

# Gesunde Ernährung

**Beitrag von „Pippi“ vom 10. März 2005 19:23**

Im Rahmen der Einheit, habe ich auch mal eine Stunde zum Thema Zucker gemacht. Als Einstiegsimpuls hatte ich eine Auswahl von Nahrungsmitteln (offensichtliche Zuckerprodukte wie Schokolade, Cola, Gummibärchen ... sowie die für Kinder oft nicht mit Zucker in Verbindung gebrachten Produkte wie Cornflakes, Ketchup und Fruchzwerge bzw. Jogurt) sowie entsprechend viele Teller mit Zuckerwürfel (d. h. jedem Produkt kann später ein Zuckerteller zugeordnet werden).

Zunächst sollten die Kinder schätzen wie viele Zuckerwürfel auf den einzelnen Teller liegen (so hat man sogar ein bisschen Mathe dabei). Nachdem wir die jeweiligen Zuckerstücke ermittelt hatten (ich habe natürlich alle vorher genau abgezählt und kleine Schilder m. Stückzahl vorbereitet) sollten die Kinder die einzelnen Teller den Produkten zuordnen. Dabei kommt man wunderbar in die Diskussion mit den Kindern (begründen lassen...).

Zum Abschluss gebe ich den Kindern die richtige Zuordnung . Sie waren absolut überrascht, dass eine Tüte Gummibärchen mit ca. 120 Zuckerwürfeln, die absolute Zuckerbombe ist.

Die Tabelle mit der Anzahl der Zuckerwürfel je Produkt findet man im Internet.

Lg

Pippi