Unterrichtskonzept in vier Phasen

Titel: Wie beeinflussen unsere Essgewohnheiten die Gesundheit und den Planeten?

Name Grenzenlos-Referent(in): Dudung Angkasa Suherman
Termin: 26.11.2026
Bezug zu SDG: 2,12,13,15
Schule: Städtische Berufsschule für Zahnmedizinische Fachangestellte München
Unterrichtsfach/Berufliches Feld:

Zeit In Minuten	Titel	Methode & Material	Lernziel
	Vorstellung und Sensibilisierungsphase		
5	Begrüßung und Vorstellung	Der Referent begrüßt die Klasse und stellt sich vor. Schätzfrage zu Referent Heimatland Medien: PPT, Beamer, Weltkarte	Die Schüler/-innen lernen den Referent kennen und erkennen erste globale Zusammenhäng
3	Die 17 Nachhaltigkeitsziele (SDGs) vorstellen	Vorstellung der SDGs PPT: Beamer, Leinwand	Die Schülerinnen und Schüler lernen die Ziele der nachhaltigen Entwicklung kennen
7	Thema vorstellen: „Wie beeinflussen unsere Essgewohnheiten die Gesundheit und den Planeten?“	Quiz (Mentimeter/Kahoots) Medien: PPT, Beamer, Leinwand	Die Schüler:innen werden für das Thema sensibiliert und die Gliederung des Themas kennen
	Informationsphase (max. 3-5 Punkte)		
5	Sind unsere Grundnahrungsmittel die gleichen?	• Bildimpuls (Deutsche Grundnahrungsmittel Habt ihr diese Grundnahrungsmittel schon einmal probiert? -- Mentimenter)	Die Schülerinnen und Schüler lernen traditionelle und heutige Grundnahrungsmittel im Deutschland und Indonesien sowie deren historischen Wandel kennen

		• Historischer Kontext
		  ○ Vorkoloniale Zeit
		  ○ Kolonialzeit & Regierungsprogramme
		  ○ Gegenwart
		Median: PPT Beamer, Leinwand, Heimatlandkarte	

5-10	Was passiert, wenn unsere Essgewohnheiten verändert werden?	Fallbeispiel aus dem östlichen Teil meines Heimatlandes • Hunger im Land des Goldes • Schweinefest! Medien: PPT, Beamer, Leinwand	Die Schülerinnen und Schüler verstehen verschiedene Formen und Ursachen von Hunger
5-10	Woher kommt der Hamburger?	Globale Lieferketten am Beispiel eines Burgers: • Produktebene • Rohstoffebene (z. B. Palmöl, Soja, Weizen, Rindfleisch) Medien: PPT, Beamer, Leinwand	Die Schüler:innen verstehen am Beispiel eines Alltagsprodukts den Aufbau globaler Lieferketten vom Rohstoff bis zum fertigen Lebensmittel.
	Handlungsoptionen		
15-20	Sollten wir unsere Essgewohnheiten ändern?	Gruppenarbeit (4 Gruppen mit verschiedenen Schwerpunkten) • Gruppe 1: Zeichne deine Mahlzeit! (Analyse der globalen Lieferketten) • Gruppe 2: Vergessene Gemüsesorten und genetische Vielfalt • Gruppe 3: Unsichtbares Palmöl und Zucker: Auswirkungen auf Anbauländer, Biodiversität und Gesundheit • Gruppe 4: Vergessene Grundnahrungsmittel & regionale Alternativen für die Zukunft Medien: PPT, Beamer, Leinwand, Metaplan-Tafel, Marker, Tablet (ggf.	Die Schüler:innen untersuchen aus verschiedenen Perspektiven, wie unsere Essgewohnheiten Gesundheit, Biodiversität und globale Produktionsbedingungen beeinflussen, und entwickeln Lösungsansätze

		internet recherchieren)	
10-15	Zeigt eure Ideen!	• Kurzpräsentation der 4 Gruppen (je ca. 3 Min.) • Gemeinsames Festhalten von Handlungsoptionen für den Alltag Medien: Metaplan-Tafel, Moderationskarten, Stifte oder Tablets	Die Schüler:innen präsentieren ihre Ergebnisse und leiten konkrete Handlungsmöglichkeiten für einen nachhaltigen und gesunden Konsum ab
	Auswertungs- und Reflexionsphase		
10	Evaluation und „Call to Action“	Kurzes Quiz mit Mentimeter, Reflexionsrunde	Die Schülerinnen und Schüler reflektieren, was sie aus der Aktivität gelernt haben oder was sie beeindruckt hat.
Insgesamt 85-90 Minuten	**Tipp: Die gelbe Zeile markieren und F9 drücken**		