



### Wir bauen eine Ernährungspyramide

**Zielgruppe:** Schüler/-innen ab der 7. Schulstufe

**Ziel:** Auseinandersetzung mit gesunder und ausgewogener Ernährung

**Gruppengröße:** bis zu 25 Schüler/-innen

**Dauer:** ca. 2 Unterrichtseinheiten

**Material:** Handy/PC, Drucker, Plakat

#### Beschreibung

- Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist ein wichtiger Teil der Gesundheitsförderung. Aus diesem Grund sollen Schüler/-innen schon im frühen Alter ein Gefühl dafür bekommen, was eine gesunde und ausgewogene Ernährung ausmacht. Eine Orientierungshilfe dafür bietet die [steirische Ernährungspyramide](#).
- Um das Wissen langfristig zu verankern, haben Schüler/-innen bei dieser Übung die Gelegenheit selbst eine Ernährungspyramide zu gestalten. Zunächst wird im Internet über die Ernährungspyramide recherchiert.
- Danach werden Gruppen gebildet. Jede Gruppe erhält den Auftrag entweder online Fotos zu suchen oder selbst Fotos von dem Ihnen zugewiesenen Ernährungsbaustein zu machen.
- Die Fotos werden anschließend ausgedruckt. Die einzelnen Teile der Ernährungspyramide werden ausgeschnitten und auf ein vorbereitetes Plakat geklebt. Das Plakat kann dann im Klassenraum an einer gut sichtbaren Stelle aufgehängt werden.