



Ernährung

(Medienauswahl)

Stand 24.10.2009

Die kommunalen Medienzentren (Stadt- und Kreisbildstellen) bieten für die Arbeit im Unterricht aller Schularten eine Fülle größtenteils neuer Medien an. Diese sind erworben worden mit dem Recht zur nichtgewerblichen öffentlichen Vorführung, d. h., die Medien dürfen 1. privat, 2. im Unterricht („nicht öffentlich“) und 3. öffentlich in der Jugend- und Erwachsenenbildung eingesetzt werden. Die genannten Bestellnummern in der folgenden Medienauswahlliste gelten grundsätzlich bayernweit, unsere Ausleihe selbst erfolgt an Lehrkräfte, Kindergartenpersonal und EWF-Student(inn)en an Nürnberger Einrichtungen.

Die **Medienkennziffern** bedeuten:

24 Audio-CD
42 Video (VHS)
46 DVD-Video
66 CD-ROM

Die **Adressaten** geben eine Empfehlung an:

E(5-6) Elementarbereich, Vorschule,
Kindergarten (5-6 Jahre)
A(8-13) Schule (8.-13. Klasse)
J(12-16) Jugendarbeit (12-16 Jahre)
T Lehrerbildung
Q Erwachsenenbildung

* **24 51996** Apfelklops & Co 41 min
A(1-4); J(5-9); 2001 N

Folgende Lieder sind auf der CD: 1. Apfelklops & Co 2. Chrrappsch 3. Zuviel oder zuwenig 4. Einen Apfel jeden Tag 5. Das hat er noch nie gemacht 6. Grüner Ketschup 7. Die Werbung fängt gleich an 8. Ihr zuliebe 9. Kein Ziepen und kein Piepen 10. Was ist dünn, was ist dick? 11. Horch in deinen Bauch 12. Heute bin ich froh 13. Du bist kein Gespenst 14. Kartoffel 15. Die Torte 16. Pflegen, versorgen und trainieren 17. Rezept gerappt 18. Guten Appetit

* **42 01045** Die Geschichte von der wunderbaren Kartoffel 23 min f
A(5-13); 1986 N

Der Zeichentrickfilm zeigt die Geschichte vom Weg der Kartoffel von Südamerika nach Europa, ihre Verbreitung und Bedeutung in biologischer, soziologischer und kultureller Hinsicht in einer gelungenen Verbindung von Humor, Ironie und faktischem Wissen.

Löwenzahn

- * **42 31191** Eine Ess- und Fressgeschichte 30 min f
A(3-6); J; 1998 N
Wahrscheinlich wird mich Frau Susemehl gar nicht mögen, weil ich viel zu dick bin, denkt sich der Nachbar und ist verzweifelt. Warum muss er auch immer so viel essen, fragt sich Peter Lustig - keine Würstchenbude ist vor ihm sicher! Warum isst der Mensch überhaupt und was passiert mit dem Essen in unserem Körper? Peter geht den Fragen auf den Grund und weiß auch, wie er dem Nachbarn helfen kann.
- * **42 45448** Ess- und Trinkgeschichten in der Sendung mit der Maus 40 min f
E(5-6); A(1-6); 1997 N
Brot, Gemüse, Quark machen stark - Die Nase schmeckt mit - Kauen, wenn ein Milchzahn fehlt - Spucke ist nicht nur zum Spucken da - Wenn sich das Essen verläuft - Brummt der Magen wie ein Bär, ist er leer - Gut gekaut ist halb verdaut - Zucker mit Tarnkappe - Nicht jedes Wasser löscht den Durst - Warum kommt's hinten immer braun raus?
- * **42 47675** Was in unserem Essen steckt 43 min f
A(3-13); Q; T; 2000 N
Eine Schulstunde der besonderen Art: "Geschmacksunterricht" steht auf dem Stundenplan einer dritten Grundschulklasse. Es geht darum, die fünf Grundgeschmacksrichtungen - süß, sauer, salzig, bitter, würzig - herauszufinden oder beispielsweise den geschmacklichen Unterschied zwischen einer frischen Bohne und einer aus der Dose. "Euro-Toques", die europäische Union der Köche, bietet seit fünf Jahren diesen Unterricht in ganz Europa an, allein 10.000 Schüler in Deutschland nehmen daran teil. Wissenschaftliche aufbereitet ist das Projekt von der Fachhochschule Fulda. Hintergrund: der "5. Sinn" geht uns verloren, das differenzierte Geschmacksvermögen. Diese sinnvolle Aktion bildet die Rahmenhandlung der Dokumentation, die sich - vorwiegend am Beispiel des Joghurts - mit der Lebensmittelproduktion in Deutschland beschäftigt.
- * **42 48141** Risiko Genfood 31 min f
A(5-13); Q; T; 2000 N
Dokumentation einer Vertuschung: Die brisante Veröffentlichung des Forschungsergebnisses über das Verfüttern von genetisch veränderten Kartoffeln an Ratten (schwere Organschäden bei den Versuchstieren) führte zur fristlosen Entlassung des renommierten Wissenschaftlers Dr. Arpad Pusztai am schottischen Rowett-Institute. Er wurde fachlich diskreditiert und an den notwendigen weiteren Forschungen gehindert. 23 internationale Wissenschaftler wiederholten seine Versuche - mit dem gleichen Resultat. Der Film dokumentiert, dass weltweit in unzähligen Labors gen-veränderte Pflanzenzüchtungen in der Erprobung bzw. schon auf dem Markt sind. Der attraktive europäische Markt ist nun im Visier der großen Konzerne. Fachlich kompetente Mahner wie Dr. Pusztai stören da nur. Dabei ist Dr. Pusztai durchaus kein Gegner genetisch veränderter Lebensmittel - er möchte nur durch eingehende (sehr teure) Tierversuche verhindern, dass der Mensch weiterhin das nichtsahnende Versuchskaninchen ist.
- * **42 48589** Fette und Cholesterin in der Ernährung 45 min f
A(5-13); Q; T; 2000 N
Fett ist nicht gleich Fett: es gibt pflanzliches und tierisches Fett, es gibt Fett in fester, halbfester oder flüssiger Form. Die einzelnen Fette sind nämlich aus verschiedenen Fettsäuren zusammengesetzt: aus gesättigten, einfach oder mehrfach ungesättigten. Diese Fettsäuren bestimmen die Beschaffenheit der Fette und haben unterschiedlichen Einfluss auf die Cholesterinspiegel im Blut, das heißt Sie können selbst u.a. über die Auswahl der verzehrten Fette Einfluss auf Ihre Blutfett- und Cholesterinwerte nehmen! Wie das im Einzelnen funktioniert, was es mit den verschiedenen Fettsäuren auf sich hat und welche Faktoren noch regulieren auf die Blutfett- und Cholesterinwerte einwirken und so u.a. Arteriosklerose vorbeugen können, erklärt der aid-Videofilm in leicht verständlicher Form. Er bringt Licht in das Dunkel der versteckten Fette, hilft über eine Anstatt-Tabelle, fettreiche gegen fettärmere Lebensmittel auszutauschen und erläutert die Fachbegriffe rund ums Cholesterin. Neben einfachen Rezepten gibt er zahlreiche Tipps, wie Sie möglicherweise vorhandene Risikofaktoren positiv beeinflussen können.
- * **42 72979** Pilze - zum Essen gern 30 min f
A; Q; 2003 N
Der Film gibt einen Einblick in die Botanik der Pilze. Wissenschaft leicht verständlich gemacht: was bedeutet Mycel, was ist eigentlich der Fruchtkörper? Pilze besitzen eine Fülle von unterschiedlichen Eigenschaften. Einige Vertreter sind geschätzte Delikatessen in der Küche, andere sind extrem giftig und sogar tödlich. Bestimmte Inhaltsstoffe können gesundheitsfördernde Wirkungen haben, andere gar als Droge missbraucht werden. In einer lockeren Spielhandlung vermittelt der Film ausführliche Hinweise zum Sammeln, gibt Tipps, wo und wann man sie findet und giftige Vertreter meidet. Zusätzlich gibt es Hinweise zur Aufbewahrung und Zubereitung von Pilzen, sowie die Antwort auf die Frage: "Darf man Pilzgerichte eigentlich wieder erwärmen oder nicht?". Im Kochstudio werden leckere Rezepte mit Steinchampignons, Pfifferlingen und Austernpilzen zubereitet. - Nicht nur Trüffel, das "schwarze Gold" veredeln Speisen!
- * **42 72987** Fleisch und Fleischerzeugnisse 30 min f
A; BB; Q; 2004 N
In einer ausgewogenen, vollwertigen Ernährung gehören Fleisch und Fleischerzeugnisse mit auf den Speiseplan. Fleisch liefert nicht nur hochwertiges Eiweiß, sondern auch Vitamine und Mineralstoffe, die sich durch eine besonders gute Bioverfügbarkeit

auszeichnen. Inhaltsstoffe sind aber nicht das einzige Qualitätskriterium. Insbesondere durch BSE sensibilisiert, möchten immer mehr Verbraucher wissen, woher das Fleisch kommt und wie es erzeugt wurde. Rückverfolgbarkeit ist das Stichwort; Aufzucht, Schlachtung und Handel müssen transparent sein. Der Film beinhaltet eine Fülle an Informationen für jeden interessierten Verbraucher. Dank des klar strukturierten Aufbaus bietet er genügend Anknüpfungspunkte, um in verschiedenen Fächern an allgemeinbildenden und berufsbildenden Schulen eingesetzt werden zu können.

- * **42 73044** Apfelklops und Co 11 min f
 E; A; 2001 N
 Die VHS-Kassette Apfelklops & Co präsentiert eine Zusammenstellung von 4 Videoclips aus dem gleichnamigen Programm der Kinderliedertour der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Apfelklops & Co ist eine spannende Musik-Revue, die das Musiktheater Rumpelstil und Robert Metcalf im Auftrag der BZgA entwickelt haben und die in 16 Städten aufgeführt wurde. Über Musik, Spiel und Spaß soll Kindern ab 5 Jahren gesunde Ernährung und Bewegung auf unterhaltsame Weise nahe gebracht werden. In den Liedern werden Geschichten rund um Ernährung und Bewegung erzählt. Die Videoclips finden dafür altersgerechte visuelle Umsetzungen. Lehrerinnen und Erzieherinnen können die Videoclips nutzen, um Anlässe für Spiele und Gespräche mit Kindern zu schaffen. Kinder erhalten über die Songs und Clips Anregungen, sich auf unterhaltsame Weise mit ihrem Körper, ihrem Wohlbefinden und Essverhalten auseinander zu setzen. Was tut mir gut? Was nicht? Fühle ich mich wohl in meinem Körper? Kann ich ihn akzeptieren? Und: Muss ich alles glauben, was die Werbung mir verspricht?
- * **46 01006** Niedere und Höhere Pilze 64 min f
 A(7-10); Q; 2000 N
 Obwohl sie meist ein Leben im Verborgenen führen, gehören Pilze zu den am weitest verbreiteten Lebewesen. Das Fadengeflecht Höherer Pilze durchzieht den Waldboden, zersetzt abgestorbenes Material und sorgt für die Mineralstoffversorgung der Bäume. Andere Pilze wie Hefen und Schimmelpilze helfen dem Menschen seit Jahrtausenden bei der Veredelung von Nahrungsmitteln, können sie aber auch verderben und so zu Krankheiten führen. Die DVD enthält die beiden thematisch aufeinander abgestimmten Filme zu Niederen und Höheren Pilzen: "Pilze - Hefen und Schimmelpilze" (32 10143/42 01981) und "Pilze - Ernährung und Entwicklung" (32/42 10144). Die Filme können entweder einzeln oder in einer interaktiv verknüpften Form eingesetzt werden. Darüber hinaus liegt der Film "Pilze - Hefen und Schimmelpilze" in einer zusätzlichen, sequenzierten Form vor. Ein Bildarchiv mit ausgewählten Aufnahmen der in den Filmen behandelten Pilze ergänzt die Medienzusammenstellung.
- * **46 32533** We feed the world (de) 90 min f
 A(7-13); J(14-18); Q; 2005 N
 Ein Film über Ernährung und Globalisierung, Fischer und Bauern, Fernfahrer und Konzernlenker, Warenströme und Geldflüsse - ein Film über den Mangel im Überfluss. Er gibt in Bildern Einblick in die Produktion von Lebensmitteln sowie erste Antworten auf die Frage, was der Hunger auf der Welt mit uns zu tun hat. Zu Wort kommen neben Fischern, Bauern, Agronomen, Biologen und Jean Ziegler auch der Produktionsdirektor des weltgrößten Saatgutherstellers Pioneer sowie Peter Brabeck, Konzernchef von Nestlé International, dem größten Nahrungsmittelkonzern der Welt. Zusatzmaterial: Interview mit Erwin Wagenhofer; Gedanken von Jean Ziegler; Trailer; Schul- und Unterrichtsmaterialien; Making Of.
- Was wir essen...
- * **46 32592** Obst und Co. 30 min f
 A(5-10); SO; 2003 N
 Folgende Filmbeiträge zeigen den Weg auserwählter Obstarten und deren Produkte vom Acker über die Verarbeitung bis auf unseren Teller: Äpfel, Beerenobst, Holunder, Steinobst, Zitrusfrüchte, Sommerfrüchte haltbar machen, Fruchtaufstriche, Fruchtsaft, Nektar, Fruchtsaftgetränke, Nüsse.
- Was wir essen...
- * **46 32593** Gemüse und Co. 40 min f
 A(5-10); SO; 2003 N
 Folgende Filmbeiträge zeigen den Weg ausgewählter Gemüsearten und ähnlicher Lebensmittel, vom Acker über die Verarbeitung bis auf unseren Teller: Karotten, Kohlrabi, Rosenkohl, Grünkohl, Sauerkraut, Kürbis, Tomaten, Spinat, Knoblauch, Hülsenfrüchte, Kartoffeln, Blattsalate, Küchenkräuter.
- Was wir essen...
- * **46 32594** Fitmacher und Co. 40 min f
 A(5-10); SO; 2003 N
 Fit sein ist in. Doch wie kann man dieses Ideal erreichen? Folgende Filmbeiträge klären auf über echte und vermeintliche Fitmacher unter unseren Lebensmitteln: Vielseitig essen, Getreideprodukte und Kartoffeln, Gemüse und Obst, Milch, fettarm essen, Trinkwasser, Kräuter- und Fruchtee, Fitness- und Energiegetränke, angereicherte Lebensmittel, Light-Produkte, Nahrungsergänzungsmittel.

Ökologisches Wirtschaften:

- * **46 40109** Was in unserem Essen steckt - Lebensmittel als Industrieprodukte 43 min f
A(3-13); BB; Q; 2000 N

Eine Schulstunde der besonderen Art: "Geschmacksunterricht" steht auf dem Stundenplan einer dritten Grundschulklasse. Es geht darum, die fünf Grundgeschmacksrichtungen - süß, sauer, salzig, bitter, würzig - herauszufinden oder beispielsweise den geschmacklichen Unterschied zwischen einer frischen Bohne und einer aus der Dose. "Euro-Toques", die europäische Union der Köche, bietet seit fünf Jahren diesen Unterricht in ganz Europa an, allein 10.000 Schüler in Deutschland nehmen daran teil. Wissenschaftlich aufbereitet ist das Projekt von der Fachhochschule Fulda.

Hintergrund: der "5. Sinn" geht uns verloren, das differenzierte Geschmacksvermögen. Diese sinnvolle Aktion bildet die Rahmenhandlung der Dokumentation, die sich - vorwiegend am Beispiel des Joghurts - mit der Lebensmittelproduktion in Deutschland beschäftigt. Die Firma Südmilch, inzwischen eine Tochter des international tätigen Unternehmens Campina aus Holland, bietet neben den milden "Trend-Joghurts" noch einen "klassischen" säuerlichen Joghurt an, mit dem "Keim aus dem Kaukasus", dem "Lactobacillus bulgaricus". (In Frankreich oder der Schweiz darf sich ein Joghurt ohne diesen Bazillus gar nicht "Joghurt" nennen.) Noch angesagter als milder oder cremiger (nämlich mit Enzymen versetzte) Joghurts sind die "probiotischen Mode-Joghurts". Was steckt da drin? Keime, die aus dem menschlichen oder tierischen Darm isoliert werden: die "Gesundheitskeime" sind also schlichte Fäkalkeime. Sehr spannend ist auch das Thema "Fruchzubereitung mit Aromen", denn Schimmelpilze anstelle von Himbeeren gelten in Deutschland durchaus als "natürliches" Aroma. Dass es auch anders geht, wird am Beispiel einer Hohenloher Hofgemeinschaft gezeigt, die konsequent auf Bioland umgestellt hat, einen Teil ihrer Milch direkt zum Verbraucher bringt, den anderen in eine bayerische Bio-Molkerei, in der mit garantiert gentechnisch-freien Starter-Kulturen gearbeitet wird und richtiges Obst in den Joghurt kommt. Jedes dritte Kind ist Allergiker, jedes Vierte übergewichtig, Tausende sind hyperaktiv oder leiden an Konzentrationsstörungen, das ist der wirkliche Preis, den wir für "Fast Food" und die schnelle Küche zahlen - so das Resümee des Films, der für saisonales Einkaufen, möglichst direkt beim Erzeuger, plädiert. Die DVD-educativ mit DVD-ROM und DVD-Video bietet 7 Filmkapitel und 14 Extras bestehend aus: 14 Bildtexten und 14 Filmausschnitten. 7 Frage- & Antwortmöglichkeiten; DVD-ROM-Ebene: Themen A-Z, Infos zum Film und den Extras, Methodische Tipps und Medientipps, 44 Info- und Arbeitsblätter, 2 Unterrichtsvorschläge

Die Öko-Rolle

- * **46 52396** good film food 80 min f
A(7-11); BB; Q; T; 2004 N

Diese Sammlung ist das Ergebnis des "Wettbewerbs Filmhochschulen", einer Maßnahme aus dem Bundesprogramm Ökologischer Landbau des Ministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft. Gestartet wurde dieses Programm mit dem Ziel, den ökologischen Landbau in der Bundesrepublik zu fördern und alle Akteure - vom Verbraucher über den Landwirt, den Produzenten und den Händler bis hin zum Wissenschaftler - umfassend über den ökologischen Landbau zu informieren. Beleuchtet werden Themen wie ökologischer Anbau, ökologische Viehhaltung, der Einfluss gesunder Ernährung auf die Gesundheit des Menschen, das Bevorzugen von Bio-Produkten bei der Kaufentscheidung. Zusatzmaterial: Ausschnitt aus der Preisverleihung in Berlin; Naturspots; Archivmaterial; Bio-song von Hannes Orange. NATUR PUR: Dieser Beitrag präsentiert perfekte Bauernhof-Wohlfühl-Ästhetik. DER PFERDEBAUER: Der Film erzählt vom süddeutschen Gemüsebauern Thomas Kessler, der komplett auf tierische Arbeitskraft umgesattelt hat und dafür selbst bei seiner eigenen Zunft aneckt. DOG FOOD; MÜLLER VS. RENGO: In diesem Beitrag wird fröhlich und unreflektiert homöopathische Bodenveredelung angepriesen - eine Methode, die mit gesundem Menschenverstand nichts, aber mit Latzhosen alles zu tun hat. PLANTING IN REALTIME; EXPERTEN; LOFT; THEA; DAS FEINSTE VOM FEINSTEN; DER FEINE UNTERSCHIED: Erzählt wird die Geschichte eines Jungen, der im Supermarkt plötzlich seherische Fähigkeit entwickelt - nämlich, Öko-Nahrung von bösem Industriefraß zu unterscheiden. PICKELFACE; KONTAKTANZEIGE. README: (Regie: Jenny Kneis) BIOLATORS: (Regie: Andreas Pohr, Alex M. Lehmann) I'M WALKING: (Regie: Bodo v. Braunmühl, Gero v. Braunmühl)

Ernährung und Verdauung des Menschen

- * **46 52444** Ernährung und Verdauung des Menschen 46 min f
A(7-9); SO; Q; 2005 N

Markus, ein junger Architekturstudent, liefert als Protagonist des Films mit kurzen Episoden aus seinem täglichen Leben den Rahmen für aufwendige 3D-Computeranimationen zu den nachfolgenden Themen. ZUSAMMENSETZUNG DER NAHRUNG (9 min): Optimale Zusammensetzung der menschlichen Nahrung; Haupt-Nährstoffe und deren chemischer Aufbau: Kohlenhydrate, Fette und Eiweiße; Bedeutung von Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen für die menschliche Ernährung; Brennwert (Energiehaushalt) der Nährstoffe; Wirkungsgrad (Energieausbeute) des menschlichen Organismus. ORGANE DES VERDAUUNGSTRAKTS (ca. 7 min): Detaillierter Einblick in den menschlichen Verdauungstrakt; Aufbau und Funktion der Verdauungsorgane: Mund, Speiseröhre, Magen, Gallenblase, Bauchspeicheldrüse, Zwölffingerdarm, Dünndarm, Dickdarm und Mastdarm; Verweildauer der Nahrung in den einzelnen Verdauungsorganen. VERDAUUNG DER KOHLENHYDRATE (ca. 12 min): Kohlenhydrate als energiereiche, pflanzliche Speicherstoffe und deren chemische Zusammensetzung: Mono-, Di- und Polysaccharide; Orte und Ablauf der Kohlenhydrat-Verdauung; Kohlenhydrat-Verdauung durch die entsprechenden Enzyme (Amylase, Maltase, Laktase, Saccharase); Aufnahme der Monosaccharide im Darm und Transport bis in die Körperzellen; Kohlenhydrate als Energielieferanten des Körpers. VERDAUUNG DER FETTE (ca. 11 min)

- * **46 53069** Die Hollies 92 min f
A(6-8); SO; J(12-14); 2005 N

Der elfjährige Sven kann sich kaum noch erinnern, wann die ganze Familie das letzte Mal um einen Tisch versammelt war. Aber er

findet seine Eltern in letzter Zeit sowieso uncool. In einer Sternschnuppennacht verändert Svens Leben sich plötzlich radikal: Mitten in der Nacht plumpst etwas durchs Dachfenster und rollt unter sein Bett. Und dieses Ding kann sprechen! Es verlangt dringend Energie, aber die Steckdose verweigert es. Zu Svens Erstaunen verzehrt das Ding Äpfel! Kalorien sind schließlich auch Energie. Von nun an hat Sven keine ruhige Minute mehr. Ständig nimmt der Appetit seines neuen Freundes zu und verlangt nach einem Partner. Zu Svens Entsetzen scheint sich dieser Partner bei der dicken Lisa aufzuhalten. Und mit der will Sven überhaupt nichts zu tun haben. Doch das Holly hat eindeutig die besseren Argumente!

* **46 54450** **Rund um Wein** **45 min f**
 BB: J(16-18); Q; 2000 N

Der Film zeigt anschaulich, welchen Weg die Traube von der Rebe bis zum edlen Tropfen im Glas nimmt - von der Lese über das Einmaischen und Kelteren bis zum Ausbau und zur Lagerung im Weinkeller. Im Rahmen einer kleinen Weinkunde werden die gesetzlich vorgeschriebenen Qualitätsanforderungen erklärt, die in Deutschland wichtigsten Rebsorten und bedeutendsten Anbauggebiete vorgestellt. Ausführliche Informationen über die möglichen - positiven und negativen - Wirkungen des Weines auf unsere Gesundheit sowie Verbrauchertipps zu Einkauf, Lagerung und Weingenuss runden den Film ab.

* **46 54799** **Landwirtschaft heute** **24 min f**
 A(3-6); SO; 2006 N

Ein Dialog zwischen dem Bauern Christoph und einer sprechenden Kartoffel, die die Fähigkeit hat, mit einem goldenen Spiegel in die Zukunft zu schauen, bildet den Leitfaden des Films. Christoph lebt 1757 zur Zeit des 7-jährigen Krieges und leidet im Winter immer Hunger. Die Felder sind sehr klein, alle landwirtschaftlichen Tätigkeiten sind reine Handarbeit und häufig fällt die Ernte aufgrund von ungünstigen Witterungsverhältnissen, nährstoffarmen Böden oder dem Befall mit Schädlingen so gering aus, dass viele Menschen hungern müssen. Große Schwierigkeiten bereitet den vor über 200 Jahren lebenden Menschen auch die Lagerhaltung der Nahrungsmittel über den Winter. Viele Nahrungsmittel verderben oder werden von Mäusen und Ratten gefressen. MODERNE MILCHVIEHHALTUNG: Christoph staunt nicht schlecht, als er erfährt, dass eine Kuh am Tag mehr als 30 Liter Milch produzieren kann. Dann wären alle Sorgen um die Ernährung der Menschen im 18. Jahrhundert vorbei. Christoph lernt, dass nicht mehr per Hand gemolken wird, sondern eine Melkmaschine diese Arbeit übernimmt. Er begleitet den Tagesablauf eines Landwirts in seinem Boxenlaufstall und staunt über die Futtermenge oder die im Stall eingesetzte Technik. MODERNE SCHWEINEHALTUNG: Damit keiner an Hunger leidet, müssen Schinken, Wurst und Schnitzel für alle Menschen in Mitteleuropa in ausreichender Menge produziert werden.

Sendung mit der Maus

* **46 55126** **Ess- und Trinkgeschichten mit der Maus** **48 min f**
 A(1-4); J(6-8); 1997 N

BROT, GEMÜSE, QUARK (ca. 4 min): Die Bedeutung des gesunden Frühstücks DIE NASE SCHMECKT MIT (ca. 4 min): Geschmacks- Seh- und Geruchssin KAUEN, WENN DER MILCHZAHN FEHLT (ca. 4 min): Das menschliche Gebiss SPUCKE IST NICHT NUR ZJM SPUCKEN DA (ca. 4min): Speichel und seine Funktion für die Verdauung WENN SICH DAS ESSEN VERLÄUFT (ca. 4 min): Was passiert beim Verschlucken BRUMMT DER MAGEN WIE EIN BÄR, IST ER LEER (ca. 4 min): Verdauungsfunktion des Magens GUT GEKAUT IST HALB VERDAUT (ca. 4 min): Der Weg der Nahrung bei der Verdauung ZUCKER MIT TARNKAPPE (ca. 4 min): Versteckter Zucker in Lebensmitteln - Karriesprophylaxe NICHT JEDES WASSER LÖSCHT DEN DURST (ca. 4 min): Die Bedeutung des Wassers für den Organismus WARUM KOMMT ES HINTEN IMMER BRAUN RAUS (ca. 4 min): Nahrungsverwertung/Stuhlgang.

* **46 56528** **Gesunde Ernährung** **23 min f**
 A(1-4); SO; 2008 N

Die DVD gibt einen Einblick in Themenaspekte der gesunden Ernährung. Grundschulkindern erfahren, wozu der Körper die verschiedenen Nährstoffe benötigt und lernen zugehörige Fachbegriffe kennen. Sie werden angeregt, über unterschiedliche Essgewohnheiten zu sprechen und über das eigene Essverhalten nachzudenken. Der Film zeigt die Bedeutung der regelmäßigen und abwechslungsreichen Ernährung für das eigene Wohlbefinden, die Leistungskraft und die Gesundheit. Folgende Schwerpunkte sind enthalten: Unser Körper braucht Nährstoffe (Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate, ...); Unser Frühstück (Ernährungskreis, Lebensmittel mit künstlichen Inhaltsstoffen, Schulfrühstück, Leistungskurve); Kauen und Verdauen (Weg der Nahrung durch den Körper); Ernährung und Bewegung (Essgewohnheiten, sportliche Betätigung); Salz - Fett - Zucker (unsichtbare Bestandteile der Nahrung).

* **46 57594** **Zu dick? Zu dünn?** **60 min f**
 A(7-10); SO; J(12-16); 2002 N

SERIE ZU DICK? ZU DÜNN? HAUPTSACHE SCHÖN (ca. 15 min): Jugendliche beiderlei Geschlechts zwischen 14 und 17 Jahren äußern sich zum Thema Aussehen und Schönheit: Mädchen müssen superschlank, Jungen athletisch sein. Es wird deutlich, wie sehr sich Jugendliche bei ihren Selbstinszenierungen an Vorbildern aus der Werbe-, TV-, Mode- und Musikwelt orientieren und wie sehr sich Wirtschaft und Industrie auf diesen Markt eingestellt haben. Der Film betont den Widerspruch zwischen den als Ideal propagierten Medienbildern und der Realität eigener Erfahrungen. ESSEN, ABER WIE? (ca. 15 min): Fast Food, Süßigkeiten, Essen aus Kummer, Wut oder Langeweile: Der Film zeigt am Beispiel Betroffener, vor allem von Mädchen in der Pubertät, dass die moderne Ernährungsweise von Jugendlichen oft sehr problematisch ist. Neben Alternativen zu diesem Essverhalten - Bewegung, Entspannung,

gesunde Ernährung im Rahmen der Familie - wird auch darüber informiert, wie Diät und Gewichtsreduzierung in eine Essstörung führen können. **SICH KRANK ESSEN** (ca. 15 min): Der Film informiert über die typischen Kennzeichen von Magersucht, Bulimie und Adipositas. Betroffene Jugendliche berichten von Gründen und Auslösern ihrer Essstörung. Mögliche Alarmzeichen werden ebenso angesprochen wie Handlungsmöglichkeiten von Freunden, Lehrern und Eltern. **SICH HELFEN LASSEN** (ca. 15 min): Beispiele mehrerer von Essstörungen betroffener Mädchen und junger Frauen - auch ein Junge ist dabei - werden aufgezeigt.

* **46 58185** Brot und Kleingebäck 35 min f

A(3-4); SO 2007 N

Rund 300 verschiedene Brotsorten gibt es in Deutschland - eine weltweit einzigartige Vielfalt. Für die Qualität der Backwaren sind viele Faktoren wichtig. Der Film beschreibt anschaulich den Produktionsweg bis zum fertigen Backwerk. Vom Acker über die Getreidemühle bis in die Bäckerei und den Verkauf werden Sauerteigbrot, Laugengebäck und Co. begleitet. Dabei kommen mehrere Fachleute aus der Praxis zu Wort. Der Blick in handwerkliche Betriebe und Großbäckereien macht Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Arbeitsweise deutlich. Die Warenkunde stellt die Besonderheiten bekannter Brotsorten und Kleingebäcke vor und erklärt Kennzeichnungsvorschriften. Ein Ausblick zeigt die Trends in der Vermarktung und Sortenvielfalt auf.

* **46 58186** Faszination Fisch (Fassung 2007) 37 min f

A(7-10); BB; Q 2007 N

Fisch ist eine der größten biologischen Ressourcen der Erde. Ob aus der Küsten- oder Hochseefischerei, der Aquakultur ferner Länder oder der heimischen Süßwasserfischzucht - die Rohware Fisch ist ein Produkt hoher Qualität. Eine ausgeklügelte Logistikkette stellt sicher, dass die verderbliche Ware schnell zum Verbraucher beziehungsweise in die Verarbeitungsbetriebe gelangt. Der Film zeigt und beschreibt die verschiedenen Fang- und Produktionsmethoden, veranschaulicht die Distribution und stellt die unterschiedlichen Verarbeitungsmöglichkeiten dar. Dabei werden auch Aspekte wie Fischereischutz und Nachhaltigkeit, Fischereiforschung und Gesundheit betrachtet, wobei eine Reihe von Fachleuten zu Wort kommen.

* **46 58326** Zucker - Von der Rübe zum Kristall 20 min f

A(4-6); SO; 2008 N

Die DVD widmet sich ausführlich der Zuckerrübe und der Zuckergewinnung. Einfache und verständliche Sachinformationen erleichtern es den Kindern, die einzelnen Stationen von der Saat bis zur Verarbeitung in der Zuckerfabrik nachzuvollziehen. Der Film vermittelt, dass der gewonnene Zucker kein Industrieprodukt ist, sondern ein Naturprodukt, das in der Zuckerfabrik lediglich aus der Zuckerrübe herausgelöst wird. Fragen wie zum Beispiel: Seit wann gibt es Zucker? Wozu verwendet man Zucker? Welche Eigenschaften hat Zucker? werden den Schülern detailliert beantwortet. Die DVD setzt sich mit folgenden Schwerpunkten zum Thema Zucker auseinander: Zucker verüßt unser tägliches Leben (Zucker als Inhaltsstoff in vielen Lebensmitteln, Bedeutung des Zuckers in unserer Ernährung), Geschichte des Zuckers (Zucker als Luxusgut vor 200 Jahren), Zuckerbildung in der Rübe (Photosynthese), Zuckergewinnung (verschiedene wichtige Verfahren in der Zuckerfabrik), Zuckersorten (Eigenschaften des Zuckers, vielfältige Zuckersorten und ihre Verwendung). Zusatzmaterial ROM-Teil: Sprechertexte; Arbeitsmaterialien; Bildungsstandard; Lehrpläne; Mediendidaktik; Links und Hinweise.

Was wir essen...

* **46 59106** Bio und Co. 30 min f

A(5-10); SO; 2003 N

Bioprodukte erfreuen sich wachsender Beliebtheit. Dennoch sind viele Verbraucher nach wie vor skeptisch und wissen nicht genau, was sich hinter -Bio- verbirgt. Dieser Film zeigt anhand folgender Kurzfilme, worauf es bei Bio-Lebensmitteln ankommt und woran man sie erkennt: Bio-Siegel, Dinkel, Vollkornbrot, Bio-Käse, Bio-Wurst, Bio-Chicorée, Bio-Nudeln, Bio-Wein, Öko-Kontrolle.

* **46 59131** Welternährung 18 min f

A(9-13); 2008 N

Der Film gibt einen Überblick über die Probleme auf der Welt. Überfluss und Übergewicht auf der einen und Hunger und Unterernährung als eines der bedrückendsten Probleme auf der anderen Seite. Die DVD gibt Einblick in die vielfältigen Ursachen der Ernährungssicherheitskrise wie Bevölkerungsentwicklung, Kreislauf der Armut und die Politik von Internationalem Währungsfonds (IWF) und Weltbank. Am Beispiel von Fischfang und Landwirtschaft werden Einfluss und Wirkung globaler Märkte auf die Welternährung gezeigt und der Wettbewerb um Agrarflächen, wie beispielsweise bei der Energieversorgung, thematisiert. Die Folgen sind Landflucht und Migration sowie regionale Konflikte, die Fluchtbewegungen hervorrufen. All das führt wiederum zu weiterer Armut, Hunger und Unterernährung. In einem letzten Kapitel stellt der Film Wege zur globalen Ernährungssicherheit zur Diskussion: Von Konzepten der Gen- und Agrartechnologien sowie Aquakulturen bis hin zu Konzepten der gerechteren Verteilung und Änderungen im Ernährungsverhalten. Außerdem ist die DVD Bestandteil der Medienbox -Ressourcen-, welche sich mit der Knappheit von Wasser, der Energieversorgung, der Reinhaltung der Luft und dem Klimawandel befasst. Zusatzmaterial: Kapitelanwahl, Stichwortanwahl, Bildergalerie, Linkliste, Arbeitsblätter und Kommentartext.

* **46 59222** Iss dich gesund und fit 45 min f

A(9-13); Q; 2008 N

Der Film nimmt einzelne Nahrungsmittel mit gesundheitsfördernden Eigenschaften unter die Lupe und erläutert anschaulich und

leicht verständlich, welche Inhaltsstoffe für die entsprechenden Wirkungen verantwortlich sind. Dabei erfährt der Zuschauer viel Interessantes und erhält Tipps und Rezepte für eine gesund erhaltende tägliche Kost (Deutschland, 2001).

* **66 31310** Gesunde Ernährung für Kinder

A(3-6);

2003

N

Durch interaktives Erforschen, Experimentieren und Vergleichen finden die Kinder heraus, ob ihre Essgewohnheiten gesund sind und warum diese evtl. verändert werden müssen. Wenn sie z. B. selbst feststellen, dass ihr Tagesbedarf an Energie sowohl durch 11 Birnen als auch durch 3 Tafeln Schokolade gedeckt werden kann, dann stellt sich natürlich die Frage, kann das gesund sein? Was ist überhaupt gesundes Essen?