



Umsetzungsvorschlag

Thema:	1x1 der gesundheitserhaltenden Ernährung Ernährungspyramide
Schulart/Schulstufen:	Grundstufe 2 (3. Klasse, 4. Klasse)
Umfang:	1 UE (1x 50 Min.)
Vorbereitungen:	 <ul style="list-style-type: none"> ○ Legekarten drucken, ausschneiden (evtl. laminieren) ○ 1x Ernährungspyramide drucken (A3) ○ Blanko Pyramide drucken (in Klassenstärke)
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"> ○ erwerben Basiswissen über die Ernährungspyramide ○ verstehen die Hierarchie der Lebensmittel anhand der Ernährungspyramide
Lehrplanbezug ¹ :	<p>Sachunterricht: Erfahrungs- und Lernbereich Natur</p> <p>Der Mensch: Körper und Gesundheit</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kenntnisse über den menschlichen Körper erweitern und vertiefen <ul style="list-style-type: none"> - Zusammenhänge zwischen einzelnen Körperteilen und Organen und dem ganzen Körper (z. B. kranke Zähne – kranker Magen – einseitige Ernährung) kennen (z. B. Möglichkeiten der Gesunderhaltung formulieren und begründen) • Die Bedeutung gesunder Lebensführung erkennen <ul style="list-style-type: none"> - Gesundheitsbewusstes Verhalten an einigen Beispielen (Körperpflege, Ernährung, Kleidung, ...) anbahnen

Zeit (min.)	Stundenverlauf/Methoden/Phasen	Sozialform	Unterrichtsmaterialien/ Medieneinsatz
25	<p>Kontakt/Einstieg/Kernidee <u>Legekarten</u> Alle Legekarten werden an die Kinder ausgeteilt. Diejenigen Kinder mit den Textkarten beginnen. Ein Kind liest einen Text vor und die Kinder müssen herausfinden, welches Bild und welche Überschrift zum Text passt.</p> <p>Information/Sachwissen Im Kreis werden die Karten aufgelegt. Gemeinsam wird anhand einer Ernährungspyramide über die Hierarchie der einzelnen Lebensmittel in der Ernährung gesprochen.</p>	Sesselkreis	<ul style="list-style-type: none"> • Legekarten • Ernährungspyramide (A3)
15	<p>Übungsphase Am Arbeitsblatt werden die einzelnen LM ausgeschnitten und auf der Pyramide in richtiger Reihenfolge aufgeklebt. Anschließend können die Bilder noch bemalt und beschriftet werden.</p>	Sesselkreis	<ul style="list-style-type: none"> • AB „Blanko Pyramide“
15	<p>Bewegungsspiel Gemeinsam wird die Ernährungspyramide mit Bewegungen dargestellt. Die Bewegungen können individuell abgewandelt werden und dienen nur als Vorschlag.</p> <p>Wasser: Welle Obst und Gemüse: Hampelmann Getreide und Kartoffel: im Kreis drehen</p>	Gesamte Klasse	<ul style="list-style-type: none"> • Keines

	<p>Milch- und Milchprodukte: hüpfen Fisch, Fleisch, Eier: klatschen Fette und Öle: sich bewegen als würde man ausrutschen Süßigkeiten: Arme und Beine ausschütteln</p> <p>Tipp: Die Lebensmittelgruppen könne in einem weiteren Durchgang durcheinander genannt werden. Die Lehrperson kann die Spielleitung einzelnen Kindern übergeben. In der Geschwindigkeit der Bewegungen kann variiert werden (schnell, langsame etc.).</p>		
--	---	--	--