20.05.2021 | Unterrichtsvorschlag

Gesund durch den Tag

Grundschule

Die Schüler/-innen sammeln Ideen, was Menschen gesund bleiben oder krank werden lässt. Anhand kurzer Geschichten aus dem Alltag erarbeiten die Schüler/-innen, welche positiven und negativen Einflüsse die Umwelt auf ihre Gesundheit hat und inwiefern der Mensch selbst diese Wirkungen beeinflusst.

Gehört zu:

Thema des Monats: Gesundheit: Warum wir eine intakte Umwelt brauchen

Kompetenzen und Ziele

Die Schüler/-innen …

- können Zusammenhänge zwischen menschlicher Gesundheit und verschiedenen Umwelteinflüssen benennen,
- erklären Grundsätze der gesunden Lebensführung,
- formulieren Regeln und Tipps für eine gesunde Lebensführung,
- schulen ihre Methodenkompetenz, indem sie zielgerichtet Informationen aus Texten zusammentragen,
- fördern ihre Handlungskompetenz, indem sie Maßnahmen für die Verringerung von gesundheitsschädlichen Umwelteinflüssen bewerten.

Umsetzung

Einstieg

Die Leitfragen der Unterrichtseinheit lauten:

- Was brauchen wir, um gesund zu bleiben?
- Warum können uns Einflüsse aus der Umwelt krank machen?

Zum Einstieg nennt die Lehrkraft die Leitfragen. Zudem stellt sie drei bis vier typische Gesundheitsratschläge vor sowie Redensarten zum Befinden, wie sie oft im Alltag zu hören sind (siehe nachfolgende Beispiele). Die Lehrkraft fordert die Schüler/-innen auf, gegebenenfalls weitere Ratschläge und Redensarten zu ergänzen, die sie selbst schon einmal gehört haben.

Beispiele:

- Wasch dir die Hände vor dem Essen.
- Zieh dir was an, sonst erkältest du dich.
- Iss den Apfel, der ist gesund.
- Davon bekommst du Bauchschmerzen.
- Ich habe viel um die Ohren.
- Davon wird mir schlecht.

Die Leitfragen und gesammelten Aussagen werden für alle sichtbar notiert.

Die Lehrkraft fordert die Schüler/-innen auf, zu überlegen, welche Antworten auf die erste Leitfrage sich aus

den Ratschlägen ergeben. (Was brauchen wir, um gesund zu bleiben?)

Mögliche Antworten können sein:

Um gesund zu bleiben, brauchen wir: Wasser, Nahrung, Luft/Sauerstoff, Sonne, Hygiene, Erholung, Schlaf, Bewegung, Schutz vor UV-Strahlung/Regen und Kälte et cetera.

Die Antworten werden notiert und für alle sichtbar auf einem Symbolbild eines menschlichen Körpers angeordnet. Dies kann mithilfe einer einfachen Zeichnung an der Tafel, eines großformatigen Ausdrucks oder am Beamer/Whiteboard geschehen. Die Beiträge können auf Karten notiert und angeheftet oder direkt auf dem Bild notiert werden. Als Bild eignet sich eine einfache Strichzeichnung oder Silhouette (siehe frei verfügbare Grafikdatei in Wikimedia Commons [https://commons.wikimedia.org/wiki/Human_body_diagrams#/media/File:Man_shadow_-_upper.png]).

Arbeitsphase

Im Folgenden sammeln die Schüler/-innen Hinweise, wie diese Faktoren beeinflusst werden können, wenn die Umwelt durch den Menschen verändert wird. Dazu trägt die Lehrkraft kurze Geschichten [http://www.umwelt-im-unterricht.de//medien/dateien/vorlesegeschichten-ich-und-die-umwelt-gs] vor, die verschiedene Alltagssituationen beschreiben, in denen jeweils verschiedene ausgewählte positive und negative Umwelteinflüsse im Mittelpunkt stehen:

- Mal tief Luft holen!
- Vitamine für die Magen-Maschine
- Krach und Handystress? Mach mal Pause!

Die Geschichten können auch als Arbeitsmaterial verteilt und in Gruppen bearbeitet werden.

Während die Lehrkraft vorliest, notieren die Schüler/-innen auf Karten, welche Erkenntnisse sich aus den Geschichten ergeben. Ihre Ergebnisse werden in einem Gesprächskreis besprochen und in das bestehende Schaubild eingefügt. Durch Pfeile können die Zusammenhänge dargestellt werden. Gegebenenfalls ergänzt die Lehrkraft fehlende Punkte.

Abschluss

Im nächsten Schritt diskutierten die Schüler/-innen im Plenum, wie menschliche Aktivitäten mit diesen Umwelteinflüssen zusammenhängen und wie Menschen die verschiedenen Umweltwirkungen beeinflussen.

Die Lehrkraft nennt folgende Aufträge für die Diskussion:

- Benennt, welche Einflüsse aus der Umwelt in den besprochenen Geschichten auf unsere Gesundheit einwirken. (Zum Beispiel Schadstoffe in der Luft, im Wasser, Lärm, Sonnenstrahlung ...)
- Benennt die Ursache für diesen Einfluss aus der Umwelt – wie entsteht die Belastung? (Zum Beispiel Schadstoffe aus Motoren, Verkehrslärm ...)
- Benennt, auf welche Ursachen wir Menschen selbst Einfluss haben und auf welche nicht. Begründet. (Schadstoffe zum Beispiel gelangen durch uns Menschen in die Umwelt; auf die Sonnenstrahlung haben wir keinen Einfluss.)
- Beschreibt, wie die Einflüsse auf den Körper einwirken. Zum Beispiel: Wie kommen Menschen in Berührung mit den Schadstoffen? Welche Körperteile sind betroffen?
- Überlegt und beschreibt: Wie könnten schädliche Folgen für die Gesundheit vermieden werden? Zum Beispiel: Wie kann verhindert werden, dass die Schadstoffe in die Umwelt gelangen? Wie können Menschen den Kontakt mit den Schadstoffen vermeiden?
- Beschreibt, wer etwas tun kann, um diese Lösungen umzusetzen. Infrage kommen unter anderem: die betroffenen Menschen selbst, Gesetzgeber et cetera.

Die Handlungsoptionen, die sich aus der Diskussion ergeben, werden für alle sichtbar notiert. Dafür kann

eine Tabelle angelegt werden:

Was wir selbst tun können:

- Sonnencreme verwenden
- Gehörschutz verwenden
- ...

Was noch getan werden kann, um gesundheitsschädliche Einflüsse aus der Umwelt zu verringern:

- weniger Auto fahren, um Lärm und Schadstoffe in der Luft zu verringern
- ...

Informationen zu den Lösungsansätzen finden sich im Hintergrundtext [http://www.umwelt-im-unterricht.de//hintergrund/umwelteinfluesse-auf-die-gesundheit].

Erweiterung

- Anhand des entwickelten Schaubilds erstellen die Schüler/-innen gemeinsam eine Checkliste: Wie finde ich heraus, ob ich gesund lebe? Im Anschluss können die Schüler/-innen für sich selbst ein Tagebuch darüber führen, ob sie nach dieser Checkliste einen gesunden Lebensstil führen (Beispielsweise zum Umgang mit dem Handy, Ernährung etc.) Hinweis: Wenn persönliche Lebensgewohnheiten thematisiert werden, müssen Stigmatisierungen und Beschämung vermieden werden.
- Zur Veranschaulichung der Auswirkungen von Umwelteinflüssen kann das Schaubild des menschlichen Körpers aus der Bilderserie verwendet werden.
- Verschiedene Aspekte des Themas können mithilfe weiterer Unterrichtsmaterialien vertieft werden. Umwelt im Unterricht bietet hierzu zahlreiche Veröffentlichungen (siehe Abschnitt "Verwandte Themen" im didaktischen Kommentar).
- Darüber hinaus bieten sich weitere Unterrichtsmaterialien an, unter anderem: Umwelt und Gesundheit (Bundesumweltministerium), Sonne - aber sicher! sowie Mobilfunk (Bundesamt für Strahlenschutz).

[http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/]*Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz. [http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/]*

Sie dürfen diesen Text unter anderem ohne besondere Genehmigung verwenden und bearbeiten, z.B. kürzen oder umformulieren, sowie weiterverbreiten und vervielfältigen. Dabei müssen www.umwelt-im-unterricht.de [http://www.umwelt-im-unterricht.de/] als Quelle genannt sowie die oben genannte Creative Commons-Lizenz verwendet werden. Details zu den Bedingungen finden Sie auf der Creative Commons-Website [http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/].

[http://www.unesco.de/oer-faq.html] *Umwelt im Unterricht unterstützt die Erstellung von Bildungsmaterialien unter offenen Lizenzen im Sinne der UNESCO [http://www.unesco.de/oer-faq.html].*

Hintergrund | Grundschule | Sekundarstufe

20.05.2021

Umwelteinflüsse auf die Gesundheit

Foto: André Zehetbauer [https://www.flickr.com/photos/az1172/] / flickr.com [https://www.flickr.com/photos/az1172/2999840282/in/photolist-25ngssb-5z5Y1b-tNd7pc-4Njyaq-4NjuuJ] / CC BY-SA 2.0

Reine Luft, sauberes Trinkwasser, gesunde Lebensmittel und eine intakte Natur sind die Voraussetzungen für ein gesundes Leben. Umweltprobleme sind demnach auch Gesundheitsprobleme. Belastungen aus der Umwelt zählen neben der sozialen Lage und dem individuellen Lebensstil zu den wichtigsten Einflussfaktoren auf Gesundheit und Lebenserwartung der Menschen in Deutschland.

mehr lesen

[https://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.0/deed.de]

Arbeitsmaterial | Grundschule

20.05.2021

Meine Gesundheit und die Umwelt …

Die Arbeitsmaterialien enthalten kurze Geschichten mit Hinweisen darauf, wie Umwelteinflüsse die Gesundheit positiv oder negativ beeinflussen können. Sie können vorgelesen oder von den Schülern/-innen selbstständig bearbeitet werden.

mehr lesen

Foto: congerdesign [https://pixabay.com/de/users/congerdesign-509903/] / pixabay.com [https://pixabay.com/de/photos/buch-wiese-lesen-entspannen-2224934/] / Pixabay Lizenz [https://pixabay.com/de/service/license/]

Bilderserie | Sekundarstufe | Grundschule

20.05.2021

Der menschliche Körper und Umwelteinflüsse

Umwelteinflüsse wirken auf verschiedenste Weisen auf den menschlichen Körper. Das Schaubild kann verwendet werden, um dies zu veranschaulichen. Es zeigt die wichtigsten beteiligten Organe wie Lunge, Gehirn, Herz, Nieren, Leber und Darm. Die Illustration ist mit und ohne Beschriftung verfügbar.

mehr lesen

Lena Lögters / Umwelt im Unterricht / CC BY-SA 4.0 [https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de] unter Verwendung von Materialien aus Wikimedia Commons [http://commons.wikimedia.org/wiki/Human_body_diagrams]

Material herunterladen

Gesund durch den Tag - GS (PDF - 0 B)

Hintergrund

Umwelteinflüsse auf die Gesundheit - GS / SK (PDF - 81 KB)

Arbeitsmaterial

TdW_KW20_Umwelt_und_Gesundheit_Material_GS_final (DOCX - 28 KB)

Bilderserie

Lena Lögters / Umwelt im Unterricht / [http://www.umwelt-im-unterricht.de//unterrichtsvorschlaege?tx_cpsuiu_lessonshow%5Baction%5D=zip&tx_cpsuiu_lessonshow%5Bcontroller%5D=Lesson&tx_cpsuiu_lessonshow%5BgroupName%5D=image&tx_cpsuiu_lessonshow%5BitemUid%5D=2760&tx_cpsuiu_lessonshow%5Bobject%5D=151&cHash=a5e92363c60e70fff111f022c95e] CC BY-SA 4.0 [https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de] unter Verwendung von Materialien aus Wikimedia Commons [http://commons.wikimedia.org/wiki/Human_body_diagrams]

Der menschliche Körper (mit Benennung der Organe) (JPG - 298 KB)

Lena Lögters / Umwelt im Unterricht / [http://www.umwelt-im-unterricht.de//unterrichtsvorschlaege?tx_cpsuiu_lessonshow%5Baction%5D=zip&tx_cpsuiu_lessonshow%5Bcontroller%5D=Lesson&tx_cpsuiu_lessonshow%5BgroupName%5D=image&tx_cpsuiu_lessonshow%5BitemUid%5D=2761&tx_cpsuiu_lessonshow%5Bobject%5D=151&cHash=e952d2d38b708cddbcb444bc3041] CC BY-SA 4.0 [https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de] unter Verwendung von Materialien aus Wikimedia Commons [http://commons.wikimedia.org/wiki/Human_body_diagrams]

Der menschliche Körper (zur Benennung der Organe durch Schüler/-innen) (JPG - 304 KB)

Lena Lögters / Umwelt im Unterricht / [http://www.umwelt-im-unterricht.de//unterrichtsvorschlaege?tx_cpsuiu_lessonshow%5Baction%5D=zip&tx_cpsuiu_lessonshow%5Bcontroller%5D=Lesson&tx_cpsuiu_lessonshow%5BgroupName%5D=image&tx_cpsuiu_lessonshow%5BitemUid%5D=2759&tx_cpsuiu_lessonshow%5Bobject%5D=151&cHash=692194411d51cd9f12e698071ff4] CC BY-SA 4.0 [https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de] unter Verwendung von Materialien aus Wikimedia Commons [http://commons.wikimedia.org/wiki/Human_body_diagrams]

Der menschliche Körper (ohne Text und Markierungen) (JPG - 302 KB)

Zielgruppe

Grundschule

Fächer

Sachunterricht | Politik, SoWi, Gesellschaft | Chemie | Biologie

Schlagwörter

Umweltverschmutzung | Strahlung | Smog | Medizin | Luftverschmutzung | Lärm | Allergien | Asthma | Feinstaub | Gesundheit | Krankheit | Schadstoffe | Umwelteinflüsse | Verschmutzung