



Sekundarstufe II Schuljahr: 11 - 13



Gesunde Lebensweise - Umweltbewusstsein

► **PROJEKTWOCHE** für 15-20 Schüler

- Tag 1 Einführung; Vorlesung: Energiehaushalt des menschlichen Organismus, Stoffwechselprozesse;
Film: „Schadstoffe im Essen“, Diskussion
- Tag 2 Findung und Vergabe von Vortragsthemen über gesunde Lebensweise und selbst gewählte Themen der Schüler (kalorische und akalorische Nährstoffe, Getränke und Bewegung, Wachstum - Leistung - Gesundheit, Fast Food, Essstörungen, Stress, Lebensmittelzusatzstoffe - „E-Nummern auf Etiketten, Erstellung einer Lebensmittelpyramide, Entwicklung eines Fitnessprogramms/Ernährungsplans für Jugendliche oder Senioren);
Recherche der Verpackungsbeschriftung in Lebensmittelgeschäften
- Tag 3 Gruppenarbeit (3-4 Schüler je Gruppe) Internet-Recherche und Gestaltung der Vorträge; Kurzauswertung der Recherche;
Zuordnung von Teilnehmern und Inhalten zur Gestaltung von ca. 2 druckfertigen Postern (z.B. Lebensmittelpyramide, Energiehaushalt) und Beginn der Arbeiten
- Tag 4 Exkursion zu einer Lebensmittelherstellung oder Gespräch mit einer Ernährungsberaterin oder einem Fitnesstrainer;
Präsentation der Schülervorträge vor den jeweils Anderen;
Gruppenarbeit (3-4 Schüler je Gruppe) Gestaltung und Bearbeitung der Poster (ca. 2 Stk.)
- Tag 5 Präsentation der druckfertigen Poster vor den jeweils Anderen;
Kurzvortrag: Berufsbilder, die zur gesunden Lebensweise beitragen;
Erkennung möglicher Berufsinteressen im gemeinsamen Gespräch;
Auswertung

Betreuung: gemeinsam durch 1-2 Fachlehrer und 3-4 Vertreter von VTP