unser schul essen

Klasse 1–2

Mittagsband

Mittagessen in der Schule ist gerade für jüngere Kinder eine Selbstverständlichkeit. Der von der DGE erarbeitete Qualitätsstandard für die Schulverpflegung sieht für eine angenehme und gesundheitsförderliche Essatmosphäre konkrete Ernährungsempfehlungen, individuell angepasste Rahmenbedingungen, wie Räumlichkeiten und Pausenorganisation und Mitwirkung aller Beteiligten, von der Schulleitung und dem Caterer bis hin zu den Eltern und Kindern vor. Auch die Kleinsten sollen von Beginn an in den Genuss eines ausgewogenen Mittagessens und einer entspannten gemeinsamen Mahlzeit kommen. Die Abläufe dazu werden durch jede Schuleinrichtung und durch die einzelnen Klassen individuell organisiert.

Für den reibungslosen und möglichst entspannten Verlauf der Mittagspause sind verschiedene Dinge notwendig. Dazu gehören zum Beispiel das rechtzeitige Bestellen des Essens mit und durch die Eltern, die Mitnahme des Chips oder der Karte, das Hände waschen vor und nach dem Essen, das gemeinschaftliche Essen, das Tisch reinigen und die Pause für ausreichend Bewegung. Ob das Mittagessen gerade von jüngeren Grundschulkindern positiv wahrgenommen wird, hängt nicht unwesentlich davon ab, wie vertraut sie mit den Abläufen, Absprachen und Regeln für die Mittagspause sind. Genauso wichtig ist es für Kinder, ihre Möglichkeiten der Mitbestimmung und Entscheidungsfreiheit und die Personen, an die sie sich mit Fragen wenden können, zu kennen. Die Erarbeitung eines „Mittagsbands“ gibt eine visuelle Hilfestellung, um die Kinder mit den Abläufen rund um das Mittagessen vertraut zu machen und ihnen zu zeigen, wie wichtig Hygiene- und Verhaltensregeln für eine angenehme Mittagspause in der Mensa spielen. Die Projektidee kann in Schule oder Hort genutzt werden, um in individuellen Gruppen Regeln und Abläufe zum Mittagessen zu besprechen und festzulegen.

Schulkonferenz

Empfehlenswert ist es, allgemeingültige Regeln und organisatorische Eckpfeiler für den Ablauf der Mittagsversorgung, die eine Mitwirkung von Lehrkräften, Eltern und Schülerinnen und Schülern nach sich ziehen, durch die Schulkonferenz zu beschließen.

© Unser Schulessen – Gesund, Digital, Partizipativ | www.unser-schulessen.de

Aufgabenstellung

Unterrichtsziel

Ziel der Unterrichtsidee ist, die Kinder mit den Abläufen der Mittagsverpflegung vertraut zu machen. In einfachen Schritten erarbeiten sie wichtige Eckpunkte, die für und beim Mittagessen wichtig sind und erfahren, welche Möglichkeiten der aktiven Mitbestimmung sie haben.

Unterrichtsverlauf
Zeit: 2 Doppelstunden

Schritt 1:

Als Einstieg erhalten die Schülerinnen und Schüler den ungeordneten Ablauf der Mittagspause von Ella (→ Arbeitsblatt 1). Sie schneiden die Bilder aus und bringen in Partnerarbeit die Geschichte in die richtige Reihenfolge. Gegebenenfalls können Sie die Bilder schon vor dem Unterricht ausschneiden. Fragen Sie die Ergebnisse ab und sprechen Sie über den Ablauf. **Tipp:** Je nachdem, wie die Regeln in Ihrer Schule sind, kann der Ablauf auch eine andere Reihenfolge haben. (Die ausgeschnittenen Bilder verbleiben bei jedem Kind für das spätere Basteln eines Leporellos.)

Schritt 2:

Nachdem sich die Schülerinnen und Schüler mit den einzelnen Phasen der Mittagspause vertraut gemacht haben, erstellen Sie gemeinsam nach der → Methode: Zeitstrahl, ein eigenes Mittagsband für das Klassenzimmer. Nutzen Sie dazu die großen Bildkarten (A4) (→ Kopiervorlage: Mittagsband) und fertigen Sie das Mittagsband als Poster für das Klassenzimmer an. Alternativ können Sie gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern die Bilder für das Mittagband selbst zeichnen. Bringen Sie die Bilder in der richtigen Reihenfolge an die dafür vorgesehene Wand an (→ Muster: Mittagsband).

Besprechen Sie danach weitere Faktoren, die bei der Organisation der Mittagspause ebenfalls eine Rolle spielen. Stellen Sie dazu folgende Impulsfragen an die Klasse:

- „Bei wem kannst du einen Wunsch zum Essen äußern oder dich beschweren?“
- „Was gehört zu einer Mittagsmahlzeit dazu?“
- „Was ist für dich am Wichtigsten für ein gutes Mittagessen?“

Nutzen Sie für die Sicherung der Antworten die visualisierten Sprechblasen (→ Kopiervorlage: Sprechblasen) und lassen Sie diese von den Schülerinnen und Schülern an die richtige Stelle am Mittagsband anordnen. Leere Sprechblasen können für individuelle Antworten/Faktoren verwendet werden. Inhalte für die Sprechblasen können sein:

- Wir beachten die Regeln in der Mensa
- aktueller Speiseplan
- Das Personal an der Essensausgabe (z. B. Foto mit Namen)

© Unser Schulessen – Gesund, Digital, Partizipativ | www.unser-schulessen.de

- Hygiene-Kärtchen (z. B. niesen in die Armbeuge)
- Trinken während des Mittagsessen
- Bewegungspausen
- Wunsch- und Beschwerdezettel

Schritt 3:

Betrachten Sie nach Schritt 2 noch einmal gemeinsam das erstellte Mittagsband. Stellen Sie sicher, dass alle Schülerinnen und Schüler die einzelnen Phasen der Mittagspause verstanden haben. Gehen Sie noch einmal auf besonders wichtige Punkte ein. Das können die Rahmenbedingungen für eine angenehme gute Mittagspause, wie zum Beispiel das Vorbestellen des Essens oder das Einhalten der Hygieneregeln sein. Sensibilisieren Sie auch für das Thema gesunde Ernährung, indem Sie besprechen, wie wichtig die Bestandteile einer Mittagsmahlzeit sind und welche Rolle das regelmäßige Trinken spielt.

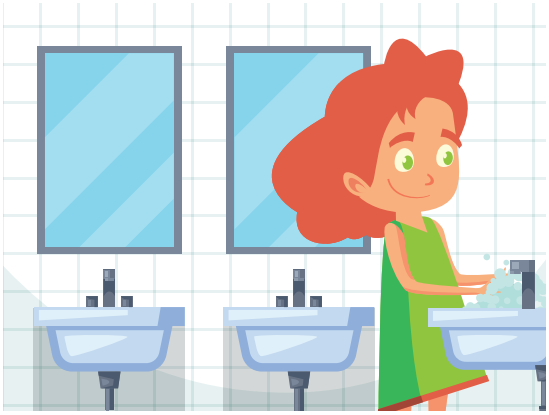
Als Abschluss basteln die Schülerinnen und Schüler ihr eigenes Leporello mit einem visualisierten Ablauf der Mittagspause. Nutzen Sie dazu die → Faltanleitung: Leporello und die in Phase 1 ausgeschnittenen Bilder. Falten Sie gemeinsam das Leporello nach der Anleitung und kleben sie dann die ausgeschnittenen Bilder ein. Führen Sie diesen Schritt gemeinsam durch, damit die Bilder in der richtigen Reihenfolge geklebt werden.

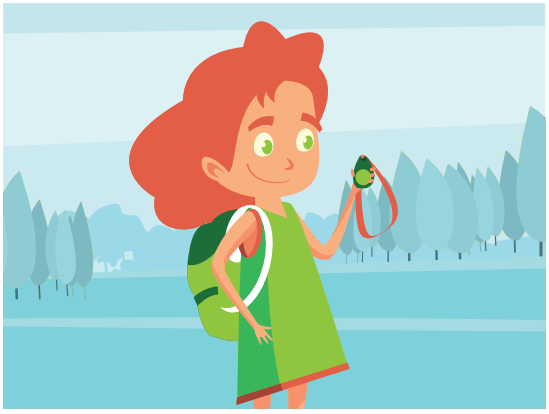
Das Projekt kann gut auf einem regulären Elternabend vorgestellt werden, um auch die Eltern über die Abläufe der Mittagsverpflegung ins Bild zu setzen. Hier können Themen wie die gesundheitsförderliche Auswahl von Gerichten, Mitwirkung der Kinder bei der Essenbestellung und die Regeln für funktionierende Abläufe besprochen werden.

Weitere Materialien für diese Unterrichtsidee

- Methode: Zeitleiste
- Hintergrund: Organisation
- Kopiervorlagen Mittagsband (A4)

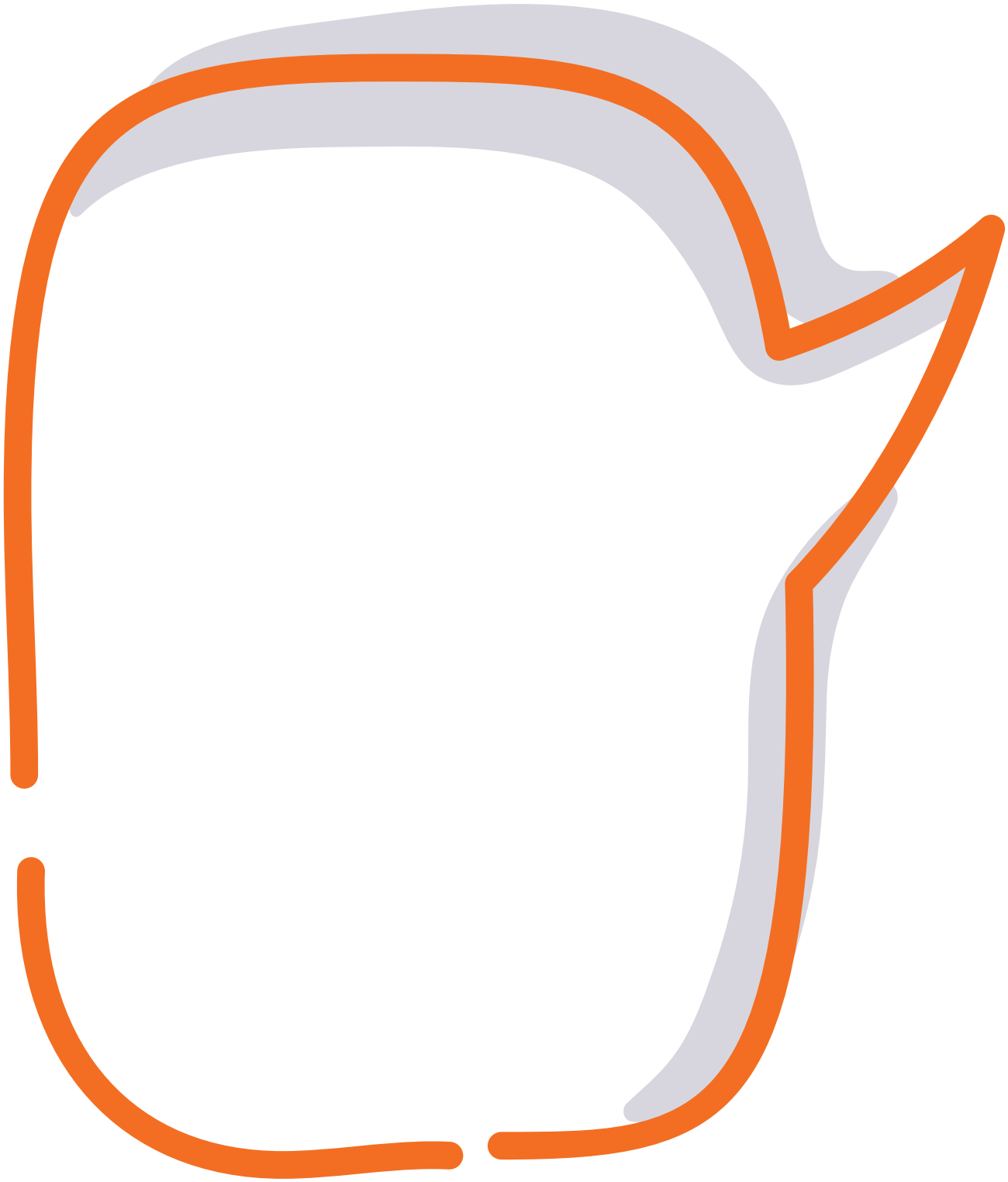
Kopiervorlage: Bildgeschichte





unser schul essen

Kopiervorlage: Sprechblase



Anleitung: Leporello

Falten Sie mit den Schülerinnen und Schülern ein Leporello und gehen Sie dabei folgendermaßen vor:

Schritt 1:

Falten Sie ein A4-Blatt einmal längs und dann einmal quer in der Mitte. Die offenen Seiten sehen nach links.

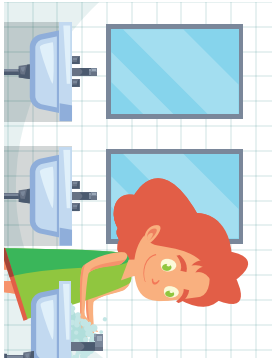
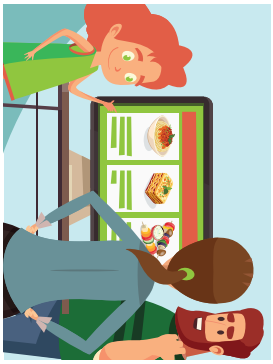
Schritt 2:

Falten Sie die zwei oberen Seiten zur Hälfte nach rechts. Drehen Sie dann das ganze Blatt um und falten Sie die unteren zwei Seiten nun auch bis zur Mitte. So entsteht ein kleines Büchlein mit insgesamt 8 Seiten.

Seite 5	Seite 4	Seite 3	Seite 2
Seite 6 (Rückseite)	Seite 7	Seite 8	Seite 1 (Titel)

Schritt 3

Damit die Seiten des Leporello später in der richtigen Reihenfolge liegen, müssen Sie entsprechd der Nummerierung oben geklebt oder gemalt werden. Achtung: Die Seiten 2–5 stehen auf dem Kopf.

© Unser Schulessen – Gesund, Digital, Partizipativ | www.unser-schulessen.de

Muster: Essensband