

PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO DE PROFESSORES DE ALEMÃO (PDPA)
Curso de Aperfeiçoamento em Ensino de Alemão como Língua Estrangeira
Alemão para uma escola em transformação: Brasil global 2015
Deutsch für eine Schule im Wandel: Brasilien global 2015

SUSAN ANDRESSA TRIBESS

Unterrichtsmaterialien für die bilinguale Klasse 4

ERNÄHRUNG



2015

Vorwort

Um sich optimal zu entwickeln, ist es für Kinder von großer Bedeutung, dass sie eine gesunde Ernährung erhalten. Das heißt nicht, dass sie nur Gemüse essen sollen und keine Süßigkeiten mehr essen dürfen. Kinder sollen mit Freude und Genuss essen. Und von klein an, soll ihnen es bewusst gemacht werden, dass man von alles essen darf, nur in richtigen Maßen. Ein Schwerpunkt zum Thema ist die Ernährung der Eltern. Essen sie gesund, lernt das Kind auch sich gesund zu ernähren. Gesunde Eltern - gesunde Kinder. Und Falls die Eltern nicht so gesund sind, können und sollten die Kinder sie durch dieses Projekt beeinflussen.

Durch dieses Projekt sollen die Schüler das Essen kritisch sehen. Sie sollen zum Beispiel darüber nachdenken, warum der menschliche Körper überhaupt Nahrung und Wasser benötigt. In diesem Fall, wird der Zusammenhang zum Energiebedarf thematisiert. Solche Fragen sollen zu weiteren Diskussionen folgen.

Der Bildungs- und Erziehungsauftrag einer Schule bezieht auch die Gesundheit mit ein. Insbesondere Ernährungserziehung, Bewegungsförderung, Hygieneerziehung, gehören z.B. zu den Bildungsinhalten. Deswegen hat man dieses Projekt in Richtung der Ernährung formuliert. Wichtig ist es, dass Kinder vielseitig essen, Verschiedenes probieren und mit Neugier auf das Thema Essen & Trinken zugehen. Die vorliegenden Vorschläge und Ideen zu *Essen & Trinken* - wie das Thema oft in den Lehrwerken vorkommt - oder *Ernährung* verstehen sich als Leitfaden für einen Monatsprojekt, dass für eine 4. Klasse an der bilingualen Schule Escola Básica Municipal Dr. Amadeu da Luz konzipiert wurde. Die Schüler haben an dieser Schule 10 Stunden Deutsch in der Woche, die in zwei Tage geteilt sind. Deswegen sind die Stunden pro Tag geteilt (immer je 5 Stunden).

Hauptziel dieser Arbeit ist, dass die Kinder sich bewusst und gesund ernähren lernen und dass die positiven Effekte des Gelernte für die Kinder nachhaltig wirken und fürs Leben bleiben.

Zusammenfassung der Planung:

Wortschatz aufbauen

Herkunft des Essens

Tierische Herkunft

Pflanzliche Herkunft

Lieder:

Die Affen fressen gern Bananen

Bananen, Bananen, 1,2,3

Die Kinder essen Schokolade

Experimente:

Gemüse blind testen

Wassergehalt in Obst und Gemüse

Farbige Säfte

Gemüse pflanzen

Die Nährwert-Informationen

Packungen - Welche Informationen stehen drauf?

Brennwert, Eiweiß, Fett, Kohlenhydraten, Vitamine, Mineralstoffe

Wassergehalt

Die Ernährungspyramide

Die Küche

Kücheneinrichtung: Was braucht man zum Kochen & zum Essen?

Wer kocht bei dir zu Hause? Nur Mama, nur Papa oder beide? Wer kocht am besten?

"Kochen" im Schulzimmer

Nidos-Kugeln

Einkaufen

Wo kauft deine Familie ein? Wie heißen die Supermärkte in Pomerode und Umgebung? Wie heißen die Supermärkte in Deutschland? Warum kauft ihr dort ein? Wie oft kauft ihr ein? Was kauft ihr ein?

Die Währung

Wie geht man mit Geld um?

Münze, Scheine, Wechselgeld...

Elternabend zum Thema Ernährung - Ausstellung des Projekts

Plakate für Elternabend erstellen und ein Buffet aufbauen.

Stunden 1 - 5

Einführung ins Thema:

Assoziogramm an die Tafel machen - Vorkenntnisse von dem Wortschatz sammeln

ESSEN

TRINKEN

Lied: Bananen, Bananen, 1, 2, 3



<https://www.youtube.com/watch?v=vIR02FVnJIE&list=PLFDySs7doKa1MW0PF6r8glQW>
DmXep9ee5 (Video mit Untertitel)

Bananen, Bananen, 1, 2, 3

Bananen, Bananen, 1, 2, 3

Eine für dich, eine für mich

Eine zum Teilen, 1, 2, 3

Tomaten, Tomaten 1, 2, 3

Tomaten, Tomaten 1, 2, 3

Eine für dich, eine für mich

Eine zum Teilen, 1, 2, 3

Karotten, Karotten, 1, 2, 3

Karotten, Karotten, 1, 2, 3

Eine für dich, eine für mich

Eine zum Teilen, 1, 2, 3

Äpfel, Äpfel, 1, 2, 3

Äpfel, Äpfel, 1, 2, 3

Einen für dich, einen für mich

Einen zum Teilen, 1, 2, 3

Das Video anschauen und danach nochmal spielen lassen um mitzusingen.

Das Lied variieren: Bilder an die Tafel kleben und darunter die Nomen schreiben, z.B.:

der Kuchen, der Käse, die Orange, die Erdbeere

Die Variation zusammen singen.

Wortschatzliste.

Die Liste verteilen und die Wörter laut aussprechen (manchmal zusammen, manchmal einem Schüler bitten, das nächste Wort zu lesen). Gleichzeitig die Bedeutung auf Portugiesisch ergänzen (zur Kontrolle an die Tafel schreiben).

Danach werden die Blätter ins Heft geklebt. Jeder schaut sich den Wortschatz gemütlich an und lernt die neuen Wörter für circa 15 Minuten.

Arbeitsblatt: Tierische und Pflanzliche Herkunft

Den Schülern fragen, woher die Lebensmittel kommen.

Wahrscheinliche Antwort: vom Supermarkt

Adjektive *tierisch* und *pflanzlich* erklären.

Individuell die Übung lösen und sie nach etwa 15 Minuten an die Tafel korrigieren.

Die Wörter laut lesen / nachsprechen

Hausaufgabe: Wortschatz lernen

In die Agenda aufnehmen

Falls es am Ende noch Zeit übrig bleibt, nochmal das Lied gemeinsam singen.

ESSEN & TRINKEN



der **Hunger**
Hun-ger **Nomen**



essen
es-sen **Verb** <isst, aß, hat gegessen>



satt
satt **Adjektiv** <satter, am sattesten>



der **Durst**
Durst **Nomen**



trinken
trin-ken **Verb** <trinkt, trank, hat getrunken>



das **Frühstück**
Früh-stück **Nomen** <Frühstücke>



frühstücken
früh-stü-cken **Verb** <frühstückt, frühstückte, hat gefrühstückt>



das **Mittagessen**
Mit-tag-es-sen **(Nomen)** <Mittagessen>



das **Abendessen**
Abend-es-sen **(Nomen)** <Abendessen>



die **Lebensmittel**
Le-bens-mit-tel **(Nomen)** *Plural*



die **Butter**
But-ter **(Nomen)**



der **Käse**
Kä-se **(Nomen)** <Käse>



die **Wurst**
Wurst **(Nomen)** <Würste>



das **Ei**
Ei **(Nomen)** <Eier>



das **Mehl**
Mehl **(Nomen)**



der **Pfeffer**
Pfef-fer **(Nomen)**



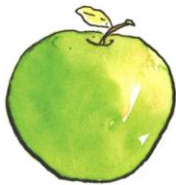
das **Salz**
Salz **Nomen** <Salze>



der **Zucker**
Zu-cker **Nomen**



das **Obst**
Obst **Nomen**



der **Apfel**
Ap-fel **Nomen** <Äpfel>



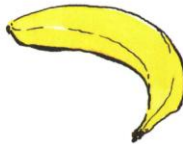
die **Birne**
Bir-ne **Nomen** <Birnen>



die **Orange**
Oran-ge **Nomen** <Orangen>



die **Traube**
Trau-be **Nomen** <Trauben>



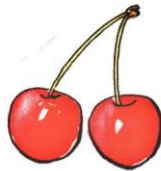
die **Banane**
Ba-na-ne **Nomen** <Bananen>



die **Zitrone**
Zit-ro-ne **Nomen** <Zitronen>



die **Ananas**
Ana-nas (Nomen) <Ananas, Ananasse>



die **Kirsche**
Kir-sche (Nomen) <Kirschen>



die **Pflaume**
Pflau-me (Nomen) <Pflaumen>



die **Aprikose**
Ap-ri-ko-se (Nomen) <Aprikosen>



die **Erdbeere**
Erd-bee-re (Nomen) <Erdbeeren>



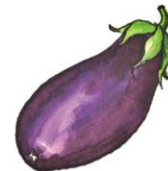
die **Himbeere**
Him-bee-re (Nomen) <Himbeeren>



die **Brombeere**
Brom-bee-re (Nomen) <Brombeeren>



das **Gemüse**
Ge-mü-se (Nomen) <Gemüse>



die **Aubergine**
Au-ber-gi-ne (Nomen) <Auberginen>



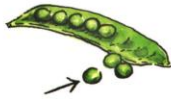
die **Paprika**
Pap-ri-ka **Nomen** <Paprika(s)>



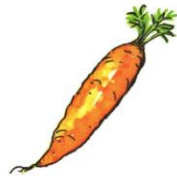
der **Spinat**
Spf-nat **Nomen**



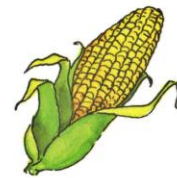
die **Bohne**
Boh-ne **Nomen** <Bohnen>



die **Erbse**
Erb-se **Nomen** <Erbsen>



die **Karotte**
Ka-rot-te **Nomen** <Karotten>



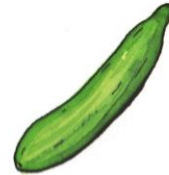
der **Mais**
Mais **Nomen**



die **Kartoffel**
Kar-tof-fel **Nomen** <Kartoffeln>



die **Tomate**
To-ma-te **Nomen** <Tomaten>



die **Gurke**
Gur-ke **Nomen** <Gurken>



die **Zwiebel**
Zwie-bel **Nomen** <Zwiebeln>



die **Zucchini**
Zuc-chi-ni **Nomen** <Zucchini>



der **Pilz**
Pilz **Nomen** <Pilze>



die **Nuss**
Nuss **Nomen** <Nüsse>



der **Salat**
Sa-lat **Nomen** <Salate>



das **Öl**
Öl **Nomen** <Öle>



der **Essig**
Es-sig **Nomen** <Essige>



die **Nudeln**
Nu-deln **Nomen** *Plural*



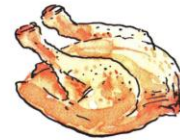
der **Reis**
Reis **Nomen**



der **Fisch**
Fisch **Nomen** <Fische>



das **Fleisch**
Fleisch **Nomen**



das **Geflügel**
Ge-flü-gel **Nomen**



das **Brot**
Brot **Nomen** <Brote>



das **Brötchen**
Bröt-chen **Nomen** <Brötchen>



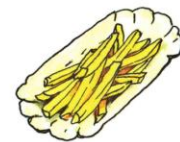
der **Kuchen**
Ku-chen **Nomen** <Kuchen>



backen
ba-cken **Verb** <backt/bäckt, backte/buk, hat gebacken>



die **Suppe**
Sup-pe **Nomen** <Suppen>



die **Pommes frites**
Pommes frites **Nomen** *Plural*



die **Schokolade**
Scho-ko-la-de **Nomen** <Schokoladen>



das **Eis**
Eis **Nomen** <Eis>



die **Getränke**
Ge-trän-ke **Nomen** *Plural*



das **Bier**
Bier **Nomen** <Biere>



der **Wein**
Wein **Nomen** <Weine>



der **Kaffee**
Kaf-fee **Nomen** <Kaffees>



der **Tee**
Tee **Nomen** <Tees>



die **Milch**
Milch **Nomen**



der **Saft**
Saft **Nomen** <Säfte>



das **Glas**
Glas **Nomen** <Gläser>



die **Flasche**
Fla-sche **Nomen** <Flaschen>



das **Geschirr**
Ge-schirr **Nomen**



die **Tasse**
Tas-se **Nomen** <Tassen>



die **Untertasse**
Un-ter-tas-se **Nomen** <Untertassen>



der **Teller**
Tel-ler **Nomen** <Teller>



das **Besteck**
Be-steck **Nomen** <Bestecke>



das **Messer**
Mes-ser **Nomen** <Messer>



die **Gabel**
Ga-bel **Nomen** <Gabeln>



der **Löffel**
Löffel (Nomen) <Löffel>



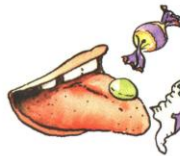
der **Teelöffel**
Teelöffel (Nomen) <Teelöffel>



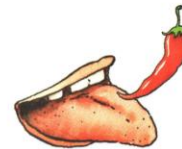
der **Geschmack**
Geschmack (Nomen) <Geschmäcke>



sauer
sauer (Adjektiv) <saurer, am sauersten>
<der/die/das saure ...>



süß
süß (Adjektiv) <süßer, am süßesten>



scharf
scharf (Adjektiv) <schärfer, am schärfsten>



salzig
salzig (Adjektiv) <salziger, am salzigsten>



die **Küche**
Küche (Nomen) <Küchen>



kochen
kochen (Verb) <kocht, kochte, hat gekocht>

der **Herd**
Herd (Nomen) <Herde>

der **Ofen**
Ofen (Nomen) <öfen>



das **Restaurant**
Res-tau-rant (Nomen) <Restaurants>

der **Kellner**
Kell-ner (Nomen) <Kellner> ♀ die Kellnerin
Kell-ner-in <Kellnerinnen>



bestellen
be-stel-len (Verb) <bestellt, bestellte, hat bestellt>

die **Speisekarte**
Spei-se-kar-te (Nomen) <Speisekarten>

TIERISCHE UND PFLANZLICHE HERKUNFT

Ordne die Lebensmittel nach Herkunft zu.

<i>TIERPRODUKTE</i>	<i>PFLANZENPRODUKTE</i>

der Honig

der Zucker

der Mais

die Erdbeere

der Kaffee

der Käse

das Ei

der Joghurt

der Apfel

die Karotte

die Gelatine

der Fisch

die Milch

der Schinken

das Öl

die Tomate

Stunden 6 - 10

Lied: Bananen, Bananen, 1, 2, 3

Die Kinder wählen die Lebensmittel aus und bilden ein neues Lied.

Singen (eventuell 2x)

Lied: Die Affen fressen gern Bananen



<https://www.youtube.com/watch?v=IMyYEG3FR7k&list=PLFDySs7doKa1MW0PF6r8gl>

QWDmXep9ee5 (Video mit Untertitel)

Zwei oder drei mal singen.

Was fressen Schafe gern?

Sie fressen Gras

Was fressen Schafe gern?

sie fressen Gras

Was fressen Schafe gern?

Sie fressen Gras

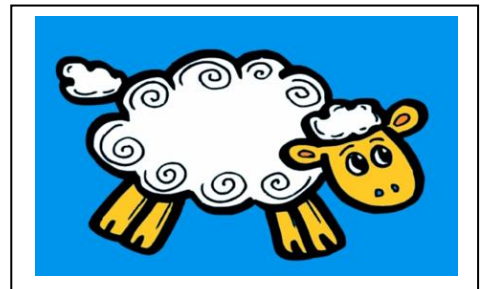
Doch die Affen fressen gern Bananen

Die Affen fressen, die Affen fressen

Die Affen fressen gern Bananen

Die Affen fressen, die Affen fressen

Die Affen fressen gern Bananen



Was fressen Löwen gern?

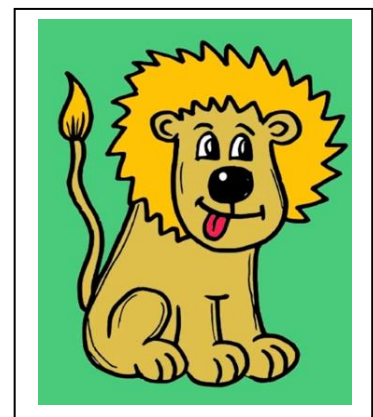
Sie fressen Fleisch

Was fressen Löwen gern?

Sie fressen Fleisch

Was fressen Löwen gern?

Sie fressen Fleisch



Doch die Affen fressen gern Bananen
Die Affen fressen, die Affen fressen
Die Affen fressen gern Bananen
Die Affen fressen, die Affen fressen
Die kleinen Affen fressen gern Bananen

Was fressen Pinguine?

Sie fressen Fisch

Was fressen Pinguine?

Sie fressen Fisch

Was fressen Pinguine?

Sie fressen Fisch

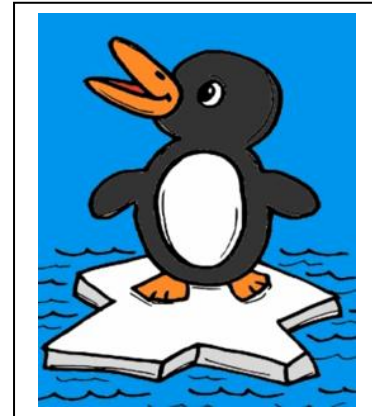
Doch die Affen fressen gern Bananen

Die Affen fressen, die Affen fressen

Die Affen fressen gern Bananen

Die Affen fressen, die Affen fressen

Die kleinen Affen fressen gern Bananen



Fressen x Essen

Was *fressen* Affen gern?

Frage stellen und auf Antwort warten: Affen fressen gern Bananen.

Unterschied zwischen fressen und essen.

Beispiel geben: Ich (Frau Tribess) esse gern Apfel.

Das Verb *essen* an die Tafel konjugieren.

Den Schülern die Frage stellen: Was *isst* du gern?

Wer möchte, antwortet. *Ich esse gern...*

Die Frage-Antwort üben und danach ins Heft schreiben, sowie die Konjugation des Verbes.

Was *isst* du gern?

Ich *esse* gern...

Obst und Gemüse

Ist die Banane ein Obst oder ein Gemüse?

Den Schülern sowohl um mehr Beispiele für Obst bitten, als auch für Gemüse. Eine Art Tabelle an die Tafel machen / zwei Spalten.

Arbeitsblatt: Obst oder Gemüse - kennst du dich aus? N°101.251



https://www.aduis.de/bastelideen/101251_HE_A_D.pdf

Arbeitsblatt: Hueber Verlag - Wortschatz trainieren - Seiten 92,93

H5 Obst
Ordnen Sie zu.

die Ananas • die Himbeere • der Apfel • die Kirsche
die Melone • die Orange / die Apfelsine • die Erdbeere
die Pflaume (A: die Zwetschke) • die Banane • die Birne
die Kiwi • die Aprikose (A: die Marille)

1. der Apfel 2. _____ 3. _____

4. _____ 5. _____ 6. _____

7. _____ 8. _____ 9. _____

10. _____ 11. _____ 12. _____

92 H. Essen und Trinken

H6 Gemüse
Ordnen Sie zu.

die Gurke • der Blumenkohl (A: der Karfiol) • die Tomate
(A: der Paradeiser) • der Mais • die Kartoffel (A: der Erdapfel)
die Zwiebel • der Brokkoli • die Karotte / die Möhre (CH: das Rüebli)
die Bohne (A: die Fisolet) • der Paprika • der Kohlrabi • der Salat

1. der Salat 2. _____ 3. _____

4. _____ 5. _____ 6. _____

7. _____ 8. _____ 9. _____

10. _____ 11. _____ 12. _____

H. Essen und Trinken 93

Aufgaben kontrollieren

Übung von der Tafel abschreiben und lösen.

Was braucht man...

Streichen Sie die Fehler.

1. Für die Gemüsesuppe muss ich noch Karotten, Erbsen, Trauben, Bohnen, Tomaten, Brokkoli und Lauch kaufen.
2. Im Salat sind Gurken, Radieschen, Tomaten, Oliven, Bananen und gekochten Eier.
3. In den Obstsalat kommen Trauben, Äpfel, Lauch, Pilze, Ananas, Birnen, Bananen, Knoblauch und Erdbeeren.

Danach zusammen korrigieren.

Getränke

Lehre Packungen vorne auf einen Tisch stellen und fragen ob man das essen oder trinken kann.

Wörter an die Tafel schreiben - der Orangensaft, der Apfelsaft, die Milch, das Wasser, der Tee, die Schokolade, der Kaffee, die Cola

Das Video einmal zeigen:



<https://www.youtube.com/watch?v=PWo8zXN3h0M&index=4&list=PLFDySs7doKa1MW0PF6r8glQWDmXep9ee5>

Die Frage - Antwort an die Tafel schreiben:

Was möchtest du trinken?

Ich möchte...

Das Video nochmal sehen.

Den Dialog spielen:

Frau Tribess: Natália, was möchtest du trinken?

Natália: Ich möchte Cola.

Frau Tribess schüttet Natália ein Glas Cola ein, Natália kommt vor, trinkt ihre Cola und fragt einen Kollegen weiter...

Die Frage - Antwort ins Heft schreiben:

Was möchtest du trinken?

Ich möchte...

Und eine Liste machen:

Die Getränke:

der Orangensaft, der Apfelsaft, die Milch, das Wasser, der Tee, die Schokolade, der Kaffee, die Cola, der Wein, das Bier.

Hausaufgabe: Wortschatz lernen, besonders OBST, GEMÜSE und GETRÄNKE

In die Agenda aufnehmen - Nächste Stunde: Diktat

Falls es am Ende noch Zeit übrig bleibt, die neuen Lieder singen.

Stunden 11 - 15

Arbeitsblatt: Kreuzwörterrätsel Obst und Gemüse

Diese Übung gilt als Wiederholung und Festigung des Wortschatzes der letzten Stunde.

Außerdem ist sie ein Training zur nächste Aufgabe - das Diktat.

Finde **Obst** und **Gemüse** (26 Wörter) im Kreuzworträtsel

A	P	F	E	L	S	F	G	T	A
P	I	L	Z	G	E	R	B	S	E
Q	Z	K	W	E	M	Y	D	K	L
V	R	A	G	H	B	O	H	N	E
J	S	R	U	M	A	I	S	F	I
T	A	O	J	P	N	O	I	A	B
R	L	T	F	T	A	D	H	B	Z
A	A	T	C	N	N	M	O	I	E
U	T	G	H	T	E	A	L	R	S
B	C	T	O	M	A	T	E	N	U
E	Y	I	O	R	A	N	G	E	A
L	K	A	R	T	O	F	F	E	L
K	A	U	B	E	R	G	I	N	E
P	E	P	Z	W	I	E	B	E	L
G	E	A	A	K	E	Y	U	K	L
P	A	P	X	I	W	I	E	S	H
F	W	R	G	R	C	G	A	P	P
L	J	I	Z	S	W	A	F	I	Z
A	B	K	N	C	G	P	E	N	I
U	J	A	K	H	L	R	M	A	T
M	E	A	U	E	V	I	B	T	R
E	T	M	G	U	R	K	E	Q	O
Y	P	B	N	R	A	O	G	T	N
R	A	N	A	N	A	S	R	J	E
B	R	O	M	B	E	E	R	E	K
H	I	M	B	E	E	R	E	T	L
E	R	D	B	E	E	R	E	A	G

Lösung

A	P	F	E	L					
P	I	L	Z		E	R	B	S	E
		K							
		A			B	O	H	N	E
	S	R		M	A	I	S		
T	A	O			N				
R	L	T			A			B	
A	A	T			N			I	
U	T				E			R	
B		T	O	M	A	T	E	N	
E			O	R	A	N	G	E	
	K	A	R	T	O	F	F	E	L
	A	U	B	E	R	G	I	N	E
		P	Z	W	I	E	B	E	L
		A		K					
P		P		I				S	
F		R		R				P	
L		I		S		A		I	Z
A		K		C		P		N	I
U		A		H		R		A	T
M				E		I		T	R
E			G	U	R	K	E		O
						O			N
	A	N	A	N	A	S			E
B	R	O	M	B	E	E	R	E	
H	I	M	B	E	E	R	E		
E	R	D	B	E	E	R	E		

Wie heißen die Getränke? Ergänze die Lücken.

1. Im Winter trinkt meine Mutter gern T_____.
2. Ich esse einen Hamburguer und trinke eine C_____.
3. Im Sommer trinke ich viel S_____.
4. Zum Frühstück gibt es immer K_____.
5. Meine kleine Katze trinkt sehr gern M_____.
6. Man muss viel W_____ trinken.

Übung von der Tafel abschreiben und im Heft lösen. Gilt auch als Wiederholung.

Diktat

Im Heft Zeilen von 1 bis 15 numerieren.

Bevor das Diktat beginnt, können/sollen die Schüler die Wörter nochmal durchlesen und beachten wie man sie schreibt (10 Min.)

1. der Tee
2. der Saft
3. die Milch
4. der Apfel
5. die Erdbeere
6. die Kirsche
7. die Zitrone
8. die Karotte
9. die Erbse
10. die Kartoffel
11. die Zwiebel
12. der Salat
13. die Birne
14. die Gurke
15. das Wasser

Die Hefte (nach dem Unterricht) korrigieren und Note bewerten.

Der Gemüsegarten

Das Bild zeigen und jemandem bitten, das Wort "Gemüsegarten" an die Tafel zu schreiben.



Die Fragen stellen: Wer hat zu Hause (oder bei Oma) Obst oder Gemüse im Garten gepflanzt? Und was? An die Tafel die Antworten listen...

Beispiel:

Salat: *wer...*

Blumenkohl: *wer...*

Zwiebelgrün: *wer...*

Petersilie: *wer...*

Tomaten: *wer...*

usw. ...

Bananen:

Mandarinen:

usw. ...

Eventuell Fotos online zeigen, wenn das Wort nicht klar ist.

Ein Plakat mit der Gruppe gestalten: **Graphik**

Wer keinen Gemüsegarten zu Hause hat... was machen diese Familien?

- Sie kaufen die Lebensmittel ein.

Wo?

- Im Supermarkt... (wahrscheinliche Antwort)

Auf dem Markt - das Wort an die Tafel schreiben und das Video zeigen:



<https://www.youtube.com/watch?v=99NJVkqTyhE>

Fragen: Ist das ein Supermarkt?

Erklären, dass es ein Markt ist und über das Thema diskutieren: Wer war schon auf einem Markt? Wo? ...

Experiment: Samen streuen

Alls Erste wird diskutiert was *Samen* ist, was *Keimung* ist und dazu sieht die Gruppe das Video an:



<https://www.youtube.com/watch?v=G2RuVxdr0mA>

Übung von der Tafel abschreiben und im Heft lösen:

Was ist für die Keimung von Samen nötig? Schreibe die Wörter auf Portugiesisch und kreuze die richtigen Antworten an.

() Wasser água

() Zucker _____

() Wärme _____

() Salz _____

() Milch _____

() Sauerstoff _____

() Licht _____

Die Klasse wird in kleinen Gruppen geteilt und diese bekommen ein Schild mit dem Namen eines Gemüse (auf Deutsch). Die Klasse geht zusammen den Gemüsegarten der Schule analysieren und jedes Schild wird in der Nähe des entsprechenden Gemüse eingesteckt.

Falls es Zeit übrig bleibt können die neuen Lieder der letzten Stunden gesungen werden.

Hausaufgabe: Wortschatz lernen

In die Agenda aufnehmen

Stunden 16 - 20

Experiment: Samen streuen

Das Wort "Gewürze" an die Tafel schreiben und einige mitbringen und zeigen: Zwiebelgrün, Petersilie, Knoblauch, Basilikum, Pfefferminze und Oregano.

Fragen, wer etwas kennt, wie es auf Portugiesisch heißt und wozu man es braucht.

In der selben Gruppen der letzten Stunde werden Samenbeutel verteilt. Jede Gruppe streut etwas anderes. Auf jedem Beutel stehen Informationen, wie die Tiefe der Pflanzung und die Erntezeit.

Und los gehts! Eventuell, wenn der Garten zu voll ist, kann die Schule Blumentöpfe kaufen und frische Erde besorgen.

Spiel: Wie heißt es auf Portugiesisch

Wortschatz Obst und Gemüse wiederholen und befestigen.

Die Klasse wird in zwei Gruppen geteilt. Ein Teilnehmer von Gruppe A kommt nach vorne und nimmt eine Karte aus einer Schachtel oder einem Sack. Auf der Karte steht ein Wort. Er liest das Wort laut und die Gruppe diskutiert was das auf Portugiesisch ist. Ist die Antwort richtig, bekommt die Gruppe einen Punkt. Die andere Gruppe ist dran.

Spiel 2: Laufdiktat

Wortschatz Obst und Gemüse wiederholen und befestigen.

Das Spiel kann draußen stattfinden.

Fünf Gruppen bleiben auseinander und jede Gruppe bekommt ein leeres Blatt Papier, einen Bleistift und einen Radiergummi. 15 Meter entfernt von jeder Gruppe bleiben Tische stehen und auf diesen Tischen liegen beziehungsweise fünf Blätter. Auf diesen Blättern ist eine Wortliste. Die Schüler - immer nur ein aus jeder Gruppe - müssen nun zu ihrem Zettel gehen, um sich ein Wort zu merken. Daraufhin tragen sie es innerlich an ihren Platz/Gruppe und schreiben es auf ihr Blatt. Haben sie etwas vergessen, müssen sie zurückgehen. So erläuft sich der Schüler das ganze Diktat Schritt um Schritt.

Gefahren: Man wird gleich bemerken, dass diese Aufgabe dazu neigt, ein riesiges Durcheinander zu verursachen. Daher müssen zumindest zwei Regeln eingehalten

werden:

- Man darf den Text nicht laut vor sich her sprechen.
- Es darf nicht gelaufen oder gerannt werden. Vorfahrt hat, wer auf dem Rückweg ist.

Nachdem alle Wörter geschrieben sind, schreibt die Gruppe die Bedeutung jedes Wortes.

Die Blätter werden abgegeben und werden von dem Lehrer korrigiert.

Vorschlag: Neue Wörter (die Wassermelone, die Kiwi, wie die Fische, der Blumenkohl, die Linse, der Kohl, der Rotkohl, der Lauch, der Broccoli, die Olive, der Kürbis) können beigebracht werden. Jeder Gruppe kann am Ende das Wörterbuch benutzen, falls die Schüler ein Wort nicht erinnern.

Experiment: Gemüse blind testen

Vier verschiedene Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden und die Schüler blind degustieren lassen. (z.B. Karotte, Gurken, Tomaten, Kohl, Salat). Sie können in zwei Gruppen geteilt werden. Niemand darf die Gemüse sehen, sie bleiben hinter etwas versteckt.

Man kann die Schüler auch die ganzen Gemüse ertasten und dann erst probieren lassen oder sogar blind probieren und blind das ganze Gemüse ertasten und dem Probierten zuordnen lassen.

Welche Gruppe ratet am meisten?

Arbeitsblatt N°100.239 - Thema: Obst – nicht wegzudenken für unsere Ernährung!

Übungen 2 und 3



https://www.aduis.de/bastelideen/100239_SA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/bastelideen/100239_SA_L_D.pdf (**Lösung**)

Das Frühstück:

Arbeitsblatt: Was isst und trinkt man zum Frühstück?



https://de.islcollective.com/resources/printables/worksheets_doc_docx/was_kann_man_zum_fr%C3%BChtst%C3%BCck_essen_und_trinken/essen-grundstufe-a1/3232

Was isst du zum Frühstück?

Frage stellen und die Antworten an die Tafel schreiben.

Danach die Übung individuell lösen. Bilder mit Wörter zuordnen. An der Tafel korrigieren - Wörter auf Deutsch und daneben Übersetzung auf Portugiesisch.

Gesund und ungesund:

Das Video sehen und mitsingen:



<https://www.youtube.com/watch?v=CSPmz2P1t9g>

Was gibt's zum Frühstück?

Es gibt Brot

Was gibt's zum Frühstück?

Es gibt Müsli

Was gibt's zum Frühstück?

Es gibt Ei

Doch die Kinder essen Schokolade

Die Kinder essen, die Kinder essen, die Kinder essen Schokolade

Die Kinder essen, die Kinder essen, die Kinder essen immer Schokolade

Was gibt's zum Mittagessen?

Es gibt Fleisch

Was gibt's zum Mittagessen?

Es gibt Gemüse

Was gibt's zum Mittagessen?

Es gibt Fisch

Doch die Kinder essen Schokolade

Die Kinder essen, die Kinder essen, die Kinder essen Schokolade

Die Kinder essen, die Kinder essen, die Kinder essen immer Schokolade

Was gibt's zum Abendbrot?

Es gibt Brot

Was gibt's zum Abendbrot?

Es gibt Käse

Was gibt's zum Abendbrot?

Es gibt Wurst

Doch die Kinder essen Schokolade

Die Kinder essen, die Kinder essen, die Kinder essen Schokolade

Die Kinder essen, die Kinder essen, die Kinder essen immer Schokolade

Hausaufgabe:

Was findest du gesund? Mach eine Liste in deinem Heft!

In die Agenda aufnehmen

Stunden 21 - 25

Über die Frage der Hausaufgabe diskutieren: **Was findest du gesund?** Antworten an die Tafel listen.

Warum findet ihr diese Lebensmittel gesund? Was ist gesund?

- Gesund ist von alles ein bisschen essen!

Arbeitsblatt: Woraus bestehen die Lebensmittel?

Die Bilder interpretieren und wahrnehmen, dass es sich um die Nährwert-Informationen handelt. Die Wörter auf Portugiesisch erklären.

Hausaufgabe: Nährwert-Informationen (informação nutricional) von einigen Lebensmittel zuhause anschauen und vergleichen. In die Agenda aufnehmen

Arbeitsblatt: Warum muss man essen und trinken?

Den Text zusammen lesen und eventuelle Fragen erklären. Die Aufgabe der Ernährung erklären. Danach die Übung lösen und wahrnehmen, dass der Körper hauptsächlich aus Wasser besteht.

Arbeitsblatt: Hunger und Durst

Text zusammen lesen und und eventuelle Fragen erklären. Wahrnehmen, wie wichtig es ist, Wasser zu trinken und in der richtigen Menge. Mit Hilfe einer Graphik eine Tabelle ergänzen.

Arbeitsblatt: Wasser in Nahrungsmittel.

Text zusammen lesen und und eventuelle Fragen erklären. Experiment durchführen: Wassergehalt in Obst und Gemüse.

Spiel: Memo

Die Klasse in kleinen Gruppen teilen (3-4 Schüler). Das Spiel-Set kann für zwei Gruppen genutzt werden, denn es besteht aus vielen Karten.

Woraus bestehen die Lebensmittel?

Nährwerte	ø/100 ml	ø/Glas 250 ml	%GDA
Brennwert	200 kJ/48 kcal	503 kJ/119 kcal	6%
Eiweiß	3,5 g	8,8 g	18%
Kohlenhydrate	5,0 g	12,5 g	5%
davon Zucker	5,0 g	12,5 g	14%
Fett	1,5 g	3,8 g	5%
davon gesättigte Fettsäuren	1,1 g	2,8 g	14%
Ballaststoffe	0 g	0 g	0%
Natrium	<0,1 g	0,1 g	5%
GDA = Richtwerte der empfohlenen Tagesmenge			
Mineralstoffe	ø/100 ml	ø/Glas 250 ml	
Calcium	120,0 mg	300,0 mg	
% RDA	15%	38%	
RDA = empfohlene Tagesdosis			
* Mehr Informationen unter www.lidl.de oder www.lidl.at			

Durchschnittliche Nährwerte je 100g*	
Energie	200 kJ 48 kcal
Fett	1,6 g
- davon gesättigte Fettsäuren	Spuren
Kohlenhydrate	6,1 g
- davon Zucker	3,8 g
Ballaststoffe	4,0 g
Eiweiß	2,5 g
Salz	0,48 g
Vitamin A (%RM**)	185 µg (23%)

100 g enthalten durchschnittlich:	
Brennwert	1656 kJ / 390 kcal
Fett	0,0 g
davon:	
- gesättigte Fettsäuren	0,0 g
Kohlenhydrate	97,4 g
davon:	
- Zucker	97,4 g
Eiweiß	0,0 g
Salz	< 0,01 g

Trocken lagern

Nährwerte	ø/100 ml
Brennwert	432 kJ/102 kcal
Eiweiß	2,2 g
Kohlenhydrate	21,1 g
davon Zucker	21,1 g
Fett	0,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,06 g
Ballaststoffe	1,8 g
Natrium	1,1 g

Nährwerte	pro 100 g	pro 165 g (½ Flammkuchen)	pro Portion (330 g)	% Referenzmenge* pro Portion
Energie	1009 kJ 242 kcal	1665 kJ 399 kcal	3331 kJ 798 kcal	40 %
Fett	13,6 g	22,4 g	44,9 g	64 %
- davon gesättigte Fettsäuren	6,6 g	10,9 g	21,8 g	109 %
Kohlenhydrate	23,4 g	38,6 g	77,2 g	30 %
- davon Zucker	2,7 g	4,5 g	8,9 g	10 %
Ballaststoffe	1,6 g	2,6 g	5,3 g	-
Eiweiß	5,6 g	9,2 g	18,5 g	37 %
Salz	1,1 g	1,7 g	3,5 g	58 %

* Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal). Packung enthält 1 Portion (1 Flammkuchen à 330 g). Portionen sollten für Kinder entsprechend ihrem Alter angepasst werden.

Die Nährwert-Informationen

Brennwert: _____

Eiweiß: _____

Kohlenhydrate: _____

Fett: _____

Ballaststoffe: _____

Natrium/ Salz: _____

Das sind die Stoffe (substâncias), die in den Lebensmittel sind.

Warum müssen wir essen und trinken?

Die Ernährung hat viele Aufgaben.

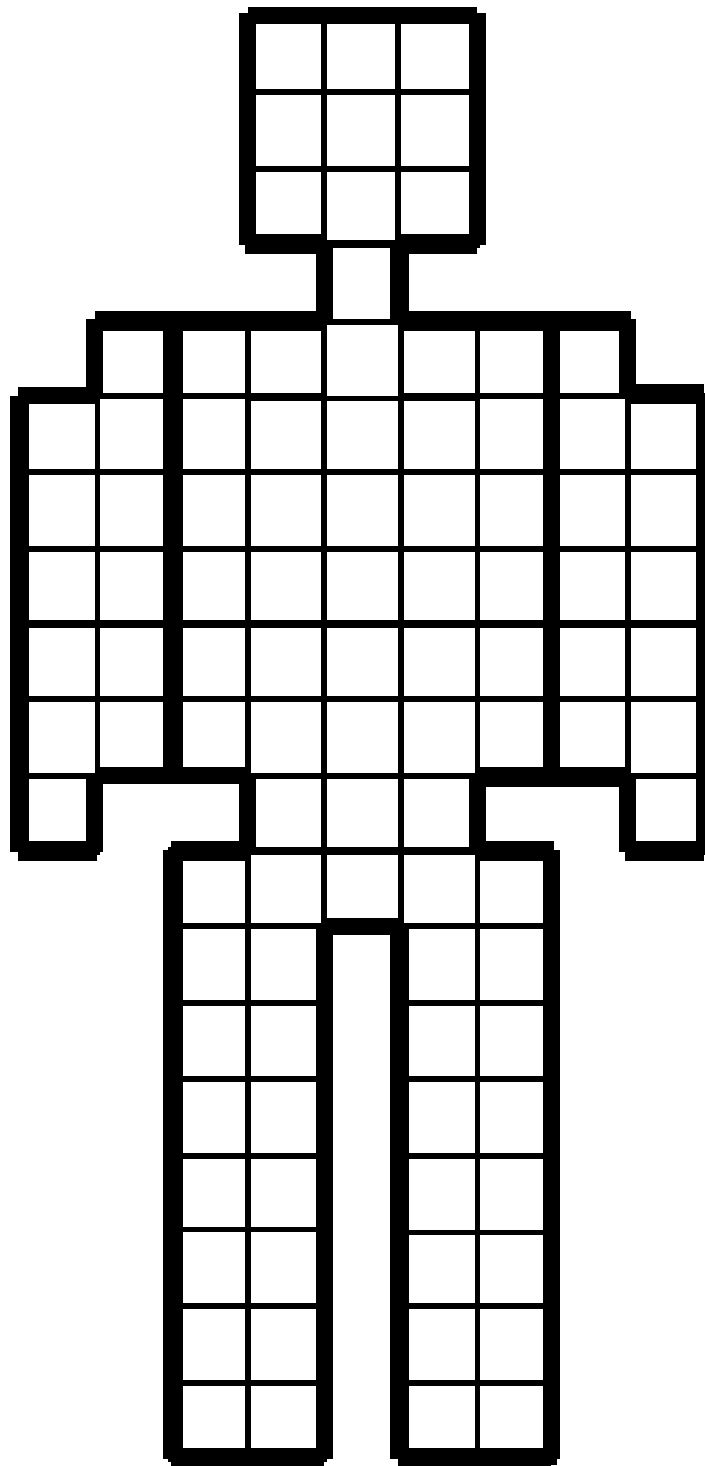
Der Mensch benötigt Nahrung um zu wachsen. Durch Körperfunktionen wie die Atmung oder die Verdauung werden auch Stoffe im Körper verbraucht, die durch die Nahrung wieder ersetzt werden müssen. Der Körper wird aus einigen Stoffe aufgebaut. Dazu gehören **Eiweiß, Wasser** und **Mineralstoffe**.

Der Körper kann nur funktionieren, wenn er bestimmte Nährstoffe zur Verfügung hat. Wenn einem Menschen bestimmte Nährstoffe fehlen, kann er krank werden.. Dazu gehören **Mineralstoffe** und **Vitamine**.

Damit alle Körperfunktionen reibungslos ablaufen, muss die Körpertemperatur auf 37 °C gehalten werden. Stoffe wie **Fette** und **Kohlenhydrate** halten den Körper warm und sind Energie, damit man sich bewegt und alle Organ funktionieren.

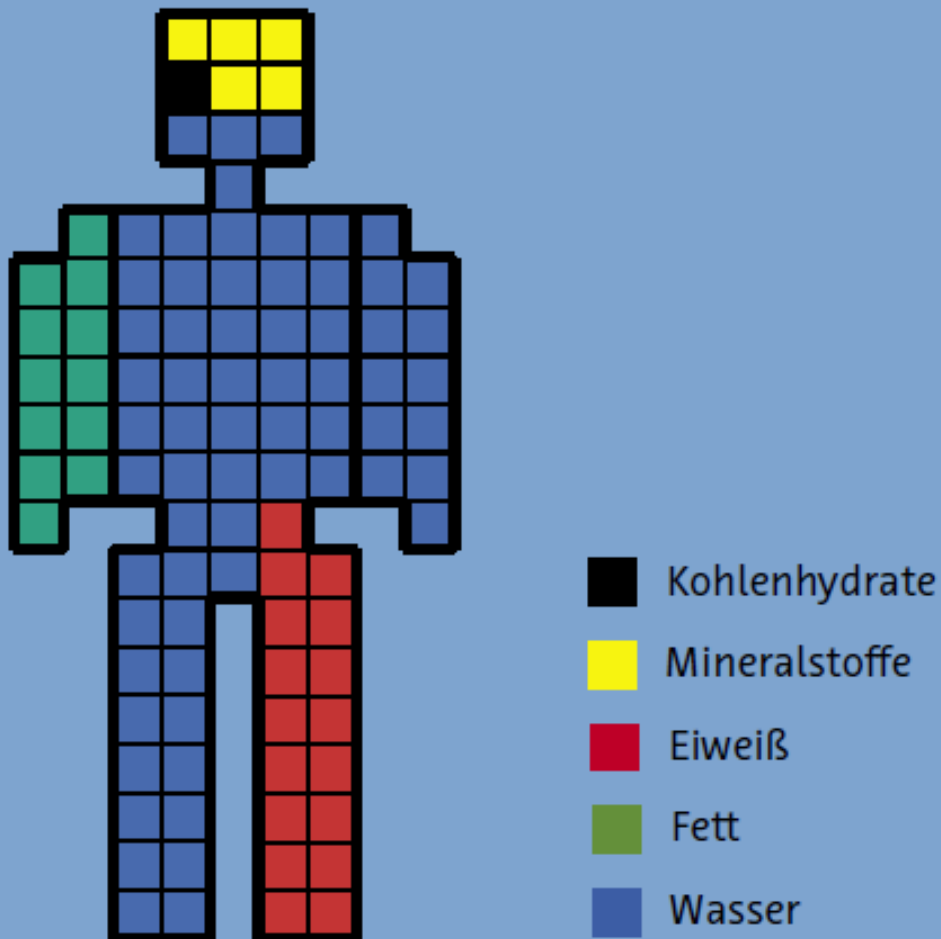
Auf dem Bild siehst du einen Menschen, der sehr simpel dargestellt ist. Er besteht aus 100 Kästchen. Der menschliche Körper besteht aus **Fetten, Eiweißen, Kohlenhydraten, Mineralstoffen und Wasser**. Die wichtigsten Baustoffe sind Eiweiß und Wasser, denn aus diesen Stoffen bestehen die Zellen des Körpers. Wenn man bestimmt, wie viel von den einzelnen Stoffen enthalten ist, erhält man folgende Zahlen:

Wasser	_____	<input type="text"/>	Kästchen (blau)
Eiweiße	_____	17	Kästchen (rot)
Fette	_____	17	Kästchen (grün)
Mineralstoffe	_____	5	Kästchen (gelb)
Kohlenhydrate	_____	1	Kästchen (schwarz)



Lösungen:

Der Körper besteht zu 60 % aus Wasser. Dieser Wert kann mit Hilfe der Angaben zeichnerisch und rechnerisch gelöst werden.



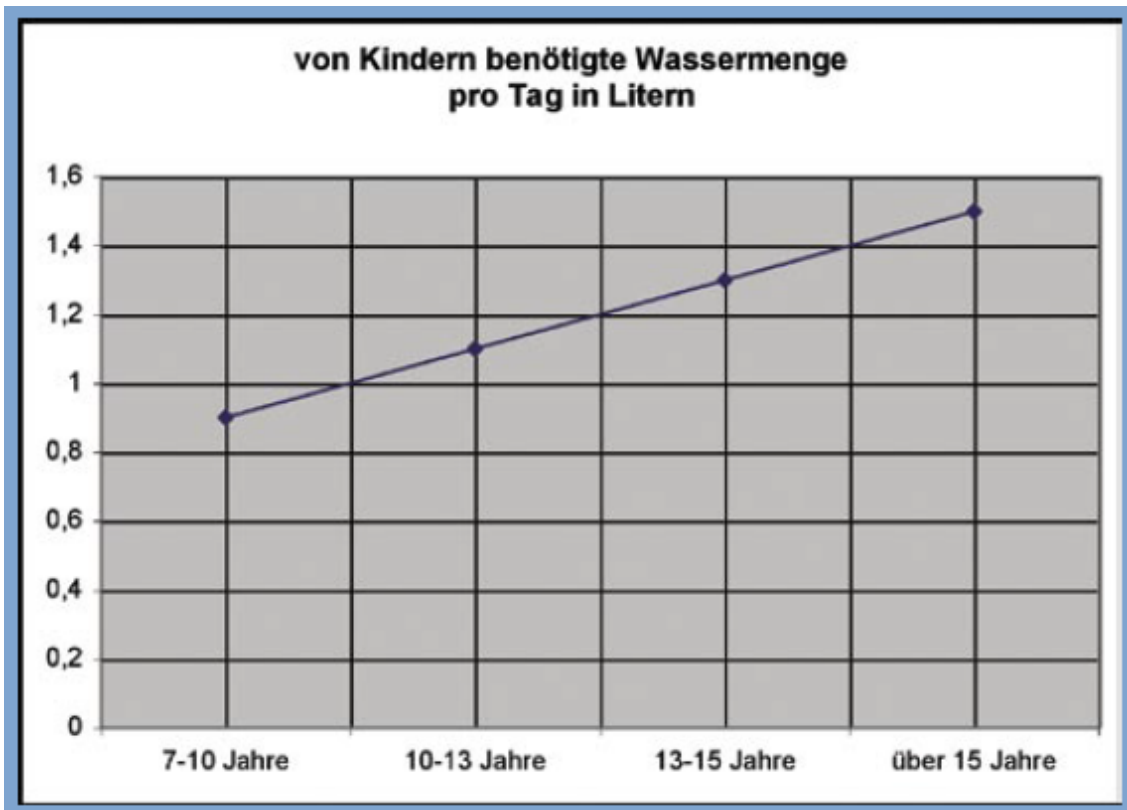
Basisinformationen:

Man findet zur Zusammensetzung des Menschen unterschiedliche Angaben: Der Anteil von Wasser wird fast immer mit 60 % angegeben, der Anteile der Proteine schwankt zwischen 16 % und 20 %, der des Fettes zwischen 10 % und 17 %. Wenn der Anteil der Kohlenhydrate angegeben wird, liegt er bei 1 %, mit 5 % wird der Anteil der Mineralstoffe einheitlich angegeben.

Hunger und Durst

Bestimmt kennst du das Gefühl: Du hast ein paar Stunden nichts gegessen oder getrunken. Und was passiert dann? Du bekommst Hunger oder Durst. Hunger und Durst sind Signale des Körpers, dass Nahrung und Flüssigkeit gebraucht werden. Diese Empfindungen werden vom Gehirn produziert. Sie sind Warnungen dafür, dass man Nahrung und Wasser zu sich nehmen sollte.

Ein Mensch kann ca. ein Monat ohne Nahrung überleben, ohne etwas zu trinken jedoch nur 5 bis 7 Tage. Ein erwachsener Mensch sollte mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit pro Tag zu sich nehmen. Das Durstsignal tritt erst auf, wenn der Körper dringend Wasser benötigt. Wasserdefizite können zu großen körperlichen und geistigen Schäden führen. Symptome wie Konzentrationsstörungen, Müdigkeit, Verdauungsprobleme und Kopfschmerzen sind die ersten Anzeichen hierfür. Bei großem Wasserverlust kann man sterben. Wenn dem Körper Wasser fehlt, wird das Blut dickflüssiger. Dadurch verschlechtert sich die Durchblutung. Als Folge davon das Gehirn nicht mehr optimal versorgt und es kann zu Konzentrationsmängeln kommen. Eine weitere Folge ist Verstopfung, weil der Darminhalt zu fest wird. Auch die Nieren können geschädigt werden.



Wie viel Wasser musst du trinken? Ergänze den fehlenden Wert mit Hilfe deiner Graphik.

Alter	Wasser durch Trinken
7-10 Jahre	
10-13 Jahre	1,1 Liter
13-15 Jahre	1,3 Liter
über 15 Jahre	1,5 Liter

Wasser in Nahrungsmitteln

Betrachtet man sich die Lebensmittel, stellt man sehr oft fest, dass viel Wasser darin enthalten ist. Eine Gurke zum Beispiel besteht zu 98% aus Wasser. Das heißt, eine Gurke, die 100 g wiegt, besteht zu 98g aus Wasser! Kennst du andere Lebensmittel, die Wasser enthalten?

Experiment:

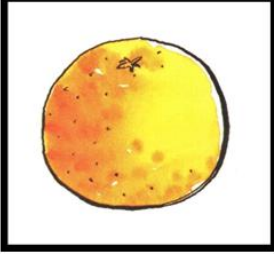
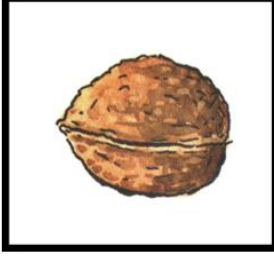
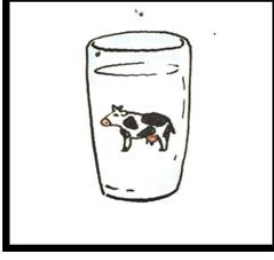
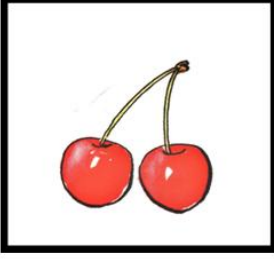
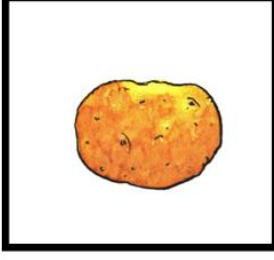
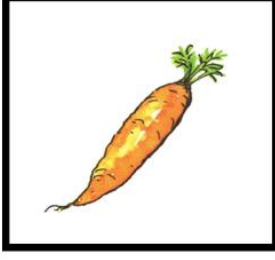
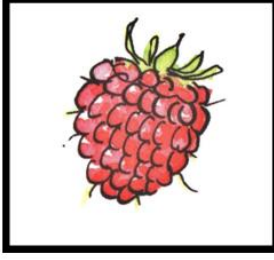
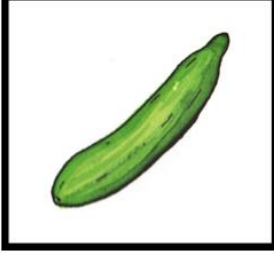
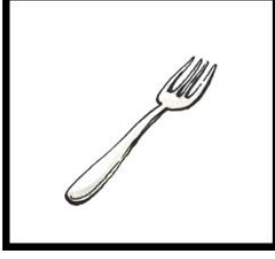
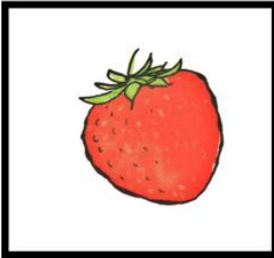
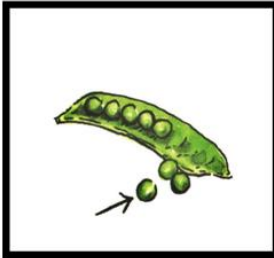
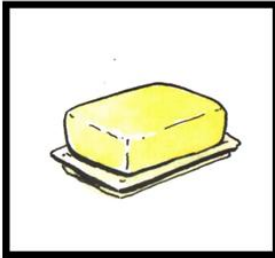
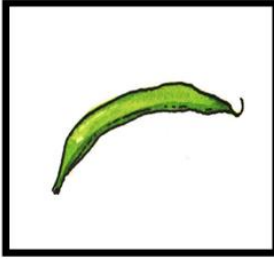
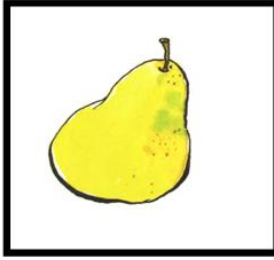
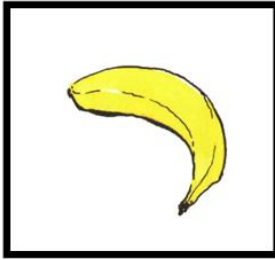
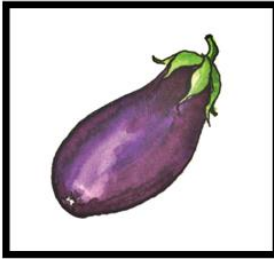
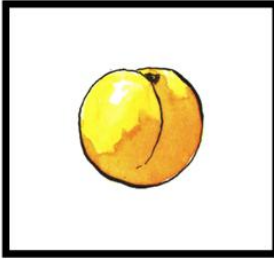
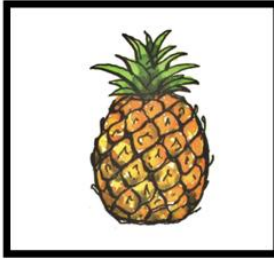
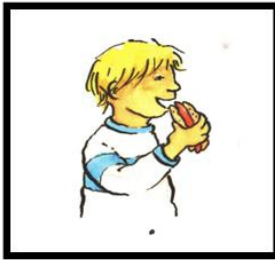
Von den Lebensmitteln genau 100 g abwiegen, sie zu zerkleinern und die Massenabnahme nach einer bestimmten Zeit (ca. 20 Min.) zu bestimmen. Gemüse wie Gurken, Möhren und Äpfel werden sehr stark schrumpelig und bräunlich.

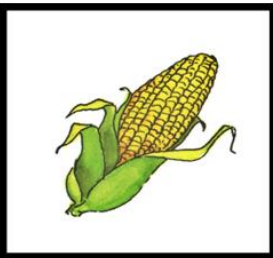
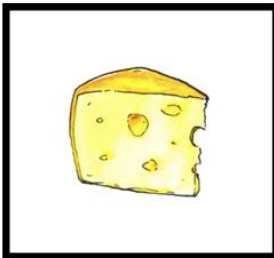
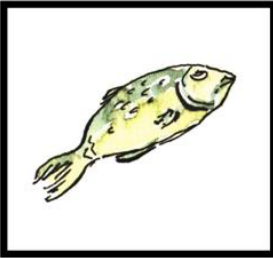
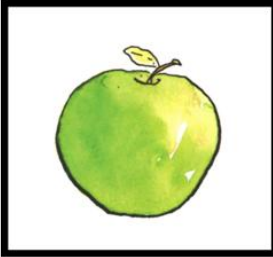
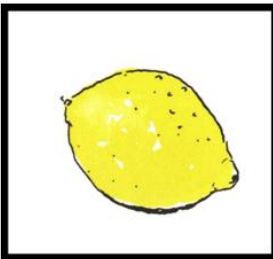
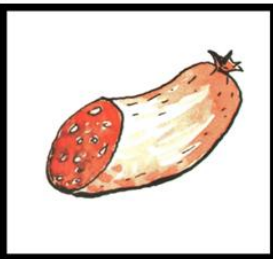
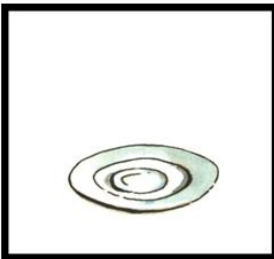
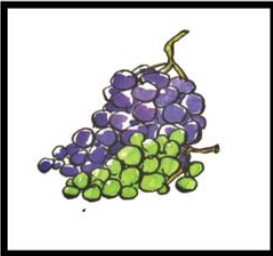
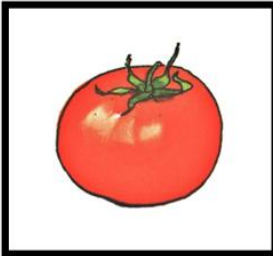
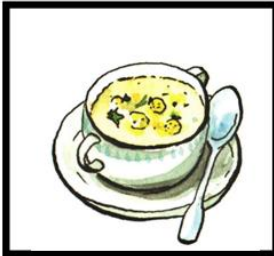
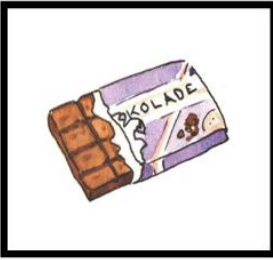
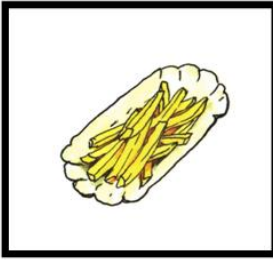
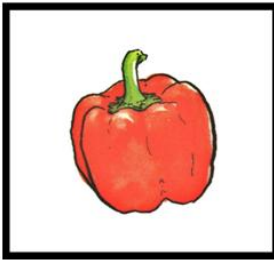
Als Richtwerte dient die folgende Tabelle. In der Praxis werden diese Werte aber nur erreicht, wenn man über einige Stunden bei niedrigen Temperaturen im Backofen erhitzt. In unserem Fall, warten wir zwei Tage, damit das Obst trocknet, und wiegen es nochmal. So sehen wir wie das Wasser austrocknet.

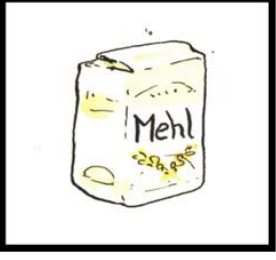
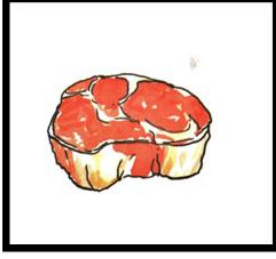
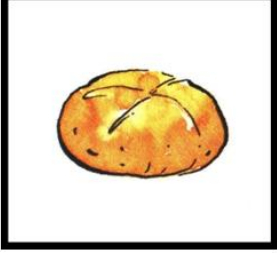
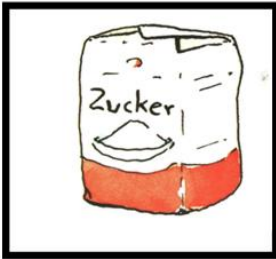
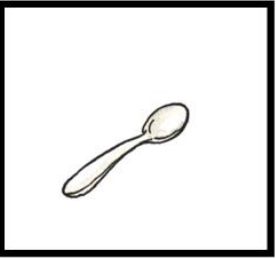
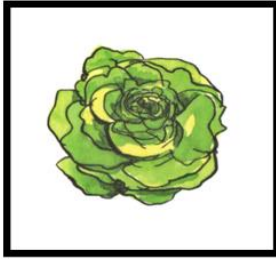
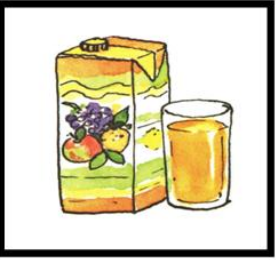
Wassergehalt einiger Nahrungsmittel	
Gurken, Tomaten	98%
Karotten	94%
Wassermelone	90%
Apfel, Birne	85%
Fleisch	60-75%
Joghurt	75%
Weichkäse	60%
Trockenfleisch	50%
Hartkäse	30-40%
Brot	40%
Butter	18%
Reis, Teigwaren	10-13%
http://www3.stzh.ch/internet/swz/home/ges_tipps/ernaehrung/wasser.html	

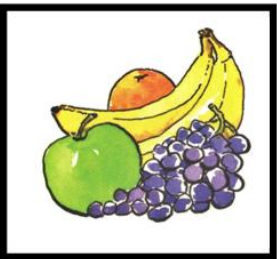
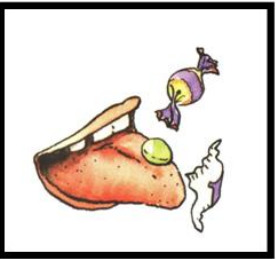
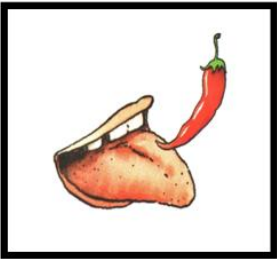
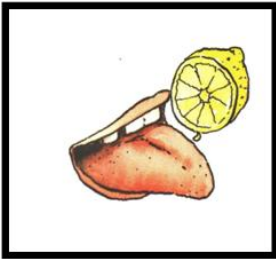
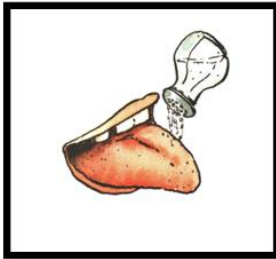
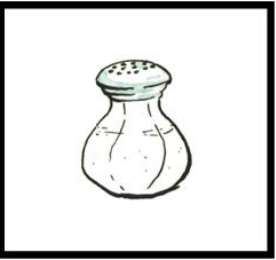
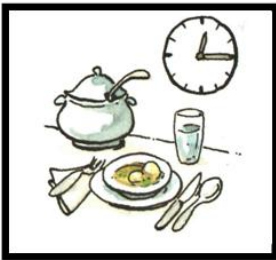
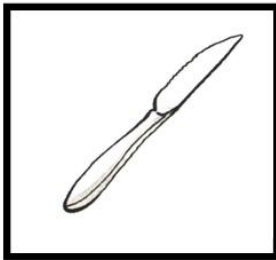
Wir brauchen:

- dünn geschnittene Scheiben verschiedener Obst- / Gemüsesorten (Gurke, Apfel, Möhre,...)
- Porzellantiegel, Teller
- Waage









backen

essen

die Ananas

die Aprikose

die Aubergine

die Banane

die Birne

die Bohne

die Brombeere	die Butter	die Erbse	die Erdbeere
die Flasche	die Gabel	die Getränke	die Gurke
die Himbeere	die Karotte	die Kartoffel	die Kirsche
die Küche	die Milch	die Nudeln	die Nuss
die Orange	die Paprika	die Pflaume	die Pommes frites
die Schokolade	die Suppe	die Tasse	die Tomate

die Traube

die Untertasse

die Wurst

die Zitrone

die Zucchini

die Zwiebel

kochen

der Apfel

der Durst

der Essig

der Fisch

der Hunger

der Kaffee

der Käse

der Kuchen

der Löffel

der Mais

der Pfeffer

der Pilz

der Reis

der Saft

der Salat

der Spinat

der Tee

der Teelöffel	der Teller	der Wein	der Zucker
das Abendessen	das Besteck	das Bier	das Brot
das Brötchen	das Ei	das Eis	das Fleisch
das Frühstück	das Geflügel	das Gemüse	das Geschirr
das Glas	das Mehl	das Messer	das Mittagessen
das Obst	das Öl	das Salz	salzig

sauer

scharf

süß

trinken

Stunden 26 - 30

Experiment: die Lebensmittel werden nochmal gewogen, um zu sehen, wie sie ausgetrocknet sind. Die Tabelle überprüfen: wie viel weniger wiegen die Lebensmittel?

Arbeitsblatt: Ernährungskreis

Nachdem die Kinder die Verschiedene Lebensmittelgruppen ordnen, schneiden sie Lebensmittel aus Prospekten etc. aus und kleben diese zu der jeweiligen Gruppe auf die jeweiligen **Plakate**, die gemacht werden.

Der Ernährungskreis



() Milch, Milchprodukte

() Getränke

() Obst

() Gemüse

() Getreide

() Fleisch, Eier, Fisch

() Fette, Öle

Die Nährstoffe:

Wiederholung an der Tafel: Eiweiß, Vitaminen, Mineralstoffe, Fett, Kohlenhydrate...

Welche Lebensmittel gehören zu jeder Gruppe.

Die Plakate an die Tafel wiederholen - Wir haben 7 Plakate gebaut:

Milch, Milchprodukte

Getränke

Obst

Gemüse

Getreide

Fleisch, Eier, Fisch

Fette, Öle

In welcher Gruppe gibt es vor allem Eiweiß?

... Kohlenhydrate?

... Vitamine und Mineralstoffe?

Ein neues Plakat gestalten:

Eiweiß	Fleisch, Fisch und Eier + Milchprodukte
Kohlenhydrate	Getreide + Süßigkeiten
Vitamine und Mineralstoffe	Obst + Gemüse

Arbeitsblatt N° 102.789 - Gesunde Ernährung ist wichtig



https://www.aduis.de/bastelideen/102789_SA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/bastelideen/102789_SA_L_D.pdf (**Lösung**)

Arbeitsblatt N° 102.144 - Unsere Ernährung



https://www.aduis.de/bastelideen/102144_SA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/bastelideen/102144_SA_L_D.pdf (**Lösung**)

Spiel: Memo

Jede Gruppe der letzten Stunde spielt heute mit einem anderen Set (anderen Karten).

Hausaufgabe: Was gibt es zu Hause, das am meisten Brennwert hat. Achte: es wird auf Portugiesisch "Valor energético" heißen. Wenn möglich, bringe es in der nächsten Stunde mit.

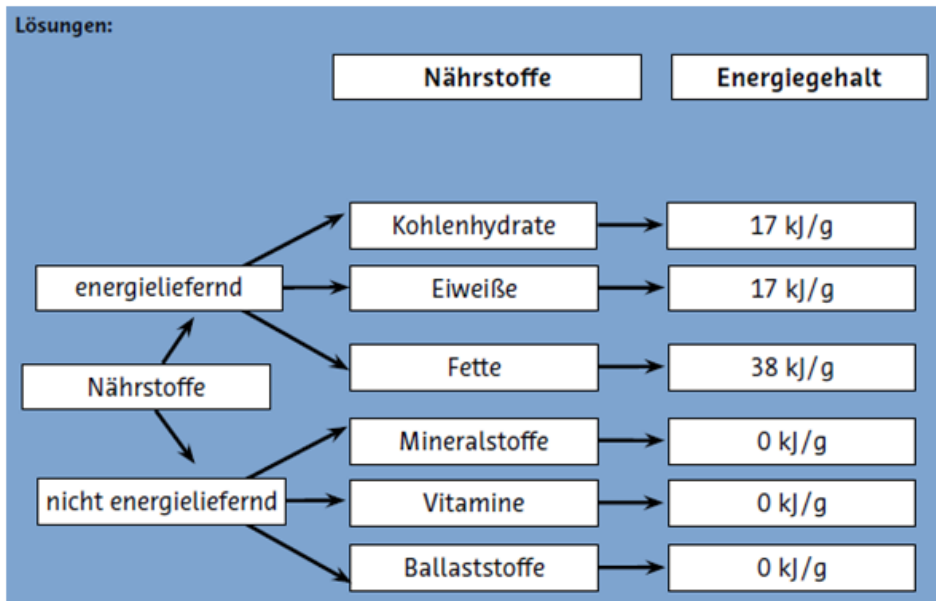
In die Agenda aufnehmen

Stunden 31 - 35

Über die Hausaufgabe sprechen.

Arbeitsblatt: Wozu braucht der Mensch Nährstoffe

Text zusammen lesen und eventuelle Fragen erklären.



Den Körper bewegen und auffrischen!

Arbeitsblatt: Gesund und munter N° 103.374



https://www.aduis.de/bastelideen/103374_SA_A_D.pdf

Wozu braucht der Mensch Nährstoffe?

Die Lebensmittel haben in der Komposition: Wasser, Eiweiß, Kohlenhydrate, Fette, Vitamine und Mineralstoffe. Nicht alle Lebensmittel haben alle Nährstoffe. Deswegen kann der Mensch nicht nur Schokolade essen, oder nur Fleisch, oder nur Obst. Er muss von alles essen, damit er nicht krank wird. Der Mensch wird also krank wenn ihm etwas fehlt oder wenn er zu viel von etwas isst.

Der Körper ist eine Maschine. Die Augen sehen, die Ohren hören, die Beine gehen, der Mund spricht, das Herz pumpt Blut, die Lungen nehmen Luft ein und aus, usw. Damit er das alles machen kann, braucht er Energie. Genauso wie ein Auto Benzin braucht.

Unsere Energie ist das Essen. Es gibt Nährstoffe, die Energie liefern, wie Fette, Kohlenhydrate und Eiweiß. Mineralstoffe, Vitamine, Ballaststoffe und Wasser liefern keine Energie. Die Einheit der Energie heißt Kilojoule, abgekürzt »kJ«. In Brasilien ist sie »Kcal « (Kilokalorie). Ein Beispiel für eine andere Einheit ist der »km« (Kilometer).

1 Gramm Kohlenhydrate = 17 kJ

1 Gramm Eiweiß = 17 kJ

1 Gramm Fett = 38 kJ

Für 10- bis 13-Jährige werden folgende Mengen der Nährstoffe empfohlen (pro Tag)

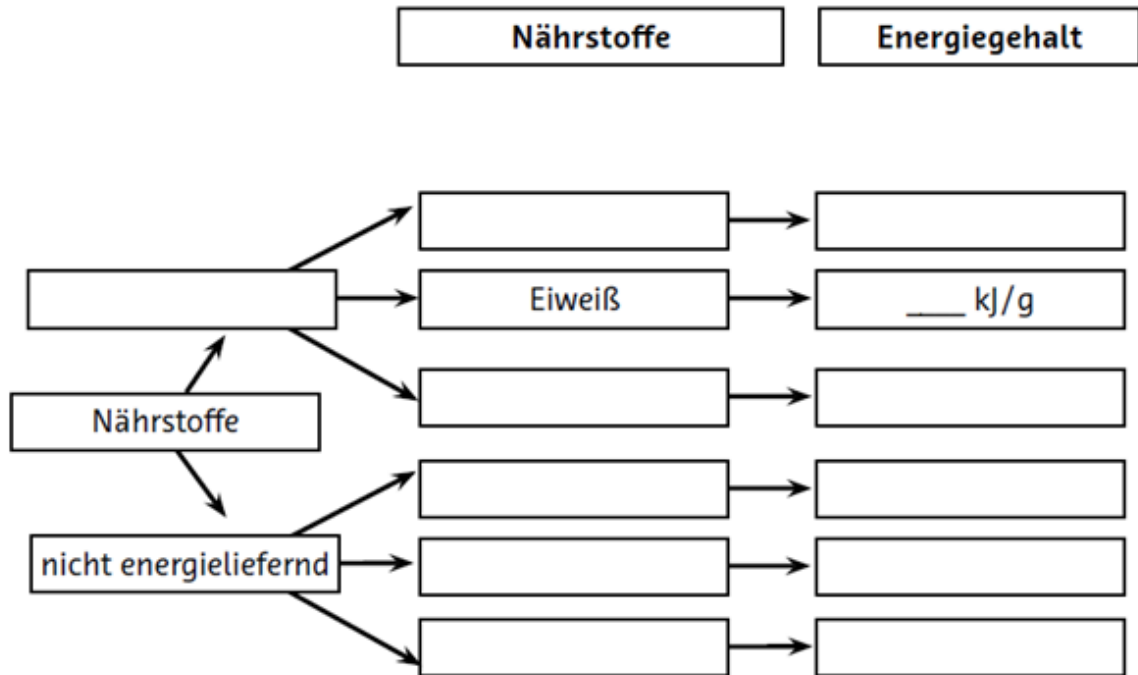
Nährstoff Junge ... Mädchen

Eiweiß 86,3 g75 g

Fett 83,1 g 72,2 g

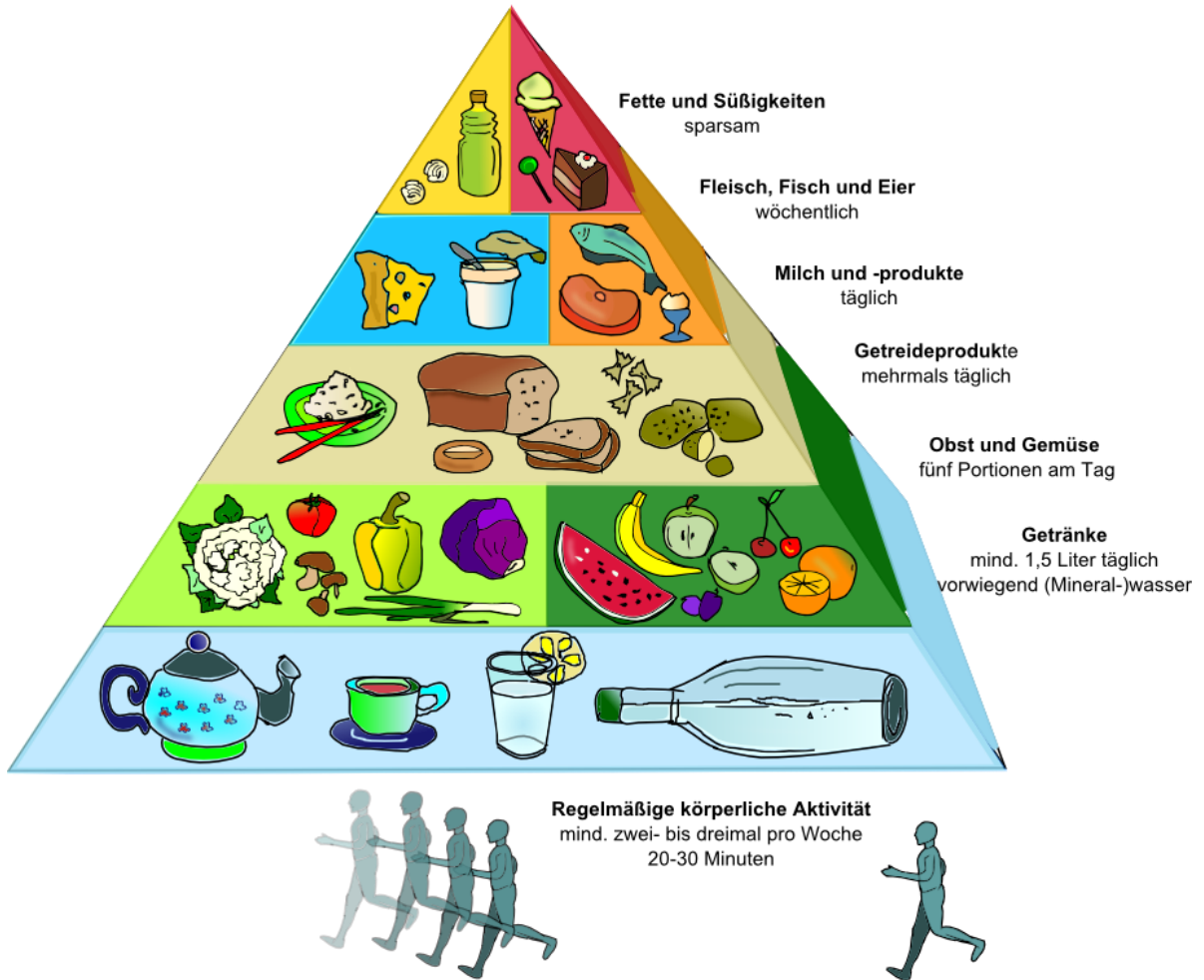
Kohlenhydrate 301,9 g262,5 g

Vervollständige die Begriffe in den Kästchen!



"Man darf alles essen, nur je nachdem in maßen."

ERNÄHRUNGSPYRAMIDE



Diskussion: Warum darf man nur ein bisschen Fett und Süßigkeiten essen?

Warum wird man dick?

Antwort mit Energie verknüpfen.

Arbeitsblatt: Gesunde Ernährung N° 102.788



https://www.aidis.de/bastelideen/102788_SA_A_D.pdf



https://www.aidis.de/bastelideen/102788_SA_L_D.pdf (**Lösung**)

Arbeitsblatt: Die Ernährungspyramide - die richtige Ernährung ist sehr wichtig! N°

101.178



https://www.aidis.de/bastelideen/101178_SA_A_D.pdf



https://www.aidis.de/bastelideen/101178_SA_L_D.pdf (**Lösung**)

Stunden 36 - 40

Experiment: Farbige Säfte

Apfelsaft (am besten eignet sich klarer Apfelsaft) wird mit grüner, roter und blauer Lebensmittelfarbe gefärbt.

Die Schüler wissen im Vorfeld nicht, was sie trinken. Zuerst schauen sie sich die Säfte an, riechen daran und probieren sie anschliessend.

Welcher Saft schmeckt süßer? Welcher schmeckt besser und welcher weniger gut?

In einer Gruppendiskussion werden die Erfahrungen besprochen. Erklären Sie den Schüler, dass das Auge mitisst (in diesem Fall -trinkt), dass man Dinge, die andere Farben haben als gewohnt/erwartet, allenfalls auch geschmacklich anders wahrnimmt.

Arbeitsblatt: Gesund und stark N° 103.260



https://www.aduis.de/bastelideen/103260_SA_L_D.pdf



https://www.aduis.de/bastelideen/103260_SA_L_D.pdf (**Lösung**)

Die Küche

Kücheneinrichtung: Was braucht man zum Kochen & zum Essen?

Assoziogramm mit Hilfe der Schülern an die Tafel machen:

Zum trinken	Zum essen	Zum kochen	...
das Glas	der Teller	der Herd	der Dosenöffner
die Tasse	das Messer	der Mikrowellenherd	der Flaschenöffner
der Teelöffel	die Gabel	das Messer	das Geschirrspülmittel
	der Löffel	die Knetmaschine	der Lappen
		der Schneebesen	das Geschirrtuch
		der Mixer	das Schneidbrett
		der Topf	
		die Pfanne	
		die Form	

Assoziogramm ins Heft kopieren.

Spiel: Gegenstände identifizieren

Die Küchen-Gegenstände ins Klassenzimmer mitbringen; zeigen und den Namen laut nachsprechen. Öfter wiederholen. Danach die Klasse in zwei Gruppen teilen und einen Gegenstand nennen. Jemand aus der Gruppe geht vor und nimmt das jeweilige Objekt. Ist es richtig, bekommt die Gruppe einen Punkt.

Kochen!

Die Klasse in 4 Gruppen teilen.

Zum kochen braucht man ein Rezept...

Nido-Kugeln

Zutaten:

Trockenmilch

Zucker

Kokosmilch

Kokosraspel

Zubereitung:

Mische 3 Löffel Trockenmilch und 2 Löffel Zucker. Danach füge ein bisschen Kokosmilch zu, bis der Teig gut ist um die Kugel einzurollen. Nachdem die Kugel gerollt ist, sie in Kokosraspel einhüllen. Ein paar Stunden im Kühlschrank lagern.

Das Wort "Nido" mit der Gruppe googeln und Bilder zeigen - Leite ninho

Bevor die Kinder beginnen, die Nidos-Kugeln vorzubereiten, gehen alle die Hände waschen. Jede Gruppe bekommt dann einen Teller und einen Löffel. Die Zutaten bleiben in der Mitte des Klassenzimmers auf einem Tisch stehen.

Diskussion: Wo gehören die Nido-Kugeln in der Ernährungspyramide hin? Darf man viele von ihnen essen? Warum?

Untersuchung:

Wer kocht bei dir zu Hause?

Nur Mama	Nur Papa	Beide

Prozentangaben:

... Schüler = 100 %

... Mamas = ... %

Wer kocht am besten?

Mama	Papa

Prozentangaben:

... Schüler = 100 %

... Mamas = ... %

* Eventuell wohnen Kinder mit der Oma, dann gehört sie auch zur Tabelle.

Graphik schon gestaltet mitnehmen und mit den Schülern die Daten ergänzen.

Hausaufgabe: Lehre Verpackungen (Produkte) mitbringen. Dosen, Flaschen, Tüten von alles, was vom Supermarkt kommt. Bitte sauber!

In die Agenda aufnehmen

Stunden 41 - 45

Einkaufen - Diskussion

Wie heißen die Supermärkte in Pomerode und Umgebung?

Wo kauft deine Familie ein?

Warum kauft ihr dort ein? Wie oft kauft ihr ein? Was kauft ihr ein?

Hausaufgabe: im Internet recherchieren - *Wie heißen einige Supermärkte in Deutschland?*

In die Agenda aufnehmen

Die Währung

Was braucht man zum Einkaufen?

- Wahrscheinliche Antworten: Liste, Geld

Mit Geld umgehen...

Womit bezahlt man in Deutschland? Dollar, Real, Euro, Peso...

Arbeitsblatt: Euromünzen und Euroscheine N° 100.024



https://www.aduis.de/bastelideen/100024_MA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/bastelideen/100024_MA_L_D.pdf (**Lösung**)

Arbeitsblatt: Geld aus dem Sparschwein zählen N° 103.768



https://www.aduis.de/bastelideen/103768_MA_A_D.pdf

Arbeitsblatt: Rechnen mit Geld N° 100.025



https://www.aduis.de/bastelideen/100025_MA_L_D.pdf



https://www.aduis.de/bastelideen/100025_MA_L_D.pdf (**Lösung**)

Arbeitsblatt: Plus - und Minusrechnungen mit Geld N° 100.058



https://www.aduis.de/bastelideen/100058_MA_A_D.pdf



http://www.aduis.de/bastelideen/100058_MA_L_D.pdf (**Lösung**)

Unser "Geld" (Spielgeld) auf den Tisch legen. Erklären, dass es nichts gilt, weil es falsch ist. Zeigen, dass man verschiedene Kombinationen mit Geld machen kann. Dazu, die Klasse in kleinen Gruppen teilen (3-4 Schüler). Jede Gruppe bekommt 10 Münzen (10 Cent). Fragen wie viel jede Gruppe bekommen hat. Die Schüler sollen wahrnehmen, dass 100 Cent = 1 Euro ist.



www.merudospeques.com



www.merudospeques.com



www.merudospeques.com





Erklären: Jede Gruppe hat 100 Cent = 1 Euro. Wie viele Gruppen sind wir? Wie viele Euros haben wir? Wie viel Cent ist das?

6 Euro = 600 cent

Für jede Gruppe noch 3 Münzen (10 Cent) geben. Wie viel Geld hat die Gruppe jetzt?

1 Euro 30 cent = 1,30 Euro

Die nächsten Aufgaben können in Gruppen gelöst werden.

Arbeitsblatt: Sparefroh N° 102.509



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/102509_MA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/102509_MA_L_D.pdf **(Lösung)**

An die Tafel die Übung machen:

4,65 Euro = 4€ und 65 cent = 465 cent

Arbeitsblatt: Geldbeträge umwandeln N° 102.247



https://www.aduis.de/bastelideen/102247_MA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/102247_MA_L_D.pdf **(Lösung)**

Hausaufgabe: Lehre Verpackungen (Produkte) mitbringen. Dosen, Flaschen, Tüten von alles, was vom Supermarkt kommt. Bitte sauber!

In die Agenda aufnehmen

Stunden 46 - 50

Wiederholung:

100 cent = ?

800 cent = ?

450 cent = ?

680 cent = 6 Euro und 80 cent = 6,80 Euro

Im Plenum:

Arbeitsblatt: Geld zusammen rechnen N° 103.809



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/103809_MA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/103809_MA_L_D.pdf (**Lösung**)

Arbeitsblatt: Ergänzen und vermindern auf ganze Zehner N° 100.163

Spielgeld benutzen um die Lösung zu demonstrieren und Logik der Ergänzung zu zeigen:

Arbeitsblatt: Restgeld berechnen N°102.426



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/102426_MA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/102426_MA_L_D.pdf (**Lösung**)

Stefan kauft eine Mütze für 7 € und zahlt mit einem 20 € Schein. Wie viel Geld bekommt er zurück?

Er kauft zwei Federpenale für 16 € und zahlt mit einem 50 € Schein. Wie viel Geld bekommt er zurück?

...

Individuell:

Arbeitsblatt: Geldangelegenheiten N° 102.507



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/102507_MA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/102507_MA_L_D.pdf (**Lösung**)

Im Plenum:

Arbeitsblatt: Sachrechnen N° 101.487



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/101487_MA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/101487_MA_L_D.pdf (**Lösung**)

Zu zweit:

Arbeitsblatt: Geldbeträge N° 101.282



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/101282_MA_A_D.pdf



https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/101282_MA_L_D.pdf (**Lösung**)

Dezimalzahlen addieren und subtrahieren:

Aufgabe 1 zusammen an der Tafel lösen

$$\begin{array}{r} 1,85 \\ 90 \\ 90 \\ 60 \\ 60 \\ 60 \\ 60 \\ \underline{60} \quad + \end{array}$$

oder alles in Euro wandeln:

$$\begin{array}{r} 90 \\ \underline{\times 2} \\ 180 \text{ cent} = 1,80 \text{ €} \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 60 \\ \underline{\times 5} \\ 300 \text{ cent} = 3 \text{ €} \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 1,85 \\ 1,80 \\ \underline{+ 3,00} \\ \mathbf{6,65} \end{array}$$

Die Gruppen können das Spielgeld benutzen um die Aufgaben zu lösen oder die Lösung zu überprüfen.

Hausaufgabe: Lehre Verpackungen (Produkte) mitbringen. Dosen, Flaschen, Tüten von alles, was vom Supermarkt kommt. Bitte sauber!

In die Agenda aufnehmen

Stunden 51 - 55

Mit den leeren Packungen einen Supermarkt bauen. Preise sind schon an den Produkte geklebt. Das kann der Lehrer vorher machen.

Spiel: Einkaufen

Ein Schüler bekommt von dem Lehrer eine Summe Geld. Er soll damit einkaufen gehen. Dieser muss darauf achten, dass er nicht mehr kauft als er zahlen kann. Ein anderer Schüler arbeitet an der Kasse. Dieser muss auf das Wechselgeld achten. Während beide das machen, sollen die anderen Schüler sehen, ob alles richtig läuft. Andere Schüler spielen dann die Rollen der Kunden und Kassier usw.

Das Spiel kann variieren, indem die Schüler besser die Rechnungen machen. Mehrere Schüler können gleichzeitig die Rollen spielen. Es können mehrere Kassen offen sein. Die Schüler können fertige Listen bekommen. (...)

Ausstellung: Elternabend

Plakate zum Elternabend erstellen und ein Buffet ausdenken. Das Buffet kann aus Teil gesund sein und aus Teil ungesund. Die Kinder können die Nährwert-Informationen recherchieren und anbei das Essen legen, damit die Eltern sehen, warum es gesund x ungesund ist.

Obwohl die Ausstellung des Projekts auf Deutsch ist, können die Schüler den Eltern Sachen auf Portugiesisch erklären, denn wichtig ist es an diesem Abend, auf einer Seite zeigen wie die Klasse gearbeitet hat und was sie gelernt hat und auf der anderen Seite, das Ziel des Projekts zu verbreiten: sich bewusst und gesund ernähren.

Referenzen

TECHMER, Marion. **Wortschatz Grundstufe A1 bis B1 - Deutsch üben - Taschentrainer.** Hueber Verlag, 2013.

FORßMANN, Juliane; SPECHT, Gisela. **Bildwörterbuch Deutsch.** Hueber Verlag, 2014.

Unterrichtsideen/ Projektwoche zum Thema Essen & Trinken fit4future:

<http://www.fit-4->

[future.ch/Uploads/Documents/weitere%20spiel%20und%20uebungsseiten/f4f_unterrichtsideen-ernaehrung_2012.pdf](http://www.fit-4-future.ch/Uploads/Documents/weitere%20spiel%20und%20uebungsseiten/f4f_unterrichtsideen-ernaehrung_2012.pdf)

Arbeitsblätter Aduis: <https://www.aduis.de/arbeitsblaetter/default.aspx>