

Wir machen den Ernährungsführerschein

Vier Wochen lang haben sich die vierten Klassen der Maternus-Schule mit dem Thema "Ernährung" beschäftigt. Wir haben dabei gelernt, was für unseren Körper wichtig ist und was nicht. Nicht wichtig sind zum Beispiel Pommes oder Chips, wichtig sind dagegen Obst und Gemüse. In der praktischen „Ernährungswoche“ haben wir gesunde Speisen hergestellt, wie zum Beispiel Kartoffelpüree mit Salat und Kräuterkrem, Obstsalat, bunte Nudelsalate, Schlemmerquark und lustige Brotgesichter. Dabei mussten wir bestimmte Hygieneregeln beachten: Hände mit Seife waschen, saubere Schürze anziehen, nicht in die Haare fassen, nicht in der Nase bohren. Am letzten Freitag haben wir zum Abschluss des Themas einen Test geschrieben mit Fragen zur Ernährung und wie man sich am Tisch benimmt. Wir haben auch ein Ernährungsheft geführt, aus dem ein Buch entstanden ist. Nach erfolgreich bestandener Prüfung haben alle Schüler den „Ernährungsführerschein“ erhalten. Die Ernährungswoche hat uns viel Spaß gemacht, so sollte Schule immer sein!

Ansgar Gernert, Klasse 4b

Vom 22.2. bis 26.2. 10 haben wir mit unserer Klasse eine „Ernährungswoche“ durchgeführt. Wir haben gemeinsam viele Rezepte ausprobiert. Unsere Lehrerin hat uns in Gruppen eingeteilt. Jedes Kind aus der Klasse hatte eine Aufgabe. Ich habe fast jeden Tag das Obst und Gemüse gewaschen. Alle Kinder hatten die Möglichkeit, etwas zu schneiden und zu schälen. Jeden Tag hatte eine andere Gruppe Spüldienst und Aufräumdienst. Diese Kinder mussten etwas länger im Ogataraum bleiben. Die Ernährungswoche hat allen Kindern viel Spaß gemacht .

Linda Gransee, Klasse 4b