

# Sachunterricht Klasse 1/2

## Themenfeld Gesundheit

Inhalte und mögliche Themenschwerpunkte	Fachbezogene Kompetenzen (DAH´s) Die SuS...
<p><b>Ich und mein Körper</b></p> <p><b>Unsere Sinne</b></p> <p><b>Körperpflege &amp; Zahngesundheit</b></p> <p><b>Unsere Ernährung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gesundes Schulfrühstück</li> <li>- Unsere Sinne</li> <li>- Körperpflege</li> <li>- Zahngesundheit</li> <li>- Körperteile</li> <li>- Gefühle und Bedürfnisse</li> <li>- NEIN sagen dürfen               <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Zahnfee kommt</li> </ul> </li> </ul>	<p>...nehmen ihre Bedürfnisse wahr. (Essen, Trinken, Bewegung, Schlafen etc.)</p> <p>... nehmen den Unterschied zwischen Anstrengung und Anspannung wahr.</p> <p>... entwickeln Ideen für Entspannungsmöglichkeiten und probieren diese aus.</p> <p>... erproben ihre Sinne. (Sehen, Hören, Tasten, Schmecken, Riechen)</p> <p>... wissen um Körper- und Zahnpflegemaßnahmen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Duschen, Haare kämmen, Zähne putzen, Fingernägel schneiden</li> <li>➤ Besuch der „Zahnfee“ an der TSG</li> </ul> <p>... erfahren und beschreiben den Weg der Nahrung durch den Körper.</p> <p>... lernen die Verdauungsorgane und deren Funktion kennen.</p> <p>... ordnen Lebensmittel den Lebensmittelfamilien zu. (Wasser, Obst/Gemüse, Getreideprodukte, Milchprodukte, Fleisch, Süßigkeiten)</p> <p>... kennen den Aufbau der Ernährungspyramide.</p> <p>... dokumentieren ihre Trinkgewohnheiten.</p> <p>... besprechen gesunde Essgewohnheiten.</p> <p>... reflektieren Folgen einer ungesunden Ernährung.</p>
<p>Mögliche handlungsleitende Aufgabenstellungen:</p> <p><i>Wir führen ein Ernährungstagebuch.</i></p> <p><i>Wir erstellen ein Sinnesspiel für die Klasse.</i></p> <p><i>Wir planen einen Gesundheitstag für unsere Klasse und führen ihn durch.</i></p> <p><i>Wir schreiben ein Rezeptbuch für andere Klassen/ Eltern/ Lehrer.</i></p>	
<p>Anregungen und denkbare außerschulische Lernorte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Besuch eines Zahnarztes für ein Expertengespräch</li> <li>➤ Besuch der Phänomenta</li> <li>➤ Ein Ausflug in den Supermarkt/ in die Obst- und Gemüseabteilung</li> </ul>	