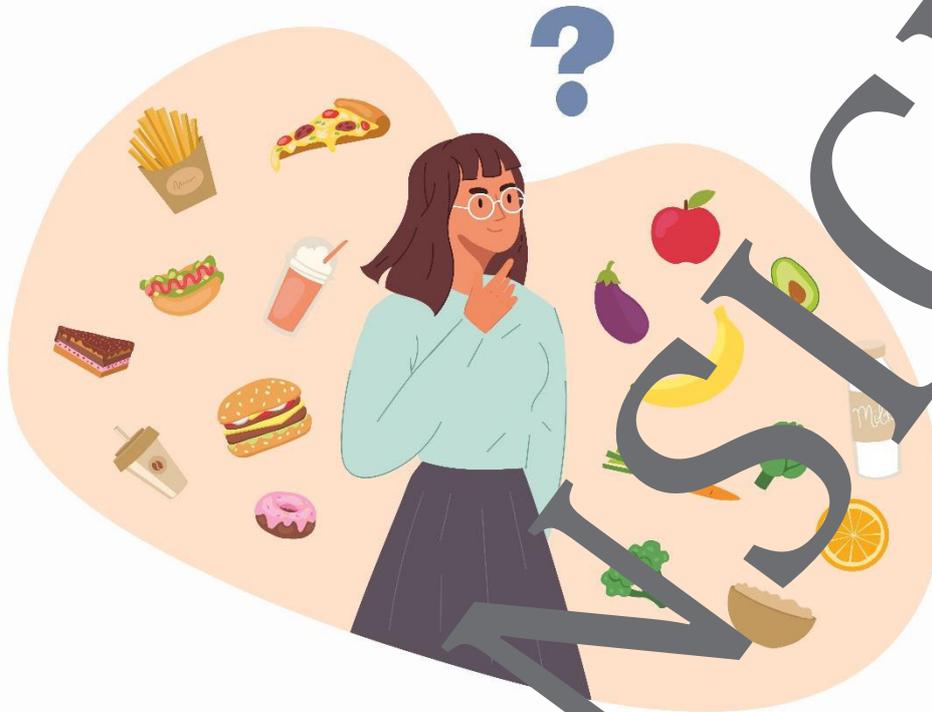


Das große Quiz zu den Nahrungsbestandteilen

Nach einer Idee von Kerstin Fiedeldei



© Rudzan Nagiev/iStock/Getty Images Plus

Überprüfen und sichern Sie das Wissen Ihrer Klasse über die Bestandteile unserer Nahrung mit einem spannenden, digitalen Quiz. Lassen Sie die Lernenden gegeneinander antreten, wenn es um Fragen geht wie „Wie sind Kohlenhydrate chemisch aufgebaut?“ oder „Welches Vitamin kann der Körper selbst herstellen?“

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	7
Dauer:	1–2 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Die Lernenden 1. erklären den chemischen Aufbau der Nahrungsbestandteile, 2. erläutern die Funktion der Nahrungsbestandteile im Körper, 3. nennen Lebensmittel, die bestimmte Nahrungsbestandteile enthalten, 4. beschreiben den Einfluss der Nahrungsbestandteile auf den Stoffwechsel, 5. nennen Maßnahmen für die Gesunderhaltung des Körpers.
Thematische Bereiche:	Ernährung, Nährstoffe, Fett, Eiweiß, Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe, Blutzucker, Ballaststoffe

Didaktisch-methodische Orientierung

Ablauf des Spiels

Innerhalb eines Quiz-Spiels lernen, wiederholen und sichern die Lernenden Inhalte zum Bau der Kohlenhydrate, Fette und Eiweiße sowie zur Bedeutung von Vitaminen und Mineralstoffen. Das Spiel liegt in Form einer interaktiven *PowerPoint* vor, die projiziert werden kann. Die *PowerPoint* liegt einmal in einer bearbeitbaren Version (.pptx) für die Lehrkraft vor. Zusätzlich liegt das Spiel im Präsentationsmodus (.ppsx) für die Lerngruppe vor. Das Spiel kann in kleinen Gruppen oder im Plenum durchgeführt werden. In jedem Fall sollte die Lerngruppe in zwei gegeneinander antretende Gruppen eingeteilt werden. Zusätzlich wird ein Spielleiter bzw. eine Spielleiterin bestimmt, die das gesamte Spiel moderiert und die Antworten kontrolliert. Das Team mit der Person mit der kleinsten Schuhgröße (alternativ auch mit dem jüngsten Mitglied oder dem nächsten Geburtstag) beginnt. Es bestimmt das gewünschte Feld, indem es Kategorie und Punktzahl nennt, zum Beispiel „Kohlenhydrate 30“. Der Spielleiter bzw. die Spielleiterin entscheidet, ob die gegebene Antwort des Teams inhaltlich richtig ist. Bei korrekter Antwort erhält das Team die Punktzahl. Das Team, das nach Aufdecken aller Karten die meisten Punkte gesammelt hat, gewinnt.

Bei analoger Durchführung kann das folgende Quiz-Muster auf einer Tafel projiziert werden.

Kohlenhydrate	Fette	Eiweiße	Vitamine	Mineralstoffe
10	10	10	10	10
20	20	20	20	20
30	30	30	30	30
40	40	40	40	40
50	50	50	50	50
60	60	60	60	60
70	70	70	70	70
80	80	80	80	80

Hinweis: Hinsichtlich der Punkteverteilung ist es sich an, ein gemeinsames gesunderhaltendes Frühstück zu planen, um die gelernten Inhalte in den Schulalltag zu integrieren.

Voraussetztes des Spiels

Für das Quiz sollten Ihre Lernenden bereits Vorkenntnisse zu den Nahrungsbestandteilen Fett, Eiweiß, Kohlenhydrate, Vitamine und Mineralstoffe besitzen. Im Spiel werden sowohl der chemische Aufbau der drei Hauptbestandteile Fett, Eiweiß und Kohlenhydrate sowie die verschiedenen Funktionen und Einflüsse auf die Abläufe im Körper abgefragt. Ebenfalls sollten die Lernenden schon Vorwissen zu den Themen biologische Wertigkeit, Ballaststoffe und Blutzuckerregulation besitzen.

Sie wollen mehr für Ihr Fach?

Bekommen Sie: Ganz einfach zum Download im RAABE Webshop.



✓ **Über 5.000 Unterrichtseinheiten**
sofort zum Download verfügbar

✓ **Webinare und Videos**
für Ihre fachliche und
persönliche Weiterbildung

✓ **Attraktive Vergünstigungen**
für Referendar:innen
mit bis zu 15% Rabatt

✓ **Käuferschutz**
mit Trusted Shops



Jetzt entdecken:
www.raabe.de