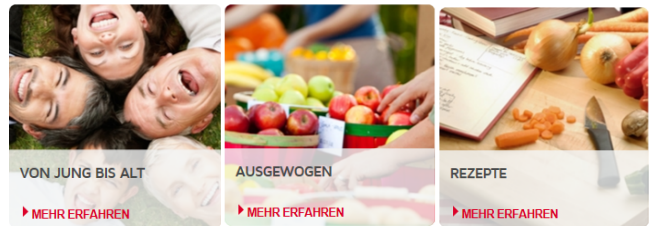


[www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch)

**Bewusstseinsförderung für gesunde Ernährung! Für jede Altersstufe bietet die Homepage der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung vielfältige Angebote wie Plakate, Spiele aber auch Arbeitsblätter in hoher Qualität an.**



## Zielgruppen

Unterstufe, Mittelstufe, Oberstufe

## Gestaltung

Die Homepage ist in drei Bereiche aufgebaut:

- „Ich und Du“ ist für die Lernenden konzipiert. Sie können selbstständig Informationen über Essgewohnheiten, Lebensmittel und ausgewogene Ernährung suchen und ihre Fragen beantworten. Weiter finden sie auch passende Rezepte.
- „Schule und Bildung“ ist für die Lehrpersonen gedacht. Sie finden hier Unterrichtsmaterial und konkrete Vorschläge für die Umsetzung der Ernährungslehre im Unterricht.
- „Wissenschaft und Forschung“ liefert weiterführende Informationen für die Lehrpersonen, womit das eigene Fachwissen gefestigt und vergrössert werden kann.

## Didaktische Aspekte

- Die Seite eignet sich als Ergänzung zum Ernährungslehre- Unterricht. Die Lernenden können selbstständig Informationen über eine ausgewogene Ernährung suchen. Diese können sie für die Beantwortung von Arbeitsblättern oder für die Vorbereitung eines Vortrags verwenden.
- Für die Orientierung auf der Homepage hilft, dass die Hauptthemen jeweils in Quadraten mit passenden Bildern aufgeführt werden und direkt zum gewünschten Thema führen.
- Die Selbsttests über die eigene Ernährung motivieren die Lernenden, sich aktiv mit der Thematik auseinanderzusetzen und einen direkten Bezug zu ihrem Alltag zu schaffen.
- Das Spiel „ausgewogener Teller“ gibt den Lernenden die Möglichkeit, das Zuordnen der Nahrungsmittel zur richtigen Stufe zu üben. Der Vorteil dabei ist, dass sie direkt eine Rückmeldung erhalten, ob die Zuordnung korrekt ist oder nicht. Zudem sind es vollständige Gerichte, von denen sie auch das Rezept beziehen können.



## Konkrete Anwendungsbeispiele

- Einführung in die Ernährungslehre durch Selbsttests: Essgewohnheiten erkennen, Kalorienbedarf berechnen, Diabetes-Test, Orthorexie-Test, Berechnung des BMI
- Aufarbeitung der einzelnen Ernährungsstufen der Lebensmittelpyramide mit Hilfe von Merkblättern
- Merkblätter zu Inhaltsstoffen und Produkte
- Vorbereiten und Reflektieren des Einkaufs und dessen Probleme mit Hilfe von Arbeitsblättern
- Arbeitsblätter für die Repetition und Festigung der einzelnen Phasen der Verdauung
- Tellermodelle für eine ausgewogene Ernährung mit Rezepten und Hinweisen

## plus und minus

- +**
  - + sehr viele Angebote (Spiele, Selbsttests, Plakate, Broschüren, Informationsblätter)
  - + Bezug zur aktuellen Lebensmittelpyramide
  - + Lernende können sich selbstständig im Bereich Ernährungslehre weiterbilden.
  - + Die Rezepte schaffen einen direkten Bezug zwischen der Theorie und der Praxis.
- - Durch viele Verlinkungen kann man sich schnell auf der Homepage verlieren.
  - Teilweise sind die Texte nicht in altersgerechter Sprache verfasst (hoher Schwierigkeitsgrad).

## Links, Quellen, Preis

Link, Quelle: <http://www.sge-ssn.ch/de>

Preis: kostenlos

Rezensiert von: *Bereichsarbeitsgruppe Unterrichtsoftware*

**Juli 19**