

<p>Grotjohann, Norbert und Preisfeld, Gela Gesunde Ernährung – eine Herausforderung nicht nur in der Küche Basisartikel Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 2–7 Empfehlungen für eine gesunde Ernährung gibt es reichlich, ebenso Studien, die ernährungsbedingte Folgen für die Gesundheit belegen. Ein ungelöstes Problem ist die Umsetzung davon abgeleiteter Ernährungsregeln im Alltag. Um die Diskrepanz zwischen Wissen und Handeln zu überbrücken, wird vorgeschlagen, die individuellen Essentscheidungen der Jugendlichen aufzugreifen und zu hinterfragen.</p>	<p>Gresmeier, Bianca und Grotjohann, Norbert Was ist dran an probiotischen Lebensmitteln? Magazin Unterrichts Anregung Sekundarstufe II Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 43–47 In Europa greift etwa jeder Fünfte regelmäßig zu einem probiotischen Joghurt, obwohl längst nicht alle versprochenen Effekte wissenschaftlich belegt sind. Damit die zugesetzten Mikroorganismen überhaupt eine Wirkung entfalten können, müssen sie die Passage durch die Magensäure überleben. Die Überlebensrate verschiedener Milchsäurebakterien in Abhängigkeit vom pH-Wert des Mediums wird in vergleichenden Versuchen überprüft.</p>
<p>Schaal, Steffen Hamburger & Co: die Tricks der Food-Designer Unterrichtsmodell Sekundarstufe I Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 8–15 Fast Food wie Hamburger oder Döner ist bei Jugendlichen sehr beliebt. Im Unterricht werden die Gründe gesammelt. Im nächsten Schritt wird aufgedeckt, wie Food-Designer die Wahrnehmung eines Produkts positiv beeinflussen. Diese Tricks werden abschließend bei der Kreation eines attraktiven, möglichst schmackhaften und bedarfsgerechten Hamburger-Menues eingesetzt.</p>	<p>Krechting, Ariane und Christen, Franka Ein Aktionstag zur gesunden Ernährung Magazin Unterrichts Anregung Sekundarstufe I Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 48–50 Der von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung entwickelte Ernährungskreis gibt die Stationen vor, welche die SchülerInnen jeweils zu Zweit durchlaufen und bearbeiten sollen. Wegen seiner Bedeutung für 5.- bzw. 6.-Klässler wurde zusätzlich eine Station «Süßigkeiten» eingerichtet, bei der Regeln zum Umgang mit Schokolade & Co zu formulieren sind. Freiwillige Hilfe bei der Erledigung der Aufgaben leisten MitschülerInnen, die sich für ein Thema als Experten ausweisen.</p>
<p>Konya, Melanie Vegetarische Ernährung – eine Alternative? Unterrichtsmodell Sekundarstufe I Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 16–21 Immer mehr Jugendliche verzichten auf den Verzehr von Fleisch – oft deshalb, weil der Anblick toter Tiere sie abschreckt. Die oft geäußerte Frage, ob bei Fleischverzehr Mangelerscheinungen zu befürchten sind, wird im Unterricht aufgegriffen. In arbeitsgleicher oder -teiliger Gruppenarbeit überprüfen die SchülerInnen, ob Vegetarier ausreichend mit Vitamin B₁₂, essentiellen Proteinen und Eisen versorgt sind.</p>	<p>Fehnker, Ute Eine Guided Tour zum Genuss mit Zukunft Magazin Webquest Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 51–53 Der Einfluss der Ernährungsgewohnheiten auf Klimawandel und Klimaschutz wird im Unterricht selten thematisiert. Einen interessanten methodischen Weg eröffnet die Arbeit mit einer Webquest, welche die Verarbeitung von Informationen aus dem Internet strukturiert. Geeignete Links sind angegeben.</p>
<p>Hammerl, Johanna und Dierkes, Paul W. Gesunde Ernährung – ein zeitloses Thema! Unterrichts Anregung Sekundarstufe I Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S.22–23 Die Analyse von Skelett- und Mumienfunden ermöglicht heute detaillierte Einblicke in die Ernährungsweise von Menschen, die vor Tausenden von Jahren gelebt haben. Von jeher litten die Menschen an ernährungsbedingten Krankheitssymptomen, doch erst seit neuerer Zeit kennt man die biologischen Zusammenhänge. Historische Beispiele sollen Jugendliche anregen, sich auf ernährungsphysiologische Spurensuche zu begeben.</p>	<p>Hammerl, Johanna und Dierkes, Paul W. Zeitzeugen der Ernährung Materialien Sekundarstufe I Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 27–30 1991 wurde zufällig eine gut erhaltene Gletschermumie – Ötzi – entdeckt. Der Magen war leer, aber die genetischen Reste der letzten Mahlzeit im Darm erlauben Rückschlüsse auf Ötzis Ernährungsweise. Die Geschichten auf den weiteren Seiten ranken sich um Rachitis, Skorbut und die schlechten Zähne ägyptischer Pharaonen.</p>
<p>Hedewig, Roland Vitamin C in Lebensmitteln Unterrichtsmodell Sekundarstufe I Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 24–26, 31–33 Vitamin C wird im Alltag vor allem als Schutz gegen Erkältungskrankheiten empfohlen. Die SchülerInnen erfahren, dass zwar die infektionshemmende Wirkung von Vitamin C begrenzt ist, dessen Aufnahme aber aus mehreren Gründen dennoch ratsam ist. Daher überprüfen sie verschiedene Lebensmittel auf deren Vitamin-C-Gehalt. Abschließend gehen die SchülerInnen der Frage nach, ob heißer Zitronensaft bei einer Erkältung wirklich helfen kann.</p>	<p>Ohly, Karl-Peter Aufgabe pur: Wie dick ist zu dick? Serie Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 54–55 Die meisten der zahlreichen Meldungen zur Fettleibigkeit in der Bevölkerung stellen Übergewicht pauschal als Gesundheitsrisiko dar. Diese Verallgemeinerung wird jedoch durch einige Erhebungen infrage gestellt. Aufgabe der SchülerInnen ist es, durch eine genauere Analyse von Untersuchungsmethoden und -ergebnissen zu einer differenzierteren Beurteilung von Übergewicht und Fettleibigkeit zu gelangen.</p>
<p>Ostersehl, Dörte Molekulare Kochkunst Unterrichtsmodell Sekundarstufe I/II Unterricht Biologie 341 (33. Jg.), Januar 2009, S. 34–42 Manche essen Fleisch, um ihren Bedarf an Eisen zu decken, andere einfach deshalb, weil es ihnen schmeckt. Konsistenz und Geschmack von Fleisch hängen zu einem großen Teil von der Behandlung der Schlachttiere, der Fleischreifung nach dem Schlachten, von Art und Herkunft des Fleisches und natürlich von der Zubereitung ab. Die SchülerInnen lernen in arbeitsteiliger Gruppenarbeit die zellulären und molekularbiologischen Grundlagen einer Fleischmahlzeit kennen.</p>	