



Solvej Ziegler

John-Schehr-Str.47

10407 Berlin

Mobil: 0160-8009832

info@kerngesund-berlin.de

Projektwoche - Gesundes Schulfrühstück -

Projektziel:

Vermittlung (altersgerechter) grundlegender theoretischer und praktischer Grundlagen einer gesunden Ernährung (vitalstoffreiche Vollwertkost) mit Schwerpunkt auf der praktischen Durchführung in Form eines Schulfrühstücks bzw. -brunches

Altersgruppe:

Konzept geeignet bis 5.Klasse

Methodische Durchführung:

- 2 x 8 UE`s mit jeweils der Hälfte der Klasse (ca. 10-15 Kinder) an vier Wochentagen zur Herstellung von jeweils zwei vollwertigen Schulfrühstücken,
- davon jeweils 6,5 UE`s Vorbereitung (Brot backen, Aufstriche, Salate, Frischkorngericht u.a.) und jeweils 2 x 1,5 UE's Brunch mit Diskussion & Fragerunde (die jeweils andere Klassenhälfte erarbeitet in dieser Zeit theoretische Grundlagen einer gesunden Ernährung mit dem(r) Lehrer(in) in Absprache mit der Gesundheitsberaterin Fr. Ziegler)
- 1 x 4 UE`s theoretische Grundlagen der gesunden vollwertigen Ernährung (Getreide, Vollkorn, Vitamine, Zucker, wie kaufe ich richtig ein usw.)

Didaktische Mittel:

- Praxis in der Lehrküche (Einkäufe und Vorbereitung übernimmt die Gesundheitsberaterin Fr. Ziegler) überwiegend in Gemeinschafts- und Gruppenarbeit
- Unterricht mit Frontalunterricht (verschiedene Medien), Sitzkreis, Gruppenarbeit, Arbeitsblätter, Lehrfilm etc.

Mitglied in der



Bankverbindung:

Kontoinhaber: Solvej Ziegler

IBAN: DE50100500002844094735

BIC: BELADEBEXX

Steuernummer: 1131/605/00898



Solvej Ziegler

John-Schehr-Str.47

10407 Berlin

Mobil: 0160-8009832

info@kerngesund-berlin.de

Zeitliche & praktische Durchführung:

Tag	UE´s	Inhalt	Anzahl Schüler
1	4	Praxis – Vorbereitung Frühstück/Brunch	10-15 (Klassenhälfte)
2	2,5	Praxis – Vorbereitung Frühstück/Brunch	10-15 (Klassenhälfte)
2	1,5	Praxis – Frühstück/Brunch	20-30 (ganze Klasse)
3	4	Praxis – Vorbereitung Frühstück/Brunch	10-15 (Klassenhälfte)
4	2,5	Praxis – Vorbereitung Frühstück/Brunch	10-15 (Klassenhälfte)
4	1,5	Praxis – Frühstück/Brunch	20-30 (ganze Klasse)
5	4	Theorie – Im Klassenraum	20-30 (ganze Klasse)

Leistungsumfang:

- Vorbereitung der Projektwoche mit Kalkulation, Rezepten, Zeitplan, Gruppeneinteilung der Kinder, Einkauf usw.
- Durchführung der Praxis-UE´s mit altersgerechten Erläuterungen zu den Rezepten und Zutaten, Wissenstest, Mengenrechnen, Wiegen, gemeinschaftlichem Backen und Zubereiten (motorische Schulung) sowie Vorbereitung des Brunches (Wissensvermittlung zur Tischkultur)
- Theoretische Wissensvermittlung zur Vollwertkost und zu gesunder Ernährung am Projektabschlussstag mit geeigneten didaktischen Methoden und Lehrmitteln
- Persönliches Rezeptheft für jedes Kind (Wiederholung und Multiplikatorwirkung im Elternhaus)

Kosten:

Leistung	UE´s	Preis pro UE	Gesamtpreis
Praxis	16	45,00 EUR	720,00 EUR
Theorie	4	45,00 EUR	180,00 EUR
Gesamtsumme			900,00 EUR

Die Materialkosten i.H.v. circa 80-100,-EUR sind nicht enthalten & werden aus der Klassenkasse getragen.

Mitglied in der



Bankverbindung:

Kontoinhaber: Solvej Ziegler

IBAN: DE50100500002844094735

BIC: BELADEBEXX

Steuernummer: 1131/605/00898



Solvej Ziegler

John-Schehr-Str.47

10407 Berlin

Mobil: 0160-8009832

info@kerngesund-berlin.de

Projektvoraussetzungen:

Für die angebotene Projektwoche „Gesundes Schulfrühstück“ sind 5 Schultage zu planen, davon jeweils 2 x 2 Schultage aufeinanderfolgend (z.B. Montag und Dienstag). Im Vorfeld ist eine Abstimmung (ca. 1,5 - 2,0 Stunden) mit der Klassenleitung/Lehrkraft zu Projektzielen und deren Durchführung notwendig. Günstig ist die Einplanung der Projektwoche im Frühjahr (Frischeangebot /saisonale Zutaten) und, wenn möglich im Zusammenhang mit anderen Projektaktivitäten (Mühlenbesuch, Besuch der Domäne Dahlem oder Tätigkeiten im Schulgarten).

Da jeweils die Hälfte der Klasse parallel zu den praktischen Tätigkeiten Schulunterricht (Theorie) macht, sich die Inhalte gut in den Lehrplan integrieren lassen (z.B. Mathe – Mengenrechnen, Gewichte; Deutsch – Rezepte schreiben, Zutaten – Begriffe lernen, Sachkunde – Ernährung, Landwirtschaft, Esskultur) und der fünfte Projekttag 4 UE's Theorie beinhaltet, umfasst das reine „Praxis-Projekt“ nur 8 UE's, die ggf. im Lehrplan kompensiert werden müssen (sofern keine Projektstage für Praxisthemen im Schuljahr vorgesehen sind).

Zeitplanung:

Die zeitliche Einplanung bei Entscheidung für die Durchführung der Projektwoche(n) sollte mit genügendem Vorlauf abgeschlossen und mit der Gesundheitsberaterin Frau Ziegler abgestimmt sein. Günstige Zeiträume sind Mai/Juni/Juli vor den Sommerferien sowie November/Dezember.

Referenzen:

Humboldthain Grundschule – Projekt Schulfrühstück JüL4 in 2015
Humboldthain Grundschule – Projekt Schulfrühstück Klasse 4b in 2016
Humboldthain Grundschule – Betreuung des Seminartages der Pädagogen in 2016
Humboldthain Grundschule – Projekt Schulfrühstück Klasse 5b in 2017

Mitglied in der



Bankverbindung:

Kontoinhaber: Solvej Ziegler

IBAN: DE50100500002844094735

BIC: BELADEBEXX

Steuernummer: 1131/605/00898