

PROJEKTSKIZZE: ENERGIEBÜNDEL MENSCH



PROJEKTIDEE

In Klasse 7 der Mittelschule wird der zweiwöchige fächerverbindende Unterricht zum Thema „Energiebündel Mensch“ durchgeführt. Beteiligt sind die Fächer Mathe, Sport, Musik, Kunst, Englisch, Biologie, WTH und Physik. Vielseitige Ansatzpunkte zu Themen der gesunden Ernährung in Kombination mit Bewegung werden von den Fachlehrern und Schülern bearbeitet, grundlegende Kenntnisse wiederholt und erweitert. Im Vordergrund steht zunächst die Erarbeitung des Fragebogens zum Essverhalten, danach die Auswertung und Präsentation.



PROJEKTZIELE

- eigene Ernährungs- und Essgewohnheiten erkennen und reflektieren
- die Bedeutung der Ernährung zur Erhaltung der eigenen Gesundheit und Leistungsfähigkeit erkennen
- den Zusammenhang zwischen Energieaufnahme durch Essen und Energieverbrauch durch Bewegung erkennen
- Methoden der Nahrungszubereitung ausprobieren
- Zubereitung schneller und einfacher gesunder Speisen üben



ZIELGRUPPE

- Schüler der Klassenstufe 7
- Klassenlehrer
- Fachlehrer Mathe, Sport, Musik, Kunst, Englisch, Biologie, WTH, Physik



PROJEKTABLAUF

Umsetzung der einzelnen Themen in den Fächern

- Sport: Ernährung und Energieumsatz (Kennen lernen von Fitnessübungen für die Freizeit, Zusammenhang Bewegung – Ernährung – Energieverbrauch, Selbstbeurteilung – Führen von Karteikarten)
- Englisch: Sport und Bewegung – Zusammenhänge zum Energiebedarf herstellen
- Biologie: Ernährungsverhalten erfassen und bewerten
- WTH: Zubereiten gesunder Mahlzeiten
- Physik: Energieträger und Energieumwandlungen beim Menschen
- Mathe: Statistische Auswertung der Befragung zum Essverhalten
- Kunst: Mensch – Zelle – Energie / Energieübertragung am Menschen → künstlerische Umsetzung und Darstellung
- Musik: Boomwhackern – gut für die Seele (Musizieren mit exakt gestimmten Rohren aus Kunststoff und Perkussionsinstrumenten; Bewegung – Rhythmus – Harmonie durch Musizieren im Team)

PROJEKTSKIZZE: ENERGIEBÜNDEL MENSCH



KOSTEN UND VORAUSSETZUNGEN

- WTH 2 Euro pro Schüler für Lebensmittel
- Kunst 10 Euro je Klasse für Zeichenkarton
- Küche und Küchenutensilien
- Fitnessgeräte



HINWEISE

- ausreichend Vorbereitungszeit einplanen
- Durchführung 14 Tage als fächerverbindender Unterricht



MATERIALIEN

- BzgA: Essgewohnheiten. Materialien für 5. – 10. Klassen.
- Materialien vom aid zur Ernährung – Bewegung – Energie
- Tests und Bewegungsspiele unter www.klugundfit.at

IMPRESSUM

Projektleitung:

Sächsische Arbeitsstelle für Schule
und Jugendhilfe e.V.
Alaunstr. 11
01099 Dresden
www.sasj.de

Modellschule:

Mittelschule „Gottfried-Papst-von-Ohain“
Kurt-Handwerk-Str. 3
09599 Freiberg