

# Gesundheitsexperten Basis



5. - 9. Klasse (Dauer ca. 2 Std.)

## Beschreibung

»Gesunde Menschen gibt es nur auf einem gesunden Planeten«, diese Aussage von Dr. Eckart von Hirschhausen schickt die Schülerinnen und Schüler auf eine Entdeckungstour durch die Ausstellung. Sie sollen herausfinden, wie sich unser Verhalten im Alltag auf unsere Gesundheit und auf die Umwelt auswirkt. Wie können wir uns etwas Gutes tun und gleichzeitig den Planeten gesünder machen? Jede Expertengruppe bereitet ein Thema so auf, dass sie es den anderen Gruppen eindrücklich präsentieren kann.

Schwerpunkte: Deine Gesundheit und Du

Themenfelder: Chemikalien im Haushalt, Gewässerqualität, Luftschadstoffe, Klimawandel, faire Kleidung

## Begrüßung und organisatorischer Einstieg

- Wie viel Zeit hat die Gruppe mitgebracht?
- Örtlichkeiten erläutern, ggf. Pausenzeiten abfragen etc.
- Sind Besonderheiten bei der Gruppe zu beachten?

### Ablaufplan:

- Einstieg [10 min]
- Einführung in die Ausstellung [15 min]
- Aufgabenstellung und Gruppeneinteilung [5 min]
- Gruppenarbeit in der Ausstellung [30 min]
- Präsentation [bis zu 30 min]
- Tipp-Liste [10 min]
- Quiz [15 min]
- Abschluss [5 min]

➔ **Lernziel:** Ich erkenne Gefahrenquellen für meine Gesundheit und die Umwelt in meinem Alltag und nehme Tipps mit, wie ich diese ausschalten bzw. verringern/eindämmen kann.

## Einstieg [10 min]

Gruppe in einem Halbkreis vor der Intro-Station (oder frei wählbar) positionieren und freundlich begrüßen. Eine kurze Vorstellung der DBU, des Ausstellungsteams und pädagogischen Personals.

» Der Titel der Ausstellung lautet „Planet Gesundheit“, die Ausstellung befasst sich also mit Gesundheit im Allgemeinen und unserem Planeten. «

Frage: „Was brauchen wir für eine gute Gesundheit?“

- Gesunde Ernährung
- Sport/Bewegung
- Entspannung
- Schlaf
- Lachen
- Frische Luft
- Wasser
- ...

Für einige der Antwortmöglichkeiten sind Bilder vorbereitet, die man gut sichtbar für alle auf den Boden legen kann, um die Antworten noch zu verdeutlichen und in Erinnerung zu behalten.

Die Frage, die sich daran anschließt: „Was hat das mit unserer Umwelt zu tun?“

- ➔ Nur eine gesunde/saubere Umwelt liefert uns z.B. sauberes Trinkwasser, gesunde/gehaltvolle Lebensmittel etc.
- ➔ Bewegung draußen in der Natur ist besonders gut für die Gesundheit. Also brauchen wir auch dafür eine gesunde Umwelt, um selbst gesund zu bleiben.

*» Wie wir unsere Gesundheit und die Umwelt jeden Tag mit unserem Verhalten beeinflussen, schauen wir uns heute hier in der Ausstellung an. «*

Weitere Fragemöglichkeiten (je nach Zeit und Gruppe):

- Wo haben wir im Alltag Kontakt mit der Natur?
- Wodurch belasten wir die Umwelt und dadurch auch unsere Gesundheit?

## Einführung in die Ausstellung [15 min]

Das pädagogische Personal gibt eine kurze Einführung in die Ausstellung.

*» Jede der Stationen beschreibt einen anderen Zeitpunkt unseres Tagesablaufs und zeigt, wie unsere Lebensweise Einfluss auf unsere Gesundheit und auf die Umwelt hat. Schaut Euch die verschiedenen Alltagssituationen und Schwerpunkte an. «*

*» **Wichtiger Hinweis:** In der Ausstellung kann ein Quiz gespielt werden. Dazu findet ihr Monitore und Rätselfragen an den einzelnen Stationen und solche Herzen (zeigen). Für das Quiz braucht ihr allerdings erst einige Hintergrundinfos, die ihr während des Programms heute bekommt. Wer also aufmerksam ist, kann später im Quiz gut Punkte sammeln! «*

- ➔ Hier unbedingt abwägen, ob während des Programms Zeit für das Quiz eingeräumt wird (z.B. nach der Diskussion und vor der Abschlussrunde) oder ob die Gruppe das Quiz erst im Anschluss an das Programm machen darf. Diese Entscheidung hängt davon ab, wie viel Zeit die Gruppe insgesamt mitgebracht hat.
- ➔ Inwieweit die Gruppe Zeit für eine freie Begehung bekommt, hängt ebenfalls vom Gesamtzeitrahmen ab.

## Aufgabenstellung und Gruppeneinteilung [5 min]

Kurze Vorstellung des Programms „Gesundheitsexperten“ durch das pädagogische Personal.

» „Gesunde Menschen gibt es nur auf einem gesunden Planeten“ – das hat der Arzt und Komiker Eckart von Hirschhausen einmal gesagt. Wer bei unserem kurzen Rundgang genau hingeschaut- und hingehört hat, hat Herrn von Hirschhausen auch hier in der Ausstellung entdecken können, denn er hat uns mit einigen Tipps zum Thema „gesund Leben und den Planeten schützen“ versorgt.

Ihr sollt heute zu Gesundheitsexperten werden und deshalb ist eure Aufgabe nun herauszufinden, wie sich unser Verhalten im Alltag auf unsere Gesundheit und auf die Umwelt auswirkt. Gibt es Alternativen, mit denen wir uns etwas Gutes tun und gleichzeitig den Planeten gesünder machen können? Am Ende erstellen wir eure Top-Tipp-Liste! «

Gruppenbildung: 2-4 SuS pro Gruppe; Abzählen, Farben der Stationen ziehen oder durch zusammenpuzzeln eines Stationsbildes die Station und damit auch die Gruppe finden.

Jede Expertengruppe bereitet ein Thema so auf, dass sie es den anderen Gruppen **kurz** und **eindrücklich** präsentieren kann.

Es gibt folgende Themengebiete:

**blau** markiert sind die Basisthemen, die mit jeder Gruppe bearbeitet werden sollten

**orange** markiert sind die Erweiterungsthemen, die für ältere Schüler (8./9. Klasse) geeignet sind bzw. auch bei größeren Gruppen mit bearbeitet werden können

### Morgens im Bad

- 1) Duschgel, Reiniger und Co – Was steckt drin?
- 2) Rund um gesund im Badezimmer?
- 3) 1. Giftige Klamotte (Thema kann bei kleinen Gruppen auch weggelassen werden)

**optional** bei älteren SuS/bei großen Gruppen

- 3) 2. Schadstoffe in Kleidung und Mensch

### Vormittags bei der Arbeit

- 4) Dicke Luft - Wieso, weshalb, warum?

**optional** bei älteren SuS/bei großen Gruppen

- 5) 1. Umweltgerechtigkeit
- 5) 2. Gutes Stadtklima

### Nachmittags unterwegs

- 6) Mobilität - Wie kommen wir von A nach B?

**optional** bei älteren SuS/bei großen Gruppen

- 7) Feinstaub – wo kommt er her und warum ist er ein Problem?

### Abends mit Freunden

- 8) Klimawandel und Gesundheit – wo ist der Zusammenhang?

Jede Gruppe erhält ein Klemmbrett mit einer Aufgabenkarte. Diese hilft den SuS, sich mit der Station auseinanderzusetzen und die wichtigsten Punkte herauszuarbeiten. Sie halten Stichpunkte fest und bereiten eine kurze Präsentation ihrer Themenschwerpunkte vor. Dazu dürfen sie ihre Station mit einbeziehen und das Whiteboard benutzen.

### Aufgabenkarte:

- Werdet Experten für euer Themengebiet.
- Bearbeitet die Punkte auf eurer Aufgabenkarte.

Überlegt euch:

- Was hat das Ganze mit euch zu tun?
- Welche Zusammenhänge zwischen Umwelt und Gesundheit könnt ihr entdecken?

### Gruppenarbeit in der Ausstellung und Präsentation [30 min]

SuS dabei unterstützen, die Fragen zu beantworten und interessante Aspekte für ihre Präsentation herauszufinden. Sie dazu ermuntern, die Präsentation auch interaktiv zu gestalten und auf die Darstellungsform auf dem Whiteboard zu achten (Schriftgröße, Nutzung der Fläche, Struktur)

### Präsentation [bis zu 30 min]

Jede Expertengruppe stellt ihr Thema **kurz** und **eindrücklich** vor. Sie darf dafür ihre Station und ihre Notizen auf dem Whiteboard nutzen. Um die Zeit im Blick zu haben, wird der *Timetimer* auf 3 Minuten (max. 5 Minuten bei kleinen Gruppen) gestellt und an das Whiteboard der präsentierenden Gruppe gehängt.

Das pädagogische Personal moderiert die einzelnen Präsentationen kurz an. Während der Präsentationen hält es sich zurück, ergänzt aber ggf. zentrale Inhalte (siehe unten), klärt schwerwiegende Fehler/Missverständnisse und ermuntert ggf. zu Rückfragen.

- Was hat das Ganze mit euch zu tun?
- Welche Zusammenhänge zwischen Umwelt und Gesundheit könnt ihr entdecken?

Thema	Probleme	Mögliche Lösungen
Duschgel, Reiniger & Co.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inhaltstoffe, Duftstoffe, Reinigungsmittel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• weniger ist mehr</li> <li>• blauer Engel und Ökoprodukte</li> </ul>
Rund um gesund im Badezimmer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schimmel, Arzneimittel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• richtig heizen und lüften</li> <li>• weniger ist mehr</li> <li>• Medikamente richtig entsorgen</li> <li>• auf die Gesundheit achten</li> </ul>
Kleidung/Biomonitoring	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schadstoffe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siegel kennen</li> <li>• weniger ist mehr</li> <li>• Alternativen zum Neukauf</li> </ul>
Umweltgerechtigkeit/ StadtKlima	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitl. Belastung durch Lärm, Feinstaub, Stress</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gute Beispiele für Verringerung der Umweltbelastung in Städten</li> </ul>
Dicke Luft	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schadstoffe in Innenraumluft, CO<sub>2</sub></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• richtig lüften</li> <li>• Baubiologie</li> <li>• Verzicht auf Duft- und Kunststoffe</li> </ul>
Mobilität von A nach B	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verkehrschaos, Lärm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• häufiger zu Fuß oder mit dem Rad</li> <li>• Lärmquellen entlarven und melden</li> </ul>
Feinstaub	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitsbelastung für Mensch hoch</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quellen vermeiden (Osterfeuer, Feuerwerk...)</li> </ul>
KW&Gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eutrophie, Neozoen, Neophyten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klimaschutzmaßnahmen</li> </ul>

## Tipp-Liste [10 min]

Während der Präsentationen notiert sich das pädagogische Personal schon Tipps, die von den SuS genannt werden (am besten auf einem Plakat oder Whiteboard). Diese Tipps-Sammlung soll nun gemeinsam mit den SuS erweitert werden.

*» Die Stationen haben gezeigt, wie wir in unserem Alltag der Umwelt und uns selbst schaden und welchen Gefahren wir ausgesetzt sind. Sie zeigen aber auch viele Lösungsmöglichkeiten, wie wir gesünder mit uns und der Umwelt umgehen können. Einige der Tipps habe ich hier schon notiert, was fällt euch „Gesundheitsexperten“ noch ein? «*

## Quiz [15 min]

*» Wie am Anfang schon angekündigt (wenn es so war und die Zeit reicht!) seid ihr jetzt bestens gewappnet für das Quiz. Schnappt euch vorne an den beiden Terminals eine Chipkarte und geht auf Punktejagd. Gespielt wird in Teams von 2-3 SuS. «*

Kurze Erläuterung zu den Herzen und wo überall Punkte gesammelt werden können.

Rechtzeitig das Ende einläuten, so dass alle noch ihre Auswertung bekommen.

## Abschluss [5 min]

Die Auswertung vom Quiz mit in den Abschluss nehmen und die Themen des Tages nochmal zusammenfassen.

*» Aus der Tipp-Liste, die durch die Expertenteams entstanden ist soll nun eine Top5-Tipp-Liste werden. Dafür hat jeder von euch eine Stimme. Setzt hinter den Tipp, den ihr auf jeden Fall umsetzen wollt einen Haken/Stempel. Mal sehen, welche Tipps es unter die Top 5 schaffen! «*

Während einige schon ihre Stimme abgeben, können andere ihre Sachen/Jacken holen und umgekehrt.

Die Top 5 der Gesundheitstipps abfotografieren (für die interne Dokumentation) und das Plakat dem Begleitpersonal für den Klassenraum o.ä. mitgeben.

## Material

- Bilder für den Einstieg
- Aufgabenblätter
- Notizzettel, Stifte
- Whiteboards, Stifte, Lappen
- Plakat, Stifte/Stempel für die Tipp-Liste