

Unterrichtsstunde "Gesunde Ernährung" 2 Klasse!

Beitrag von „icke“ vom 24. November 2017 20:31

Es ist vor allem viel zu viel für eine Einführungsstunde. Konzentriere dich auf ein Ziel, einen Schwerpunkt.

So hast du zu viele Fragestellungen auf einmal:

Welche Lebensmittel sind eher gesund, welche eher ungesund (und das ist in der Tat nicht eindeutig...)?

Warum??? Was passiert denn, wenn man zuviel davon isst?

Was ist eine Lebensmittelpyramide? Wie ist sie aufgebaut? Wie wendet man die auf den Alltag an?

In was für Lebensmittelpyramiden gehören die einzelnen Lebensmittel überhaupt?

Damit kannst du locker eine ganze Unterrichtsreihe füllen...

Ich habe übrigens mal einen ähnlichen Einstieg gemacht: unser Klassentier hatte schreckliches Bauchweh und fühlte sich gar nicht gut. Die Kinder haben dann schnell herausgefunden, dass es zu viel Süßes und Fettiges gegessen hatte. Es brauchte dann dringend eine Ernährungsberatung (die Kinder waren hochmotiviert). Daraufhin haben wir erstmal nur geguckt, welche Lebensmittel eher gesund und welche eher ungesund sind und überlegt was das denn überhaupt heißt. Schon bei diesem ersten Vorgespräch, bei dem erstmal nur Vorkenntnisse abgefragt wurde, zeigte sich, dass das Thema recht komplex ist und vieles gar nicht so einfach wie es klingt (Beispiel: zu viel Zucker ist nicht gesund, aber: in Obst ist doch auch Zucker????) Bei schwächeren Klassen hast du oft das Problem, dass da kaum Vorwissen ist, bei stärkeren, dass sie tausend Dinge wissen und auch unbedingt sagen wollen, und man dann leicht vom Hundertsten zum Tausendsten kommt und es gar nicht so leicht ist, das irgendwie zu ordnen.

Lebensmittelpyramide fände ich für eine Einführungsstunde zu viel.