

Pflanz' dir dein Schulbrot!

Du möchtest dein Pausenbrot auch mit frischen Kräutern, Salatblättern und Radieschen aufpeppen oder zwischendurch Erdbeeren und Kohlrabi naschen? Dann lege mit deiner Klasse ein eigenes „5 am Tag Beet“ an! Die Anleitung zeigt euch, wie es geht.

Erfahrene Gärtner haben euch Tipps für die Anlage eines eigenen Schulbeets aufgeschrieben. Ihr braucht dafür keinen riesigen Garten. Schon eine kleine Fläche von vier Quadratmetern bietet genug Platz für die fünf Obst- und Gemüsearten. Das vorgeschlagene Beet in der Anleitung ist 2 m breit und 2 m lang. Ihr könnt es aber auch anders gestalten.

Aufgabe 1: Gestalte dein eigenes Beet!

Lies dir die Tipps für den Anbau der Pflanzen im Beet durch und schau dir das Beispielbeet auf der Anleitung an. Besorge dir kariertes Papier, ein Lineal und einen Bleistift oder Buntstifte.

Plane nun ein Beet nach deinen Wünschen!

Zeichne deine Idee möglichst genau auf, am besten im richtigen Maßstab, wie es die Gartenprofis machen.

Viel Spaß!



Anbautipps vom Gartenprofi

Damit später jede Pflanze genug Platz zum Wachsen hat, solltet ihr beim Aussäen und Setzen der jungen Pflanzen diese Abstände einhalten:

- ➔ Radieschen in Reihen im Abstand von 20 cm
- ➔ Erdbeerpflanzen einzeln im Abstand von je 35 cm
- ➔ Kohlrabi einzeln im Abstand von je 35 cm
- ➔ Pflücksalat einzeln im Abstand von je 15 cm
- ➔ Schnittlauch in Reihen im Abstand von 20 cm

Hilfe zum Maßstab:
Nutze den Maßstab 20:1.
Dann entsprechen 100 cm
im Beet 5 cm auf dem Plan.

Aufgabe 2: Plant ein Beet für eure Klasse!

Zeigt euch gegenseitig eure Entwürfe und überlegt gemeinsam, wie euer Klassenbeet aussehen könnte. Besprecht in der Klasse diese Fragen:

- ➔ Möchtet ihr ein Beet bauen und pflegen? Was möchtet ihr besonders gerne ernten?
- ➔ Gibt es auf dem Schulgelände einen geeigneten Platz?
- ➔ Welches Material benötigt ihr? Wer kann was besorgen?
- ➔ Könnt ihr alle anstehenden Aufgaben untereinander aufteilen? Braucht ihr noch Hilfe? Wer könnte euch helfen?
- ➔ Wer kann die Pflege und Ernte in den Ferien übernehmen?

Bunt und lecker - Auge und Nase essen mit

Mit Obst und Gemüse kommt Abwechslung auf den Teller, denn es besitzt viele verschiedene Geschmäcker, Gerüche, Farben und Formen. Beim Essen nehmen wir alles zusammen wahr.

Teste deine Sinne:

Erkennst du, welcher Geruch zu welchem Obst oder Gemüse gehört?
Kannst du das Obst und Gemüse blind am Geschmack erkennen?



Material:

fünf durchsichtige Dosen, fünf blickdichte Dosen (z.B. Filmdosen),
fünf Arten Obst und Gemüse (z.B. Erdbeere, Kohlrabi etc. wie im 5 am Tag-Beet),
Brettchen, Messer, Tuch oder Schal

Anleitung:

Teil A: Sehen und riechen

1. Schneide etwas von jedem Obst und Gemüse ab und packe je ein Stück in eine durchsichtige Dose. Verschließe sie gut.
2. Schneide von jedem Obst und Gemüse ein zweites Stück ab und packe es jeweils in eine blickdichte Dose. Steche in den Dosendeckel vorsichtig ein paar Löcher oder einen Schlitz.
3. Mische die Dosen und rieche nacheinander an den blickdichten Dosen. Versuche herauszufinden, in welchen Dosen dasselbe Obst oder Gemüse steckt. Kontrolliere die Dosen erst, wenn du alle Dosen zu Paaren gestellt hast. Hast du die Paare gefunden?

Lass dir von einem Erwachsenen helfen!

Teil B: Riechen und schmecken

1. Schneide wieder von jedem Obst und Gemüse ein Stück ab und lass dir von einem/r MitschülerIn die Augen verbinden.
2. Dein(e) MitschülerIn reicht dir das Obst und Gemüse nach und nach an, ohne die Art zu sagen. Verkoste es blind: Wie riecht und schmeckt es? Wie fühlt es sich im Mund an? Erkennst du es?

Auch die Inhaltsstoffe von Obst und Gemüse sind vielseitig. Dazu gehören viele lebensnotwendige Vitamine und Mineralstoffe. Fünf Portionen, also fünf Handvoll Obst und Gemüse, tragen dazu bei, dass du dich fit und wohl fühlst.

**Du möchtest mehr über Obst, Gemüse und die Empfehlung „5 am Tag“ erfahren?
Frag deine(n) LehrerIn nach weiteren Vorlagen.**

