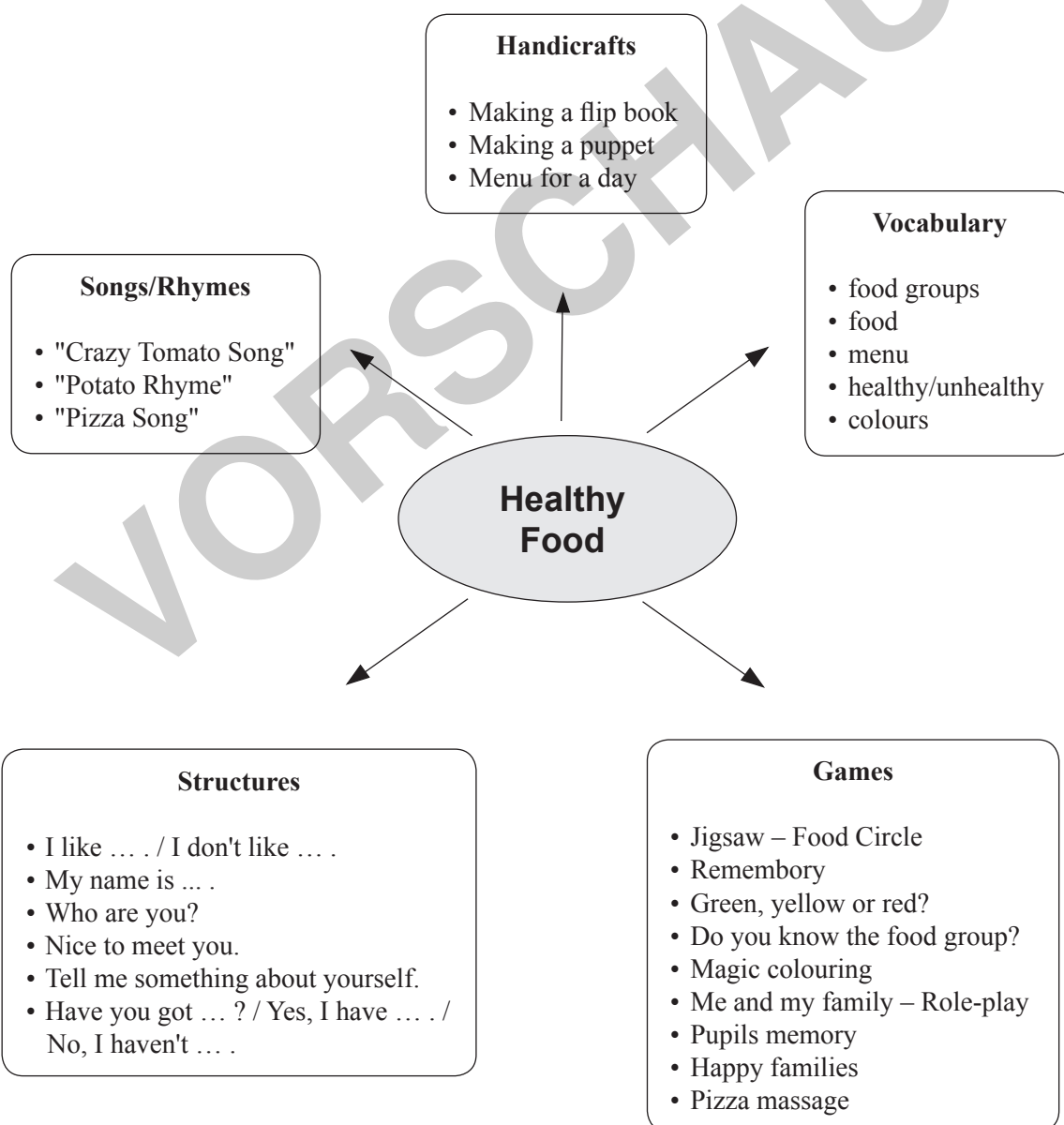


Vorüberlegungen

Lernziele:

- Die Schüler beschäftigen sich spielerisch mit dem Thema "Gesunde Ernährung" und werden sicherer im englischsprachigen Benennen von Nahrungsmitteln und beim Zuordnen der Lebensmittelgruppen.
- Sie vertiefen ihre Kompetenzen beim Beantworten und Stellen von Fragen sowie beim Sprechen über das Thema.
- Die Schüler singen englische Lieder, sagen einfache Reime auf und entwickeln dabei gleichzeitig ihre musisch-rhythmischen Fertigkeiten weiter.
- Durch Spiele in Partner- oder Gruppenarbeit wird die soziale Kompetenz der Schüler gefördert.
- Mithilfe verschiedener Tätigkeiten, wie Schneiden, Kleben oder Zeichnen, wird die Feinmotorik geschult und die Kreativität angeregt.

Überblick – WEB:



Vorüberlegungen

Anmerkungen zum Thema:

Die Ernährungserziehung ist zu einem festen Bestandteil des gegenwärtigen Unterrichts an Grundschulen geworden. Die Wichtigkeit dieser Thematik ergibt sich aus der Tatsache, dass Essen und Trinken nicht nur lebensnotwendige Grundbedürfnisse sind. Vielmehr bestimmen ein gesunder Lebensstil und das allgemeine Ernährungsverhalten die Lebensqualität auf weite Sicht. Seine wesentliche Ausbildung erfährt dieses Verhalten bis etwa zum 10. Lebensjahr.

Dass Übergewicht in der heutigen Gesellschaft bereits im Kindes- und Jugendalter zu den häufigsten gesundheitlichen Problemen zählt, bestätigt die Notwendigkeit eines verantwortungsvollen Umgangs mit der Ernährung. Hinzu kommt häufig der inaktive Lebensstil der Kinder: Sitzende Tätigkeit und ein hoher Medienkonsum fördern gesundheitliche Risiken wie Adipositas (ausgeprägtes Übergewicht). Trotz fehlender körperlicher Aktivität wird meist zu viel und zu fett gegessen. Erziehung zur gesunden Ernährung ist somit ein wesentlicher Faktor für eine positive körperliche und geistige Entwicklung und liefert damit auch eine bedeutsame Voraussetzung für die nachhaltige Entwicklung von Bildungsfähigkeit (vgl. hierzu auch www.familienhandbuch.de/).

Im Englischunterricht können Schüler der 3. oder 4. Klasse durch spielerische Elemente (Lieder, Reime usw.), die mit den Inhalten des Fachs Sachkunde zusammenfließen, weitere Erfahrungen mit gesunder Ernährung sammeln und ihr Wissen im Bereich "Food & Drinks" erweitern. Ziel ist, das Gefühl der Schüler für gesunde Ernährung zu wecken. Durch die Verwendung bekannter Inhalte in einem neuen Kontext (Fremdsprache) werden situative Lern- und Sprechansätze gegeben. Gleichzeitig wird die Forderung nach fächerübergreifenden Inhalten erfüllt. Das Kind kann so verinnerlichen, dass im Unterricht behandelte Themen nicht an spezifische Fächer gebunden sind, sondern vielseitig beleuchtet werden können.

Die Materialien orientieren sich an den in Deutschland gebräuchlichen Medien im Sachunterricht. Der Aufbau der Ernährungspyramide weicht darum von der englischsprachigen Variante ab. Dort wird oft auf eine Pyramide Bezug genommen, die in sechs weitere Dreiecke (Lebensmittelgruppen) unterteilt ist. Deren Größe gibt Auskunft über den täglichen Bedarf an Lebensmitteln aus dieser Gruppe im Vergleich zu anderen *food groups* und zeigt, welche Lebensmittelgruppen am wichtigsten sind. Allerdings wird nicht ersichtlich, welche Menge verzehrt werden sollte. Zudem wird Öl zwar als Teil der Pyramide dargestellt, jedoch nicht als eigentliche Lebensmittelgruppe behandelt (vgl. Taylor-Butler 2008, S. 12, 18 f.).

Diese Unterrichtseinheit orientiert sich an zwei Informationsquellen. Zum einen liefert die *aid* mit ihrer Ernährungspyramide eine wichtige Grundlage, da sie sowohl Ernährungsregeln als auch den täglichen Bedarf von Lebensmitteln einer Gruppe in Form von Bausteinen gut verdeutlicht. Ein Baustein (bzw. ein Kreissegment im *food circle* von **Material M 1**) entspricht dabei einer Portion. Die Kinderhände dienen als Messhilfe für die Portionsgröße. Die Ampelfarben signalisieren außerdem, welche Nahrungsmittel besonders wertvoll sind (vgl. www.aid.de/).

Zum anderen beinhaltet das Konzept der "Optimierten Mischkost", entwickelt vom Dortmunder Forschungsinstitut für Kinderernährung, wesentliche Ernährungsregeln. Neben dem reichlichen Verzehr von pflanzlichen Lebensmitteln sollen auch tierische Produkte in Maßen Bestandteil der Ernährung sein, fettreiche Lebensmittel hingegen sparsam verzehrt werden. Süßigkeiten werden aber nicht ausgeschlossen (vgl. www.ernaehrungs-umschau.de/).

Vorüberlegungen

Vorbereitung – Benötigte Materialien:

Step 1:

- Kopien von **Material M 1** in halber Klassenstärke und eine Kopie pro Gruppe
- vergrößerte Kopie von **Material M 2 und Material M 8** (1 und 2)
- Kopien von **Material M 3 und Material M 4** in Klassenstärke
- Buntstifte, Schere, Kleber
- Spielsteine, Würfel
- Bildwörterbücher

Step 2:

- Kopien von **Material M 5 und Material M 6** in Klassenstärke
- eventuell mehrere Kopien von **Material M 7**
- eventuell einige Bildkarten aus **Material M 2 und Material M 8** (1 und 2)
- Schere, Klebestreifen, Buntstifte
- Holzstäbchen oder Trinkhalme
- CD mit beliebiger Musik, CD-Player

Step 3:

- Kopien von **Material M 8** pro Gruppe
- Schere

Step 4:

- Kopien von **Material M 9** in Klassenstärke

Literaturtipps:**Bücher:**

Rex Barron: Showdown at the Food Pyramid. Penguin. New York 2004

(spannende Geschichte, in der die gesunden Lebensmittel von *junkfood* wie Hot Dogs aus der Ernährungspyramide vertrieben werden und sich ihren Platz zurückerobern)

Alisha Niehaus: My Food Pyramid. DK Publishing. New York 2007

(Sachbuch, das Grundschüler vielseitig über die in den USA genutzte Ernährungspyramide informiert und ihre Bestandteile mithilfe von Abbildungen näher beleuchtet)

Lizzy Rock: Good Enough to Eat. Harper Collins. New York 1999

(Tipps für eine gesunde Lebensweise; Rezepte, die auf der Ernährungspyramide basieren, für Kinder aufbereitet und illustriert; vielfältige Übungen zum Testen und Erweitern von Wissen)

Mitchell Sharmat: Gregory the Terrible Eater. Scholastic. New York 2009

(witzige Geschichte über den Ziegenbock Gregory, der gerne Obst und Gemüse frisst, dessen Eltern seine Ernährung aber auf alte Schuhe und andere "gesunde" Sachen umstellen wollen)

Tracy Seaman/Tanya Wenman Steel: Real Food for Healthy Kids. Harper Collins. New York 2008

(Elternratgeber mit vielen verschiedenen Rezepten für Kinder, die in erster Linie auf der Ernährungspyramide basieren)

Vorüberlegungen

Christine Taylor-Butler: The Food Pyramid. Scholastic. New York 2008
(Sachbuch, das Kindern eine Variante der Ernährungspyramide näherbringt und dabei Wissenswertes über Lebensmittel und ihre Bestandteile vermittelt)

Internetadressen:

<http://www.aid.de/>

(wesentliche Informationen zur gesunden Ernährung sowie Tipps und Hinweise – auch für den Sachkundeunterricht geeignet)

www.aid.de/data/pdf_eif/eif_2008_02_pyramide_leitart2.pdf

(Ausschnitt aus der Zeitschrift "Ernährung im Fokus" (2008), der über wesentliche Inhalte der *aid*-Ernährungspyramide aufklärt und bewertet, wie sie in der Ernährungsbildung im Grundschulbereich eingesetzt wird und dort greift)

www.ernaehrungs-umschau.de/media/pdf/pdf_2008/03_08/EU03_168_177.qxd.pdf

(Ausschnitt aus der "Ernährungsumschau", der einen Einblick in das Konzept der "Optimierten Mischkost" gibt)

www.familienhandbuch.de/cmain/f_aktuelles/a_ernaehrung/s_899.html

(wesentliche Informationen zur gesunden Ernährung von Kindern und Jugendlichen mit vielseitigen Tabellen aus Expertenhand; gute Aufklärungsseite für Eltern und Interessierte von Prof. M. J. Müller vom Institut für Humanernährung und Lebensmittelkunde)

www.kidnetic.com

(farbenfrohe Internetseite für Kinder mit vielen spannenden und informativen Spielen und Ideen rund um das Thema "Gesundheit")

<http://kidshealth.org>

(wichtige Informationen zum Thema Gesundheitserziehung für Eltern, Kinder und Jugendliche, unter anderem mit interaktiver Erklärung der Ernährungspyramide für Kinder)

<http://www.nourishinteractive.com>

(für Eltern, Kinder und Lehrkräfte geeignete Seite, die sich umfangreich mit der Thematik "Gesunde Ernährung" befasst und vielseitiges Material anbietet, das sowohl zu Hause als auch im Unterricht verwendet werden kann)

Schritte der Arbeit am Thema im Überblick:

- Step 1: The Food Circle
- Step 2: Fruits and Vegetables
- Step 3: Happy Families – Card Game
- Step 4: Yummy Pizza

Unterrichtsplanung








Step 1: The Food Circle

Als Einstieg in die Thematik "Healthy Food" eignet sich der **Ernährungskreis** von **Material M 1**. Er gibt den Schülern einen Überblick über die wesentlichen Nahrungsmittelgruppen und Hinweise darauf, welche Lebensmittel in welchen Mengen für eine ausgewogene Ernährung notwendig sind. Da die Fachbegriffe in englischsprachigen Ernährungspyramiden zum Teil recht schwierig sind, werden in den Materialien Vokabeln verwendet, die Grundschulern geläufiger sind, wie *milk* (statt *dairy*) oder *drink* (statt *beverage*).

Jigsaw

Zur Einführung erhalten jeweils zwei Schüler einen **Briefumschlag**, in dem sich die einzelnen **Segmente des Ernährungskreises** befinden. In **Partnerarbeit** sollen die Schüler gemeinsam die Teile des Kreises so zusammenfügen, dass die entsprechenden Lebensmittelgruppen sichtbar werden, und ihn dann aufkleben.

Dieser *food circle* wird für das anschließende **Unterrichtsgespräch** benötigt. Die Lehrkraft befragt die Schüler, was sie auf der Abbildung erkennen können, wiederholt dabei bekannte Vokabeln bzw. führt neue Wörter ein. Auf dem Ernährungskreis sind folgende Nahrungsmittel abgebildet:

	<i>drinks:</i> <i>water, apple juice</i>
	<i>fruits and vegetables:</i> <i>pineapple, cherries, apple, pepper, carrot, strawberry, broccoli</i>
	<i>grains:</i> <i>bread, rice, rolls, pasta</i>
	<i>meat and eggs:</i> <i>fish, ham, chicken, eggs</i>
	<i>oil:</i> <i>oil, butter, nuts</i>
	<i>milk:</i> <i>milk, cheese, yoghurt</i>
	<i>sweets:</i> <i>ice cream, coke, muffins, cotton candy</i>

Die Schüler erkennen, dass ihnen ein großer Teil des Wortmaterials bereits bekannt ist oder dem Deutschen in der Aussprache ähnelt (z.B. *rice* – Reis, *pasta* – Pasta, *fish* – Fisch). Bei Wörtern, die im Deutschen ähnlich geschrieben werden, sollte die Lehrkraft besonderen Nachdruck auf die unterschiedliche Aussprache legen. Unbekannte Wörter können z.B. mit Hilfe der **Bildkarten** von **Material M 2** eingeübt werden.



5.13

Healthy Food

Unterrichtsplanung

Remembory



Dieses Spiel eignet sich sehr gut zum **Einüben neuer Begriffe** und zur **Wortschatzarbeit**. Dazu werden die entsprechenden Bildkarten aus **Material M 2** oder auch aus den Spielkarten von **Material M 8** ausgewählt und in vergrößerter Form an der **Tafel** angebracht. Die Auswahl richtet sich nach den zu erlernenden Begriffen. Die Lehrkraft zeigt im ersten Schritt in immer der gleichen Reihenfolge mehrmals auf die **Bildkarten** und spricht dazu das entsprechende Wort. Das Vorsprechen dient zur Sicherung der richtigen Aussprache. Die Schüler werden nun aufgefordert, die Vokabeln zu wiederholen. Werden die Wörter richtig und sicher ausgesprochen, dreht die Lehrkraft allmählich die Bildkarten um. Man sollte mit den Bildern beginnen, die von den Schülern sicher beherrscht werden. Nach und nach werden alle Karten umgedreht. Dann ist es auch möglich, die Abfolge, in der auf die Karten gezeigt wird, zu ändern.



Zur Förderung leistungsstarker Schüler können diese auch allein versuchen, sich an die Wörter zu erinnern, und so ihr Können unter Beweis stellen. Gleichzeitig erhält die Lehrkraft einen Überblick über "Stolpersteine", die manche Wörter vielleicht auch für gute Sprecher darstellen. Es kann auch ein Schüler die Rolle der Lehrkraft übernehmen und auf die Karten zeigen. Die Lehrkraft achtet darauf, dass der genannte Begriff zum Kärtchen passt.

Tipp:

Um eine möglichst **hohe Schüleraktivität** zu gewährleisten, bietet es sich an, *Remembory* in **Partner- oder Gruppenarbeit** spielen zu lassen. Dazu werden mehrere Kopien von **Material M 2** benötigt. Starke Schüler spielen in Zweiertteams. Schüler, die eventuell beim Sprechen gehemmt sind, können zu dritt oder viert spielen, da innerhalb dieser Kleingruppen (wie am Beginn des Unterrichtsabschnitts) auch im Chor gesprochen werden kann.

Green, yellow or red?

Der **Ernährungskreis** bietet vielseitige Möglichkeiten der Beschäftigung. Nach der allgemeinen Besprechung der darauf abgebildeten Lebensmittel ist es sinnvoll, gemeinsam die verschiedenen **Lebensmittelgruppen** zu entdecken und zu benennen. Dabei kann auf das Wissen der Schüler aus dem **Sachkundeunterricht** zurückgegriffen werden. In Anlehnung an die Ampelfarben gilt es auch zu entscheiden, welche Lebensmittelgruppen gesund sind und wie viel von jedem Produkt zu einer gesunden Ernährung gehört. Dazu werden die Vokabeln *healthy* und *unhealthy* eingeführt.

Teacher: *Healthy means that something is good for you and your body. Do you know healthy food?* (bittet Schüler, gesunde Nahrungsmittel aufzuzählen)

Pupils: (nennen gesunde Lebensmittel)

Teacher: *Very good! Tomatoes are very healthy.* (wiederholt Schülerantwort im Satz, damit die neue Vokabel noch einmal gehört wird)

Teacher: (regt Schüler durch Fragen zum Nachdenken an und weckt dadurch den Bedarf an der Vokabel für ungesund) *What about ice cream? Is ice cream healthy?*

Pupil: *No. / Ice cream is not good. / Ice cream is not healthy.*

Teacher: *You are right. Ice cream is unhealthy.* (bittet die Schüler, die neue Vokabel im Chor bzw. einzeln zu wiederholen)

5.13

Healthy Food

Unterrichtsplanung



Lebensmittel sie wählen würden. Als Malvorlage kann eine vergrößerte Version von **Material M 2** an der Tafel appliziert werden. Durch die **visuelle Unterstützung** ist es möglich, den Schülern eine Anregung zu geben, welche Lebensmittel sie verwenden könnten.

Teacher: *Look! Here's a table. On the table there are five plates. One plate for each meal. One of the big plates is for breakfast, one for lunch and one for dinner. Can you see the small plates? One is for brunch. Draw something that you want to eat between breakfast and lunch. On the other small plate you can draw something that you want to eat in the afternoon, between lunch and dinner – maybe for tea time. Take your pencil and create your own healthy menu for a day. Don't forget the drinks, and use your food circle.*

**Tipp:**

Zum besseren Verständnis kann ein Beispiel an der **Tafel** demonstriert werden.

Teacher: *I like toast, butter and an egg for breakfast. I like to drink milk.* (zeichnet die entsprechenden Lebensmittel an der Tafel auf einem Teller auf)

Um die Schüler in ihrer Auswahl der Lebensmittel nicht einzuschränken, können Bildwörterbücher ausgelegt werden, die zudem ein eigenständiges Arbeiten erleichtern.



Innerhalb der Arbeitsphase entstehen so die persönlichen Tagesmenüs der Schüler, die in leistungsstärkeren Klassen im Anschluss in **Partnerarbeit** ausgewertet werden. Abwechselnd stellen die Schüler ihre Ideen dem Partner vor, der jeweils bewerten muss, ob die Auswahl gesund oder ungesund ist. Nach mehrmaligem Vorsprechen und Einüben können die Schüler folgenden Dialog ausprobieren.

Pupil 1: *I like broccoli, potato and chicken for lunch. I like to drink water.*

Pupil 2: *That is very healthy. I like ice cream, hot dog and coke for lunch.*

Pupil 1: *Oh, that's very unhealthy!*

Am Ende soll auch das gesamte Menü bewertet werden. Gleichzeitig müssen die Schüler entscheiden, ob sie die Auswahl des Partners mögen oder nicht.

Pupil 1: *Your meals are unhealthy. I don't like your meals.*

Pupil 2: *Your meals are healthy. I like your meals.*

**Tipp:**

Um nicht nur zu erfahren, was der Einzelne gern isst, kann man den Schülern Gelegenheit geben, alle Ergebnisse zu betrachten. Dazu werden die Schülerarbeiten an der **Tafel** oder im Raum ausgestellt. Die Schüler führen beim Betrachten der Zeichnungen eine **Liste**, um die *Top 5*, d.h. die Lebensmittel, die von den Schülern am meisten gemocht und verwendet wurden, herauszufinden. Aus diesen Ergebnissen kann auch ein **Unterrichtsgespräch** entstehen, bei dem die Schüler die Lebensmittelgruppen noch einmal zuordnen und bewerten, ob die beliebtesten Nahrungsmittel eher gesund oder ungesund sind.

Do you know the food group? – Game

Zur **Wiederholung der eingeübten Vokabeln** und um das Wissen der Schüler über die Lebensmittelgruppen zu testen, eignet sich das **Spiel** "Do you know the food group?" Für

5.13

Healthy Food

Unterrichtsplanung

Gruppe	Farbe	Symbol
<i>drinks</i>	orange	Herz
<i>fruits and vegetables</i>	blau	Smiley
<i>grains</i>	grün	Kreuz
<i>milk</i>	gelb	Rechteck
<i>meat and eggs</i>	braun	Punkt
<i>oil</i>	lila	Dreieck
<i>sweets</i>	rot	Blitz

Durch das korrekte Zuordnen der Farben und das Ausmalen der Flächen entsteht ein Bild. Darunter können die Schüler zum Schluss notieren, welche Lebensmittel sie nach dem Ausmalen zusätzlich erkennen. Da diese alle zur Kategorie *fruits and vegetables* gehören, können sie die entsprechende Gruppe ankreuzen. Im Klassenverband werden die Ergebnisse anschließend gemeinsam ausgewertet.

Step 2: Fruits and Vegetables

Zum Thema "Gesunde Ernährung" gehört auch die **Vermittlung wesentlicher Vokabeln** aus dem Bereich *fruits* und *vegetables*, z.B. durch **Reime und Lieder**. Diese sind ein essenzieller Bestandteil des Englischunterrichts in der Grundschule. Sie werden von den Schülern meist sehr positiv aufgenommen und bieten darüber hinaus eine ausgezeichnete Gelegenheit, Wortmaterial **in spielerischer Form** zu üben.

"Crazy Tomato Song"



Das **Lied** "Crazy Tomato" (vgl. **Material M 5**) über den Weg der verrückten Tomate ist ein witziger Einstieg in die Thematik *vegetables*, zumal die Schüler die deutsche Bedeutung des Worts *tomato* relativ leicht erschließen können (vor allem bei der britischen Aussprache des Worts mit einem langen [a:]). Melodisch ist das Lied an "Mein Hut, der hat drei Ecken" angelehnt und somit sehr einfach zu singen.



Beim **Erlernen des Lieds** kann die Lehrkraft unterschiedlich vorgehen. Die einzelnen Liedzeilen und später auch die Strophen können im Sprechgesang rhythmisch nachgesprochen werden. Zur methodischen Entfremdung bietet es sich an, das Lied Zeile für Zeile vom Ende her einzuüben. Dies lenkt die Schüler vom eigentlichen Lernprozess ab und führt zum spielerischen Umgang mit dem Liedtext. Sind die Schüler mit der Schrift im Englischunterricht vertraut, kann eventuell zu Beginn oder zumindest nach dem Einüben des Liedes mit der Kopie von **Material M 5** gearbeitet werden, die jedem Schüler vorliegen sollte. Anhand einer **Folienkopie** zeigt die Lehrkraft den Verlauf des Textes. Nach dem Vorbild der Lehrkraft singen die Schüler das Lied Strophe für Strophe mit.

Natürlich kann die Lehrkraft die Strophen auch mehrfach vorsingen, sodass die Schüler den Text in erster Linie **akustisch** wahrnehmen, nach und nach erlernen und schließlich mitsingen können. Bei dieser Variante ist die optische Unterstützung durch Bilder besonders sinnvoll. Dazu können ausgewählte Abbildungen von **Material M 6** genutzt werden.

5.13

Healthy Food

Unterrichtsplanung



Um die **Sprechaktivität** aller Schüler zu erhöhen, werden die Ergebnisse **alternativ** in Form einer **Gesprächsmühle** vorgestellt. Die Schüler bewegen sich dazu mit ihrer Stabpuppe frei im Raum. Die Lehrkraft spielt **Musik** von einer CD ab. Stoppt die Musik, bleiben alle Schüler stehen und suchen sich einen Partner, der in ihrer Nähe steht. Diesem stellt sich die Stabpuppe mit den obigen Sätzen vor. Danach ist der Partner an der Reihe. Setzt die Musik wieder ein, laufen die Schüler weiter, um sich später mit einem neuen Partner auszutauschen.

**Tipp:**

Um leistungsstarken Schülern die Möglichkeit zu geben, sich über die vorgegebenen Sätze hinaus auszutauschen, vereinbart man, dass nach der Erstvorstellung in der Gesprächsmühle auch weitere Fragen oder Informationen ausgetauscht werden dürfen, solange die Musik noch nicht spielt.

Man kann die Partner z.B. fragen, ob sie das vorgestellte Lebensmittel mögen: *Do you like me? Do you like tomatoes?* Der Sprecher kann aber auch sein Lebensmittel etwas genauer beschreiben: *Look! I'm red and round.* Durch diese zusätzlichen Optionen bekommen Paare, die etwas mehr Zeit für die erste Vorstellung brauchen, die Chance, ihre Sätze vollständig zu sprechen.

Pupils memory

Eine Aktivität, die als **Auflockerung** oder **Wiederholungsübung** genutzt werden kann, ist das *pupils memory*. Es geht darum, die Schüler auf spielerische Art zum **Sprechen** zu motivieren. Außerdem üben die Schüler das **Beschreiben von Dingen**, in diesem Fall der Obst- und Gemüsesorten. Ähnlich wie beim Memory mit Bildkarten geht es darum, passende Paare zu finden. Anstelle der Kärtchen sind es allerdings Schülerpaare. Dazu können Kopien von **Material M 2** oder **andere Bildkarten** zum Thema verwendet werden.

Zwei Schüler werden als Spieler bestimmt. Sie gehen zunächst vor die Tür des Klassenraums. Die übrigen Schüler bilden Paare und wählen eine Obst- oder Gemüsesorte, die sie darstellen. Um Doppelungen zu vermeiden, können Bildkarten verteilt oder gezogen werden. Jedes Paar entscheidet nun, wer den Namen des Nahrungsmittels nennt und wer es beschreibt. Wenn sich die Schüler dann (unabhängig von ihrem Partner) im Raum verteilt haben, können die gewählten Spieler wieder hereinkommen. Sie beginnen nun getrennt voneinander, die anderen Schüler zu befragen. Anhand der Aussagen sollen die passenden Paare gefunden werden.

Pupil 1: *Tell me something about yourself.*

Pupil 2: *I'm a banana.*

Pupil 1: *Tell me something about yourself.*

Pupil 3: *I'm red and round.*

Pupil 1: *Tell me something about you.*

Pupil 4: *I'm yellow, long and I'm a fruit.*

Pupil 1: *Are you a banana? (Pupil 2) is your partner.*

Findet der Spieler ein Paar, bekommt er einen Punkt und das Paar setzt sich auf seinen Platz. Danach wird weitergefragt. Wer die meisten Paare gefunden hat, gewinnt.

5.13

Healthy Food

Unterrichtsplanung

Pupil 1: (benötigt Tomaten, da er Gemüse sammelt) *Have you got tomatoes?*

Pupil 2: *No, I haven't (got tomatoes). / Yes, I have tomatoes. Here you are.*

Falls der Gefragte die Karte auf der Hand hat, muss er sie abgeben. Dann wird das Frage-Antwort-Spiel vom nächsten Schüler fortgesetzt. Wer zuerst alle auf seiner Karte aufgeführten Lebensmittel beisammen hat, gewinnt das Spiel.

Spielvariante 2:

Die Schüler gehen nach der Spielanleitung von Variante 1 vor. Ziel ist nun, nicht die Karten zu einer der Lebensmittelgruppen, sondern die Zutaten für ein bestimmtes Rezept zu sammeln. Dazu werden die Rezeptkarten (vgl. **Material M 8**₍₃₎ unten) ausgeteilt.

Step 4: Yummy Pizza**Pizza song**

Dass gesunde Ernährung Spaß machen kann und auch Lebensmittel erlaubt sind, die die Kinder besonders mögen, wird in diesem Lied deutlich. Jedes Kind erhält eine Kopie von **Material M 9**. Mithilfe des Songs können die Schüler ihre **musisch-rhythmischen Fähigkeiten** zeigen und eine Auswahl an Vokabeln aus dem Bereich Ernährung wiederholen (**Wortschatzarbeit**).



Da die englische Aussprache des Worts *pizza* ['pi:tə] deutlich von der deutschen abweicht, sollte die Lehrkraft die Schüler ausdrücklich darauf hinweisen. Nachsprechübungen im Chor oder allein sichern eine korrekte Aussprache.



In einer **Hörverstehensübung** kreuzen die Schüler von den auf **Material M 9** abgebildeten Lebensmitteln diejenigen an, die im Lied vorkommen. Indem die Zutaten den Lebensmittelgruppen zugeordnet werden, diskutieren die Schüler gemeinsam, ob Pizza wirklich gesund ist.

**Tipp:**

Im Sinne eines **fächerübergreifenden und handlungsorientierten Unterrichts** ist es möglich, gemeinsam mit den Schülern eine Pizza zu backen. Man sollte ihnen dabei verdeutlichen, dass frische Zutaten (Gemüse, Kräuter u.a.m.) und fettarmes Fleisch selbst eine Pizza zu einer gesunden Mahlzeit werden lassen. Außerdem wird die soziale Dimension des gemeinsamen Essens unterstrichen, das in manchen Familien nicht mehr zum täglichen Ritual gehört. Ein wesentlicher erzieherischer Aspekt ist auch das gemeinsame Schaffen einer angenehmen Atmosphäre beim Essen (gedeckter Tisch, Servietten usw.).



Damit die Schüler den Liedtext besser verinnerlichen, können einzelne Sequenzen mit **Gesten** unterstützt werden. Außerdem bekommen die Schüler durch den **action song** Gelegenheit, auch **körperlich aktiv** zu werden.

5.13

Healthy Food

Unterrichtsplanung

Text	Action
<i>It's time for pizza. Let's make the dough.</i>	den Rücken des Partners mit beiden Händen kneten
<i>Now we roll out the dough.</i>	mit den Fäusten vorsichtig von der Mitte des Rückens nach außen streichen
<i>We need some tomato sauce on it.</i>	Handflächen kreisförmig auf dem Rücken bewegen
<i>Don't forget the mushrooms!</i>	mit den Fingerspitzen auf den Rücken tippen
<i>Oh, we need onions!</i>	mit dem Finger kleine Kreise auf den Rücken malen
<i>Let's put some ham on it.</i>	Handballen mit leichtem Druck auf den Rücken legen und Hände leicht hin- und herdrehen
<i>We put pepper on it.</i>	mit dem Finger Halbkreise (geschnittene Paprikaschoten) auf den Rücken malen
<i>Now it's time for cheese.</i>	alle Finger auf dem Rücken des Partners zappeln lassen, als ob geriebener Käse auf die Pizza fällt
<i>Let's put it in the oven.</i>	Hände aneinander reiben und die warmen Handflächen auf den Rücken legen
<i>Our pizza is ready. We need to cut it into pieces.</i>	mit den Handkanten Schneidebewegungen auf dem Rücken machen
<i>Mhhh, yummy!</i>	genüssliche Kaubewegungen beider Partner







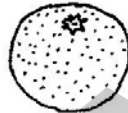











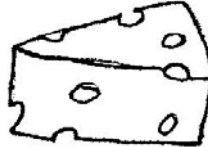





**Tipp:**

Um die Entspannung zu vertiefen, kann die Lehrkraft im Hintergrund ruhige Instrumentalmusik abspielen. Falls es die Räumlichkeiten zulassen, können die Schüler auch auf dem Boden liegen oder im Schneidersitz Platz nehmen. Durch diese Veränderung der allgemeinen Sitzhaltung wird das zeitweilige Abstandnehmen vom Lernalltag zusätzlich unterstützt.



5.13	Healthy Food
M 2	Material

Flashcards

✂

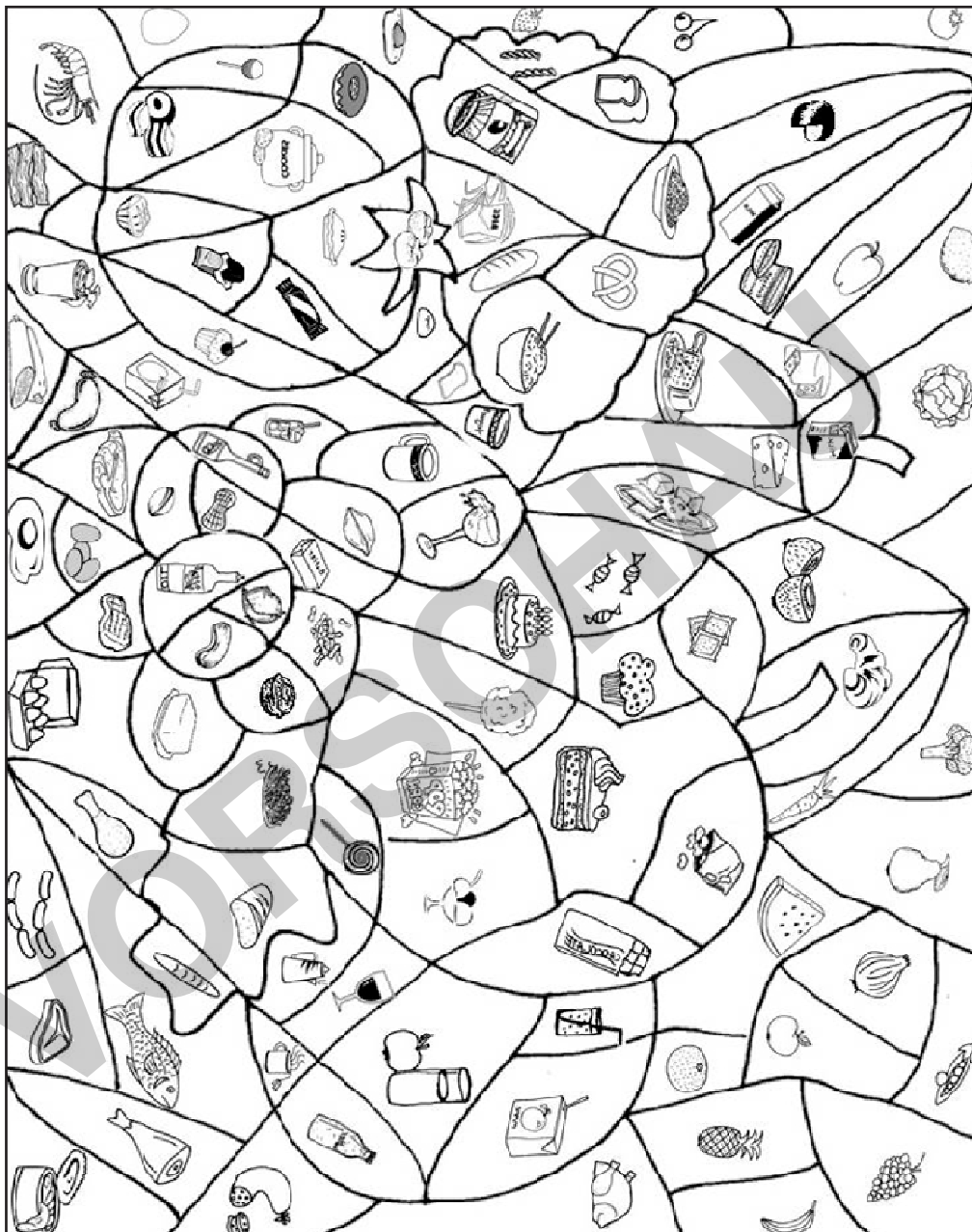
✂				
				
				
				
				
				

✂

	healthy		unhealthy
---	----------------	---	------------------

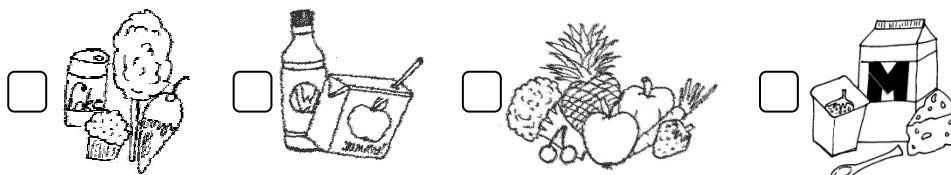
5.13	Healthy Food
M 4	Material

Magic Colouring Game



What can you see? _____

group:



Healthy Food

5.13

Material

M 5

Crazy Tomato Song

Tune: Mein Hut, der hat drei Ecken

Lyrics: Sophie Böhme

On top of my sal-ad all cov - ered with peas,
I lost my poor to-ma - to when some - body sneezed.

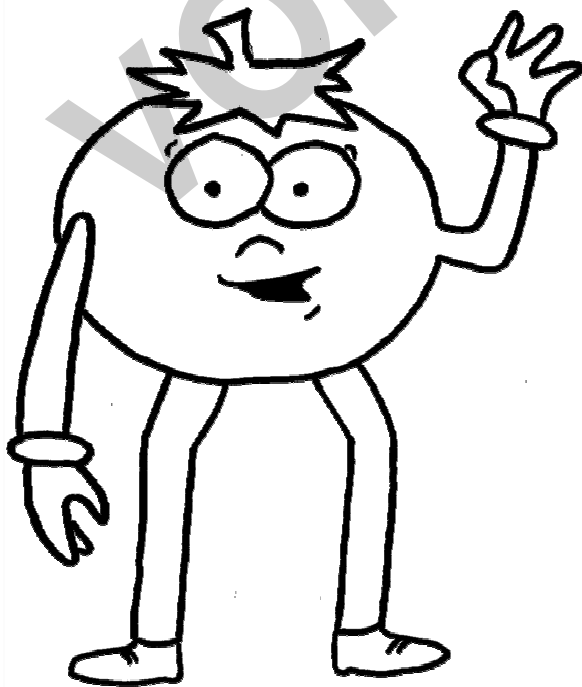
2. It rolled off the round table,
and onto the floor,
and then my poor tomato
rolled right out the door!

3. It rolled in Grandma's garden
and under a bush.
Oh, dear round, poor tomato
was nothing but mush.

4. The mush was as tasty
as tasty it could be.
And early the next summer,
guess what you could see!

5. I like my Grandma's garden,
with new tomato vines.
Tomatoes are so big
and they taste so fine.

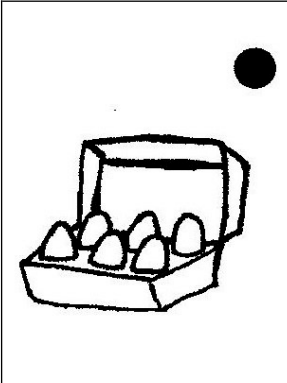
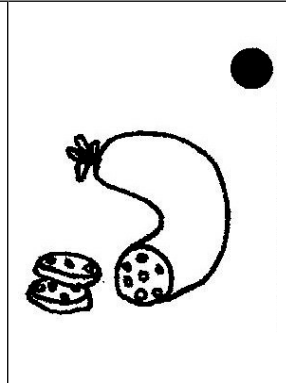
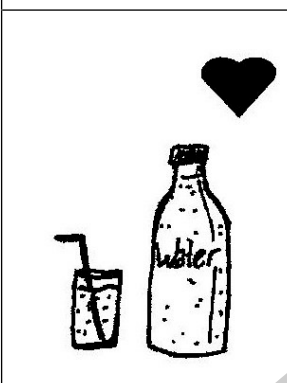
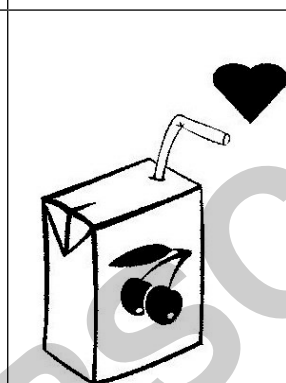
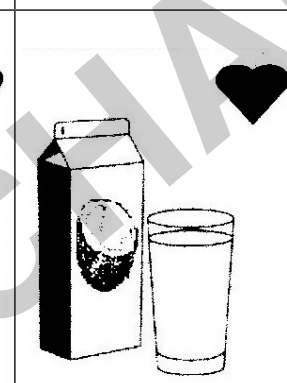
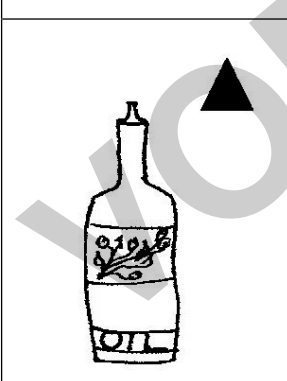
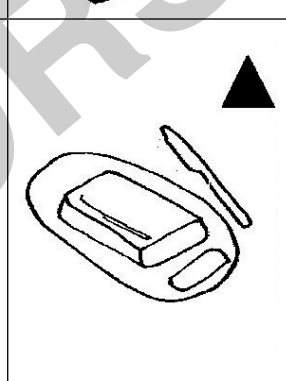
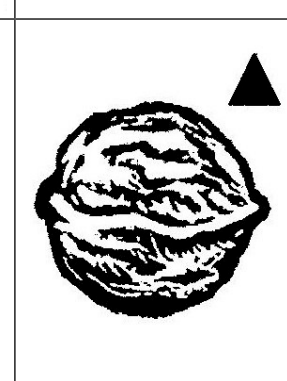
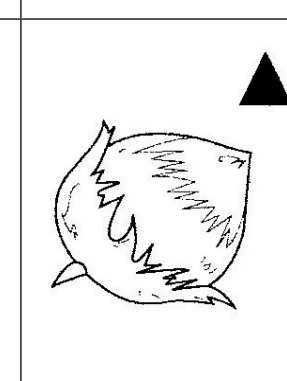
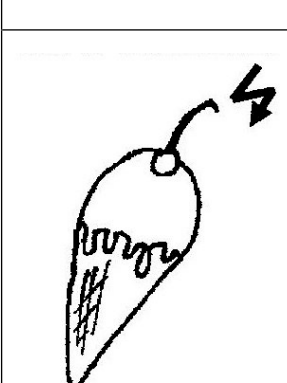
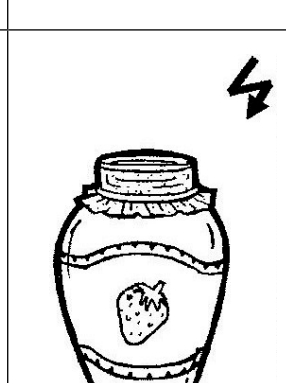

6. So if you like salad,
all covered with peas,
hold on to your tomato
and don't ever sneeze!



5.13	Healthy Food
M 8 ₍₂₎	Material

Happy Families – Picture Cards

✂

●	●	●	●
			
♥	♥	♥	♥
			
▲	▲	▲	▲
			
⚡	⚡	⚡	⚡
			

✂

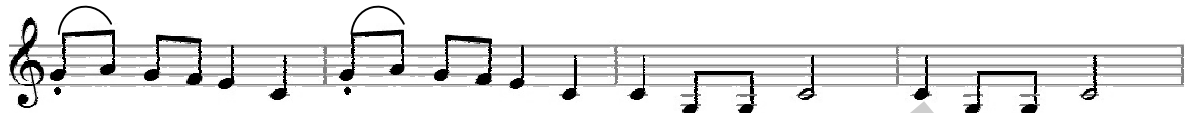
5.13	Healthy Food
M 9	Material

The Pizza Song

Tune: Brother Jacob
Lyrics: Sophie Böhme

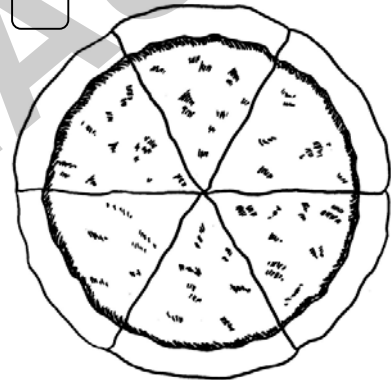


I like piz-za, I like piz-za. Piz-za is good, piz-za is good.



Piz - za is yum-my, piz - za is yum-my. It's heal-thy food, it's heal-thy food.

2. We need dough now, we need dough now,
tomatoes too, tomatoes too.
I like tasty mushrooms, I like tasty mushrooms.
What about you? What about you?



3. Let's take ham now, let's take ham now,
and some good cheese, and some good cheese.
Let us bake a pizza, let us bake a pizza.
Come, join us, please! Come, join us, please!

