

Liebe Leserin, lieber Leser,

die jüngste Studie brachte es ans Licht: Deutschlands Menschen sind zu dick, die Männer noch mehr als die Frauen. Und bereits unter den Kindern ist Übergewicht auf dem Vormarsch. Noch betrifft es nur etwa 15% der Grundschul Kinder. Das ist die gute Nachricht. Denn das heißt im Umkehrschluss: 85% der Kinder sind normalgewichtig, ernähren sich gesünder als die anderen.

Diese Ausgabe von „Grundschule Sachunterricht“ ist aber nicht nur ein Heft zum Thema „Gesunde Ernährung“. Wir gehen das Thema „Gesund leben“ bewusst breiter an, denn ob ein Kind gesund aufwächst, ist von vielen Faktoren abhängig, auf die es zudem nicht immer selbst Einfluss nehmen kann.

Zugegeben: Gesunde Ernährung und viel Bewegung an frischer Luft stellen die wichtigsten Gesundheitsfaktoren dar. Daneben leiden Kinder heute aber zunehmend unter Lärm und Stress, und der ist an so mancher Schule nicht selten „hausgemacht“.

Uns ist allerdings auch klar, dass Sachwissen über Gesundheitsfaktoren und eigene Handlungsmöglichkeiten allein nicht ausreicht, dauerhaft zu einer gesunden Lebensführung zu finden. Aber es ist immerhin – wie eben auch die jüngste Studie belegt – der Anfang. Je mehr jemand über das Thema weiß, desto eher kann er sich mit seinen eigenen Verhaltensweisen auseinandersetzen. Und dann muss er „nur“ noch gesund leben wollen und auch können.

Wie gewohnt bietet Ihnen diese Ausgabe viele Unterrichts Anregungen, Kopiervorlagen und weiteres Material, mit dem Sie das Thema methodisch vielfältig mit den Kindern Ihrer Klasse bearbeiten können.

Vielleicht regt diese Ausgabe über den Sachunterricht hinaus auch dazu an, im Kollegium das Thema einmal ins Zentrum zu rücken und die gesamte Schule unter dem Blickwinkel „Gesund leben“ kritisch „unter die Lupe“ zu nehmen. Zusammen mit den Kindern und Eltern der Schule fallen Ihnen sicher Verbesserungsmöglichkeiten ein ...

Petra Druschky

Petra Druschky

► ZUM THEMA

VOLKER SCHNEIDER

- 2** Gesund leben: Mehr als gesunde Ernährung und Bewegung!?

► ÜBERBLICK

- 8** „Gesund leben“ im Unterricht

► UNTERRICHTSIDEEN KLASSE 1–4

SABINE KASCHIG-KODERISCH/VOLKER SCHNEIDER

- 9** „In meiner Klasse fühle ich mich wohl!“

► UNTERRICHTSIDEEN KLASSE 2–4

VOLKER SCHNEIDER

- 15** „Die Lärmampel steht ja auf Rot!“

VOLKER SCHNEIDER

- 22** „Wie schwer darf (m)ein Ranzen sein?“

► UNTERRICHTSIDEEN KLASSE 3–4


ULRIKE KAPPELER/VOLKER SCHNEIDER

- 28** „Dieses Müsli schmeckt am besten!“

► MAGAZIN

- 38** Büchermarkt und Infos
40 Impressum, AutorInnen

 = Material im Heft

 = Material im Materialpaket

MATERIALPAKET

■ Folie „Gesund leben“

DIN A4, in Farbe, mit vielen Motiven (1.–4. Schuljahr) Auf der Folie sind Situationen dargestellt, die das Thema umreißen. Sie können u. a. als Einstieg in den Unterricht zum Thema genutzt werden.



■ Bildkarten „Nahrungsmittel“

3 Pappn, DIN A4, in Farbe (2.–4. Schuljahr) Dargestellt sind insgesamt 54 Nahrungsmittel aus den für eine gesunde Ernährung wichtigsten Nährstoffgruppen. Sie sind u. a. zur Erstellung einer Nahrungsmittelpyramide geeignet.



■ Ausbildung von Streitschlichtern

16 Seiten, DIN A4, mit Material (3.–4. Schuljahr) Mit Hilfe der erprobten Bausteine und Materialien dieses Programms können auch Sie an Ihrer Schule Kinder zu Streitschlichtern ausbilden.



■ Versuchskartei „Gesund leben“

8 Karten, DIN A5, in Farbe (3.–4. Schuljahr) Auf den Karteikarten sind Versuche zu Inhaltsstoffen unserer Nahrung sowie zur Belastbarkeit der Wirbelsäule zusammengestellt.



■ Quiz „Gesund leben“

4 Seiten, DIN A4 (3.–4. Schuljahr) Mit den 20 Quizkarten lassen sich die Wissenskerne des Unterrichts zum Thema spielerisch festigen.

