





Umsetzungsvorschlag

Thema:	1x1 der gesundheitserhaltenden Ernährung Ernährungspyramide
Schulart/Schulstufen:	Grundstufe 1 (Vorschule, 1. und 2. Klasse)
Umfang:	2 UE (2x 50 Min.)
Vorbereitungen: 	<ul style="list-style-type: none"> Optional: Pyramide als Anschauungsmaterial Bildkarten Ernährungsempfehlung 1 x Klatschgeschichte AB Ernährungspyramide Ausmalvorlage
Zusatzinformationen: 	<ul style="list-style-type: none"> 4- bis 10-jährige Kinder (richtigessenvonanfangen.at) Die Österreichische Ernährungspyramide (ages.at)
Erwarteter Kompetenzerwerb: 	<p>Die Lernenden</p> <ul style="list-style-type: none"> wissen, was eine Pyramide ist wissen, welche Gruppen die Ernährungspyramide enthält wissen was gut für den Körper ist und was einem schmeckt lernen die Hierarchie der Lebensmittel anhand der Ernährungspyramide kennen.
Lehrplanbezug¹: 	<p>Sachunterricht: Erfahrungs- und Lernbereich Natur</p> <p>Der Mensch: Körper und Gesundheit</p> <ul style="list-style-type: none"> Die Bedeutung der eigenen Gesundheit erkennen lernen und gesundheitsbewusstes Verhalten anbahnen Voraussetzungen einer gesunden Lebensführung kennen lernen (z. B. Ernährung)

Zeit (min.)	Stundenverlauf/Methoden/Phasen	Sozialform	Unterrichtsmaterialien/ Medieneinsatz
10	<p>K: Kontakt/Einstieg/Kernidee: <u>Einstiegsfrage:</u> Was ist eine Pyramide? Die Lernenden dürfen ihr Wissen rund um Pyramiden teilen. <u>Input der Lehrperson:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pyramiden als Bauwerke (Ägypten) • Pyramide als geometrischer Körper. Sie besteht aus einer Grundfläche, dem Mantel und einer Spitze. Jene Fläche der Pyramide, die unten liegt, wird als Grundfläche bezeichnet. Alle Seitenflächen zusammen ergeben den Mantel. Eine Pyramide kann kippen, aber nicht rollen. <p><u>Überleitung zur Ernährungspyramide:</u></p> <p>Es gibt auch eine Pyramide, die uns zeigt, welche Lebensmittel wir essen sollen, damit es unserem Körper gut geht.</p> <p>Die Ernährungspyramide wird anhand der Bildkarten aufgelegt. Die Bildkarten werden vorab an die Kinder ausgeteilt. Nacheinander kommen die Kinder an die Reihe und benennen das Lebensmittel auf den Karten und versuchen es in die Pyramidenordnung einzubringen (Selbstkontrolle durch farbliche Kennzeichnung).</p> <p><u>Kurze Besprechung der einzelnen Stufen</u> Fachinformationen dazu finden sich in den Links in der Übersicht.</p>	Sesselkreis	<ul style="list-style-type: none"> • Optional: Pyramide als Anschauungsmaterial • Bildkarten Ernährungsempfehlung

10	<p>Klatschgeschichte</p> <p>Einteilung der Kinder in 5 Gruppen:</p> <p>Wasser, Gemüse, Obst, Getreide und Kartoffel, Milch</p> <p>Immer wenn eines dieser Wörter in der Geschichte zu hören ist, muss die jeweilige Gruppe klatschen.</p> <p>Tipp: Die Klatschgeschichte kann mehrere Runden gespielt werden. Die Gruppen können getauscht werden und andere Bewegungen können eingebaut werden.</p>	Sesselkreis	<ul style="list-style-type: none"> • Klatschgeschichte
	<p>Abschluss</p> <p>Als Abschluss malen die Kinder die Ernährungspyramide aus.</p>	Einzelarbeit	<ul style="list-style-type: none"> • Ernährungspyramide Ausmalvorlage