

## **Modul 3: Zusätzliche Informationen Aktivität 5**

### **Alles über den Kürbis**

#### **Besuchsverlauf auf dem Bauernhof am Beispiel von pädagogischen (kulinarischen) Workshops**

#### **"Alles über den Kürbis" (Rundgang auf dem biologisch-dynamischen Bauernhof Juchowo)**

Der biologisch-dynamische Bauernhof Juchowo betreibt seit 15 Jahren den Bio-Gemüsegarten mit etwa 30 Arten von Gemüse.

Er bietet die Möglichkeit, Bildungsworkshops mit saisonalem Gemüse im Rhythmus des landwirtschaftlichen Jahres zu organisieren.

In diesem Fall wird ein Herbst-Workshop vorgestellt und das ausgewählte Gemüse ist der Kürbis.

Abhängig von der Jahreszeit und der Möglichkeit der Farm, kann auch eine andere Art von Gemüse, z.B. Tomaten, Spinat, Salat, gewählt werden.

**Die Dauer des Workshops:** 5 Stunden

**Zielgruppe:** die vierte Klasse der Grundschule

**Ort:** Gemüsegarten, Küche

#### **Ziele:**

- Den Garten als einen Ort kennen lernen, an dem Gemüse angebaut wird.
- Welche Arbeit verrichtet ein Gärtner, um eine gute Ernte zu erzielen?
- Erkennen von verschiedenen Gemüsesorten, Verkostung, Lernen über den Nährwert und den Geschmack von Gemüse.
- Gemeinsame Zubereitung des Essens.
- ABC der gesunden Ernährung, Lernen der Grundprinzipien.

## **Ablauf des Workshops:**

**8.30-8.50** - Ankunft der Schüler im Garten, Empfang und ein kurzes Einführungsgespräch mit den Schülern.

### **Beispielfragen:**

- Wer von euch hat einen Hinterhof?
- Welche Art von Arbeiten hast du schon im Garten gemacht?
- Warum ist die Arbeit im Garten wichtig?
- Welche Rolle spielt Gemüse in unserer täglichen Ernährung?
- Welche Art von Gemüse magst du?
- Was bedeutet biologischer Gartenbau?

**8.50-10.00** - Führungen durch den Garten; Verkostung von verschiedenen Gemüsesorten.

**10.00-10.30** - Kürbis und seine verschiedenen Sorten; eine kurze Geschichte dieses Gemüses, Nährwert; wie man einen Kürbis anbaut; Auswahl einiger Kürbisse für den Koch-Workshop.

**10.45-12.30** - kulinarischer Workshop, Arbeit in Gruppen: Waschen, Schälen und Schneiden von Kürbissen; Auswahl von Samen für den Anbau von Kürbispflanzen in Containern nächstes Jahr; eine Gruppe bereitet Suppe und die anderen Pfannkuchen vor.

**12.45-13.15** - Verkostung von Gerichten, die von Schülern zubereitet werden.

**13.15-13.30** - Zusammenfassung: sprechen Sie über die Prinzipien der gesunden Ernährung; warum gesunde und rationale Ernährung wichtig ist.