



## Grundschule Schuljahr: 4 - 6



### Gesunde Lebensweise - Umweltbewusstsein

► **PROJEKTTAG** für 15 - 20 Schüler

- "Gesundheitstag"
- Einführung
- Gestaltung eines Schultages durch vorbereitete Beiträge der Schüler (mit Unterstützung durch VTP und den Lehrern)
- Vorlesung: Energiehaushalt des menschlichen Organismus, Stoffwechselprozesse; Energiebedarf; Diskussion
- kalorische und akalorische Nährstoffe, Getränke und Bewegung, Wachstum - Leistung - Gesundheit, Fast Food, Essstörungen, Stress, Lebensmittelzusatzstoffe - „E-Nummern“ auf Lebensmitteln, die Lebensmittelpyramide
- Internet-Recherche
- alternativ oder ergänzend: Exkursion zu einer Lebensmittelherstellung oder Ernährungsberatung
- eventuell spätere Erstellung einer PowerPoint-Präsentation für den weiteren Schulgebrauch
- Film: „Schadstoffe im Essen“, Diskussion

Betreuung: gemeinsam durch 1-2 Fachlehrer und 2-3 Vertreter von VTP