



Informationen für Lehrpersonen

Arbeitsauftrag	Die SuS bearbeiten die Arbeitsblätter zum Thema Gesundheit und Haltbarkeit und zeichnen ihre eigene Fantasieverpackung.
Ziel	• Die SuS erkennen, dass zu viel Schokolade dick macht und dies mit Kalorien zu tun hat. • Die SuS wissen, dass die Schokolade, bzw. alle Süssigkeiten zahnschädigend sind und man deshalb unbedingt regelmässig die Zähne putzen sollte. • Die SuS erfahren, dass Schokolade Energie spendet. • Sie wissen, wie Schokolade verpackt, gelagert wird und wie ihre Verpackung entsorgt wird.
Material	• Arbeitsblätter • Musterlösung • Schokoladentafeln und andere Materialien, in welche Backzutaten eingepackt sind • Papierteile und Alufolie
Sozialform	EA/Plenum
Zeit	45'

Zusätzliche Informationen:

- Draussen Spiele machen und wenn die Kinder müde sind, ein Stück Schokolade als Motor geben. Die Spiele können im Zusammenhang mit Schokolade sein. Z. B. 12-mal 1 kg Steine etc. transportieren, um zu sehen, wie viel das ist, wenn wir 12 kg Schokolade essen.
- Zwischenverpflegungsproblematik ansprechen mit den Kindern.



Schokolade und Gesundheit



Löse die Arbeitsblätter.

Wer isst wie viel Schokolade?

Wann hast du das letzte Mal Schokolade gegessen?

Wie viel? _____ Wieso? _____

Die Leute in den verschiedenen Ländern essen verschieden viel Schokolade!

Die Schweizer und Deutschen essen sehr gerne Schokolade.

Wir in der Schweiz essen 11 kg oder 110 Tafeln Schokolade pro Jahr. Zeichne hier 110 Striche, für jede Schokolade einen:

Ordne die anderen Länder nach dem Verbrauch:

Frankreich 3.75 kg, Dänemark 9.7 kg, Finnland 7.8 kg, Estland 8.9 kg, Tschechische Republik 4.3 kg, Litauen 6.9 kg, Deutschland 10 kg.

1. Platz: _____ 5. Platz: _____

2. Platz: _____ 6. Platz: _____

3. Platz: _____ 7. Platz: _____

4. Platz: _____

Gesundheitliche Aspekte und Haltbarkeit

Arbeitsunterlagen



Schokolade gibt dir aber auch Energie zum Rennen und Spielen: Damit du die ganze Energie verbrauchst, die dir ein Nahrungsmittel gibt, musst du für:

1 Tafel Schokolade	1 Stunde und 10 Minuten	Treppensteigen
1 Bratwurst	1 Stunde und 10 Minuten	Tischtennis spielen
1 Stück Torte	1 Stunde und 25 Minuten	Fenster putzen
1 Apfel	45 Minuten	Rad fahren
1 Orange	40 Minuten	Abwaschen
1 Stück Würfelzucker	40 Minuten	Schreiben

Ist Schokolade gesund oder ungesund?

Die Schokolade ist zwar gesund, aber nur, wenn man davon nicht zu viel isst.

Zu viel Schokolade schadet!

Jede Schokolade ist zur Hälfte aus Zucker. Zucker schadet unseren Zähnen!

In jeder Schokoladentafel hat es ungefähr 12 Zuckerwürfel drin.

Zeichne diese 12 Würfel hier hin, 3 habe ich schon für dich gezeichnet:

--	--	--

Achtung: Bei so viel Zucker muss man die Zähne immer sofort nach dem Schokoladeessen gut putzen!

Der Zucker und das Fett in der Schokolade machen auch dick, achte also darauf, dass du nur wenig Schokolade isst.

Achtung: Nie Schokolade essen aus Langweile oder wenn du Hunger hast!

Schokolade ist aber auch gesund!

Schokolade spendet dir Energie und Kraft zum Spielen und Rennen!



Iss Schokolade, ...

- ☐ wenn du dich schlapp und müde fühlst!
- ☐ als Dessert nach dem Essen!
- ☐ als Belohnung, wenn du etwas besonders gut gemacht hast!
- ☐ an Feiertagen, wenn es Schokoladehasen und Weihnachtsmänner gibt, aber auch dann nicht alles auf einmal!
- ☐ Teile es auf, so hast du länger Freude!

Das ist wahr: Schokolade macht glücklich! Zeichne hier ein lachendes Gesicht!





Löse die Aufgabe zur Haltbarkeit der Schokolade.
Zeichne danach eine eigene Fantasieverpackung für deine Schokolade.

Haltbarkeit der Schokolade

Schokolade kann man sehr lange aufbewahren

_____ Schokolade kann man bis 2 Jahre aufbewahren!

_____ Schokolade und solche mit Zusätzen darin sollte man nach einem Jahr gegessen haben.

Man sollte die Schokolade gut geschützt aufbewahren

vor _____

vor _____

vor _____

vor _____

Eigentlich sollte Schokolade nicht im Kühlschrank aufbewahrt werden, sonst verändert sich ihr Geschmack. Die Schokolade sollte nur dann geöffnet werden, wenn man sie wirklich essen möchte. Damit die Schokolade lange haltbar bleibt, wird sie sehr gut verpackt. Öffne eine Tafel Schokolade und achte darauf, wie sie eingepackt ist:

Auch heute noch wird Schokolade oft in Aluminium eingepackt. Aluminium lässt keine Feuchtigkeit, kein Licht durch und schützt ein bisschen vor Wärme. Zudem ist Aluminium ein leichtes und gesundheitlich unschädliches Material.



Aluminium ist ein Wertstoff und kann recycelt werden. Deshalb gehört Aluminium nicht in den normalen Abfall, sondern in die Separatsammlung.



Schokoladeverpackungs- Wettbewerb

Zeichne hier eine Schokoladeverpackung, die so richtig lecker und verführerisch aussieht. So dass du diese Schokolade schon nur wegen der Verpackung sofort kaufen würdest.

Achte darauf, dass die Verpackung alle nötigen Angaben enthält!



Anregung, wie die Aufgabe gelöst werden könnte

- | | |
|-------------------------------|--|
| 1. Platz: Deutschland (10 kg) | 5. Platz: Litauen (6.9 kg) |
| 2. Platz: Dänemark (9.7 kg) | 6. Platz: Tschechische Republik (4.3 kg) |
| 3. Platz: Estland (8.9 kg) | 7. Platz: Frankreich (3.75 kg) |
| 4. Platz: Finnland (7.8 kg) | |

Zahlen 2024, Quelle: Chocosuisse.ch

Haltbarkeit der Schokolade

Schokolade kann man sehr lange aufbewahren

Schwarze Schokolade kann man bis 2 Jahre aufbewahren!

Braune Schokolade und solche mit Zusätzen darin sollte man nach einem Jahr gegessen haben.

Man sollte die Schokolade gut geschützt aufbewahren

vor Feuchtigkeit

vor Licht

vor Wärme

vor Gerüchen

Eigentlich sollte Schokolade nicht im Kühlschrank aufbewahrt werden, sonst verändert sich ihr Geschmack. Die Schokolade sollte nur dann geöffnet werden, wenn man sie wirklich essen möchte. Damit die Schokolade lange haltbar bleibt, wird sie sehr gut verpackt. Öffne eine Tafel Schokolade und achte darauf, wie sie eingepackt ist:

Alufolie oder Plastikfolie und dann noch zusätzlich in einer bunten Papierverpackung