

Gesundheitsförderung und Bildung zur Nachhaltigkeit für Grundschüler in Südtirol

Angebote der Fachschulen für Hauswirtschaft und Ernährung
Haslach, Neumarkt und Tisens
Schuljahr 2019/20



Inhaltsverzeichnis

Bereich Ernährung	1
• „Fühlen wie es schmeckt“ in der Grundschule	1
• Themeneinheiten zu verschiedenen Lebensmitteln	1
Angebot am Standort der Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach	2
• Geschmacksschule für Kinder	2
• Grundschüler kochen	2
• Kochwerkstatt Haslach.....	3
Für die Eltern	3
• Vortrag zum Thema Ernährung für Kinder und Jugendliche	3
Angebot für Lehrer/innen und Erzieher/innen	4
• Seminar „Genießen mit allen Sinnen“	4
Bereich Hauswirtschaft	5
• „Bewusst – er – leben“	5
Angebot für Klassen am Schulstandort der Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach	6
• „Kleider machen Leute - Leute machen Kleider“	6
• „Papier, dein Freund“	6
Informationen und Anmeldung	7

Bereich Ernährung

Ziel der Ernährungs- und Gesundheitsbildung ist es, für den Zusammenhang von Lebensmittelqualität, Essverhalten und Gesundheit zu sensibilisieren und einen Beitrag zur Gesundheit und Lebensqualität der Kinder und Jugendlichen als Erwachsene von morgen zu leisten.



„Fühlen wie es schmeckt“ in der Grundschule

Unsere Lehrkräfte kommen zu Ihnen in die Klasse!

Für jede Altersstufe von der 1. bis zur 5. Klasse 2 Unterrichtseinheiten à 1,5 Stunden.

2 Unterrichtseinheiten à 1,5 Stunden je Schulstufe:

1. Klasse: Pausendetektive
2. Klasse: Frühstück-Champion
3. Klasse: Teste deine Sinne!
4. Klasse: Trink dich fit!
5. Klasse: Auf Obst- und Gemüse-Entdeckungsreise

Inhaltliche Schwerpunkte: verschiedene Lebensmittelgruppen, Regionalität und Saisonalität, Bedeutung der Mahlzeiten für das Wohlbefinden, Vitamine und Mineralstoffe, Kalzium, Ballaststoffe, Wasser.

Es ist vorgesehen, dass die Lehrkraft zwischen diesen beiden Lerneinheiten 1 Unterrichtsstunde mit der Klasse umsetzt, um die Themen zu vertiefen und die Schülerinnen und Schüler auf die abschließende Lerneinheit vorzubereiten. Die Unterlagen dazu werden von der Fachschule bereitgestellt.



Themeneinheiten zu verschiedenen Lebensmitteln

Unsere Lehrkräfte kommen zu Ihnen in die Klasse!

Als Ergänzung zu „Fühlen wie es schmeckt“ bieten wir einzelne Themeneinheiten, die auf Anfrage in den Klassen der Grundschulen vor Ort umgesetzt werden.

Themeneinheiten à 1 Stunde:

- Getreide
- Hülsenfrüchte
- Kräuter
- Gemüse

Angebot am Standort der Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach

Sie kommen mit Ihrer Klasse zu uns in die Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach!



Geschmacksschule für Kinder

1 Unterrichtseinheit à 3 Stunden

Die Schülerinnen und Schüler lernen die Grundgeschmacksrichtungen kennen und versuchen sich als Lebensmitteldetektive. Es gibt dabei spannende Verkostungen, sowie Rätsel zu lösen.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Spielerisch-sensorische Übungen
- Training zur gezielten Sinneswahrnehmung und zur Geschmacksbildung



Grundschüler kochen

2 Unterrichtseinheiten à 3 Stunden

4. und 5. Schulklassen sind herzlich willkommen in unserer Lehr- und Erlebnisküche unter Anleitung geschulter Fachkräfte zu kochen und zu experimentieren! Die Kinder dürfen selbstständig aus frischen Lebensmitteln leckere Gerichte zubereiten und anschließend ein kleines Menü an einem schön gedeckten Tisch gemeinsam genießen.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Kennenlernen von frischen Lebensmitteln und Küchenutensilien
- Grundelemente des Kochens
- Spaß und Freude am gemeinsamen Kochen
- Esskultur



Kochwerkstatt Haslach

Unterrichtseinheiten à 3 Stunden zu unten angeführten Themen

4. und 5. Schulklassen sind herzlich willkommen, in unserer Lehr- und Erlebnisküche unter Anleitung geschulter Fachkräfte zu kochen und zu experimentieren! Die Schülerinnen und Schüler lernen je nach Themengebiet Lebensmittel kennen und erfahren Nützliches bezüglich Herstellung und Zubereitung.

Nach einer kurzen Informationsphase bereiten die Kinder mit frischen Lebensmitteln leckere Gerichte zu und genießen diese anschließend gemeinsam an einem schön gedeckten Tisch.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Informationen zu Lebensmitteln
- Grundelemente des Kochens
- Spaß und Freude am gemeinsamen Kochen
- Esskultur

Folgende Themen stehen zur Auswahl:

- Kochwerkstatt „Nudeln“
- Kochwerkstatt „Hülsenfrüchte“
- Kochwerkstatt „Wintergemüse“

Für die Eltern



Vortrag zum Thema Ernährung für Kinder und Jugendliche

Auf Anfrage bieten wir im Rahmen einer Elternveranstaltung einen Vortrag an. Wir empfehlen diese Elternveranstaltung als Ergänzung zum Projekt.

Dauer: 1,5 Stunden

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Vorstellung der Projektinhalte
- Zusammenhang zwischen Essen, Genuss und Wohlbefinden
- Lebensmittelqualität
- Tipps für den Alltag und Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch

Angebot für Lehrer/innen und Erzieher/innen



Seminar „Genießen mit allen Sinnen“

Begleitendes Seminar zur Ernährungsbildung an Südtirols Kindergärten und Schulen

Täglich ergeben sich vielfältige Lernsituationen, die wir als Pädagogen aufgreifen können, um die Kinder mit Spaß an die Themen Lebensmittel und Essen heranzuführen und sie so zu sensibilisieren.

Schwerpunkte des Seminars:

- Warum das Projekt „Fühlen wie es schmeckt“ so wichtig ist
- Übersicht über Möglichkeiten, Ernährungsthemen im Unterricht aufzugreifen, und welche ernährungspsychologischen Aspekte Pädagogen dabei beachten sollten
- Genießen mit allen Sinnen als Voraussetzung für eine optimale Versorgung der Kinder mit qualitativ hochwertigen und nährstoffreichen Lebensmitteln
- Sensorische Grundlagen am Beispiel von Verkostungen
- Ideensammlung für Maßnahmen im Unterricht zum Thema Essen mit Spaß und Genuss

Referentin: Petra Heschgl, Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach

Termin: Mi 17.10.2018 von 15.00-18.00 Uhr

Anmeldung (mit Anmeldeformular, innerhalb 20.09.2019):

- per Fax: an die Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach:
F 0471 440 988
- per E-Mail: an folgende E-Mail-Adresse: fs.haslach-ne-ti@schule.suedtirol.it

Kursort:

Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach
Angela-Nikoletti-Platz 14, 39100 Bozen

Die Teilnehmer/innenzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

Bereich Hauswirtschaft

So bunt und vielfältig menschliches Leben sich zeigt, so präsentiert sich die Hauswirtschaft. Sie gestaltet und strukturiert den Alltag und erbringt einen unverzichtbaren Beitrag zum Wohlbefinden und zur Gesunderhaltung. Als tragendes Element ist sie im tagtäglichen Miteinander nicht wegzudenken.



„Bewusst – er – leben“

Angebote der Fachschulen für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach zur Hauswirtschaftsbildung für Kinder in der Grundschule

Unsere Lehrkräfte kommen zu Ihnen in die Klasse!

Kinder entdecken ihre Umwelt spielerisch, sie experimentieren gerne und machen dabei grundlegende Erfahrungen.

Deshalb ist es wichtig, dass das Bewusstsein für Hauswirtschaft bereits im Kindesalter gebildet wird.

Im Mittelpunkt des Projektes steht der spielerische Umgang mit Zeit, Geld, Ge- und Verbrauchsgütern und mit Menschen.

Aktives Gestalten verschiedener Lebensbereiche, Förderung der Alltagskompetenz und fachgerechtes Erlernen hauswirtschaftlicher Tätigkeiten, aber auch Begeisterung für die Arbeiten im Haushalt und Impulse für das Zusammenleben in und außerhalb der Familie werden als zentrale Elemente der Hauswirtschaftsbildung vermittelt.

Je nach Altersgruppe werden verschiedene Themenschwerpunkte angeboten:

2. Klasse: „Kleine feine Leute“

2 Unterrichtseinheiten à 1,5 Stunden zu folgenden Schwerpunkten:
Tischkultur, der schön gedeckte Tisch und gutes Benehmen bei Tisch

3. Klasse: „Alles sauber wie durch Zauber“

2 Unterrichtseinheiten à 1,5 Stunden zu folgenden Schwerpunkten:
Aufräumregeln, Wäsche zusammenlegen, der aufgeräumte Schreibtisch, Arbeitsplatz vorbereiten, Oberflächen reinigen und fachgerechter Umgang mit Reinigungsmitteln und Materialien

4. Klasse: „Ohren schlafen nie und wir gehen in die Knie“.

2 Unterrichtseinheiten à 1,5 Stunden zu folgenden Schwerpunkten:
richtige Körperhaltung beim Gehen, Stehen, Sitzen, Heben und Tragen, Kinderstuhl und Kinderschreibtisch, Lärm und Licht am Arbeitsplatz

5. Klasse „Ohne Moos, nix los!“

2 Unterrichtseinheiten à 1,5 Stunden zu folgenden Schwerpunkten:
Wünsche und Bedürfnisse, Taschengeld, Kreislauf des Geldes, Werbung

Angebot für Klassen am Schulstandort der Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach

Sie kommen mit Ihrer Klasse zu uns in die Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach!



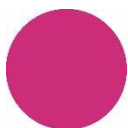
„Kleider machen Leute - Leute machen Kleider“

Für die 4. und 5. Klasse
1 Einheit zu 3 Stunden

Die Schüler/innen lernen Ressourcen- und Umweltproblematiken kennen, die mit der Herstellung von Kleidung verbunden sind, denken über den Wert von Kleidung nach, diskutieren, wie die eigenen Konsumwünsche durch Werbung und Mode beeinflusst werden, üben grundlegende Pflegemaßnahmen an Kleidungsstücken und nähen aus einem alten Kleidungsstück etwas Neues.

Inhaltliche Schwerpunkte:

Ich und die Kleidung, die Geschichte meiner Kleider, von der Faser bis zum Stoff, Kleidung pflegen, aus Altem entsteht was Neues



„Papier, dein Freund“

Für die 3. Klasse
1 Einheit zu 3 Stunden

Die Schüler erfahren, wie vielseitig Papier verwendet wird und wie präsent es in unserem alltäglichen Leben ist, kennen in einfacher Form den Entstehungsweg von Papier und die Ausgangsmaterialien, kennen den Wert von Papier und erproben den sparsamen Umgang damit, lernen die Eigenschaften und eine Verarbeitungsmöglichkeit von Altpapier kennen.

Inhaltliche Schwerpunkte:

Papierarten, Papierverwendung, Papierherstellung (vom Rohstoff bis zum Blatt Papier). Papier aus Altpapier schöpfen und neugestalten.

Informationen und Anmeldung

Anmeldungen werden ab sofort entgegengenommen.

Anmeldeschluss ist der 20. September 2019.

Die Anmeldungen werden in chronologischer Reihenfolge berücksichtigt.

Die Anmeldung für die Maßnahmen „**Fühlen wie es schmeckt**“, die Zusatztermine zu den **Themeneinheiten** verschiedener Lebensmittel und für die Maßnahmen „**Bewusst erleben**“ ist auf beiliegendem Anmeldeformular schriftlich zu tätigen.

- **Anmeldung per Fax:** Füllen Sie das Anmeldeformular aus und schicken dieses an die Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach: F 0471 440 988
- **Anmeldung per E-Mail:** Auf unserer Homepage www.fachschule-haslach.it finden Sie die Kurzbeschreibung der Angebote und das entsprechende Anmeldeformular, das Sie an folgende E-Mail-Adresse schicken: fs.haslach-ne-ti@schule.suedtirol.it

Für die Bildungsmaßnahmen, welche am Schulstandort der Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach stattfinden, sind bereits Termine während des ganzen Schuljahres reserviert.

- **Anmeldung dazu per Telefon:** Die Anmeldungen zu den Kochwerkstätten und Kochkursen, sowie zur Geschmacksschule für Kinder und zu den 2 zusätzlichen Angeboten aus dem Bereich Hauswirtschaft („Papier, dein Freund“ bzw. „Kleider machen Leute“) werden telefonisch im Sekretariat der Fachschule Haslach entgegengenommen und Termine vergeben. TEL 0471 440 990

Anmeldebestätigung

Die Bestätigung der Anmeldung und den Termin Ihrer Klasse erhalten Sie via E-Mail.

Die Angebote sind kostenlos.

Die Lebensmittel für das Bildungsangebot „Fühlen wie es schmeckt“ und für die Themeneinheiten sind von Ihrer Schule zur Verfügung zu stellen. Die Informationen dazu erhalten Sie mit der Terminbestätigung.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach
Angela-Nikoletti-Platz 14, 39100 Bozen
T 0471 440 990, F 0471 440 988
E-Mail: fs.haslach-ne-ti@schule.suedtirol.it