarktes bzw. eines türkischen oder asiatischen Supermarktes (abhängig von der Gruppenzusammensetzung): Die Kinder sollen bekannte Obst- und Gemüsesorten im Regal wiedererkennen und erfahren, dass wir im Supermarkt viel mehr kaufen können als bei uns auf dem Bauernhof oder im Schrebergarten angebaut wird.
- Die Kinder sollen erkennen lernen, dass Lebensmittel häufig einen langen Transportweg zurücklegen. Sie sollen Bezüge zu regionalem und saisonalem Anbau herstellen können.

Praxis-Anwendung:

Die Kinder bereiten etwas zum Essen unter Berücksichtigung der regionalen und saisonalen Bedingungen zu.

Modul 5: gesunde Ernährung

(3. Schuljahr – 2. Halbjahr)



Ziel:

Die Kinder sollen die für eine gesunde Ernährung relevanten Inhaltsstoffe von Lebensmitteln und wichtige Aspekte der Ernährung erkennen. (Ernährungspyramide)

Inhalte u. a.

- Anhand der Ernährungspyramide sollen die Kinder Lebensmittel bewerten können.
- Saisonale Lebensmittel: Die Kinder sollen verstehen, warum z.B. frische Erdbeeren im Dezember nicht auf den Speiseplan gehören und was uns die Jahreszeiten zum Verzehr anbieten.
- Besuch eines „Unverpacktladens“: Die Kinder sollen den Aspekt Verpackungen kritisch bewerten können.

Praxis-Anwendung:

Die Kinder sollen etwas zum Essen zubereiten und möglichst wenig Verpackungsmüll produzieren.

Modul 6: kritische Auseinander- setzung mit Fertigprodukten, Fastfood, sogenannten Säften



(4. Schuljahr – 2. Halbjahr)

Ziel:

Die Kinder sollen den Wert von Lebensmitteln im Hinblick auf Inhaltsstoffe bei Fastfood und Fertigprodukten erkennen und im Hinblick auf eine gesunde Ernährung bewerten können.

Inhalte u. a.

- Was entdecken wir in der Beschreibung von Lebensmitteln, was wir gar nicht in der Ernährungspyramide finden?
- Besuch im Supermarkt: Die Kinder sollen lernen, die Produkthinweise zu entdecken und diese zu interpretieren.

Praxis-Anwendung:

Die Kinder sollen unter den erarbeiteten Kriterien ein Abschlussessen mit den Eltern planen und das Festessen zubereiten.



Der Kinderschutzbund
Kreis- und Ortsverband
Fulda

Kontakt-Infos

Magdeburger Str. 17, 36037 Fulda

Telefon: 0661 9016551

E-Mail: info@kinderschutzbund-fulda.de

www.kinderschutzbund-fulda.de