

Aufgabe 3: Knobeln und rätseln

Vitamine und deren Nutzen

Vitamine spielen eine zentrale Rolle in der Ernährung. Hast du genügend Wissen über die Vitamine, um das folgende Logical zu lösen?

LERNZIEL:

- Vorkommen und Nutzen von Vitaminen kennen

Achte darauf:

1. Du ordnest mindestens 3 Vitaminen ihren Nutzen und das entsprechende Lebensmittel zu (Auftrag 1).
2. Du schreibst die verschiedenen Informationen ins richtige Feld der Tabelle (Auftrag 1).
3. Du beantwortest mindestens 2 Fragen zu den Vitaminen und ihrem Nutzen richtig (Auftrag 2).

Führe folgende Aufträge durch:

- Lies das Logical genau durch.
- Fülle die untenstehende Tabelle aus, indem du sämtliche Informationen im entsprechenden Feld einträgst.

1. Logical

Vitamine und deren Nutzen

1. Das Vitamin, das gut ist für die Knochen, befindet sich zuoberst im Feld rechts aussen.
2. Das Vitamin A steht zwischen dem Vitamin D und dem Vitamin B.
3. Vitamin C, das gut ist für die allgemeine Gesundheit, kommt in Orangen vor.
4. In der Milch kommt das Vitamin, das gut für die Augen ist, kaum vor.
5. Links vom Vitamin A befindet sich das Vitamin, das gut ist für das Blut.
6. Die Milch enthält das Vitamin B.
7. Das Hühnerei enthält das Vitamin, das im Feld rechts aussen steht.
8. Das Vitamin C steht zuoberst im Feld links aussen.
9. Karotten enthalten viel Vitamin A

Welches Vitamin?				
Wofür ist es gut?				
In welchem Lebensmittel kommt es vor?				

2. Fragen

Frage 1

Ein Freund von dir hat das Bein gebrochen. Welches Gericht empfiehlst du ihm, damit der Knochen gut verheilt?

.....

Frage 2

Welches Vitamin hilft dir, dass du dich nicht so schnell erkältest?

.....

Frage 3

Welches Vitamin unterstützt deine Sehkraft?

.....

Rätsel

LERNZIEL:

- Begriffe der Ernährung kennen

Achte darauf:

4. Du schreibst mindestens 7 richtige Lösungen der Aussagen 1 – 10 in die dafür vorgesehenen Felder (Auftrag 3).
5. Du wählst bei mind. 3 der Fragen 11 – 15 den richtigen Begriff aus und schreibst diesen in die leeren Felder (Auftrag 3).
6. Du erklärst mind. 2 der aufgeführten Begriffe klar und verständlich (Auftrag 4).

4. Erkläre die Begriffe:

1. Industriell verarbeitete Nahrungsmittel

.....

.....

2. Fastfood

.....

.....

3. Vitamin

.....

.....

Name: _____ Datum: _____

Aufgabe 3: Auswertung

Bezug zum Lehrplan 21:

- NMG.1.3.e: Die Schülerinnen und Schüler können eigene Vorstellungen zur Ernährung mit Modellen vergleichen sowie die Funktion von Modellen im Alltag einordnen (z.B. Ernährungsscheibe, Ernährungspyramide).

Lernziele:

- Ernährungsregeln verschiedenen Rezepten zuordnen und die Zuordnung begründen

✓ nicht erreicht	✓ erreicht	✓ übertroffen
------------------	------------	---------------

Kriterium 1

Du ordnest mindestens 3 Vitamine ihren Nutzen und das entsprechende Lebensmittel zu (Auftrag 1).

Weniger als 3 Vitamine ist ihr Nutzen richtig zugeordnet.	3 Vitamine ist ihr Nutzen richtig zugeordnet.	4 Vitamine ist ihr Nutzen richtig zugeordnet.
Weniger als 3 Vitamine ist das Lebensmittel richtig zugeordnet.	3 Vitamine ist das Lebensmittel richtig zugeordnet.	4 Vitamine ist das Lebensmittel richtig zugeordnet.

Kriterium 2

Du schreibst die verschiedenen Informationen ins richtige Feld der Tabelle (Auftrag 1).

Einzelne Vitamine, ihr Nutzen oder die Lebensmittel sind im falschen Feld eingetragen.	Vitamine und Lebensmittel sind im richtigen Feld.	Alle Informationen sind in den richtigen Feldern.
--	---	---

Kriterium 3

Du beantwortest mindestens 2 Fragen zu den Vitaminen und ihrem Nutzen richtig (Auftrag 2).

Weniger als 2 Fragen sind richtig beantwortet.	2 Fragen sind richtig beantwortet.	3 Fragen sind richtig beantwortet.
--	------------------------------------	------------------------------------

Kriterium 4

Du schreibst mindestens 7 richtige Lösungen der Aussagen 1-10 in die dafür vorgesehenen Felder (Auftrag 3).

Weniger als 7 Wörter sind richtig eingesetzt.	7 Wörter sind richtig eingetragen.	Mehr als 7 Wörter sind richtig eingetragen.
---	------------------------------------	---

Kriterium 5

Du wählst bei mindestens 3 der Fragen 11-15 den richtigen Begriff aus und schreibst diesen in die leeren Felder (Auftrag 4).

Weniger als 3 Begriffe sind richtig eingesetzt.	3 - 4 Begriffe sind richtig eingesetzt.	Mehr als 4 Begriffe sind richtig eingesetzt.
---	---	--

Kriterium 6

Du erklärst mindestens 2 der drei aufgeführten Begriffe klar und verständlich (Auftrag 4).

Weniger als 2 Begriffe sind richtig erklärt.	2 Begriffe sind richtig erklärt.	3 Begriffe sind richtig erklärt.
Weniger als 2 Begriffe sind klar und verständlich formuliert.	2 Begriffe sind klar und verständlich formuliert.	3 Begriffe sind klar und verständlich formuliert.

Aufgabe 3: Knobeln und rätseln

Aufgabenstellung:

- Die Erkenntnisse aus dem Logical in die richtigen Felder eintragen
- Fragen beantworten
- Rätselwörter richtig in die Felder schreiben
- Begriffe in ganzen Sätzen beschreiben

Lernziele:

- Vorkommen und Nutzen von Vitaminen kennen
- Begriffe der Ernährung kennen

Hinweise:

- Die Kinder haben das Arbeitsblatt «6 Ernährungsregeln» während der ganzen Arbeit vor sich.
- Voraussetzung: Die Kinder müssen mit Logicals vertraut sein.
- Bei Auftrag 1 kann das Logical durch einen Sachtext ersetzt werden.

Bezug zum Lehrplan 21:

- NMG.1.3.d: Die Schülerinnen und Schüler können in Grundzügen die Bedeutung von Wasser und Nährstoffen für eine ausgewogene Ernährung beschreiben.
Direktlink: <http://v-ef.lehrplan.ch/101rcKSNTXBWVta68BX7TyZVXPFXqTy5f>