

Zusatzaufgabe B

Das Rind in unserer Ernährung

Einstieg

Zu Beginn geht es darum, sich mit der eigenen **Position zum Thema Ernährung** auseinanderzusetzen. Dazu kennzeichnet die Lehrkraft zwei Punkte im Raum. Ein Punkt bedeutet *Ja* – der andere Punkt *Nein*. Jetzt liest sie die folgenden Aussagen nacheinander vor. Die SchülerInnen sollen sich zu den Aussagen positionieren und sich zu dem entsprechenden Punkt im Raum begeben.

Aussagen:

- Ich esse jeden Tag Fleisch.
- Ich esse jeden Tag Joghurt und Käse.
- Ich trinke täglich Milch.
- Ich esse sehr gern Fleisch.
- Ich kann auf Fleisch gut verzichten.
- Ich kann auf Milch und Joghurt gut verzichten.
- Ich esse gern Gemüse.
- Ich spreche mit meinen Eltern darüber, welches Essen gesund ist und welches nicht.
- Ich weiß selbst, welches Essen gesund ist.

Plenum

Erarbeitung

Nach dieser Positionierung bekommen die SchülerInnen das Arbeitsblatt „**Stimmen zur Ernährung**“ und lesen sich die dort geschilderten Positionen still durch. Anschließend besprechen sie in Partnerarbeit die unter dem Text befindlichen Fragen.

Im Plenum werden dann die Ergebnisse zu Frage drei zusammengetragen und die Lehrkraft nennt in diesem Zusammenhang schon einmal die Begriffe **Vegetarismus und Veganismus**.

*Einzel- bzw.
Partnerarbeit*

**Arbeits-
blatt
„Stimmen
zur Er-
nährung“**

Plenum

**Weiter-
führung**

Dann erhalten die SchülerInnen die Arbeitsblätter „**Das isst Deutschland**“. Hierauf befindet sich ein kurzer Informationstext dazu, was und wie viel in Deutschland vor allem an Fleisch und Milchprodukten verzehrt wird. Die SchülerInnen lesen den Text aufmerksam und beantworten dann die **Textdetektivaufgaben** unter dem Text.

Einzelarbeit

**Arbeits-
blatt „Das
isst
Deutsch-
land“**

Hausaufgabe

Am Ende der Einheit verteilt die Lehrkraft die Arbeitsblätter „**Ernährungstagebuch**“ und gibt den SchülerInnen die Hausaufgabe, eine Woche lang zu beobachten und zu notieren, was sie an Milch- und Fleischprodukten jeden Tag essen.

Option: Die ausgefüllten Ernährungstagebücher könnten eine gute Überleitung in die Beschäftigung mit der Thematik der Weiterführenden Aufgabe C sein: **Woher kommt eigentlich unsere Milch?**

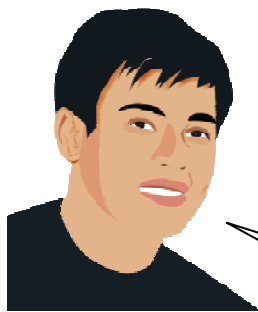
Frontal

**Arbeits-
blatt
„Ernähr-
ungs-
tagebuch“**

Zusatzaufgabe B

Arbeitsblatt: Stimmen zur Ernährung

Stimmen zur Ernährung



Ich esse kein Fleisch mehr. Mir hat es noch nie richtig gut geschmeckt und ich bin sicher, dass der Mensch kein Fleisch essen muss, um gesund zu sein. Außerdem finde ich es unverantwortlich wie unsere Tiere gehalten werden.



Ich esse, auf was ich Lust habe. Fleisch schmeckt mir gut und auch Käse und Joghurt gehören für mich zu einer gesunden Ernährung dazu.

Ich esse weder Fleisch noch irgendetwas anderes, das vom Tier kommt. Also auch keinen Käse, keine Eier oder Milch. Ich finde es nicht richtig, dass wir Menschen die Tiere ausnutzen, um uns zu ernähren. Wir können genauso gut auf Tierprodukte verzichten.

Ich kann leider nichts essen, wo Milch drin ist. Ich habe eine Unverträglichkeit. Leider - denn ich liebe Käse und Eis.

Ich esse eigentlich alles, achte aber darauf, wo mein Essen herkommt. Eier und Milch kaufe ich z. B. nur im Bioladen.



Denkerfragen:

1. Welche Meinung ist deiner eigenen am ähnlichsten?
2. Welche Position kannst du nicht verstehen?
3. Welche Gründe kann es geben, dass Menschen kein Fleisch oder keine Milchprodukte essen?

Zusatzaufgabe B

Arbeitsblatt: Das isst Deutschland

Das isst Deutschland

Viele Menschen machen sich Gedanken darüber, was eine gesunde Ernährung ist. Vielleicht habt ihr auch schon manchmal Sprüche gehört wie „Süßigkeiten sind ungesund“ oder „Iss nicht so viel Pizza!“. Über gesunde Ernährung lässt sich streiten, denn jeder Mensch muss für sich selbst herausfinden und entscheiden, wie er leben und was er essen will. In Deutschland verzichtet zum Beispiel jeder 10. Mensch darauf, Fleisch und Fisch zu essen. Diese Menschen bezeichnen sich als Vegetarier bzw. Vegetarierinnen. Unter diesen 10 Menschen befindet sich dann jeweils noch einer, der außerdem auf Eier, Milch, Käse und alle anderen tierischen Produkte verzichtet. Diese Leute nennen sich Veganer bzw. Veganerinnen.

Daneben gibt es in Deutschland viele Menschen, für die Fleisch und Fisch zur Ernährung gehört. Im Durchschnitt essen die Deutschen in einem Jahr ungefähr zwölf Kilogramm Fleisch vom Rind oder Kalb und etwa 54 Kilogramm Schweinefleisch. In Spanien wird übrigens jährlich noch mehr Fleisch gegessen als in Deutschland – in Schweden dagegen viel weniger.

Auch Milchprodukte sind für viele Deutsche fester Bestandteil ihrer Ernährung. So trinkt jeder und jede Deutsche im Durchschnitt am Tag etwa ein Glas Milch und isst zwei Joghurts in der Woche. Außerdem stehen zwei Scheiben Käse am Tag und 10 kg Schokolade im Jahr auf dem Speiseplan der Deutschen.

<http://berichte.bmelv-statistik.de/SJT-8040200-0000.pdf> [20.5.11]

www.euroveg.eu/lang/de/info/howmany.php [20.5.11]

www.agrinet.de/page.cfm?PRID=16&PID=383&CFID=32237&CFTOKEN=38457723 [20.5.11]



Textdetektive unterwegs ...

1. Was essen Vegetarier und Vegetarierinnen nicht?
2. Wie viel Rind- und Kalbfleisch essen die Deutschen?
3. Wie viel Käse wird in Deutschland durchschnittlich gegessen?
4. In welchem Land wird mehr Fleisch gegessen als in Deutschland?

Zusatzaufgabe B

Arbeitsblatt: Ernährungstagebuch

Ernährungstagebuch

Beobachtet und kreuzt eine Woche lang an, welche Milchprodukte und welche Sorte Fleisch ihr täglich esst. Ganz unten in der Tabelle gibt es zwei leere Zeilen – tragt dort ein, was ihr sonst noch esst, das von der Kuh kommt.



	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Milch							
Buttermilch							
Käse							
Schinken							
Steak							
Schnitzel							
Joghurt							
Braten							
Schokolade							
anderes vom Rind:							
anderes vom Rind:							

Zusatzaufgabe B

Anhang: Weiterführende Links und Literatur

Links

Rindfleisch als Nahrungsbestandteil

www.was-wir-essen.de/abisz/rindfleisch_gesund_essen_fakten.php
[14.06.2011]

Literatur

Wie macht die Kuh Milch?

Berger, Ulrike: Wie macht die Kuh die Milch? Verblüffende Antworten über den Bauernhof. Freiburg 2004.

Tiere essen.

Safran Foer, Jonathan: Tiere essen. Köln 2010.

Vegetarismus

Leitzmann, Keller, Hahn [Hrsg.]: Vegetarismus: Grundlagen, Vorteile, Risiken. München 2009.