**Umwelt im Unterricht**[www.umwelt-im-unterricht.de](http://www.umwelt-im-unterricht.de)

Arbeitsmaterial (Grundschule)

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/Schülerinnen selbstständig bearbeitet werden.

Hinweise für Lehrkräfte

Was gehört noch zu diesen Arbeitsmaterialien?

Die folgenden Seiten enthalten Arbeitsmaterialien zum Thema der Woche „Gesundheit: Warum wir eine intakte Umwelt brauchen“ von Umwelt im Unterricht. Zum Thema der Woche gehören Hintergrundinformationen, ein didaktischer Kommentar sowie ein Unterrichtsvorschlag.

Sie sind abrufbar unter:  
<https://www.umwelt-im-unterricht.de/gesundheit-warum-wir-eine-intakte-umwelt-brauchen>

Inhalt und Verwendung der Arbeitsmaterialien

Die kurzen Geschichten behandeln mehrere Alltagssituationen, in denen es um jeweils verschiedene positive und negative Umwelteinflüsse auf die menschliche Gesundheit geht. Die Geschichten liefern Hinweise, was wir tun können, um schädliche Auswirkungen auf die Gesundheit zu verringern beziehungswiese zu vermeiden. Die Geschichten können vorgetragen oder als Arbeitsmaterial verteilt und in Gruppen bearbeitet werden.

Die Schüler/-innen erhalten den Auftrag, Hinweise zur Beantwortung folgender Fragen zu sammeln:

* Welche Einflüsse aus der Umwelt wirken auf unsere Gesundheit ein? (Zum Beispiel Schadstoffe in der Luft, im Wasser, Lärm, Sonnenstrahlung ...)
* Wie entstehen diese Einflüsse? (Zum Beispiel Schadstoffe aus Motoren, Verkehrslärm ...)
* Auf welche Ursachen haben wir Menschen selbst Einfluss und auf welche nicht? (Schadstoffe zum Beispiel gelangen durch Menschen in die Umwelt; auf die Sonne haben wir keinen Einfluss.)
* Wie wirken die Einflüsse auf den Körper ein? Zum Beispiel: Wie kommen Menschen in Berührung mit den Schadstoffen? Welche Körperteile sind betroffen?
* 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?

Übersicht über die Arbeitsmaterialien

[Text 1: Mal tief Luft holen! 1](#_Toc72401537)

[Text 2: Vitamine für die Magen-Maschine 2](#_Toc72401538)

[Text 3: Krach und Handystress? Mach mal Pause! 3](#_Toc72401539)

Text 1:  
Mal tief Luft holen!

Wie beeinflusst Luft die Gesundheit?

Ich gehe gerne mit meiner Freundin Anna und ihrer Mutter in den Wald. An einer besonders schönen Stelle am See bleibt Annas Mutter jedes Mal stehen und atmet laut ein und aus. Dann wissen wir schon, was sie als Nächstes sagen wird: „Kinder, atmet mal die Luft. So gut wie hier ist die nirgendwo.“ Auch wenn wir es ein bisschen albern finden, machen wir meistens mit und schnaufen wie die Nilpferde.

Eigentlich hat Annas Mutter ja Recht. Bäume filtern die Luft und produzieren Sauerstoff – und den brauchen wir zum Atmen. So hat es zumindest unser Lehrer erklärt. Die Luft im Wald riecht auf jeden Fall besser als bei meiner Tante Tina: Sie raucht Zigaretten.

Aber selbst die Luft mit Zigarettenqualm ist wahrscheinlich nichts gegen die Luft in Peking. Das ist die Hauptstadt von China und sie ist eine der größten Städte der Welt. Letzte Woche kam mein Vater von einer Reise aus Peking zurück. Auf den Fotos, die er gemacht hat, konnte man von Peking allerdings kaum etwas erkennen.

Die ganze Stadt liegt im Nebel! Oder besser gesagt: im Smog. So nennt man den Nebel, der aus Staub und Abgasen besteht. Er ist ziemlich ungesund. Auf den Fotos hatten die meisten Menschen einen Mundschutz um, damit sie den Smog nicht einatmen.

Mein Vater hat erklärt, dass der Smog durch die vielen Abgase entsteht, wenn Millionen von Fahrzeugen gleichzeitig auf der Straße sind. Und auch durch den Qualm, der bei der Verbrennung von Kohle entsteht. Um Peking herum gibt es wohl viele Kohlekraftwerke, in denen Energie mit Kohle erzeugt wird. Und wenn der Wind ungünstig steht, wird der Kohlestaub nach Peking geweht.

Ich bin froh, dass in Deutschland die Luft selbst in den Städten nicht so schlecht ist. Aber die vielen Autos stinken trotzdem.

Text: Umwelt im Unterricht, unter Verwendung von Informationen des Umweltbundesamtes

Text 2:  
Vitamine für die Magen-Maschine

Wie kann das Essen unsere Gesundheit beeinflussen?

Wenn mir beim Essen langweilig wird, stelle ich mir manchmal vor, ich hätte eine Maschine im Magen, die das Essen sortiert. Je nachdem, was mein Körper gerade braucht, würde in meiner Handfläche eine Schrift aufleuchten: „zu viel Zucker“ oder „bitte mehr Vitamine“. Dann müsste meine Mutter nicht ständig mit dem Obst hinter mir herlaufen.

„Fünf am Tag“, das ist ihr neues Motto: Ich soll jeden Tag mindestens fünf verschiedene Sorten frisches Obst und Gemüse essen, damit der Körper genug Mineralstoffe und Vitamine bekommt. Schade eigentlich, dass Äpfel nicht nach Pizza schmecken.

Wenn es wenigstens schon Erdbeeren gäbe! „Erst, wenn Erdbeerzeit ist“ – da bleibt meine Mutter stur. In der Schule gab es letztens schon im März Erdbeeren, die kamen aus Spanien und waren noch gar nicht richtig süß. Meine Mutter hat mir einiges darüber erzählt, warum sie manches Obst nicht kauft: In einigen Gegenden gibt es weit und breit nichts anderes als Erdbeeren. Das nennt man Monokultur. Um Krankheiten zu vermeiden, werden die Erdbeeren mit Schutzmitteln eingesprüht. Das ist nicht gut für den Boden und diese ganzen chemischen Stoffe gelangen auch ins Grundwasser. Und dann müssen die Erdbeeren oft noch nach Deutschland transportiert werden. Damit sie dabei nicht schimmeln, werden sie nochmal mit chemischen Stoffen besprüht.

„Das klingt tatsächlich nicht so lecker“, habe ich zugegeben. Aber unser Erdbeerbeet liegt doch auch direkt an der Hauptstraße. Ob es so viel gesünder ist, wenn die ganzen Autoabgase in die Erdbeeren kommen? Ich frage besser mal auf dem Markt nach, woher dort die Erdbeeren kommen und wie sie behandelt werden.

Und was die “Fünf am Tag” angeht, habe ich einen neuen Trick: Ich mache im Mixer einfach mit Wasser einen Fruchtsaft draus. Das ist ehrlich gesagt ziemlich lecker, auch ohne Erdbeeren. Meine Magen-Maschine würde wahrscheinlich einen Salto schlagen bei all den Vitaminen.

Text: Umwelt im Unterricht, unter Verwendung von Informationen der Initiative „5 am Tag“ und des aid Infodienstes

Text 3:  
Krach und Handystress? Mach mal Pause!

Wie beeinflussen Krach und Lärm unsere Gesundheit?

Puh, ist es hier ruhig. Nur der Bach plätschert leise und ein paar Vögel singen. Vorhin, zu Hause, war es kaum auszuhalten. Ausgerechnet heute ist es auf der Baustelle nebenan noch lauter als sonst. Ich habe versucht, meine Hausaufgaben zu machen, aber das war bei dem Lärm einfach nicht möglich. Das Fenster konnte ich aber auch nicht zumachen, dafür war es viel zu heiß in der Wohnung.

Dann ist mir der Park eingefallen. Zum Glück ist er nicht weit weg von unserem Haus. Ich muss nur einmal rechts abbiegen und über die Ampel gehen, dann kommt schon der Park. Im Park haben ziemlich viele Leute mit dem Handy telefoniert oder laut Musik gehört. Papa würde jetzt wahrscheinlich so etwas sagen wie: „Warum genießen die nicht einfach mal die Ruhe?“

Zum Hausaufgaben machen war es mir auch hier zu laut. Aber Moment! Es gibt doch diese geheime Stelle, wenn man den Weg am Ende des Parks weitergeht. Dort fließt ein kleiner Bach entlang. Dort gehe ich hin!

Die Ruhe ist herrlich am Bach. Das Plätzchen hier ist fast zu schade, um Hausaufgaben zu machen. Ich mache erst mal eine kleine Pause. Vielleicht sehe ich ja wieder einen Frosch …

Text: Umwelt im Unterricht, unter Verwendung von Informationen des Bundesamtes für Strahlenschutz