

Kochen Hauswirtschaft

Lektionsplan



Nr.	Thema	Worum geht es? / Ziele	Inhalt und Action	Sozialform	Material	Zeit
1	Einstieg - Stafette	Die SuS lernen sich in der Küche schnell und effizient zu bewegen und Aufgaben korrekt auszuführen.	Die SuS machen ein Rennen. Die Lehrperson gibt Anweisungen, was die Einzelnen aus der Gruppe machen müssen. Welche Gruppe erledigt alle Aufträge am schnellsten?	GA	<ul style="list-style-type: none"> Nahrungsmittel Küchenmaterial 	20'
2	Einkaufen - Vorrat	Die SuS wissen, was ein Grundvorrat ist und lernen einen Einkauf zu planen.	Gemeinsame Diskussion: Verschiedene Lebensmittel auf Verpackung und Lagerfähigkeit untersuchen. Die Verpackungsmaterialien korrekt entsorgen. Was und wie viel sollte Zuhause im Vorrat vorhanden sein? Wann kaufe ich wo was ein? Welche Rolle spielen Aktionen? Danach füllt jeder sein persönliches Arbeitsblatt aus.	Plenum EA	<ul style="list-style-type: none"> div. Lebensmittel vom Einkauf Arbeitsblatt 	15'
3	Kühlen – Lagerung	Die SuS wissen, was und wie im Kühlschrank Lebensmittel aufbewahrt werden. Sie überlegen sich, was mit verdorbenen oder abgelaufenen Esswaren zu tun ist.	Was gehört in den Kühlschrank, was ins Tiefkühlfach? Wie viel packe ich hinein? Wie lange lagere ich Esswaren im Kühlschrank? Die SuS ordnen alles Vorhandene in die richtigen Abteilungen des Kühlschranks ein. Ablaufdaten oder Problembeschreibungen auf die Produkte ergänzen. Diskussion: was machen mit den Esswaren?	GA Plenum	<ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Lebensmittel Kühlschrank 	15'
4	Ratespiel	Die SuS repetieren spielerisch die Küchengegenstände.	Jeder SuS schreibt auf einen Zettel einen Küchengegenstand und klebt ihn jemandem auf den Rücken. Durch Fragenstellen wird erraten, was es sein könnte. Abwechselnd versuchen zwei SuS herauszufinden, was auf ihrem Rücken steht. Solange die Fragen mit Ja beantwortet werden können, darf weiter gefragt werden.	PA	<ul style="list-style-type: none"> Zettel Kleber Schreiber 	10'

Kochen Hauswirtschaft

Lektionsplan



5	Vorbereiten – Mise En Place	Die SuS wissen, was und wie sie vor dem Kochen vorbereiten, um den Kochablauf optimal und effizient zu gestalten.	Jede Kochgruppe erhält einen anderen Auftrag, aber alle müssen gleichzeitig die Vorbereitungen zu ihrer Kochaktion leisten. Danach betrachten alle Gruppen alle Aufträge und die Lösungen. Diskussion!	GA Plenum	<ul style="list-style-type: none"> • Aufträge • Küchengeräte • Zutaten gemäss Auftrag 	25'
6	Kochen mit dem Steamer	Die SuS wissen, welches die Vorteile eines Steamers sind und wie er zu einer gesunden Ernährung beitragen kann. Sie können ein Menü im Steamer zubereiten.	Die SuS lesen den Infotext. Die SuS lösen das Arbeitsblatt. Danach im Plenum das Arbeitsblatt am Hellraumprojektor korrigieren und ergänzen. Die SuS erstellen eine Einkaufsliste mit den Zutaten, die sie zum Zubereiten brauchen. In der nächsten Hauswirtschaftslektion wird das Gericht im Steamer zubereitet.	EA Plenum	<ul style="list-style-type: none"> • Infotext • Arbeitsblatt 	3 Std.
7	Kochen - vergleichen	Die SuS kennen unterschiedliche Zubereitungsarten. Und können Menüs im Blindtest unterscheiden.	Je zwei Gruppen kochen dasselbe Menü. Eine Gruppe kocht mit Convenience Food oder vorgefertigten Lebensmittel, die andere bereitet alles frisch zu. Danach degustieren sie diese und vergleichen die Ergebnisse miteinander.	GA EA Plenum	<ul style="list-style-type: none"> • Rezepte gemäss Menü • Lebensmittel frisch und Convenience • evtl. Augenbinden 	90'
8	Backen	Die SuS kennen die Backofenfunktionen und können gemäss Rezept etwas backen.	Gemäss unterschiedlichen Rezepten bereiten die SuS sich aufs Backen vor. Sie üben Backofeneinstellungen, Einordnungen und Zeitangaben.	GA	<ul style="list-style-type: none"> • Rezepte • Zutaten • Backofen 	60'
9	Aufräumen - Spülen	Die SuS wissen, wie und in welcher Reihenfolge sie Geschirr von Hand abwaschen müssen. Sie können einen Geschirrspüler richtig einräumen und bedienen. Die SuS wissen, wie sie die Küche aufräumen und reinigen müssen.	Die Aufträge zum Aufräumen und Reinigen werden innerhalb der Kochgruppen aufgeteilt. <ul style="list-style-type: none"> - Schmutziges Geschirr in der richtigen Reihenfolge bereitstellen und abwaschen - Geschirr richtig in den Geschirrspüler einräumen und alle Vorbereitungen für den Geschirrspüler treffen - Backofen und Kochherd reinigen - Boden trocken und feucht aufwischen 	GA	<ul style="list-style-type: none"> • Schmutziges Geschirr • Reinigungsmaterial 	20'

Kochen Hauswirtschaft

Lektionsplan



10	Ratespiel	Die SuS repetieren spielerisch die Küchengegenstände.	Jeder SuS schreibt auf einen Zettel einen Küchengegenstand und klebt ihn jemandem auf den Rücken. Durch Fragenstellen wird erraten, was es sein könnte. Abwechselnd versuchen zwei SuS herauszufinden, was auf ihrem Rücken steht. Solange die Fragen mit Ja beantwortet werden können, darf weiter gefragt werden.	PA	<ul style="list-style-type: none"> • Zettel • Kleber • Schreiber 	10'
11	Lernkontrolle	Die SuS können die Fragen zu den bearbeiteten Themen beantworten.	Die SuS lösen selbständig den Test.	EA	<ul style="list-style-type: none"> • Lernkontrolle 	20'

Die Zeitangaben sind Annahmen für den ungefähren Zeitrahmen und können je nach Klasse, Unterrichtsniveau und -intensität schwanken!

Ergänzungen/Varianten	
Legende	EA = Einzelarbeit / Plenum = die ganze Klasse / GA = Gruppenarbeit / PA = Partnerarbeit / SuS = Schülerinnen und Schüler / LP = Lehrperson
Informationen	weitere Rezepte und Ideen finden Sie hier: www.lifestyle.vzug.ch/kinder-kochen
Kontaktadressen	V-ZUG AG Industriestrasse 66 6301 Zug Schweiz Tel. +41 58 767 67 67 Fax +41 58 767 61 67 info@vzug.com
Bücher	
Exkursionen	Falls die Möglichkeit besteht, ein Besuch in einer Grossküche eines Restaurants in der Umgebung organisieren.
Projekte	
Ergänzungen	Die Einheit ist so gedacht, dass man in jeder Kochlektion ein Thema speziell einbaut und behandelt, so dass die SuS auch zum Kochen bzw. Abwaschen etc. kommen. So wird die Einheit eigentlich auseinandergenommen und so im Jahresplan eingesetzt, wie sie der Lehrperson passt.
Eigene Notizen	