



Projektblatt

Gesunde Ernährung und Zähne als Thema im Sachunterricht

Februar 2024

Zeitraum:	Februar 2024
Ort:	Klassenräume der Klassen 2a/2b der GS im Hainhoop
Beteiligte:	Lehrkräfte, Schüler
Kommunikation/ Öffentlichkeits- arbeit:	Sachunterrichtsmappe, Plakate
Ressourcen/ Kooperation:	Sachunterrichtsbuch, Arbeitsblätter, iPad, Internet, gesunde Lebensmittel,
Ergebnisse/ Erfolge/ Anerkennung:	Rückmeldung seitens der Lehrkräfte
Hauptziele:	Die Schülerinnen und Schüler können die Lebensmittelgruppen (Wasser, Getreide/Brot/Kartoffeln, Obst/Gemüse, Fisch/Fleisch, Öle und Fette, Süßigkeiten) unterscheiden und verschiedene Lebensmittel diesen Gruppen zuordnen. Sie kennen die Lebensmittelpyramide als Hilfsmittel einer gesunden Ernährung. Die SuS unterscheiden zwischen gesunden und ungesunden Lebensmitteln. Sie können auf dieser Basis ein gesundes Frühstück herstellen. Die SuS führen einen Versuch zur Fettleckprobe durch.
Beschreibung:	Nachdem die Schülerinnen und Schüler (SuS) in der ersten Klasse bereits verschiedene Maßnahmen der Gesundheitserhaltung kennenlernten, wird in der zweiten Klasse nun die gesunde Ernährung vertieft behandelt. Hierzu werden Fachbegriffe wie Ernährung, Nährstoffe sowie die verschiedenen Lebensmittelgruppen eingeführt. Anschließend bearbeiten die SuS in Gruppenarbeit mithilfe des Tablets verschiedene analoge und interaktive Aufgaben. Anhand ihres erworbenen Wissens gestalten die SuS ein eigenes, gesundes Frühstück. Zum Abschluss der Einheit ermitteln die SuS anhand der Fettleckprobe, welche Nahrungsmittel Fett enthalten.