



Arbeitsauftrag	Die LP koordiniert die Gruppenbildung und gibt die Arbeitsabläufe und Kriterien für die Kurzvorträge vor. Die Gruppen arbeiten selbstständig an ihren Vorträgen. SuS erarbeiten sich einen kurzen Vortrag und gestalten ein Plakat / Poster dazu.
Ziel	SuS vertiefen sich in ein Teilthema der Ernährung, indem sie selbstständig ein Gruppenprojekt planen und durchführen.
Material	<ul style="list-style-type: none">• Informationen für die Lehrperson• Informationstexte• Packpapier oder Flip-Chart für die Poster• Mal- und Bastelutensilien• Computer mit Internetzugang
Sozialform	GA
Zeit	240'

Hinweis: Plakate behalten und bei der Abschlussausstellung zeigen.

Zusätzliche Informationen:

- Schweizerische Gesellschaft für Ernährung: www.sge-ssn.ch
- Mögliche Alternativen zum Projekt: Eine Exkursion machen (z.B. Bauernhof, Gärtnerei) oder einen Sporttag durchführen.

kiknet.ch - Lektionen

Sehr viele Unterrichtsmaterialien zu verschiedensten Nahrungsmitteln und Zubereitungsarten für die Sekundarstufe I finden sich in der Rubrik «Wirtschaft / Arbeit / Haushalt» auf kiknet.ch:
<https://www.kiknet.ch/sek-l-3-zyklus/wirtschaft-arbeit-haushalt/>



Gruppenprojekt Kurzvorträge



Aufgabe: Jede Gruppe gestaltet ein grosses Poster mit den wichtigsten Ergebnissen und Erkenntnissen. Um das Poster vorzustellen, hält jede Gruppe einen kleinen Vortrag. Je nach Bedarf und Möglichkeit kann auch mit einer Power-Point-Präsentation, einem Video oder einem Rollenspiel gearbeitet werden. Die Poster werden in der Ausstellung gezeigt.

Themenvorschläge

Thema	Teilthemen, Vorgehen	Adressen, Material
Essgewohnheiten	Ihr entwerft selbstständig einen Fragebogen und befragt Leute im Dorf / in der Stadt / auf dem Schulareal zu ihren Essgewohnheiten. So könnt ihr zum Beispiel herausfinden, wie viele Leute ihren BMI oder die Ernährungspyramide kennen. Die Resultate versucht ihr in Diagrammform zu präsentieren.	Informationen zu Fragebögen: www.2ask.ch Informationen zu gesunder Ernährung unter: www.sge-ssn.ch
Bulimie	Ihr informiert euch über die Ess-Brech-Sucht. Welche Ursachen und Folgen hat diese Krankheit, wie kann man sie heilen, wie sieht der Verlauf aus?	www.wikipedia.ch www.magersucht.ch/bulimie.htm www.sge-ssn.ch www.netzwerk-essstoerungen.ch www.feel-ok.ch
Anorexie	Ihr informiert euch über Magersucht. Welche Ursachen und Folgen hat diese Krankheit, wie kann man sie heilen, wie sieht der Verlauf aus?	www.netzwerk-essstoerungen.ch www.wikipedia.ch www.sge-ssn.ch www.feel-ok.ch
Übergewicht (Adipositas)	Ihr informiert euch über Ursachen und Folgen von Übergewicht und Fettsucht. Was kann man dagegen tun? Vergleicht die Ernährung Übergewichtiger mit einer gesunden Ernährung. Wo kann man korrigierend eingreifen?	www.sge-ssn.ch www.netzwerk-essstoerungen.ch www.saps.ch
Sport und Bewegung	Zu gesunder Ernährung gehören auch Sport und Bewegung. Welche Sportart braucht wie viele Kalorien? Wie viel Schokolade darf man essen nach einer halben Stunde Basketball? Und wie ernähren sich eigentlich Spitzensportler?	www.swiss-athletics.ch www.swisski.ch www.swissvolley.ch www.sge-ssn.ch
So ernährt man sich in ...	Verschiedene Kulturen, Völker, Länder und Kontinente haben verschiedene Esssitten. Sucht besonders spannende Beispiele! Vielleicht habt ihr sogar bereits selber einmal Meerschweinchen gegessen in Peru!	Informationen in Büchern oder im Internet. Gebt eure Stichworte (z.B. Esssitten, Nahrungsmittel, Nigeria) in eine Suchmaschine ein. Fündig werdet ihr auch bei Wikipedia. Fragt Menschen aus andern Kulturen direkt.



Thema	Teilthemen, Vorgehen	Adressen, Material
Essen und Religion	An Festtagen sind einige Speisen verboten. Gewisse Tiere gelten als heilig oder unrein und dürfen deshalb nicht verspeist werden. Welche Religion hat welche Vorgaben?	www.wikipedia.ch www.islam.ch/ramadan www.icz.org www.krishna.ch
Koschere Ernährung im Judentum	Im Judentum gelten ganz besondere Ernährungsregeln. Zeigt auf, wie man sich kosher ernährt und nach welchen strengen Regelungen orthodoxe Juden ihre Speisen zubereiten müssen.	www.icz.org www.wikipedia.ch
Vegetarisch, vegan leben	Es gibt verschiedene Formen von Vegetarismus und auch verschiedene Gründe, weshalb Vegetarier kein Fleisch oder Veganer gar keine Tierprodukte verspeisen. Sucht nach den Hintergründen.	www.vegetarismus.ch www.wikipedia.ch www.krishna.ch
Saisongemüse, Bio-Labels und glückliche Tiere	Wie kann man bei der Ernährung auf die Natur Rücksicht nehmen? Weshalb sollte man Saisongemüse und Saisonfrüchte bevorzugen? Was bedeuten die verschiedenen Ökolabels?	www.lid.ch www.ip-suisse.ch www.bio-suisse.ch naturaplan.coop.ch www.natura-beef.ch
Diabetes	Ihr informiert euch über Ursachen und Folgen von Diabetes (Zuckerkrankheit). Was kann man dagegen tun? An welche Ernährungsregeln müssen sich Diabetiker halten?	www.diabetesgesellschaft.ch www.wikipedia.ch www.diabetes-ernaehrung.ch
Mangelernährung, Skorbut und Wasserbauch	Welche Arten von Mangelernährung gibt es? In welchen Klimazonen und Ländern treten gehäuft Fälle von Mangelernährung auf? Wie war das früher? Was kann man dagegen tun?	www.wikipedia.ch www.msf.ch/Mangelernaehrung www.foodnews.ch
Verschiedene Diäten	Viele Diäten versprechen Wunder! Was steckt wirklich dahinter? Welche Diäten sind sinnvoll, welche nicht? Was ist ein Jo-Jo-Effekt? Informiert und erklärt.	www.sge-ssn.ch www.foodnews.ch
Eigenes Thema	Lustiges, spannendes oder interessantes Teilthema im Zusammenhang mit gesunder Ernährung.	www.sge-ssn.ch www.foodnews.ch www.wikipedia.ch

Mögliche Präsentationsformen

Präsentationsformen	
Rollenspiele	Spielt einige Szenen zu einem selbst gewählten Thema (s. oben). Die Szenen dürfen lustig und unterhaltsam sein, sollen aber auch zum Nachdenken über gesunde Ernährung anregen.
Interviews und Umfragen	Wählt eines der Themen und startet dazu eine Umfrage oder macht ein Interview mit jemandem. Natürlich müsst ihr euch auch hier zuerst etwas über die Hintergründe informieren.
Video	Dreht eine Reportage, in der ihr Interviews zeigt, die Informationen als „Nachrichtensprecher“ selber in die Kamera spricht und Rollenspiele zum Thema aufnimmt.
Power Point	Als Unterstützung zu eurem Vortrag zeigt ihr eine Folienpräsentation mit den wichtigsten Aussagen, Bildern und Grafiken.



Konzept für die Vorträge



Aufgabe: Lest die Informationen auf dieser Seite, sammelt erste Informationen zu eurem Thema und plant eure Gruppenarbeit. Tragt die Informationen zusammen und füllt das Konzept auf der nächsten Seite aus.

Informationssuche

- Eure Lehrperson hat eine Liste mit Adressen, wo ihr Informationen sammeln könnt.
- In der Schulbibliothek oder in anderen Bibliotheken findet ihr bestimmte Bücher zu eurem Thema. Das Bibliothekspersonal ist euch bei der Suche behilflich.
- Schaut auch zu Hause nach: Vielleicht steht da oder dort ein Buch oder ein Magazin, das genau die Informationen beinhaltet, die ihr braucht.
- An jeder Schule gibt es Lehrpersonen oder Schüler, die sich mit bestimmten Themen besonders gut auskennen und viel Material dazu haben. Scheut euch nicht, nachzufragen, sie helfen euch bestimmt weiter.
- Sucht im Internet nach Informationen und Bildern. Aber passt auf: Es stimmt nicht immer alles, was im Internet steht. Zur Sicherheit solltet ihr jeweils drei oder vier verschiedene Websites besuchen. Steht überall mehr oder weniger das Gleiche, könnt ihr die Information übernehmen.

Zu einem Kurzvortrag gehört nicht nur der Vortrag selber, sondern auch eine kleine Zusammenfassung, die ihr euren Mitschülern verteilen könnt. Statt eines normalen Textes könnt ihr natürlich auch einen Lückentext, ein Quiz mit den wichtigsten Fragen oder ein Kreuzworträtsel gestalten. So müssen eure Klassenkameraden besonders gut aufpassen. Zu jedem Vortrag gehören ein oder mehrere Bilder. Falls ihr die Möglichkeit habt, könnt ihr Bilder mit dem Beamer oder dem Visualizer zeigen. Ansonsten eignen sich Poster oder Hellraumprojektorfolien. Nicht geeignet sind Fotos oder Bilder in Büchern zum Herumreichen, das lenkt zu sehr ab.

Projekt Kurzvortrag



Wer? (Gruppenmitglied)	Was? (Teilthema)	Informationen von (gebrauchte Bücher, Websites, Adressen)	Material (Projektor, Tafel, Bild etc.)	Zeit



Tipps und Tricks für Vorträge

- ❖ Macht eine kleine Übung: Erzählt einander in Schriftsprache gegenseitig euren Lieblingsfilm, etwas über euer Hobby oder von euren letzten Ferien. Bestimmt müsst ihr dazu weder von einem Blatt ablesen noch einen Text auswendig lernen. Genauso spontan solltet ihr euren Vortrag halten. Dazu muss man sich so stark ins Thema einarbeiten und so gut informiert sein, dass man frei erzählen kann.
- ❖ Erlaubt sind kleine Spickzettel mit Stichworten. So könnt ihr die Reihenfolge einhalten und verliert den Faden nicht. Auf keinen Fall aber solltet ihr euren Vortrag auswendig lernen oder alles ablesen. Das wirkt langweilig.
- ❖ Gestaltet den Vortrag abwechslungsreich. Zu jedem Teilthema wird ein Bild gezeigt, zwischendurch werden den Mitschülern Verständnisfragen gestellt.
- ❖ Übt den Vortrag zwei- bis dreimal. Achtet dabei auch darauf, dass ihr euch an das Zeitlimit haltet (maximum 10 Minuten). Berechnet nach diesen 10 Minuten noch einige Minuten für das Beantworten von Fragen der Klassenkameraden mit ein.
- ❖ Sprecht langsam, laut und deutlich! Verwendet möglichst wenige Fremdwörter, sondern erklärt alles exakt und verständlich in gutem Hochdeutsch. Macht kurze Sätze und braucht nur Wörter, die allgemein verständlich sind. Wenn sich Fachausdrücke und Fremdwörter nicht vermeiden lassen, dann erklärt euren Mitschülern die Bedeutung. Das hilft nicht nur der Klasse, es zeigt auch, dass ihr wirklich wisst, wovon ihr spricht.
- ❖ Denkt schon beim Konzept an all diese Punkte und beginnt mit der Vorbereitung so früh wie möglich. Macht zuerst das Konzept (Planung), sammelt danach Informationen und gestaltet dann euren Vortrag und das Poster.
- ❖ Gestaltet ein grosses Poster mit vielen Bildern und den wichtigsten Fakten aus eurem Vortrag. Schreibt diese in sehr knappen, einfachen Sätzen. Verwendet dazu eine grosse Schrift (von Hand mit dicken, wasserfesten Filzstiften oder mit dem PC mindestens 28pt.-Schrift). So können auch Leute, die den Vortrag nicht gehört haben, von eurer Arbeit profitieren. Für das Poster verwendet ihr A1-Papier oder Packpapier. Es soll einen logisch strukturierten Aufbau und viel Farbe haben.
- ❖ **Achtung:** Auch wenn es lustig aussieht, sollten Bilder und Texte nicht schief und schräg und wild durcheinander aufgeklebt werden, sondern so, dass man sie auch ohne Nackenverrenkung gut lesen kann!
- ❖ Falls ihr mehrere Tage Zeit habt, solltet ihr mindestens zwei Tage vor dem Vortrag mit allem fertig sein. So könnt ihr allfällige PC-Abstürze oder Druckerprobleme noch rechtzeitig abfedern. Macht in jedem Fall immer eine Sicherheitskopie auf einem USB-Stick oder einer externen Festplatte. Probiert jegliche Technik, die ihr beim Vortrag braucht, mindestens einen Tag vorher im Vortragszimmer aus.