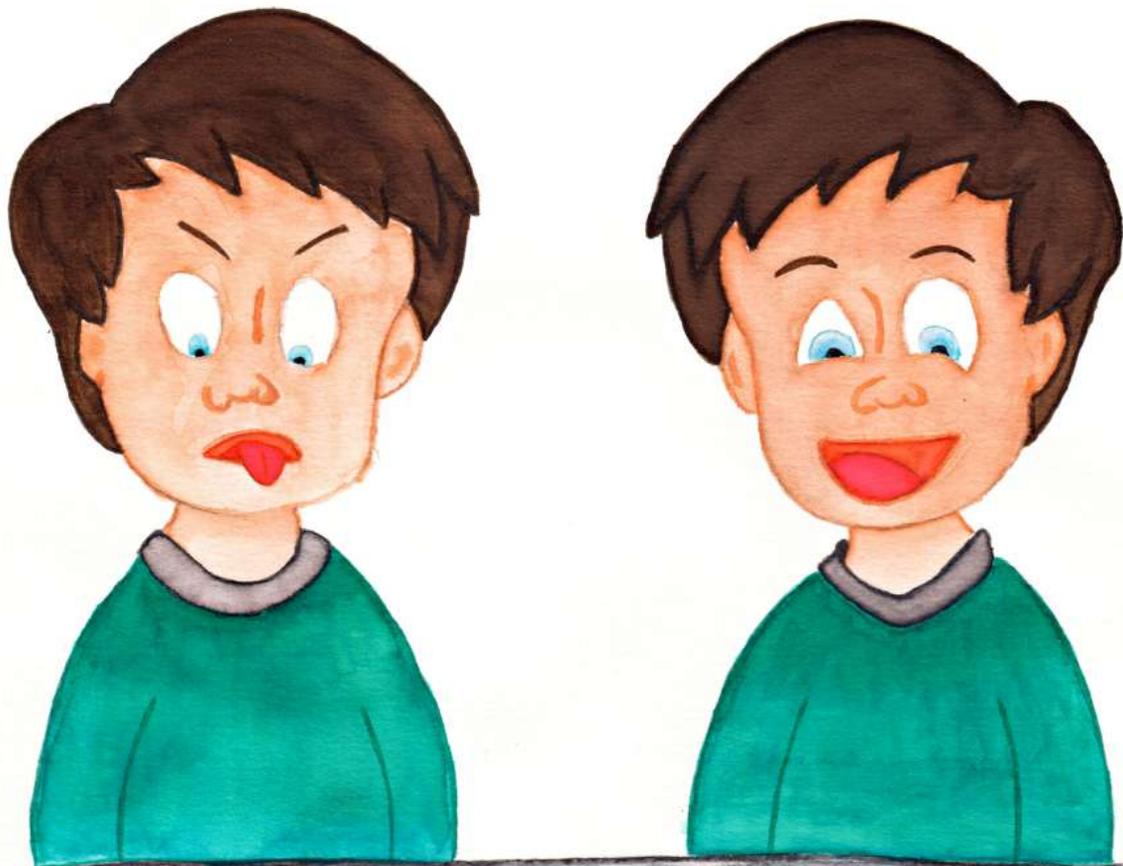




**MIR SCHMECKT ES NICHT!
GIBT ES NICHT!**



Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Hinweise.....	3
Thematische Hinführung	4
Einordnung in den Rahmenlehrplan	6
Stundenverlaufsplanung	8
Arbeitsmaterialien.....	10
Weitere Unterrichtsideen und Informationen	12
Abbildungsverzeichnis.....	14

Ein Projekt der:



gefördert vom:



unterstützt vom: Ministerium für Bildung, Jugend und Sport

Allgemeine Hinweise

Die Zeitangaben der Stundenverlaufsplanung sind als Orientierung anzusehen. Passen Sie die Inhalte je nach Vorwissen Ihrer Lerngruppe an. Wir empfehlen das Material in den Klassenstufen 5 - 8.

Die vorliegenden Materialien sowie die Unterrichtsplanung als solche sind als Anregungen zu verstehen. Sie können gerne abgewandelt und/oder ergänzt werden. Ein generelles Interesse am Thema wird vorausgesetzt. Falls Sie mehr über die Inhalte erfahren möchten, nutzen Sie unbedingt die weiterführenden Informationen (Links und QR-Codes).

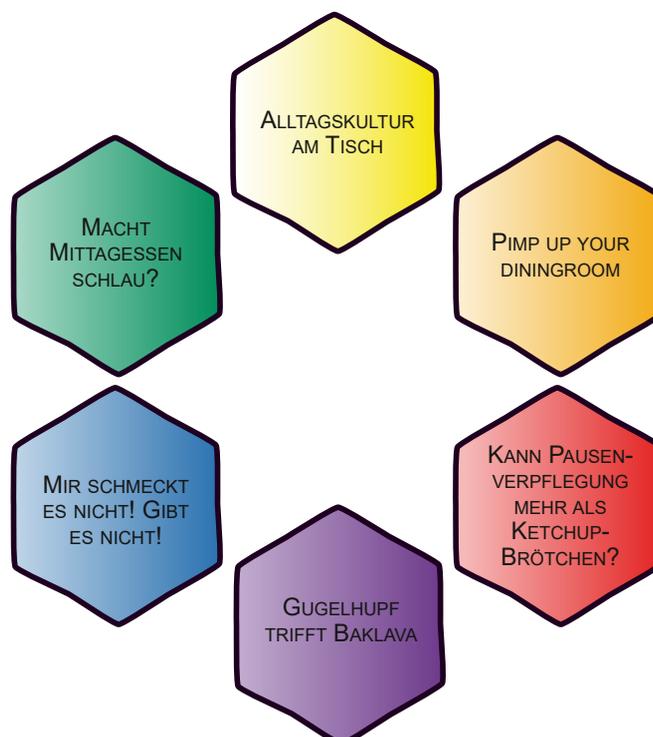
Anmerkung zum geschlechtergerechten Formulieren:

Wir bemühen uns, soweit wie möglich immer alle Geschlechterformen bei Personenbezeichnungen zu benutzen. Sollte wegen der besseren Lesbarkeit nur eine Form benutzt worden sein, sind immer alle Geschlechter (m/w/d) angesprochen.

Im folgenden Dokument werden Ihnen Links mit blauer Schrift sowie QR-Codes angezeigt. Jeder QR-Code führt zum abgebildeten Link. Zum schnellen Abrufen der Inhalte können Sie die QR-Codes mittels des QR-Codescanners Ihres Handys einlesen.



<https://www.uni-potsdam.de/de/wat/index/forschung-und-entwicklung/mensa-ag.html>



Thematische Hinführung

Geschmäcker sind bekanntlich verschieden. Nicht selten gibt es am Esstisch Diskussionen über ungeliebte Gerichte und Zutaten. Doch wie funktioniert das Schmecken überhaupt und wie können Schülerinnen und Schüler zu echten Geschmacksexperten werden?

Die Zunge tut viel für uns: sie formt beispielsweise die Sprache und ertastet die Nahrung. Darüber hinaus besitzt ein erwachsener Mensch an Zunge, Gaumen und Kehldeckel etwa 2000 bis 5000 Geschmacksknospen. Diese Knospen sorgen dafür, dass wir fünf verschiedene Geschmacksrichtungen wahrnehmen können: süß, sauer, salzig, bitter und umami (der sogenannte Fleischgeschmack). Jede Geschmacksrichtung reizt auf besondere Weise die Sinneszellen in den Geschmacksknospen der Zunge. Allerdings ist spätestens nach einer Erkältung bekannt, dass nicht nur die Zunge eine wichtige Rolle beim Schmecken spielt. Tatsächlich besteht der Geschmack zu 80 Prozent aus Geruch. Durch den Rachen gelangen viele kleine Bestandteile der Nahrung von hinten in die Nase. Hier reizen sie die Riechrezeptoren. Am Schmecken sind zudem die Tast- und Temperaturfühler beteiligt – und sogar das Schmerzsystem: Sogenannte Nozirezeptoren, die auf Verletzungen des Körpergewebes reagieren, sorgen dafür, dass wir Schärfe wahrnehmen (z. B. von Chilischoten).

Lässt sich über Geschmack streiten?

Erwiesen ist zumindest, dass fast jeder Mensch einen anderen Geschmack hat. Schuld daran sind unsere Gene. Rund 50 von ihnen beeinflussen unseren Geschmack, wie israelische Wissenschaftler herausgefunden haben. Die Aktivierung dieser Gene ist willkürlich und so gibt es fast unendlich viele Kombinationsmöglichkeiten und damit Ausprägungen des menschlichen Geschmackssinnes.

Eine besorgniserregende Tatsache ist, dass unser Geschmack im Laufe des Lebens verkümmert. Während ein Teenager gut 9000 Geschmacksknospen besitzt, sind es bei einem alten Menschen nur noch rund 4000. Dies liegt jedoch nicht ausschließlich an den schwindenden Geschmacksknospen, sondern auch an falscher Ernährung. Wer häufig Fertiggerichte mit vielen Geschmacksverstärkern oder Aromastoffen zu sich nimmt, verlernt das Schmecken quasi. Besonders der Geschmackssinn von Kindern gewöhnt sich schnell an diese Aromen und stumpft ab.

Die folgende Unterrichtseinheit soll Schülerinnen und Schüler für diese Problematik sensibilisieren. Sie führen selbstständig eine systematische Verkostung durch und notieren auf entsprechenden Karten ihre Eindrücke. Im Vordergrund steht hierbei der Vergleich von natürlichen Produkten und Produkten, die Aromastoffe und ähnliches enthalten.

Verwendete Literatur:

Ringelsiep M. und Teves C. (12.02.2019): Schmecken.



<https://www.planet-wissen.de/natur/sinne/schmecken/index.html> (21.11.2019)



Einordnung in den Rahmenlehrplan

Die Schülerinnen und Schüler ...

-  werden zur aktiven Teilnahme am gesellschaftlichen und kulturellen Leben befähigt und ermutigt und erfahren die Wirksamkeit des eigenen Handelns. (Demokratiebildung)
-  analysieren Konsumententscheidungen mit Blick auf den Zusammenhang von Ernährung, Lebensstil und Gesundheit. (Verbraucherbildung)
-  erläutern und vergleichen Entscheidungen und Kontroversen. (Politische Bildung)
-  reflektieren den Zusammenhang zwischen Ernährung, Essverhalten und gesunder Lebensführung. (WAT)

Verwendete Literatur:

Berliner Senatsverwaltung für Bildung, Jugend. und Familie [SenBJF] und Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg [MBSJ] (Hrsg.) (2015): Rahmenlehrplan Teil B. Fächerübergreifende Kompetenzentwicklung.



https://bildungsserver.berlin-brandenburg.de/fileadmin/bbb/unterricht/rahmenlehrplaene/Rahmenlehrplanprojekt/amtliche_Fassung/Teil_B_2015_11_10_WEB.pdf (03.09.2019)

Berliner Senatsverwaltung für Bildung, Jugend. und Familie [SenBJF] und Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg [MBSJ] (Hrsg.) (2015): Rahmenlehrplan Teil C Politische Bildung. Jahrgangsstufen 7-10.

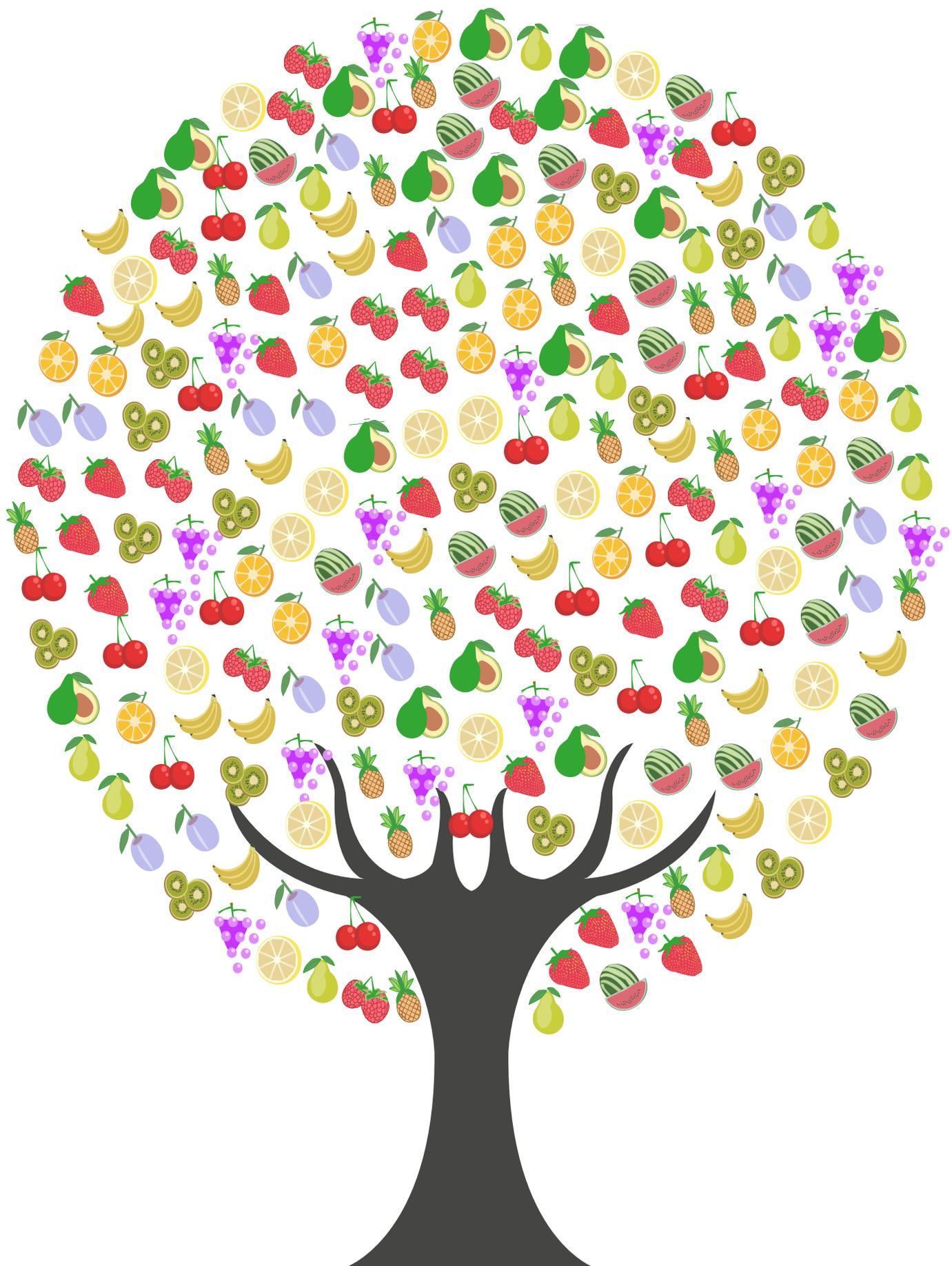


https://bildungsserver.berlin-brandenburg.de/fileadmin/bbb/unterricht/rahmenlehrplaene/Rahmenlehrplanprojekt/amtliche_Fassung/Teil_C_Politische_Bildung_2015_11_16_web.pdf (11.11.2019)

Berliner Senatsverwaltung für Bildung, Jugend. und Familie [SenBJF] und Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg [MBSJ] (Hrsg.) (2015): Rahmenlehrplan Teil C Wirtschaft-Arbeit-Technik. Jahrgangsstufen 7-10 (Berlin) Integrierte Sekundarschule, Jahrgangsstufen 5-10 (Brandenburg).



https://bildungsserver.berlin-brandenburg.de/fileadmin/bbb/unterricht/rahmenlehrplaene/Rahmenlehrplanprojekt/amtliche_Fassung/Teil_C_WAT_2015_11_10_WEB.pdf (11.11.2019)



Stundenverlaufsplanung

vor dem Unterricht

Vorbereitung der Verkostung (entweder in der Schulküche oder im Klassenraum)

- Tabelle: Diese Lebensmittel eignen sich für einen Vergleich
- Lebensmittel der Saison für Vergleich wählen

3 min

Die Lehrkraft stellt das Thema sowie den Stundenablauf und das Ziel der Stunde vor.

10 min

Die Lehrkraft erläutert die Funktion des Schmeckens. Als Unterstützung kann das oben verlinkte Video und/oder die Wortwolke genutzt werden. Der Arbeitsauftrag für die SuS wird erläutert.

- Film von Planet Wissen
- Wortwolke

3 min

Die SuS gehen in die Schulküche. (optional)

30 min

Die SuS beginnen in Kleingruppen (drei bis vier Personen) mit der Verkostung. Für jede Station füllen sie einen neuen Bewertungsbogen aus.

Das Feld „Reale Nährwerte“ bleibt frei.

- Bewertungsbogen

3 min

Die SuS kehren mit ihren Bewertungsbögen in den Klassenraum zurück. (optional)

30 min

Die SuS fassen ihre Ergebnisse in der Gruppe zusammen, sodass sie diese im Plenum vorstellen können. Nacheinander tragen sie ihre Eindrücke vor. Wichtig hierbei: Weshalb hat ihnen eine Speise besser geschmeckt als die andere Speise?

Die geschätzten Nährwerte werden parallel von der Lehrperson notiert.

8 min

Die Lehrkraft fasst die Ergebnisse zusammen, vergleicht die geschätzten und realen Nährwerte und weist auf die Bedeutung von vielseitiger Ernährung hin (auch für den Geschmackssinn).

3 min

Die Lehrkraft würdigt die Arbeit der SuS und beendet die Stunde. (ggf. noch Zeit für das Aufräumen einplanen)

Film:



<https://www.planet-wissen.de/natur/sinne/schmecken/index.html>

Arbeitsmaterialien

Vorlage Wortwolke:



Hier können Sie Ihre eigene Wortwolke gestalten:



www.wortwolken.com

Diese Lebensmittel eignen sich für einen Vergleich:

Erdbeeryogurt	FrISChe Erdbeeren und Naturjogurt
MAOAM	FrISChe Obstsorten (z.B. Orangen oder Himbeeren)
Capri-Sun Orange	FrISCher Orangensaft
Eistee aus dem Tetra Pak	selbSthergeStellter Eistee ohne Zuckersatz

Vorlage Bewertungsbogen

Station ____ _____	Speise/Getränk A _____	Speise/Getränk B _____
Geschätzte Nährwerte Fett Zucker		
Reale Nährwerte Fett Zucker		
Geschmack		
Geruch		
Konsistenz		
Aussehen		
Note		

Weitere Unterrichtsideen und Informationen

-  Gemüse- und Obstverkostung (Wer kennt welche Sorten? Welcher Geschmack ist überraschend? Welche Nährwerte enthalten die Früchte?)
-  Essensverkostung in der Schulkantine (Was schmeckt besonders gut? Welche Nährstoffe enthalten die Gerichte?), Nutzung des Bewertungsbogens möglich oder folgende Karteikarte

Name:	Klasse:	Datum:
Station _____		
Geschmack:		
Konsistenz:		
Note:		

-  Blindverkostung
-  Filmtipp: Unser täglich Brot von Nikolaus Geyhalter
-  Filmtipp: Super size me von Morgan Spurlock
-  Filmtipp: Unser Essen. The futur of food von Deborah Koons
-  Filmtipp: Du bist, was du isst. Food Matters von James Colquhoun und Carlo Ledesma
-  Filmtipp: Unser täglich Gift von Marie-Monique Robin



<https://www.ugb.de/gesundheitsfoerderung/appetit-auf-geschmack/>



<https://www.kindaktuell.at/baby-kleinkind/kinder-entwickeln-geschmack.html>



https://www.phlu.ch/_Resources/Persistent/8da90be1a248bc8dfaf71b18bcac20fd95e0c36f/AB_FW_FR_Francophonie-Lernort-Degustation-Geniessen-Lernen-Geniessenlernen_sav_2013.pdf



Abbildungsverzeichnis

Aufzählungszeichen von Jozefm84 auf Pixabay

Gemüsebrett (them. Hinführung) von OpenClipart-Vectors auf Pixabay

Obstbaum, Obsterz, Obst (Arbeitsmaterialien) von GDJ auf Pixabay

Impressum:

Autorinnen:

Eva Maria Leupolz Masovic

Sara Marschall

Layout & Grafik:

Maike Klawonn

Logogestaltung:

Elisabeth Swiridow

Gefördert vom Ministerium für Soziales, Gesundheit, Integration und Verbraucherschutz des Landes Brandenburg

Unterstützt vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport (MBS) des Landes Brandenburg