










Saison Laufspiel

Jahrgang 6/7

Lockeres Laufspiel, das die Saisonalität von Obst- und Gemüsesorten thematisiert.

 Thema: Ernährung	 Spielerische Ausdauerschulung	 Materialbedarf: Saisonkalender (M1), Stationskarten (M2), ggf. Musikanlage
 15 Minuten	 keine Gruppen- aufteilung	
Gut kombinierbar mit: Biathlon Keine Vorkenntnisse notwendig		 Übung findet drinnen oder draußen statt

Beschreibung der Übung	<p>Die Halle wird in die vier Jahreszeiten aufgeteilt. Jede Hallenecke symbolisiert dabei eine Jahreszeit und wird mit Hilfe der Stationskarten (M2) beschriftet.</p> <p>Die SuS erhalten die Aufgabe, locker durch die Halle zu laufen bzw. sich zur Musik zu bewegen. Sobald die Musik stoppt nennt die Lehrkraft eine Obst- oder Gemüsesorte. Nun müssen die SuS zu der Jahreszeit laufen, sprich sich der jeweiligen Ecke zuordnen, in der das Obst oder Gemüse in Deutschland wächst. Diejenigen, die sich richtig zugeordnet haben, erhalten einen Punkt. Es können beliebig viele Runden gespielt werden, je nach Motivation und Lernerfolg.</p> <p>Achtung: es können auch mehrere Jahreszeiten oder sogar alle vier gleichzeitig richtig sein.</p>
Reflexionsphase	<p>Alle versammeln sich in der Hallenmitte. Gemeinsam wird über die Nahrungsmittel und die Jahreszeiten gesprochen. Der Saisonkalender (vgl. M1) kann hierbei zu Hilfe gezogen werden.</p> <p>Fragen an die SuS können sein:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welche Nahrungsmittel wachsen im Frühling/Sommer/Herbst/Winter in Deutschland? Wann wachsen bei uns am meisten Gemüse- und Obstsorten? • Warum fällt es uns schwer, manche Nahrungsmittel korrekt zuzuordnen? (-> obwohl Obst- und Gemüsesorten keine Saison haben sind sie bei uns im Supermarkt erhältlich) • Woher kommen die Nahrungsmittel im Supermarkt, wenn diese bei uns nicht Saison haben? Welche Konsequenzen hat das für unser Klima? (-> lange Transportwege und Beheizung von Gewächshäusern und Kühlung von Lebensmitteln führen zu CO₂ Ausstoß) • Was können wir als Käufer*innen tun? (-> regional und saisonal einkaufen)
Anregungen zur Übung	<ul style="list-style-type: none"> • Um Bewegungsanteil und Intensität zu erhöhen, kann beispielsweise ein Zeitlimit eingeführt werden, um die Ecke zu erreichen oder es können bei Falschzuordnung zusätzliche Aufgaben gegeben werden, wie Strecksprünge, Liegestützen oder Kniebeugen. • Um die Aufmerksamkeit zu erhalten kann die Lehrkraft auch Früchte aufnehmen, die gar nicht in Deutschland wachsen, z.B. Bananen, Ananas oder Avocados. • Die Lehrkraft kann zusätzlich zur Auflösung der Jahreszeit auch die Monate nennen, in denen die Nahrungsmittel als Lagerware erhältlich sind. Je nach Diskussionsbedarf kann auch auf die Problematik der Lagerhaltung und Beheizung von Gewächshäusern eingegangen werden. • Als Hausaufgabe können die SuS den Auftrag erhalten, sich für zu Hause einen Saisonkalender zu besorgen. Beim nächsten Einkauf im Supermarkt oder auf dem Markt sollen sie darauf achten, welche Nahrungsmittel gerade Saison haben und woher diejenigen kommen, die gerade nicht in Deutschland wachsen.
Weiterführende Informationen	<p>Hintergrundinfos für Lehrkräfte zum Thema klimafreundliche Ernährung sowie weitere Übungen zu Bildung für nachhaltige Entwicklung im Sportunterricht gibt es auf der Projektwebsite zum Download: www.sg.tum.de/sportdidaktik/praxismaterialien/klima-bewegt/</p>



Anlagen

M1: Saisonkalender

M2: Stationskarten Jahreszeiten (DRUCKVORLAGE)

M1: Saisonkalender

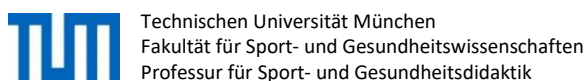
Gemüse	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Bärlauch			F	F	F							
Bohnen, grüne							F	F	F	F		
Champignons	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F
Erbsen						F	F	F	(F)			
Feldsalat	F	F	F	F						F	F	F
Gurke						F	F	F	F			
Karotte	L	L	L	L	L	F	F	F	F	F	F	L
Kopfsalat					F	F	F	F	F	F		
Kürbis	L	L	L	L				F	F	F	F	L
Spargel				F	F	F						
Spinat			F	F	F							
Zucchini						F	F	F	F	F		

F = Feldfrisch, L = Lagerware, **Frühling**, **Sommer**, **Herbst**, **Winter**

Obst	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Äpfel	L	L	L	L				F	F	F	F	L
Erdbeeren					F	F	F	F	(F)			
Holunder									F	F		
Himbeeren							F	F	F			
Johannisbeere						F	F	F				
Kirschen						F	F	F				
Rhabarber				F	F	F						
Trauben									F	F		
Zwetschgen							F	F	F	F		

F = Feldfrisch, L = Lagerware, **Frühling**, **Sommer**, **Herbst**, **Winter**

Klima bewegt! ist ein Projekt der



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Frühling



Sommer



Herbst



Winter