

## Inhalt

### Gesundheit

**Autorin: Laura Lahr**

<b>LS 01</b>	Begriffsannäherung: Ich fühle mich gesund, wenn...	5
<b>LS 02</b>	Definition von Gesundheit erstellen und vergleichen	9
<b>LS 03</b>	Einem Comic zum Immunsystem Informationen entnehmen	13
<b>LS 04</b>	Steckbriefe zu Krankheiten erstellen	20
<b>LS 05</b>	Bewegungszeiten und Bildschirmzeiten überprüfen	26
<b>LS 06</b>	Eine Entspannungshitliste erstellen	30
<b>LS 07</b>	Kommunikation reflektieren	36
<b>LS 08</b>	Ein Wissensspiel zum Thema „Gesundheit“ erstellen und spielen	39

### Gesunde Ernährung

**Autorin: Tanja Göttel**

<b>LS 01</b>	Zettelabfrage zum Thema „Gesunde/Ungesunde Ernährung“ durchführen	42
<b>LS 02</b>	Stummes Schreibgespräch zum Thema „Gesund/Ungesund“ vorbereiten	44
<b>LS 03</b>	Umfrage zum Thema „Gesunde Ernährung“ erarbeiten und durchführen	46
<b>LS 04</b>	Begriffe zum Thema „Ernährung“ klären	49
<b>LS 05</b>	Lesestationen zum Thema „Was sind Nährstoffe?“ erarbeiten	51
<b>LS 06</b>	Tabelle zum Thema „Wie wirken Nährstoffe?“ erschließen	59
<b>LS 07</b>	Das Thema „Ausgewogene Ernährung“ erarbeiten	62
<b>LS 08</b>	Expertenmethode zum „Weg der Nahrung“ durchführen	67
<b>LS 09</b>	Ernährungstipps entwickeln	72
<b>LS 10</b>	Ein Spiel zum Thema „Gesunde Ernährung“ entwickeln	74
<b>LS 11</b>	Ein gesundes Frühstück planen und durchführen	78

**Die Autorinnen:**

Laura **Lahr** ist Klassenlehrerin an einer hessischen Grundschule.

Tanja **Göttel** ist erfahrene Grundschullehrerin und seit 2001 in der Lehrerfortbildung tätig.