

Unterrichtseinheit „Cool bleiben bei Hitze“ für die Grundschule

(von Sophie und Melanie Rabenbauer, Dauer ca. 25 min)

Für den Hitzeaktionstag 2023 habe ich an der Grundschule in allen Klassen folgende Themen besprochen:

- Einstieg (zum „Aufwärmen“): Im Sommer ist es schön warm, was machen wir da gerne?
- Überleitung: Es gibt auch Tage, an denen es so heiß ist, dass wir ganz schlapp sind und zu nichts Lust haben...
- Warum belastet Hitze unseren Körper (schwitzen, Herz muss mehr pumpen etc.)
- Wer ist besonders betroffen? (ggf. auch nach Hitzeschutz)
- Wie kann man sich schützen? Hierzu hatte ich Bilder vorbereitet mit Schatten/Haus, Lüften morgens und tagsüber Rollläden runter, Baden am See, Fußballspielen abends, Wasserglas, Eis (besser 2 kleine Portionen als 1 große), Obst und Gemüse, die ich dann an die Tafel gepinnt habe.
- Was passiert, wenn man doch zu viel Hitze abbekommt? Symptome Hitzekrankheit und Maßnahmen
- Warum ist zu viel Sonne auch für Haut und Augen schlecht?
- Wie schützen wir uns vor der UV-Strahlung. Hierzu habe ich eine Tasche mit Sonnencreme und verschiedenen Kleidungsstücken mitgenommen und die Kinder gefragt, was uns im Sommer gut davor schützt (Sonnencreme, Käppi, Bikini, Badeshirt, Schal, Stirnband, Flipflops, Sonnenbrille)
- Wie lange darf ich ohne und mit Sonnencreme in die Sonne? Was ist ein Lichtschutzfaktor?
- Der beste Schutz vor Hitze ist ein wirksamer Klimaschutz... warum werden Hitzetage, Hitzewellen und Tropennächte bei uns mehr?
- Klimaschutz ist kinderleicht – was können Kinder dafür tun?

Am Schluss haben wir das Mal- und Rätselheft ausgegeben.

Vielleicht könnt Ihr mit diesen Tipps etwas anfangen, gerne auch Rückmeldung an mich unter murnau@healthforfuture.de.

Liebe Grüße

Melanie
Healthforfuture Murnau