

## **gesundes Frühstück**

### **Beitrag von „Loewe“ vom 7. September 2005 18:35**

Mein erstes Praktikum im Rahmen meines Studiums beginnt bald und ich soll eine Unterrichtseinheit zum Thema: "Gesundes Frühstück" machen.

Ich habe schon nach Ideen gesucht, aber finde meist nur etwas zum Thema gesunde Ernährung und dann auch für höhere Klassen, in denen die Kinder schon lesen und schreiben können. Ich muss das Thema aber in der ersten Klasse machen und schon ziemlich am Anfang. Wenn jemand Anregungen hat, würde ich mich sehr freuen! 

---

### **Beitrag von „müllerin“ vom 7. September 2005 18:42**

Wäre es möglich gemeinsam mit den Kindern ein gesundes Frühstück herzurichten und zu verspeisen?

Dabei kann man dann ja einbringen, was thematisch untergebracht werden soll.

---

### **Beitrag von „Loewe“ vom 7. September 2005 18:45**

Ja, das soll in einer Stunde vielleicht schon stattfinden. Aber erstmal soll den Kindern z.B. erklärt werden, was gesund ist und was nicht und so. Und später kann man dann zusammen ein gemeinsames Frühstück planen. Aber das ist wohl eher der Abschluss des Themas

---

### **Beitrag von „Britta“ vom 7. September 2005 18:46**

Wie lang soll/ darf die Einheit denn werden? Als Abschluss wär ein gemeinsames Frühstück auf jeden Fall sinnvoll, vorher kann man viel mit Bildern und Zuordnung (gesund/ ungesund) machen.

LG  
Britta

---

### **Beitrag von „ano“ vom 7. September 2005 18:47**

Schau einmal, ob dir das hilft

<http://www.bzga.de/?uid=573c6726a...n&sid=6&idx=116>

---

### **Beitrag von „Loewe“ vom 7. September 2005 18:53**

Es sollen so drei oder vier Stunden wohl werden. Genau, steht das aber noch nicht fest.

ano  
oh vielen Dank, das hilft mir weiter 

---

### **Beitrag von „Gulka“ vom 8. September 2005 18:57**

Geh doch am Anfang der Reihe erst einmal von dem aus, was die Kinder wirklich frühstücken. Das heißt, wenn du in der Zeit vor der Frühstückspause in der Klasse bist, könnt ihr euch mal ansehen, was die einzelnen Kinder als Frühstück mit in die Schule nehmen. Dabei seht ihr wahrscheinlich schon deutliche Unterschiede und könnt (zumindest ein bißchen) über gesund und ungesund sprechen. Bei mir hatte ein Kind z.B. Chips mit - alle Kinder waren sich einig, dass die Weintrauben wesentlich gesunder sind als Chips.

Und am Ende ein gemeinsames gesundes Frühstück veranstalten ist ein schöner Ausklang der Reihe.

Viel Spaß dabei,  
Gulka