



Wissensmanagement
und Kommunikation



Arbeitsmarkt
und Gesellschaft

Ich helf zu Hause

Unterrichtsmaterial für die
3.–4. Jahrgangsstufe im Rahmen von
Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis	6
Tabellenverzeichnis	6
Vorwort	7
Modul 1: Sauber-Macher/in	8
Hintergrundinformationen	8
Reinigungsmittel	8
Reinigungstuch	9
Farbsystem	9
Tuch richtig auswringen	9
Tuch falten	10
Die richtige Technik	10
Durchführung	11
Modul 2: Eindeck-Profi	15
Hintergrundinformationen	15
Raum- und Tischgröße	15
Grundgedeck	15
Auswahl des Geschirrs/Bestecks	15
Eindecken des Geschirrs	16
Tischschmuck	17
Weiterführende Hinweise für festliche Anlässe	18
Durchführung	20
Modul 3: Benimm-Trainer/in	31
Hintergrundinformationen	31
Wichtige Verhaltensregeln rund um das Essen zu Hause	31
Durchführung	33

Modul 4: Spülmaschinen-Manager/in	40
Hintergrundinformationen	40
Richtiges Einräumen	40
Auswahl eines geeigneten Geschirreinigers	41
Das richtige Spülprogramm	41
Richtiges Ausräumen	41
Durchführung	42
Modul 5: Wertstoff-Retter/in	48
Hintergrundinformationen	48
Verpackungsmaterial und Ressourcen	48
Durchführung	53
Learnings-Apps zum Sprache lernen	58
Quellenverzeichnis	60
Literaturverzeichnis	61

Vorwort

Hauswirtschaftliche Tätigkeiten bieten ideale Lernsituationen, um verschiedene Kompetenzen zu erwerben. Dazu gehört auch die Kompetenz, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen. Kinder helfen gerne im Haushalt, sie möchten einen Beitrag zum Miteinander in der Familie leisten. An dieser Haltung lässt sich in der Grundschule gut ansetzen, um fachliches Wissen zu vermitteln.

Das Lernprogramm „Ich helf zu Hause“ greift fünf Themenbereiche aus dem Alltag auf, um Schülerinnen und Schülern (SuS) mit Spaß Alltagskompetenzen zu hauswirtschaftlichen Aufgaben zu vermitteln:

- Flächen abwischen
- Tisch decken
- Verhalten am Tisch
- Geschirrspüler einräumen
- Abfall entsorgen

Das Material ist ausgearbeitet für Referierende und Lehrkräfte zum Einsatz in der 3./4. Jahrgangsstufe im Rahmen von „Alltagskompetenzen – Schule fürs Leben“. Fünf Module können einzeln ausgewählt oder individuell zusammengestellt werden: Ich helf zu Hause als ...

- Sauber-Macher/in
- Eindeck-Profi
- Benimm-Trainer/in
- Spülmaschinen-Manager/in
- Wertstoff-Retter/in

Anwendungsidee:

Die SuS bearbeiten die Themen innerhalb einer Woche. Am letzten Wochentag wird ein gemeinsames Essen eingenommen. Die SuS wenden nun noch einmal abschließend alle einzelnen Module an:

- Der Tisch wird abgewischt.
- Der Tisch wird eingedeckt.
- Es wird gemeinsam unter Einhaltung der Verhaltensregeln gegessen.
- Der Tisch wird abgeräumt und das Geschirr in den Geschirrspüler geräumt.
- Abfälle vom Tisch werden sortenrein entsorgt.

Die Lehrkraft der Klasse sollte beim Unterricht anwesend sein. Ihr obliegt die Aufsichtspflicht.

Eine Liste verfügbarer Referierender erhalten Sie am Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Ihres Landkreises.

Wir bedanken uns herzlich bei der Ehegrundschule Sugenheim und bei der dort zuständigen Lehrkraft Elke Wilde. Mit ihr haben wir die Module erprobt und optimiert.

Die Materialien des Programms gibt es zum Download unter:
<https://aelf.cloud.bayern.de/index.php/s/2BRsC95aUBJM3m2>

Passwort:
Grundschule2023

Modul 1: Sauber-Macher/in

Hintergrundinformationen

Zur Reinigung von Oberflächen braucht es:

- einen Eimer mit Wasser
- Reinigungsmittel
- ein geeignetes Reinigungstuch
- die richtige Technik

Im Haushalt findet man Oberflächen aus verschiedenen Materialien, zum Beispiel Kunststoff, Glas oder Holz. Massivholzplatten reagieren empfindlich auf Nässe und Reinigungsmittel und müssen vorsichtig behandelt werden.

In dieser Einheit geht es um das Reinigen von Oberflächen aus versiegeltem Material. Im Haushalt sind das beispielsweise Regale, Türoberflächen und der Esstisch.

Reinigungsmittel

Im Handel finden Verbraucherinnen und Verbraucher viele Reinigungsmittel. Um versiegelte Oberflächen, z. B. Tischplatten, abzuwischen, reicht eine Allzweckreiniger-Lösung. Entscheidend ist, dass das Mittel reinigungswirksame Tenside enthält.

Tenside umschließen den Schmutz und lösen ihn ab. D. h. beim Reinigen der Oberflächen lösen sie zum einen den Schmutz von der Oberfläche, zum anderen den vom Tuch aufgenommenen Schmutz im Wasser. Vor allem Fettverschmutzungen werden von Tensiden gut beseitigt.

Auf allen Verpackungen finden sich Dosierhinweise. In der Regel benötigt es nur wenige Milliliter Reinigungsmittel auf einen Liter Wasser. Starker Schaum ist ein Zeichen von Überdosierung.

Bei einer Überdosierung gelangen viele Tenside ungenutzt in das Abwasser. Dort können sie in das Ökosystem eingreifen. Eine Unterdosierung führt dazu, dass der Schmutz nicht richtig aufgenommen wird.

Bei der Vorbereitung der Reinigungslösung ist es wichtig, zuerst das Wasser, dann das Reinigungsmittel und zum Schluss nochmals Wasser in den Eimer zu geben. So verteilen sich die Tenside gut.

Aus ökologischer Sicht ist der Einsatz von Tensiden umstritten, da sie überwiegend aus Erdöl gewonnen werden. Wer das vermeiden will, sollte beim Kauf auf Umweltsiegel wie den Blauen Engel achten. Diese Produkte enthalten Tenside, die aus nachwachsenden Rohstoffen gewonnen werden. Komplette auf Tenside zu verzichten, ist nicht zielführend. Hausmittel wie Essig oder Soda eignen sich nicht zum Abwischen von Oberflächen. Essig löst mineralische Verschmutzungen, z. B. Kalkablagerungen. Soda findet Einsatz bei eiweißhaltigen Flecken, z. B. bei übergekochter Milch. Umweltfreundlich ist zudem der Einsatz duftfreier Produkte, denn Kläranlagen können Stoffe, wie z. B. den Duftstoff Limonen, nur schwer abbauen. Zudem können Duftstoffe bei empfindlichen Personen Allergien auslösen.



Da es sich bei Reinigungsmitteln um Chemikalien handelt, die der Gesundheit schaden können, ist es wichtig, vorsichtig und verantwortungsbewusst damit umzugehen.

Zu einem sachgemäßen Umgang mit Reinigungsmitteln gehört:

- Reinigungsmittel nur in der Originalverpackung aufbewahren.
- Produktinformationen und Dosieranleitung beachten.
- Keine Reinigungsmittel mischen. Es können Gase entstehen, die die Augen angreifen und Atembeschwerden verursachen.
- Aufbewahrung außerhalb der Reichweite von Kindern.
- In Notfällen sofort die Giftnotrufzentrale anrufen. (Tel.: 089 19240)

Reinigungstuch

Tücher im Haushalt sollten, je nach Einsatz, bestimmte Anforderungen erfüllen.

Tücher zum Abwischen des Tisches sollten beispielsweise eine hohe Saugfähigkeit haben und waschbar bei 60° C sein, um sie hygienisch sauber zu halten. Zum Polieren eingesetzte Tücher sollten keine Flusen abgeben.

Tücher zur Reinigung von Oberflächen bestehen größtenteils aus Mikrofasern.

Ausgangsmaterial der Mikrofasertücher sind synthetische Fasern aus Polyester, Polyacryl oder Polyamid. Im Handel erhältlich sind sie als Spül-, Staub-, Geschirr- und Bodentücher. Mikrofasertücher sind saugstark, strapazierfähig, flusenfrei und bis 95° C waschbar. Ihre Fähigkeit zur Aufnahme von Schmutz ist so gut, dass mit Mikrofasertüchern auch eine Reinigung ohne Reinigungsmittel möglich ist. Um den Schmutz aus dem Tuch zu lösen, benötigt man aber die oben genannten Tenside aus dem Reinigungsmittel. Um Flächen sauber abzuwischen, empfiehlt es sich daher, immer etwas Reinigungsmittel zu verwenden und das Tuch mehrmals auszuwaschen.

Farbsystem

Um hygienisch sauber zu arbeiten, gibt es in der Hauswirtschaft ein Farbsystem für die Reinigung (1):

- **Blaue Mikrofasertücher** für Einrichtungsgegenstände wie Tische, Stühle, Schränke, Regale, Heizkörper, Türen etc.
- **Gelbe Mikrofasertücher** für den Sanitärbereich wie Waschbecken, Fliesen, Ablagen, Armaturen, Spiegel, Duschkabinen und Badewanne.
- **Rote Mikrofasertücher** für das WC, Urinal und die Fliesen im umgebenden Bereich.
- **Grüne Mikrofasertücher** für besondere Bereiche, z. B. Küche, Reinigung und Desinfektion im Pflege-/OP-Bereich (Pflegebetten).

Das Farbsystem lässt sich auch im Privathaushalt anwenden.

Tuch richtig auswringen

Ist der Eimer mit Wasser und Reinigungsmittel vorbereitet, gibt man das Tuch in das Wasser und wringt es aus. Hierbei ist folgende Reihenfolge zu empfehlen:

1. Zuerst das Tuch aus dem Wasser nehmen, Tuch am oberen Ende festhalten und mit der anderen Hand das Wasser nach unten austreifen. So verspritzt das Reinigungswasser weniger und Kleidung oder fleckempfindliche Böden (z. B. Holzböden) nehmen keinen Schaden.
2. Danach das Tuch halbieren oder dritteln, damit es gut in beide Handflächen passt.
3. Zum Abschluss wringt man das Tuch aus, indem die linke und die rechte Hand gegeneinander greifen, beide Hände kräftig drehen und drücken. Das Tuch ist feucht und tropft nicht.

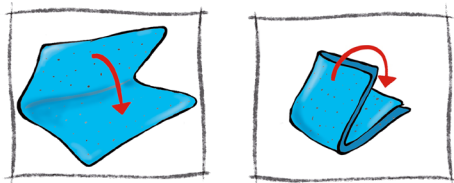
Mit einem gut ausgewringenen Tuch wird die Oberfläche sauber und es bleibt weniger Restfeuchte zurück. Das erspart das Nachtrocknen mit einem weiteren Tuch. Die Restfeuchte lässt sich in dieser Einheit gut mit einem Löschpapier veranschaulichen (siehe Aufbau Modul 1).



Tuch falten

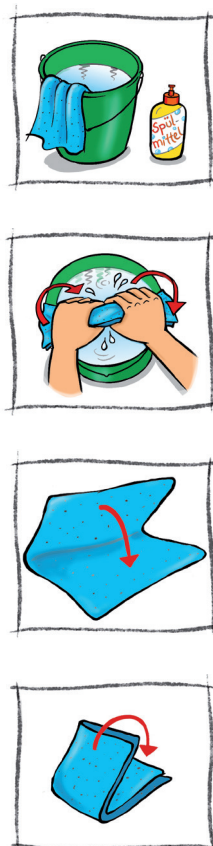
Eine einfache Faltechnik sorgt dafür, dass man das Tuch weniger häufig auswaschen oder wechseln muss: Das Tuch zweimal falten. Es entsteht eine viereckige Fläche.

Nun kann man einmal mit der Vorderseite und einmal mit der Rückseite sauber abwischen. Danach die erste Faltung aufklappen und die beiden verschmutzten Seiten aufeinanderlegen. Man hat erneut eine saubere Vorder- und Rückseite.



Geübte reinigen mit acht Flächen, indem sie nach erneuter Reinigungsphase das Tuch ganz entfalten. Dadurch hat das Tuch eine schmutzige und eine saubere Seite. Das Tuch erneut einschlagen. Dabei die schmutzige Seite halbieren und genauso vorgehen wie oben beschrieben.

Die Faltechnik ermöglicht systematisches Arbeiten. Das spart Zeit.



Die richtige Technik

Zunächst entfernt man Gegenstände, die auf dem Tisch oder Regal stehen, dann folgt das Abwischen.

Um beim Wischen alle Ecken zu erreichen und, um nicht zu oft in bereits gewischte Bereiche zu kommen, arbeitet man in Schlangenlinien. Dabei fährt man mit dem ausgewrungenen Tuch an der Kante entlang in die Ecke und anschließend in Schlangenlinien an den Ausgangspunkt zurück.

Grober Schmutz, der nicht vom Tuch aufgenommen wird, wird zusammengewischt und am Ende ins Tuch aufgenommen oder direkt in den Abfall entsorgt.

Größere Flächen halbiert man gedanklich, dann reinigt man zuerst die eine, dann die andere Hälfte nach dem Schlangenlinien-Schema.



Durchführung

Darum geht's:

SuS erproben die Reinigung einer Oberfläche auf zwei verschiedene Arten. Sie vergleichen die Ergebnisse und leiten daraus Arbeitsregeln für eine schnelle und effektive Oberflächenreinigung ab.

Dauer	60 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">■ Tischset „Verschmutzte Flächen – So werden sie sauber!■ je ein Tisch für zwei SuS■ Kreppklebeband■ Abfalleimer■ Spülmittel/Wasser■ sichtbarer Schmutz: rote Lebensmittelfarbe und Semmelbrösel■ pro Tisch einen 5-Liter-Eimer■ pro Person zwei Tücher (Größe mind. 33x33 cm, Tücher müssen sauber und trocken sein)■ pro Person 2 x Löschpapier (A5), beschriftet mit Zahl 1 und 2
Vorbereitung	<ul style="list-style-type: none">■ Tisch mit Kreppklebeband in zwei Teile halbieren, damit zwei Arbeitsplätze entstehen.■ Eimer mit etwas Wasser befüllen. Spülmittel nach Dosierempfehlung hinzugeben und den Eimer bis zur Hälfte mit Wasser auffüllen.■ Trockene, nicht gefaltete Mikrofasertücher bereitlegen.■ Rote Lebensmittelfarbe, unverdünnt oder in einer Tasse mit wenig Wasser verdünnt (um evtl. bleibende Verfärbung der Tischplatte zu vermeiden), als Kleckse auf die Tischplatte geben. <p>Wichtig: Aufpassen, dass die eigene Kleidung und die der SuS nicht schmutzig wird.</p>

Einstieg

Die Gruppe steht vor einer schmutzigen Fläche, auf der sich z. B. Staub, Wasserflecken, Fingerabdrücke o. ä. befinden.

Was fällt dir auf, wenn du auf diese Fläche schaust?

Antwort: Staub/Fingerabdrücke etc.

Denkst du, wir bekommen das wieder sauber? (*Ja-/Nein-Abfrage*)

Hast du schon einmal eine Fläche abgewischt?
(*Ja-/Nein-Abfrage*)

Was hast du zu Hause schon abgewischt?

Antwort: Regale, Tische, ...

Da wir heute Tische decken möchten, wollen wir die Tische zuvor abwischen, damit jeder von uns an einem sauberen Platz sitzen kann.

Arbeitsphase

Was brauchst du, um den Tisch abzuwischen?

Antwort: Eimer, Wasser mit etwas Reinigungsmittel, Tuch, Abfalleimer, ...

Mit einem Mikrofasertuch und Wasser mit Reinigungsmittel kannst du sauber reinigen.

Wie das geht? – Das wollen wir jetzt gemeinsam erlernen.

Der Tisch ist nicht sauber und muss abgewischt werden. Damit du dir den Schmutz besser vorstellen kannst, mache ich ihn noch deutlicher sichtbar für dich. Ich beschmutze jeden Tisch mit der roten Farbe. Im ersten Schritt darfst du den Tisch so abwischen wie du möchtest.

Aber bitte beachte: Du reinigst nur einen halben Tisch. Nach der ersten Reinigung wäschst du das Mikrofasertuch nicht aus, sondern legst es einfach auf die Seite. Wir wollen nachher die Ergebnisse vergleichen. Das Löschpapier dient zur Kontrolle, wie viel Wasser noch auf der Tischplatte ist.

- Nimm dir ein Tuch und gib es in das vorbereitete Wasser.
- Du darfst die Tischhälfte zunächst abwischen wie du möchtest.
- Das verwendete Tuch legst du, ohne es auszuwaschen, an die Seite deines Tisches.
- Das erste Löschpapier drückst du auf die frisch gereinigte Arbeitsfläche und schaust es an.
- Was fällt dir auf? (z. B. Nässe, Schmutzrückstände)
- Lege das Löschpapier auf die Seite.

Nun zeige ich dir, wie das Profis machen.

Mit folgendem Merksatz kannst du dir den Ablauf der Reinigung gut merken: „Wring, falte, wisch – sauber ist der Tisch!“

(Vorführung „Verschmutzte Flächen – So werden sie sauber“; SuS jeden Schritt nachmachen lassen.)

1. Reinigungstuch auswringen:

Mach bitte nach, was ich dir zeige. *(Alle SuS machen jeden einzelnen Schritt gleich nach.)*

- Nimm das Tuch aus dem Wasser. Halte es am oberen Ende fest und streife mit der anderen Hand das Wasser nach unten aus (weniger Verspritzen von Wasser).
- Halbiere das Tuch.
- Wringe das Tuch aus, indem die linke und rechte Hand gegeneinander greifen. Drehe kräftig und drücke, bis das Tuch nicht mehr tropft. *(Referierende prüft, ob das Tuch gut ausgewrungen ist.)*

2. Reinigungstuch falten:

Um das Tuch nicht zu häufig auswaschen oder wechseln zu müssen, lässt sich mit einer einfachen Falttechnik arbeiten. Ich zeige dir, wie wir das Tuch falten, um es nachher optimal zu nutzen.

- Falte das Tuch einmal in der Mitte (halbieren) und falte es danach noch einmal. Es entsteht eine viereckige, quadratische Fläche.
- Nun kannst du einmal mit der Vorderseite und einmal mit der Rückseite sauber wischen. Wenn du eine stärker verschmutzte Fläche hast, kannst du das Tuch noch einmal umfalten. Dann hast du insgesamt acht Flächen zum Abwischen.

(Evtl. den SuS die acht Flächen durch entsprechende Faltungen vorzeigen s. Bild S. 10.)

3. Tisch abwischen:

(Referierende beschmutzt die Tische erneut mit Lebensmittelfarbe.)

- Stelle die Gegenstände, die auf dem Tisch stehen, auf die Seite.
- Wische nun mit dem ausgewrungenen Tuch an der Kante entlang in die Ecke und anschließend in Schlangenlinien (rückwärts) an den Ausgangspunkt zurück. So erreichst du beim Wischen alle Ecken und kommst nicht in bereits gewischte Bereiche.

- Nimm groben Schmutz, der auf der Oberfläche zurückbleibt, in das Tuch oder entsorge ihn am Ende in einen bereit gestellten Abfallbehälter.
- Lass das Tuch am Tisch liegen, ohne es auszuwaschen.
- Drücke das zweite Löschpapier auf die gerade gereinigte Fläche.

Abschluss

(Abschließender Vergleich der Tücher und des Löschpapiers, Besprechung der Ergebnisse.)

Jetzt vergleichen wir die Verschmutzung beider Tücher:
Lege die beiden Tücher nebeneinander hin und schaue sie dir an.

Welches Tuch hat welche Verschmutzung? Welchen Unterschied siehst du?

Antwort:

Die Verschmutzung auf dem ersten Tuch ist überall verteilt, wohingegen beim zweiten Tuch (mit Faltmethode) nur in einem Viertel des Tuches die Hauptverschmutzung zu sehen ist.

Das heißt für dich: Du musst nicht so oft mit dem Tuch ins Wasser. Das spart Zeit und schont die Haut der Hände.

Welches Löschpapier ist trockener und was bedeutet das?

Antwort:

Das zweite Löschpapier ist trockener, es ist kein Nachrocknen nötig.

Was merkst du dir zum Tischabwischen?

Antwort: Tuch auswringen, falten, in Schlangenlinien wischen. („Wring, falte, wisch – sauber ist der Tisch!“)

Wo kannst du zu Hause diese Technik noch anwenden?

Antwort: Arbeitsfläche, Regal, Tür, ...

Du darfst dir zum Abschluss ein Set zum Thema „Verschmutzte Flächen – So werden sie sauber!“ mit nach Hause nehmen.

(Arbeitsmaterial aufräumen lassen.)