

**Umsetzungsbeispiel der Projektwoche**  
**Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben**



<b>Projekttitle:</b>	Alltag intensiv
<b>Handlungsfelder:</b>	Gesundheit, Ernährung, Haushaltsführung, Selbstbestimmtes Verbraucherverhalten, Umweltverhalten, Digital handeln
<b>Schulart:</b>	Realschule
<b>Jahrgangsstufe:</b>	6
<b>Zeitungfang:</b>	5 Tage (1 Projektwoche)
<b>Externe Partner:</b>	Ansprechpartner/-in: Melanie Steinel
	Ansprechpartner/-in: Katrin Purucker
	Ansprechpartner/-in: Constanze Lorenz
	Ansprechpartner/-in: Horst Zacharias
	Ansprechpartner/-in: Landwirtschaft Schelter
	Ansprechpartner/-in: Doris Gimmel
	Ansprechpartner/-in: Frau Machala Organisation: Bund Naturschutz Bayern
	Ansprechpartner/-in: Frau Reichel Organisation: Bauernverband
<b>Kosten:</b>	2245,94 €
<b>Ansprechpartner/-in mit Kontaktdaten:</b>	Name: ZwRSKin Ursula Dollinger Schule: Fichtelgebirgsrealschule Marktredwitz E-Mail: <a href="mailto:alltagskompetenzen@realschule-mak.de">alltagskompetenzen@realschule-mak.de</a> oder <a href="mailto:dol@realschule-mak.de">dol@realschule-mak.de</a>



## Projektbeschreibung

Die Woche begann mit einer Einführung in die gesamte Thematik, einem Training zur Tischkultur und den Grundzügen zur Erstellung eines digitalen Kochbuches. Auch die weiteren Tage waren gefüllt mit vielen Aktionen, die den Kindern grundlegende Kompetenzen für den Alltag näherbrachten. So durften die Schülerinnen und Schüler beim Besuch des Bauernhofs Reichel voller Tatendrang selbst Kartoffeln ernten, Hühner streicheln und Kühe füttern. Dabei spielte die Herkunft der regionalen Lebensmittel immer eine wichtige Rolle.

Beim Einkaufstraining erarbeiteten die Sechstklässlerinnen und Sechstklässler in Gruppen einzelne Bereiche der Lebensmittelindustrie. Sie erforschten die Herkunft verschiedenster Nahrungsmittel und entdeckten die Bedeutung diverser Siegel und Aufdrucke.

Beim Erstellen von Bienenwachskerzen und einem Imkervortrag an unserer Schule lernten die Schülerinnen und Schüler die Bedeutung der Bienen kennen und konnten dabei auch gleich ein Glas Honig erwerben. Ihre Fitness legten die Heranwachsenden dann mit einem einstündigen „Pilates flow“- Training an den Tag.

Am letzten Projekttag rundete ein Vortrag zum Thema „Foodsharing“ das Erstellen des digitalen Kochbuchs und letztendlich das leckere Zubereiten der geernteten Kartoffeln als verschiedenste Gerichte die Projektwoche ab.



### Schematischer Überblick über den Inhalt der Projektwoche „Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben“:

Std	Montag			Dienstag		
	6a	6b	6c	6a	6b	6c
	Klassenzimmer	Klassenzimmer	Klassenzimmer	extern	extern	Klassenzimmer
7:45 - 9:15	Einführung in das Thema (Fr.Lorenz) R 006	IPad: Einführung in Bearbeitung (Reingart/ Dollinger) R 003	Tischkultur (Stengel) R 005	Besuch Bauernhof (Fr.Reichel)	Einkaufstraining (Fr.Purucker/Fr.Steinel) nach Rückkehr R 003	Bienenwachskerze Frister R 003
9:30 - 11:00	Tischkultur (Stengel) R 005	Einführung in das Thema (Fr.Lorenz) Aufsicht: R 006	IPad: Einführung in Bearbeitung (Reingart/ Dollinger) R 003			Imker (Hr.Zacharias) Aufsicht: R 005
11:15 – 12:45	IPad: Einführung in Bearbeitung (Reingart/ Dollinger) R 003	Tischkultur (Stengel) R 005	Einführung in das Thema (Fr.Lorenz) R 006			Pilates flow (Fr.Gimmel) R 006

Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
6a	6b	6c	6a	6b	6c	6a	6b	6c
extern	Klassenzimmer	extern	Klassenzimmer	extern	extern	Klassenzimmer oder Schulküche	Klassenzimmer oder Schulküche	Klassenzimmer oder Schulküche
Einkaufstraining (Fr.Purucker/Fr.Steinl) nach Rückkehr R 003	Bienenwachskerze Frister R 003	Besuch Bauernhof (Fr.Reidhel)	Pilates flow (Fr.Gimmel) Aufsicht: R 006	Besuch Bauernhof (Fr.Reidhel)	Einkaufstraining (Fr.Purucker/Fr.Steinl) nach Rückkehr R 006	Kartoffelgerichte und Verzehr (Fr.Purucker/ Fr.Steinl) R U02	IPad: Erstellen eines Kochbuches/ Film (Reingart/ Dollinger) R 003	Foodsharing (Fr.Machala) Aufsicht: R 005
	Imker (Hr.Zacharias) Aufsicht: R 005		Imker (Hr.Zacharias) R 005			Foodsharing (Fr.Machala) R 005	Kartoffelgerichte und Verzehr (Fr.Purucker/ Fr.Steinl) R U02	IPad: Erstellen eines Kochbuches/ Film (Reingart/ Dollinger) R 003
	Pilates flow (Fr.Gimmel) R 006		Bienenwachskerze Frister R 003			IPad: Erstellen eines Kochbuches/ Film (Reingart/ Dollinger) R 003	Foodsharing (Fr.Machala) R 005	Kartoffelgerichte und Verzehr (Fr.Purucker/ Fr.Steinl) R U02

Gesundheit	
Ernährung	
Haushalt	
Verbraucher	
Umwelt	
Digital	



## Angestrebter Kompetenzerwerb der Schülerinnen und Schüler

Handlungsfeld Gesundheit:

Die Schülerinnen und Schüler

- wissen um die Bedeutung von Bewegung als Grundlage einer gesunden Lebensführung und entwickeln sportmotorische Fähigkeiten
- beherrschen einfache Strategien der Entspannung und Selbstkontrolle

Handlungsfeld Ernährung:

Die Schülerinnen und Schüler

- setzen sich mit der Bedeutung der Landwirtschaft, insbesondere landwirtschaftlicher Betriebe ihres Lebensumfeldes, bei der Erzeugung und Verarbeitung von Nahrungsmitteln auseinander
- erkennen, dass gesundes Essen weit mehr ist als nur Nahrungsaufnahme
- hinterfragen ihr persönliches Essverhalten und nutzen ihr Wissen über die Zusammenhänge zwischen Gesundheit, Ernährung, Leistungsfähigkeit und Lebensfreude, um einen

gesunden und verantwortungsbewussten Lebensstil zu entwickeln

Handlungsfeld Haushaltsführung:

Die Schülerinnen und Schüler

- reflektieren und nutzen ihre Erkenntnisse über ökonomische und ökologische Grundsätze der Haushaltsführung für eine überlegte Haushaltsökonomie in ihrem eigenen Leben
- handeln und konsumieren im Haushalt und Alltag nach den Prinzipien der Nachhaltigkeit

Handlungsfeld selbstbestimmtes Verbraucherverhalten:

Die Schülerinnen und Schüler

- sind zu einem reflektierten, verantwortungsvollen, nachhaltigen, wertorientierten und selbstbestimmten Konsumhandeln in der Lage
- entwickeln Verantwortungsbewusstsein für die sozialen, ökologischen und gesundheitlichen Folgen ihres Konsums

Handlungsfeld Umweltverhalten:

Die Schülerinnen und Schüler

- entwickeln Verantwortungsbewusstsein für Natur und Umwelt und erweitern ihre Kenntnisse über die komplexe und wechselseitige Abhängigkeit zwischen Mensch, Gesundheit und Umwelt
- zeigen ein Bewusstsein für einen verantwortlichen und nachhaltigen Umgang mit ökologischen, ökonomischen und sozialen Ressourcen und handeln altersgemäß

Handlungsfeld Digital Handeln:

Die Schülerinnen und Schüler

- erstellen ein digitales Kochbuch zum Thema Kartoffel und bringen ihr Wissen ein



**Ggf. Informationen zu externen Partnern, weiterführende Links**



**Dokumentation der Umsetzung der Projektwoche  
„Alltagskompetenzen - Schule fürs Leben“**

Zum Mitgeben als Ergebnisprodukt wurde das digitale „**Kartoffel-Kochbuch**“ mit den Schülern erstellt:



### Kartoffelnestchen

ein Rezept von Alma Nahil

#### Zubereitung

Mit Eierpieker oben und unten einstechen und in kaltes Wasser legen. Sie müssen mit Wasser bedeckt sein. Eier 10 Min. hart kochen und mit kaltem Wasser abschrecken, erkalten lassen und die Schale entfernen. Mit einem Spritzbeutel (Sternhülle Durchmesser 10mm) 7cm große Tupfen auf das Backblech spritzen (= 12 Nestchen). Die Eier in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Aus einem Ei sollten 6 Scheiben gewonnen werden. Jeweils eine Scheibe in die Mitte des Nestchens legen, leicht andrücken. Waschen fein zerkleinern, auf die Eierscheiben streuen über die Petersilie streuen. Das Blech in den vorgeheizten Backofen schieben, Kartoffelnestchen überbacken.

→ Backblech mit Backfolie oder Backtrennpapier auslegen

2 Eier  
1 Rezept Herzoginnenkartoffeln  
3 El Petersilie  
70 g gerieben. Gouda

Backzeit: ca. 15 - 20 Min.  
Backtemperatur: 180 C  
mittlere Schiene/Ober- und Unterhitze

Anrichten: Platte (warm)

Garnieren: Petersilie (fein, 2 El)





Erklärung der einreichenden Lehrkraft:

Allen Mitwirkenden wurden über die Datenschutzhinweise im Rahmen der Veröffentlichung von personenbezogenen Beiträgen informiert. Die schriftlichen Einwilligungen in die „Veröffentlichung von Foto-, Audio- und/oder Filmaufnahmen auf dem vom Bayerischen Kultusministerium betriebenen Blog ‚Schule in Bayern‘, den damit in Verbindung stehenden Social-Media-Kanälen sowie der Homepage des Bayerischen Kultusministeriums [km.bayern.de](http://km.bayern.de) und der Homepage des Staatsinstituts für Schulqualität und Bildungsforschung [isb.bayern.de](http://isb.bayern.de)“ liegen von allen betroffenen Personen vor.