

Gesunde Ernährung: Ernährungspyramide 1./ 2. Klasse

Beitrag von „Patschwatsch“ vom 15. Februar 2013 22:13

Halli hallo 

Ich brauche mal wieder euren Rat bzw. eure Unterstützung.

Ich grübel gerade über einer Einheit zum THema Gesunde Ernährung - Die Ernährungspyramide. Mein Problem dabei ist nur, dass ich irgendwie keinen Anfang finde, und nicht weiß, was die Kinder alles wissen können / sollen und bereits verstehen können.

Zu dem Thema werde ich auch einen UB haben. Bis dahin habe ich noch 3 Stunden, die dritte wäre der UB.

Ich habe mit der Einheit angefangen und zunächst das Vorwissen der Kinder überprüft: Was ist für euch gesund / ungesund und habe die Sachen auf einem Plakat gesammelt. Anschließend sollten sie ihr Lieblingsessen aufmalen und dann das Lieblingsessen eines anderen Kindes zu gesund oder ungesund ordnen. Dabei habe ich auch thematisiert, dass gesund so viel bedeutet wie "oft essen" und ungesund "nicht so oft / wenig essen".

Nun ist mein Problem aber folgendes: Ich würde in dem Besuch gerne etwas zur Ernährungspyramide zeigen. Die Kinder wiederholen im Einstieg z.B. anhand von Bild- und Wortkarten welches Lebensmittel zu welcher Gruppe gehört. Anschließend präsentiere ich ihnen ein großes Dreieck, in dem die verschiedenen Abschnitte für die Gruppen bereits vorgezeichnet sind und stelle den Impuls, was dieses Dreieck wohl mit den Lebensmitteln zu tun hat. Die Kinder werden hoffentlich sagen, dass sie die Lebensmittel dort einsortieren können. Hier könnten sie beispielsweise schon einmal vermuten und die im Einstieg genutzten Lebensmittel einsortieren. In der anschließenden Arbeitsphase werden sie in Gruppen die einzelnen Abschnitte der Pyramide erarbeiten: Die Abschnitte sind bereits vorgeschnitten, sodass sie in der Ergebnissicherung in die Pyramide einsortiert werden können. Die SuS bekommen einen kurzen Text, in dem drin steht, welche Gruppe sie haben und welche Lebensmittel dazu gehören. Sie sollen dann aus einem Supermarkt-Prospekt die Lebensmittel ausschneiden und aufkleben. Die Erstklässler können mittlerweile ansatzweise lesen, sodass ich sie auf jedenfall mit Zweitklässlern zusammen setzen werde, damit der Text eventuell vorgelesen werden kann. Hier werde ich sicherlich auch entsprechende Differenzierungen anbieten. In der Ergebnissicherung sollen diese Abschnitte der Pyramide dann vorgestellt werden: Welche Gruppe hatten wir und welche Lebensmittel haben wir aufgeklebt. Der Abschnitt wird dann neben die Pyramide im Einstieg gehängt. So soll durch die Präsentationen die Pyramide entstehen. Zudem sollen die Kinder dann erkennen, dass die größte Gruppe die ist, von der am meisten oder besonders oft gegessen werden soll. Erreiche ich das dann mit einer Impulsfrage oder wie kann ich das erreichen? Abschließend könnten die Kinder noch Realien

den Gruppen zuordnen: Flasche Wasser, Apfel, Tomate, Kartoffel oder Brot etc. Diese sollten bestenfalls schon vorher von den Kindern mitgebracht werden, sodass jedes Kind ein Element hat, das zugeordnet werden kann. Diese Realien werden dann unter den Kindern getauscht, sodass jeder nicht sein eigenes zuordnet. (Oder ich bringe das dann mit)

Wenn ich jetzt so über meine UB-Stunde schreibe, finde ich sie ganz gut eigentlich. Aber: **Gibt es einen Lernzuwachs?** (Den muss ich unbedingt zeigen bei den Kindern) und Ist das Ziel, dass die SuS erkennen, dass die Ernährungspyramide den täglichen empfohlenen Bedarf für eine ausgewogene Ernährung darstellt gegeben? **Oder wäre das Ziel ein anderes?**

Mein zweites Problem ist: Was müssen die Kinder vorher unbedingt wissen, damit sie das hinkriegen? Ich habe vor dem Besuch noch 2 Stunden und habe keine Ahnung, wie ich die füllen kann? 😊 Nach der Stunde kann ich ja dann noch wunderbar 5 am Tag mit den Kindern besprechen. Aber mir ist schleierhaft, was ich vorher noch machen kann? Vor allem, damit die Einheit logisch aufgebaut bleibt.

Das Arbeitsbuch hat zum Beispiel eine Seite in der die Kinder die Lebensmittel bereits in Gruppen sortieren. Da ist aber nichts mit einer Pyramide etc. Da geht's einzig um das Sortieren. Ich denke, dass sich das vor der Stunde des Besuchs sicherlich anbieten würde.

Nur was mach ich dann noch in der anderen Stunde?

Habt ihr Ideen?

Liebe Grüße und vielen Dank! 😊