

Über den Tellerrand geschaut

Kompetenzen

Die Schülerinnen und Schüler können ...

- die Veränderungen unserer heutigen Ernährungsgewohnheiten im Vergleich zu früher erkennen und erklären;
- einen Speiseplan über ihr eigenes Essverhalten erstellen und diesen auswerten;
- eine Kartenskizze mit den Herkunftsländern ihrer Nahrungsmittel erstellen;
- die Herkunft ihrer Nahrungsmittel kritisch reflektieren.

Sachinformationen

Wir haben heute viel höhere Erwartungen an unsere Nahrung als frühere Generationen. Das Essen soll nicht nur satt machen, sondern auch appetitlich aussehen, duften und schmecken. Zugleich erwarten wir, dass es unserer Gesundheit guttut. Und nicht zuletzt sollen die Lebensmittel lange haltbar, einfach zuzubereiten und bezahlbar sein. Das erscheint uns heute selbstverständlich, war jedoch keineswegs immer so.

Im 18. Jahrhundert, zur Zeit der Industrialisierung, stiegen die Bevölkerungszahlen sprunghaft. Gleichzeitig wurden die Ressourcen knapp und die Lebenshaltungskosten zogen kräftig an. Fleisch wurde nur noch selten verzehrt, Hunger breitete sich aus. Um die Bevölkerung besser zu ernähren, wurde der Anbau robuster Getreidesorten vorangetrieben. So erhielten Mais, Reis und Kartoffeln neben Brot einen unverzichtbaren Platz auf dem Speisezettel. Neue technologische Entwicklungen veränderten die Herstellung von Lebensmitteln im 19. Jahrhundert. Nun war es möglich, Lebensmittel luftdicht zu verpacken, sie zu kühlen und zu gefrieren. Durch die Erfindung der Dampfmaschine konnten Lebensmittel erstmals in größeren Mengen mit der Eisenbahn transportiert werden.

Heutzutage gibt es in Europa deutlich mehr Lebensmittel, als wir benötigen. Durch das Überangebot an Nahrung haben wir mit Übergewicht und anderen Zivilisationskrankheiten zu kämpfen. Die moderne Lebensmittelindustrie versorgt uns mit vielfältigen und praktischen Lebensmitteln für jeden Bedarf. Wir müssen aber auch lernen, mit der Fülle verantwortungsvoll umzugehen. Nicht nur in Deutschland, in ganz Europa ist der Sonntagsbraten zum Alltagsbraten geworden. In Deutschland essen 85 Prozent der Bevölkerung täglich oder nahezu täglich Fleisch und Wurst. Ein Deutscher isst im Durchschnitt im Laufe seines Lebens vier Rinder, vier Schafe, zwölf Gänse, 37 Enten, 46 Schweine, 46 Puten und 945 Hühner.

„Aus deutschen Landen frisch auf den Tisch“ – dieser bekannte und mittlerweile alte Werbeslogan ist für viele Nahrungsmittel, die auf unserer Speisekarte stehen, schon längst nicht mehr gültig. Die Globalisierung macht auch vor der Landwirtschaft und der Lebensmittelindustrie nicht halt. Darüber hinaus lernen wir Speisen anderer Länder kennen.

Hinweise zum Unterricht

Die vorliegende Doppelseite soll Schülerinnen und Schüler auf handlungsorientierte Weise über die Zwiespältigkeit unserer heutigen Ernährung und eines internationalen Lebensmittelmarktes informieren und für selbige sensibilisieren.

Bei der Recherche nach den Herkunftsländern bzw. -regionen der Produkte können zum Beispiel auch kurze Interviews mit lokalen Lebensmittelhändlern durchgeführt werden, um Informationslücken zu schließen.

Die Doppelseite kann aufgrund der Materialfülle und thematischen Ausrichtung auch in zwei Unterrichtsstunden behandelt werden. Als Vorbereitung auf die Unterrichtsstunde sollen die Schülerinnen und Schüler alltägliche Nahrungsmittel wie Kakao, Bananen oder Erdbeeren (mit Hinweis auf das Herkunftsland) mitbringen.

Lösung der Aufgaben

1 Vergleiche die Ernährungsgewohnheiten von 1900 und 2013 (Grafik 1).

a) Nenne zunächst die wichtigsten Veränderungen. **(AFB I)**
Heute essen wir deutlich mehr Fleisch, Zitrusfrüchte, Öle/Fette, Fisch, Obst und Eier. Auch werden heute mehr Gemüse/Salat und Milch-/Butter-/Käseprodukte verzehrt. Dagegen werden deutlich weniger Kartoffeln und Brot verbraucht.

b) Stelle Vermutungen zu den Ursachen für diese Veränderungen an. **(AFB II)**

Die Veränderungen unserer Essgewohnheiten haben viele Gründe: größeres und ganzjährig verfügbares Nahrungsmittelangebot (Obst und Gemüse), günstigere Lebensmittelpreise, Lebensmittelüberschuss, günstigere Nahrungsmittelproduktion (Fleisch), bessere Transport-, Lager- und Konservierungsmöglichkeiten, größeres Angebot an Tiefkühlwaren usw.

c) Beschreibe die Probleme, die sich aus den Veränderungen unserer Essgewohnheiten ergeben. **(AFB I)**

Die Voraussetzungen für gesunde Ernährung waren in Deutschland noch nie so gut wie heute. Nur nutzt dies nicht jeder. Die Deutschen essen zu wenig Obst und Gemüse, zu viel Fett und Fleisch, dafür hat sich die Kartoffelmenge deutlich reduziert. Und die Menschen bewegen sich zu wenig. Laut der aktuellen EsKiMo-Studie konsumieren deutsche Kinder und Jugendliche zu wenige pflanzliche Lebensmittel – insbesondere Gemüse, Obst, Brot, Kartoffeln und andere kohlenhydratreiche Beilagen. Nur 6% der Jungen und 7% der Mädchen essen täglich ausreichend Gemüse. Außerdem werden zu viele fettreiche, tierische Lebensmittel (Fleisch und Wurst) und deutlich zu viele Süßigkeiten gegessen.

2 Mein Speiseplan:

- a) Überprüfe dein eigenes Essverhalten. Erstelle einen Speiseplan. **(AFB I)**

Individuelle Schülerlösung.

- b) Vergleiche deine Ernährungsgewohnheiten mit den Aussagen der Grafik 1. **(AFB II)**

Die Ernährung war früher sehr einfach, Fleisch gab es nur am Sonntag und sonst gab es einfache Hausmannskost. Auch wurden drei Mahlzeiten am Tag zu sich genommen – und zwar in der Regel gemeinsam und zu Hause. Die Männer kamen mittags heim, die Schule endete zur Mittagszeit. Die Familie versammelte sich um den Esstisch. Auch wurden viele frische Nahrungsmittel aus eigener Produktion (Nutzgarten) gegessen.

Heute nehmen viele Menschen ihr Mittagessen in der Kantine, am Arbeitsplatz, als Snack oder in einem (Schnell-)Restaurant ein. Stress im Job verhindert Mahlzeiten in Ruhe. Aus Zeitmangel geht der Trend zu Tiefkühlwaren und Fertiggerichten.

Das Frühstück ist die Mahlzeit, die noch am häufigsten zu Hause gegessen wird. Aber auch hier gibt es immer mehr Menschen, die ihren Kaffee und ihr Croissant unterwegs essen.

- 3** Im Supermarkt finden wir alles. Doch nicht alle Nahrungsmittel stammen aus Deutschland: Woher kommen unsere alltäglichen Nahrungsmittel wie Kakao, Bananen oder Erdbeeren?

- a) Recherchiere die Herkunftsländer oder -regionen deiner Nahrungsmittel. Erstelle eine Tabelle mit den Herkunftsländern der Produkte und den passenden Atlassignaturen. Nimm deinen Atlas zu Hilfe. **(AFB II)**

Die Aufgabe soll verdeutlichen, dass Schülerinnen und Schüler heute täglich mit Produkten aus der ganzen Welt (tropische Agrarprodukte) in Kontakt sind. Bei der Auswahl der Produkte für die Herkunftsrecherche sollte man Wert darauf legen, dass es sich um landwirtschaftliche Erzeugnisse handelt, die nicht oder wenig verarbeitet wurden. Fol-

gende Produkte haben sich bei Erprobungen als geeignet erwiesen: Milch, Butter, Eier, Äpfel, Bananen, Paprika, Tomaten, Rosinen und Sonnenblumenöl.

- b) Gestalte eine Kartenskizze (Weltkarte) der Herkunftsländer. Nutze die vorgegebenen Atlassignaturen der Produkte. Formuliere eine passende Überschrift für deine Weltkarte. **(AFB I)**

Individuelle Schülerlösung.

- c) Unser Essen hat heute einen weiten Weg hinter sich. Begründe die Aussage. **(AFB III)**

Heute werden fast 7% der weltweit gehandelten Agrargüter nach Deutschland eingeführt. Einen besonders hohen Anteil haben Obst- und Südfrüchte sowie Fleisch- und Fleischerzeugnisse. Die meisten Nahrungsmittel sind in der Regel das ganze Jahr in Deutschland verfügbar.

Medientipps

- Wissenswertes rund um Landwirtschaft, Ernährung und Verbraucherschutz: www.was-wir-essen.de
- Seite vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft: www.bmel.de
- Robert-Koch-Institut mit der EsKiMo-Studie „Was essen unsere Kinder?": www.rki.de
- Hier kann man per Code die Herkunft der Nahrungsmittel verfolgen: www.fairtrade-deutschland.de/produkte/fairtrade-code
- Fleischatlas. Daten und Fakten über Tiere als Nahrungsmittel: www.bund.net

Üben interaktiv: Herkunftsländer unserer Nahrungsmittel (Online-Code 52n274)

Unterrichtsvorschlag

Unterrichtsphase	Inhaltlicher Schwerpunkt	Methodisches Vorgehen / Sozialform	Medien / Materialien
Einstieg	SuS präsentieren ihre mitgebrachten Nahrungsmittel (Hausaufgabe) bzw. ihr Pausenbrot – Was essen wir? – War das schon immer so?	UG: Hypothesen aufstellen	alltägliche Nahrungsmittel
Erarbeitung I	Ernährungsgewohnheiten früher – heute	EA oder PA	SB S. 128/129, Aufg. 1
Ergebnissicherung I	Ernährungsgewohnheiten früher – heute	UG: Zusammenfassung	
Erarbeitung II	Herkunft unserer Nahrungsmittel	UG	SB S. 128/129, Aufg. 3a,b, Atlas
Ergebnissicherung II	Herkunft unserer Nahrungsmittel	UG/Diskussion: Zusammenfassung	SB S. 128/129, Aufg. 3c
Hausaufgabe	Mein Speiseplan		SB S. 128/129, Aufg. 2