

# **Stundengestaltung,Thema:           vegetarische/vegane Ernährung (Primarstufe)**

**Beitrag von „paschulke“ vom 6. Januar 2012 16:07**

Ich studiere auf Lehramt Primarstufe und soll im Seminar "Medien und Methodenlehre der Naturwissenschaften" vegetarische/vegane Ernährung der gewöhnlichen Mischkost gegenüberstellen.

Meine Idee war zunächst die vegetarische Ernährungspyramide mit der Herkömmlichen zu vergleichen und die Begrifflichkeiten "vegetarisch" und "vegan" im aktiven Klassengespräch klären.

Dann würde ich Bilder von verschiedenen Lebensmitteln entsprechend der Kategorien der Pyramide auf Tischen anordnen (mit unterschiedlichen Farben im Hintergrund). Ich würde einige vegetarische/vegane Lebensmittel in Natura vorstellen, die bei den meisten Schülerinnen und Schülern unbekannt sind. Dann wird gemeinsam an der Tafel eine Ernährungspyramide nach unterschiedlichen Vorgaben (vegetarisch/vegan/Mischkost) bestückt.

Im Anschluss können die Schülerinnen und Schüler sich kleine Bilder von Nahrungsmitteln ausschneiden und in einer leeren Ernährungspyramide anordnen, um sich einen beispielhaften Ernährungsplan für einen Tag zusammenzustellen. Dabei geben die farblichen Hintergründe Hilfestellung, wo welches Lebensmittel eingeordnet werden darf. Selbstverständlich darf frei gewählt werden, welche Nahrungsmittel man wählt.

Ich setze die Thematik für das 4. Schuljahr an, da sie schon etwas komplexer ist. Vorwissen aus vorausgegangenen Schulstunden wird vorausgesetzt (Lebensmittelgruppen, Wieviel sollte man von welchem Lebensmittel essen; Ernährungspyramide...)

Jetzt meine Frage: Hat jemand weitere Ideen, Anregungen, Verbesserungsvorschläge? Gibt es irgendwelche Spiele oder bereits fertige Abbildungen von Lebensmitteln, oder muss ich mir diese selber aus dem Netz zusammensuchen/selber fotografieren? Gibt es ergänzende Spiele?

Ich wäre euch für eure Hilfe sehr dankbar.