M2: Ernährung früher und heute

Ernährung früher und heute

a) Eigene Ernährung

Wie sieht meine Ernährung aus? Wodurch wird mein Ernährungsverhalten beeinflusst?

Aufgabe 1: Fertige eine Collage zum Thema „Meine Ernährung“ an. Die folgenden Fragen können dir dabei helfen:

* Wie sieht meine Ernährung aus?
* Welche Speisen mag ich gerne, welche nicht?
* Ernähre ich mich gesund?
* Wodurch wird mein Ernährungsverhalten beeinflusst?
* Gibt es bestimmte Regeln bei den Mahlzeiten bzw. Tischsitten in der Familie?
* Wird gemeinsam gegessen?
* Wer kocht in der Familie?
* Gibt es an bestimmten Tagen bestimmte Gerichte?
* Welche Mahlzeit ist mir am wichtigsten? Warum?

Material: weißes Papier, Filzstifte, Schere, Klebstoff, Zeitschriften, Prospekte

b) Ernährung früher

Was haben meine Eltern/Großeltern gegessen, als sie in meinem Alter waren? Was hat sich geändert?

Aufgabe 2: Erstelle einen Fragebogen mit dem du etwas zu den Ernährungsgewohnheiten deiner Eltern bzw. Großeltern erfährst, als sie in deinem Alter waren.

Tipps zur Vorgehensweise:

* Überlege dir zunächst was dich dabei besonders interessiert und formuliere und notiere dir dazu Fragen (Du kannst dich auch an den Fragen aus Aufgabe 1 orientieren).
* Wähle aus den Fragen 4-5 aus und gestalte einen Fragebogen

Fülle zusammen mit deinen Eltern bzw. Großeltern den Fragbogen aus.

c) Vergleich Ernährung früher und heute

Aufgabe 3: Fülle selbst auch einen Fragebogen aus und vergleiche ihn anschließend mit dem deiner Großeltern. Was kannst Du feststelle