

KÖRPERZUSAMMENSETZUNG

K **ONTAKT**
I **NFORMATION**
O **RGANISATION**
S **ELBSTÄNDIGES**
ERARBEITEN
K **ONTROLLE**

WORUM ES GEHT

Was sind die Hauptbestandteile des Körpers und wie verändern sich diese? Warum macht erst die Zufuhr von Nahrung Sport möglich? Basiswissen rund um diese Fragen wird aufgebaut und erarbeitet.

METHODEN

Begriffsnetz

SOZIALFORMEN

Plenum, Einzelarbeit

VORBEREITUNG

- [Grafik Körperzusammensetzung](#) (ausdrucken oder auf die Wand projizieren)
- [AB Körperzusammensetzung](#) in Klassenstärke ausdrucken

LEHRPLANBEZUG

Deutsch und Kommunikation
Ernährung und Haushalt
Gesundheitsmanagement
Biologie und Umweltbildung

ZIELE

Förderung von **Lebensmittelwissen**, **Ernährungsbildung** und **Konsumkompetenz** – in dieser Einheit:



ERNÄHRUNGSBILDUNG

Die Schüler*innen

- kennen ihre Körperzusammensetzung und deren Anteile.
- wissen, warum erst die Zufuhr von Nahrung Sport möglich macht und wie uns Makronährstoffe Brenn- und Baustoffe liefern.

ABLAUF

- **Einstieg:** Die Lehrperson projiziert das Bild zur [Körperzusammensetzung](#) an die Tafel. Die Schüler*innen schauen sich das Bild an und werfen Begriffe und Interpretationsmöglichkeiten dazu ein. Die Lehrperson oder Schüler*innen schreiben die Ideen auf der Tafel oder einem Plakat mit.
- **Hauptteil:** Das [AB Körperzusammensetzung](#) wird in Einzelarbeit gelesen und die Fragen dazu werden beantwortet.