

# 1 Vorüberlegungen

Im Fach Hauswirtschaft steht neben dem Planen und Organisieren vor allem das Zubereiten von Speisen im Mittelpunkt, wobei grundlegende Kenntnisse der Ernährungslehre durchdrungen und erlernt werden sollen.

Damit die Schüler\* selbstständig gesunde Speisen zubereiten können, müssen wesentliche Fertigkeiten, wie z. B. verschiedene Schneidetechniken, erlernt werden.

Diese sogenannten Basistechniken können anhand einfacher Rezepte eingeschult werden, damit der Schüler diese erlernt, einübt und auf weitere Gerichte übertragen kann.

Das Einschulen, aber auch die immer wiederkehrende Sicherung dieser fundamentalen Techniken ist von großer Bedeutung. Mithilfe der Bildkarteien und dem dazugehörigen Begleitheft können Sie Ihren Schülern zusätzlich zum Realmedium (Lebensmittel, Arbeitsmittel) die Techniken schüler- und sachgemäß veranschaulichen. Die einzelnen Arbeitsschritte werden auf Fotos visualisiert. So können Sie die Tätigkeiten in kleinen Schritten einführen und die Schüler bei der selbstständigen praktischen Umsetzung optimal unterstützen.

## Aufbau der Bildkartei „Obst vorbereiten für Anfänger“

Die Bildkartei „Obst vorbereiten für Anfänger“ besteht aus über 46 Karten, die die Verarbeitung der neun Obstsorten Apfel, Erdbeere, Banane, Zitrone, Orange, Kiwi, Weintraube, Pflaume und Birne vorstellen.

Zu jeder Obstsorte gibt es Karten mit Fotografien der einzelnen Arbeitsschritte sowie eine doppelseitig bedruckte Gruppenkarte. Zur leichteren Sortierung sind die Karten zu einem Thema immer mit derselben Farbe hinterlegt.

### Beispiel „Vorbereiten von Erdbeeren“

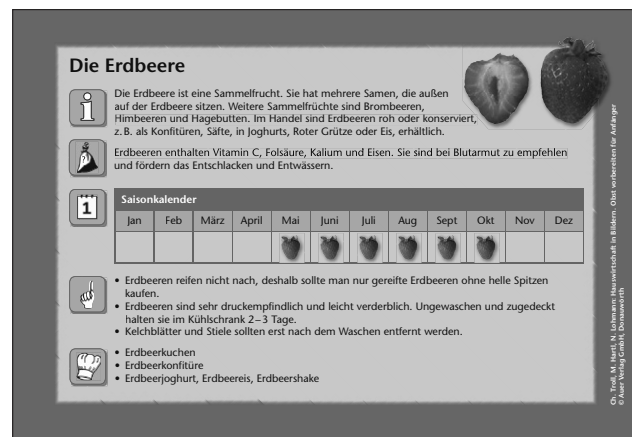
Fotokarten mit den einzelnen Arbeitsschritten



### Gruppenkarte „Erdbeere“



Die Vorderseite der Gruppenkarte zeigt die einzelnen Arbeitsschritte im Überblick.



Auf der Rückseite wird das Obst hinsichtlich Saison, Merkregeln zum Verarbeiten, wesentlicher Inhaltsstoffe und typischer Verwendung in der Küche beschrieben.

\* Aufgrund der besseren Lesbarkeit werden in diesem Buch ausschließlich die männlichen Formen verwendet. Wenn von Schülern gesprochen wird, ist immer auch die Schülerin gemeint, ebenso verhält es sich mit Lehrer und Lehrerin.

Die einzelnen Punkte auf der Rückseite der Gruppenkarte sind mit Symbolen versehen:



Allgemeine Informationen, z. B. über botanische Klassifizierung, Anbauggebiete, Produkte usw.



Typische Inhaltsstoffe, die in dem Obst vorkommen



Saisonkalender (heimischer Anbau) für das jeweilige Obst



Praktische Tipps zur Lagerung und Verarbeitung



Typische Verwendung des Obstes, Rezepte

## Begleitheft mit Kopiervorlagen

Das Begleitheft mit Kopiervorlagen beinhaltet zu jedem Obst Arbeitsblätter zu Arbeitstechniken und Rezepten, Differenzierungsmaterial sowie einen Saisonkalender (heimischer Anbau).

Sie finden im Begleitheft außerdem sämtliche Arbeitsschritte der Bildkarten als Wortkarten, z. B. Erdbeeren waschen, Strunk entfernen, die Sie vergrößern und parallel zu den jeweiligen Bildkarten einsetzen können. Die Wortkarten können sowohl zur Begriffsbildung als auch zur Sicherung des Gelernten an der Tafel verwendet werden.

Alle Arbeitsblätter beinhalten nach der Arbeitsanweisung sogenannte Textbausteine, z. B. Verwende den Tunnelgriff!. Hiermit können

die Schüler den Text oder die Merkgeregeln ergänzen. So können die Arbeitsblätter in verschiedenen Schularten und Leistungsstufen eingesetzt werden. Bei leistungsstarken Schülern können Sie die Textbausteine einfach ausschneiden oder beim Kopieren abdecken.

Zu jedem Obst gibt es ein Arbeitsblatt „Teste dein Wissen!“, das bei jedem Obst anders konzipiert ist, z. B. durch Ankreuzfragen, Rätsel usw. Für alle Arbeitsblätter „Teste dein Wissen!“ finden Sie ab S. 32 die Lösungen. Die Lösungen können zur Kontrolle im Klassenverband oder zur Selbstkontrolle der Schüler verwendet werden.

## Einsatzmöglichkeiten der Bildkartei im Unterricht

### Erarbeiten von Arbeitstechniken

- *Gruppenkarte Vorderseite*  
(Einzelarbeit/Partnerarbeit/Gruppenarbeit)  
Anhand der Gruppenkarte können die Schüler durch genaues Betrachten der Fotos die einzelnen Arbeitsschritte nachmachen und erlernen.
- *Gruppenkarte Rückseite*  
(Einzelarbeit/Partnerarbeit/Gruppenarbeit)  
Anhand der Rückseite können die Schüler wichtiges zusätzliches Wissen zum jeweiligen Obst erwerben.

### Sicherung

- *Unmittelbar nach dem Erlernen der Arbeitstechnik*  
Die einzelnen Bildkarten können nach der Demonstration des jeweiligen Arbeitsvorgangs von den Schülern genau betrachtet und in der richtigen Reihenfolge sortiert werden. Die Bildkarten eignen sich außerdem hervorragend zur Sicherung des Gelernten an der Tafel.

So kann der Schüler sie in der Schülerpraxis immer wieder betrachten. Zusätzlich können die Wortkarten vergrößert und ebenfalls an die Tafel gehängt werden.

- *Auffrischen der Schneidetechnik*  
Wurde eine Arbeitstechnik eingeschult und ist diese in folgenden Unterrichtseinheiten bei den Schülern nicht mehr ganz verfügbar, so können zur Auffrischung die Gruppenkarte oder auch die Fotokarten herangezogen werden.

### Veranschaulichung

Die Bildkarten zeigen jeden einzelnen Arbeitsschritt des Vorbereitens und Schneidens des jeweiligen Obstes. Der Schüler kann anhand der Fotos die wesentlichen Schritte der Arbeit erkennen und auf seine Arbeit übertragen. Es sind nur die wichtigsten Merkmale abgebildet, sodass der Schüler nicht verwirrt wird.

## Differenzierung

Wie beim Auffrischen der Schneidetechnik schon erwähnt, können mithilfe der Gruppenkarten die Schneidetechniken einzelner Obstsorten wiederholt werden. Diese Wiederholung können Sie auch nur mit einzelnen Schülern durchführen, bei denen Bedarf besteht.

Leistungsstärke Schüler können sich mit der Gruppenkarte neues Wissen aneignen oder auch schon im Vorfeld neue Schneidetechniken erlernen, die sie dann im Plenum vorstellen. Weisen Sie vorher aber unbedingt auf mögliche Unfallgefahren hin!

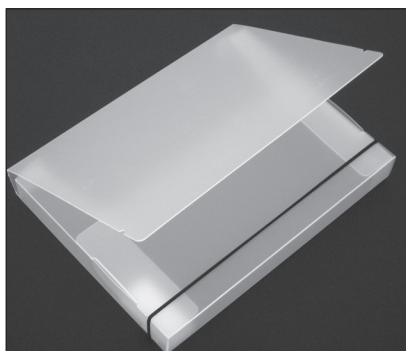
## Aufbewahrung der Fotokarten

Zur längeren Haltbarkeit sind die Fotokarten auf beschichtetem Papier gedruckt, welches abwischbar und wasserabweisend ist. Daher ist ein Einsatz bei praktischen Vorarbeiten und an der Tafel ohne Probleme möglich. Es empfiehlt sich, die Bildkartei „Obst vorbereiten für Anfänger“ in einer stabilen Box für DIN-A5-Karten aufzubewahren, damit keine Karten verloren gehen oder beschädigt werden.

Wenn Sie weitere Bildkarteien aus der Reihe „Hauswirtschaft in Bildern“ anschaffen, können Sie alle Fotokarten gemeinsam in einem Karteikasten aufbewahren.

Kästen für Karten der Größe DIN A5 sind in verschiedenen Ausführungen erhältlich, z.B. aus Kunststoff oder Holz.

Je nach Ausführung sind die Kästen/Hüllen im Preis sehr unterschiedlich. Hier einige Beispiele:



Sammelbox aus  
Kunststoff  
Preis: ca. 2 €



Hersteller HAN  
Karteikasten aus Kunststoff  
Preis: ca. 10 €



Hersteller HAN  
Karteikasten aus Holz  
Preis: ca. 40 €

## Wortkarten zu den Schritt-für-Schritt-Fotokarten

### Hinweise für die Herstellung

- Kopiervorlage auf DIN A3 vergrößern
- Auf farbiges Tonpapier kopieren und laminieren

**Tipp:** Verwenden Sie die gleiche Farbe, in der auch die dazu gehörenden Fotokarten umrandet sind.

### Methodische Hinweise

- Die Schüler können die Wortkarten den Fotos zuordnen.
- Die Wortkarten können bei der Tafelanschrift eingesetzt werden.

**Tipp:** Kopieren Sie die Wortkarten zum Apfel auf braunes Tonpapier.

**Apfel schälen**

**Apfel halbieren und vierteln**

**Kerngehäuse herausschneiden**

**Apfel in Scheiben schneiden**

**Apfel in Würfel schneiden**

**Apfel raspeln**

**Tipp:** Kopieren Sie die Wortkarten zur Birne auf mittelgrünes Tonpapier.

**Birne schälen**

**Birne halbieren und vierteln**

**Kerngehäuse herausschneiden**

**Birne in Scheiben schneiden**

**Tipp:** Kopieren Sie die Wortkarten zur Banane auf hellgelbes Tonpapier.

**Banane schälen**

**Banane in Scheiben schneiden**

**Tipp:** Kopieren Sie die Wortkarten zur Orange auf orangefarbiges Tonpapier.

**Enden abschneiden**

**Schale einritzen**

**Orange schälen**

**Orange halbieren, Inneres entfernen**

**Orange in Spalten teilen**

**Orange in Stücke schneiden**

**Tipp:** Kopieren Sie die Wortkarten zur Zitrone auf dunkelgelbes Tonpapier.

**Zitrone rollen**

**Zitrone halbieren**

**Zitrone auspressen**

**Zitronenschale abreiben**

**Tipp:** Kopieren Sie die Wortkarten zur Kiwi auf olivgrünes Tonpapier.

**Enden abschneiden**

**Kiwi schälen**

**Kiwi halbieren**

**Kiwi in Scheiben schneiden**

**Tipp:** Kopieren Sie die Wortkarten zur Erdbeere auf rotes Tonpapier.

**Erdbeeren im Sieb waschen**

**Strunk entfernen**

**Erdbeere halbieren**

**Erdbeere in Scheiben schneiden**

**Tipp:** Kopieren Sie die Wortkarten zur Weintraube auf hellgrünes Tonpapier.

**Weintrauben waschen**

**Weintrauben zupfen**

**Weintrauben halbieren**


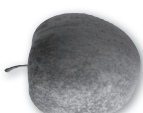
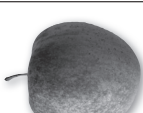
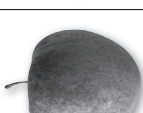

























**Kerne entfernen**

**Tipp:** Kopieren Sie die Wortkarten zur Pflaume auf violette Tonpapier.

**Pflaume halbieren**

**Kern entfernen**

# Saisonkalender

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Apfel												
Pflaume												
Birne												
Erdbeere												
Wein- traube												



Bananen, Kiwis und Zitrusfrüchte sind Südfrüchte, die bei uns nicht wachsen und das ganze Jahr über importiert werden.

**Süd-  
früchte**






# Legespiel „Obst“

## Hinweise für die Herstellung

- Lösungstreifen, Legefild und Legekärtchen auf DIN A3 vergrößern
- Legekärtchen entlang der gestrichelten Linien ausschneiden
- Auf Tonpapier kopieren und laminieren
- Die Legekärtchen am besten in einer kleinen Schachtel oder einem Umschlag aufbewahren, damit keine Kärtchen verloren gehen

Mithilfe des Lösungstreifen können die Schüler selbstständig kontrollieren.

<div>  </div> <div> <b>Legespiel „Obst“</b> </div> <div>  </div> <div>           Ordne die Obstbilder richtig zu!            Kontrolliere mit dem Lösungstreifen!         </div>		Südfrüchte			
		Beerenobst			
		Steinobst			
		Kernobst			



# Lösungstreifen „Obst“



**Kernobst**

z. B. Apfel, Birne, Quitte



**Steinobst**

z. B. Pflaume, Aprikose, Kirsche, Nektarine



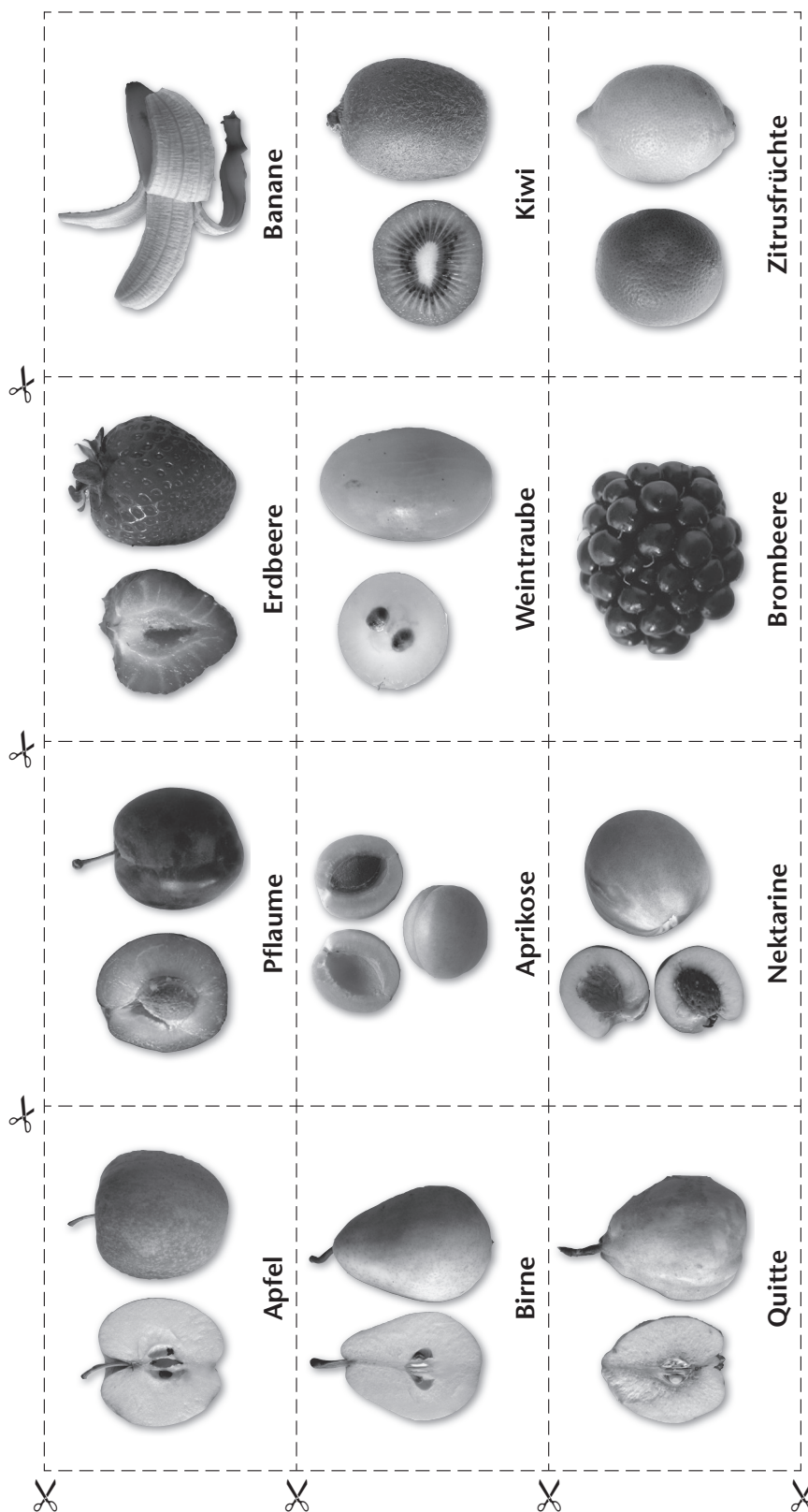
**Beerenobst**

z. B. Weintraube, Brombeere, Erdbeere



**Südfrüchte**

z. B. Zitrusfrüchte, Ananas, Feige, Banane, Kiwi



# 3 Arbeitsblätter

## Hinweise zum Einsatz der Arbeitsblätter

- Sowohl das Arbeitsblatt zur Verarbeitungstechnik als auch das „Teste dein Wissen!“-Arbeitsblatt können in vielen verschiedenen Phasen des Unterrichts eingesetzt werden, z.B. als Gesamtzusammenfassung, zur Differenzierung oder als Hausaufgabe.
- Die Textbausteine auf den Arbeitsblättern zur Verarbeitungstechnik erleichtern Schülern das selbstständige Ausfüllen.
- Die Lösungen für die Wissensarbeitsblätter ermöglichen Schülern eine eigenständige Kontrolle.
- Die beiden Aufgabenkarten auf dieser Seite können zur Gruppen- und Partnerarbeit eingesetzt werden.

## Aufgabenkarten

### Material:

- Gruppenkarte

### Weißt du Bescheid über Obst? \_\_\_\_\_



1. Informiere dich auf der Gruppenkarte über die Obstart.



2. Welche wertvollen Inhaltsstoffe enthält diese Obstart?



3. Wann hat diese Obstart Saison? \_\_\_\_\_



4. Was musst du beim Vorbereiten dieser Obstart beachten?



5. Nenne zwei typische Rezepte mit dieser Obstart.

### Bist du ein Küchenprofi beim Schneiden von \_\_\_\_\_



1. Bereite deinen Arbeitsplatz vor.



2. Zähle die Arbeitsschritte beim Zerkleinern in der richtigen Reihenfolge auf.



3. Welche Regeln beachtest du beim Schneiden?

### Material:

- Gruppenkarte
- Arbeitsblatt
- Wortkarten

Name:	Klasse:	Datum:	Fach:	Nr.:
-------	---------	--------	-------	------

## Wir schneiden Äpfel



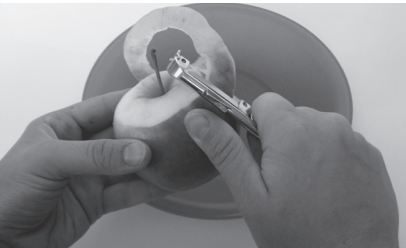





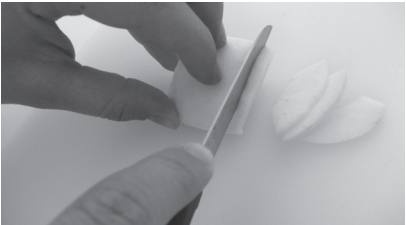
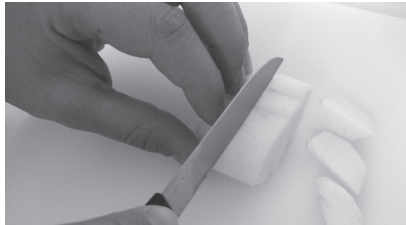
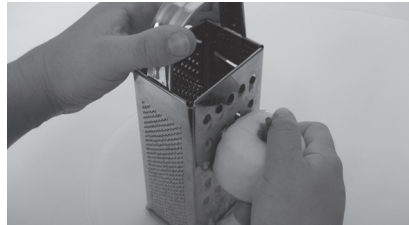
Ergänze die Regeln !



Kerngehäuse gründlich entfernen!

Apfel dünn rundherum schälen!

Verwende den Tunnelgriff!

Arbeitsschritte:	Beachte:
 <p><b>1. Apfel schälen</b></p>	<p>Die Vitamine und Mineralstoffe sitzen in und unter der Schale.</p> <div>  <div> </div> </div>
 <p><b>2. Apfel halbieren /vierteln</b></p>	<p>Vorsicht: Verletzungsgefahr!</p> <div>  <div> </div> </div> <div>  </div>
 <p><b>3. Kerngehäuse herausschneiden</b></p>	<p>Das Kerngehäuse ist sehr holzig und hart.</p> <div>  <div> </div> </div> <div>  </div>
<p><b>4. Apfel zerkleinern</b></p>	
 <p>Apfel in Scheiben schneiden</p>	 <p>Apfel in Würfel schneiden</p>
 <p>Apfel raspeln</p>	

Name:	Klasse:	Datum:	Fach:	Nr.:
-------	---------	--------	-------	------

## Teste dein Wissen über den Apfel!



Da ist der Wurm drin!

Male bei falschen Aussagen den Wurm aus!

