

Vorabmaterial: «Die kleinen Sprachstarken»

Kopiervorlagen, Thema: «Körper und Gesundheit»

Unkorrigierte Manuskriptversion, Stand März 2023

Skizzen und Illustrationen: Eveline Rodriguez

Die Kopiervorlagen im Word-Format werden über meinklett.ch zum Download zur Verfügung gestellt. Die Dateien können von den Lehrpersonen beliebig angepasst werden.

Baustein 3: Ich esse, und dann?

Sachtext «Die Verdauung eines Apfels»

Die Verdauung eines Apfels

Das ist Mia. Mia geht in den Kindergarten – genau wie du. Heute freut sie sich besonders auf den Kindergarten. Genau gesagt auf die Pause. Denn heute hat sie als Znüni einen kleinen, roten Apfel dabei. Den wird sie in der Pause essen. Wie fein!

Aber warum essen wir eigentlich?

Der Apfel von Mia und alle anderen Lebensmittel versorgen den Körper mit Energie. Im Kindergarten braucht Mia viel Energie: Beim Herumrennen, Spielen und Lernen.

Wenn Mias Energie aufgebraucht ist, knurrt ihr Magen. Sie hat Hunger. Mia muss in der Pause etwas essen, damit ihr Körper neue Energie bekommt. Fast wie ein Auto, das aufgetankt werden muss.

Was passiert, wenn wir essen?

Mia beisst in den Apfel. Die Zähne kauen so lange, bis Mia nur noch kleine Apfelstückchen im Mund hat. Die Stückchen vermischen sich mit Speichel zu einem Brei. Mia schluckt den Brei.

Der Brei verschwindet in einem langen Schlauch, in der Speiseröhre. Dann gelangt der Brei in Mias Magen. Im Magen hat es Saft. Dieser Saft heisst Magensäure. Die Magensäure löst die Apfelstückchen noch weiter auf. Der Brei wird flüssiger.

Der flüssige Brei gelangt in einen langen Schlauch, den Dünndarm. Der Dünndarm ist bis zu fünf Meter lang! Die Apfelstückchen werden hier noch kleiner. So klein, dass du sie nicht mehr sehen kannst. In diesen kleinen Stückchen hat es Nährstoffe. Die winzigen Nährstoffe passen durch die Wand des Darms. Von dort aus gehen sie weiter ins Blut. Das Blut fliesst durch den ganzen Körper und verteilt die Nährstoffe in Mias Körper. Der Körper braucht die Nährstoffe, um zu wachsen und gesund zu bleiben. Die Nährstoffe geben dem Körper Energie.

Nicht alles, was im Apfel steckt, kann Mias Körper brauchen. Es gibt Reste. Die Reste werden im Darm weiter nach unten geschoben – bis in den Dickdarm. Im Dickdarm wird der Brei zu festem Kot. Plötzlich muss Mia ganz dringend aufs WC!

Die Verdauung eines Apfels – Roter-Faden-Text

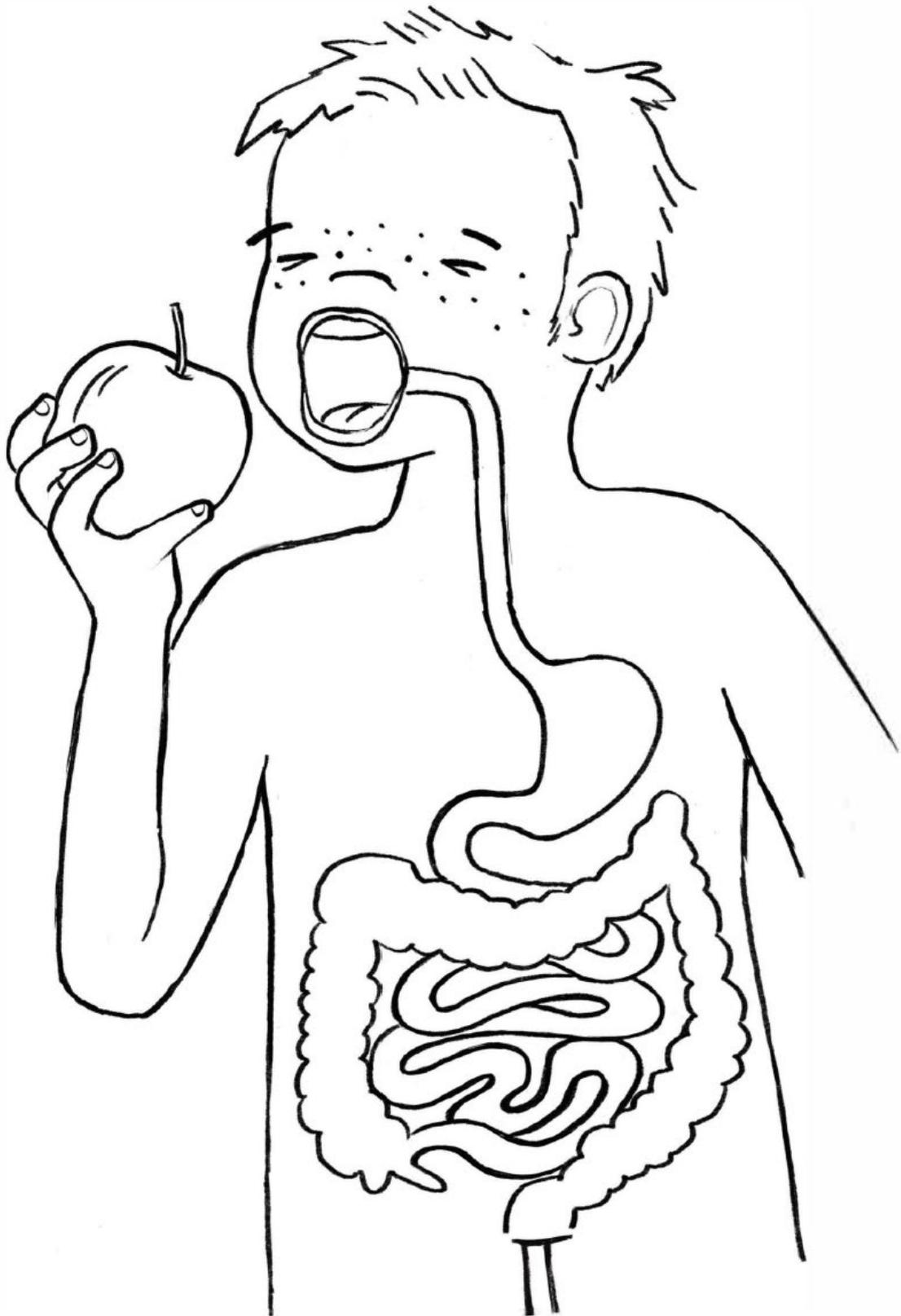
Mia geht in den Kindergarten – genau wie du.
Mia freut sich auf den Kindergarten.
Mia freut sich auf die Pause.
Sie hat einen kleinen roten Apfel dabei.
Mia freut sich, den kleinen roten Apfel zu essen.

Warum essen wir?

Im Apfel hat es Energie.
Der Körper braucht Energie.
Für den Kindergarten braucht es Energie.
Mia braucht Energie, wenn sie Hunger hat.
Sie muss essen.

Was passiert beim Essen?

Mia beisst in den Apfel.
Sie kaut den Apfel.
Es gibt kleine Stückchen.
Im Mund hat es Speichel.
Mit den Stückchen und dem Speichel gibt es einen Brei.
Mia schluckt den Brei.
Der Brei landet im Magen.
Im Magen wird der Brei flüssiger.
Der Brei landet im Darm.
Im Brei hat es Nährstoffe.
Die Nährstoffe geben dem Körper Energie.
Vom Brei gibt es Reste.
Die Reste werden Kot.
Mia muss aufs WC.



Ausstieg: Rollenspiel

