

---

## DGUV Lernen und Gesundheit

Neue interaktive Unterrichtsmaterialien für die Sek I

### Essen fürs Gehirn

Unser Gehirn verbraucht 20 Prozent der gesamten Energie, die wir über die Nahrung zu uns nehmen. Damit es gut arbeiten kann, wir uns konzentrieren können und leistungsfähig sind, müssen wir uns richtig ernähren. In dieser digitalen Unterrichtseinheit reflektieren die Schülerinnen und Schüler ihr Ernährungsverhalten und setzen sich selbstgesteuert im Rahmen eines Gruppenpuzzles und anhand von interaktiven Aufgaben mit verschiedenen Nährstoffgruppen und deren Wirkung auf den Körper auseinander. Mithilfe der Kamerafunktion ihres Smartphones erstellen sie schließlich Schritt-für-Schritt-Anleitungen für ein gesundes Pausenbrot.

Die Unterrichtsmaterialien **Essen fürs Gehirn** vermitteln folgende Inhalte:

- die Zusammenhänge von Ernährung und Leistungsfähigkeit
- Nährstoffe und ihre Funktion
- Lebensmittel und Nährstoffe

Die Unterrichtsmaterialien finden Sie unter [www.dguv.de/lernraum](http://www.dguv.de/lernraum)

-> <https://lernraum.dguv.de/mod/book/view.php?id=5031&chapterid=6239>

### DGUV Lernen und Gesundheit

Der **Digitale Lernraum der DGUV** ist eine Weiterentwicklung des **DGUV Schulportals Lernen und Gesundheit**, die sich **besonders für den Online-Unterricht** eignet: Mit seinen vielen interaktiven und multimedialen Lernaktivitäten wie Tests, Umfragen, Quiz oder Blitzlichtabfragen bietet der Lernraum Lehrkräften abwechslungsreiche Unterrichtsmaterialien. Sie sind nach dem Baustein-Prinzip angelegt und lassen sich individuell einsetzen. Der Digitale Lernraum kann von verschiedenen mobilen Endgeräten oder PC-Desktops genutzt werden.

[www.dguv.de/lug](http://www.dguv.de/lug) Jeden Monat neue Unterrichtsmaterialien!

Bleiben Sie informiert und abonnieren Sie unseren Newsletter!