

Unterrichtsstunde "Gesunde Ernährung" 2 Klasse!

Beitrag von „GoldeneFeder44“ vom 23. November 2017 18:44

Hallo,

ich würde gerne nächste Woche eine Unterrichtsstunde zum Thema "Ernährungspyramide" mit einer 2 Klasse machen. Nun bin ich noch sehr unsicher, wie ich das Thema am besten einführen kann und würde mich sehr über Ratschläge freuen.

Befinde mich noch im Studium und werde die Stunde im Rahmen meines Praktikums halten. Ich wäre wirklich dankbar für Feedback (Egal ob positiv oder negativ)

Folgendes habe ich mir bisher überlegt:

Ziele:

Die Schüler sollen Nahrungsmittel bewerten in gesund und weniger gesund

Die Schüler sollen den Zusammenhang zwischen Leistungsfähigkeit und Gesundheit erkennen

1)Einstieg: Findet im Sitzkreis statt. Ich erzähle den Schülern eine Geschichte über einen Jungen, welcher im Moment sehr müde und schlapp ist. Die Schüler erfahren etwas über seine Ernährung

Dann stelle ich als "stummen Impuls" einen Einkaufskorb in die Mitte unseres Kreises - Dort sehen die Schüler wie der Einkaufskorb(Hauptsächlich Schokolade, Cola und Pizza) des Jungen aussieht .

2)Nun folgen freie SÄ und Vermutungen. Da wir letzte Woche schon einiges zu Gemüsesorten besprochen haben, werden die Schüler recht schnell auf das Thema der Stunde kommen. Die Schüler haben zu diesem Thema also Vorwissen.

3) STD Thema " Gesunde Ernährung/Ernährungspyramide" aufgreifen. Die Schüler dürfen an den Platz zurückkehren. Ich öffne die Tafel, dort befindet sich als Anschauungsmaterial eine Ernährungspyramide und auf der anderen Hälfte verschiedene Lebensmittel (Ziel ist es, die Pyramide gemeinsam mit den Schülern zu schmücken)

Eventuell kennen einige Schüler so eine Ernährungspyramide.

4) Die Schüler bekommen nun selbst ein AB , auf welchem eine Ernährungspyramide abgebildet ist. Sie haben nun die Aufgabe die Lebensmittel zuzuordnen. (Eigene Erfahrungen, Esskultur Zuhause- Lebensweltbezug)

5) Nun dürfen die Schüler ihr HSU Buch öffnen und ihre Pyramide mit der im Buch abgebildeten vergleichen. Gemeinsam besprechen wir nun, von welchen Lebensmitteln wir am meisten essen sollten und von welchen eher weniger . Ebenso besprechen wir WARUM Gemüse gesund

ist und warum Schokolade in Unmengen nicht zur Leistungsfähigkeit beiträgt.

6) Die Schüler helfen mir die Ernährungspyramide an der Tafel zu ordnen .

7) Wir finden uns im Sitzkreis wieder. In der Mitte befindet sich der Einkaufskorb und verschiedene Nahrungsmittel, welche wir zuvor in der Ernährungspyramide geordnet haben. Nun dürfen die Schüler den Einkaufskorb so füllen, damit der Junge in unserer Geschichte wieder fit wird.

Liebe Grüße