

Inhalt

Körper

Autorin: Alexandra Hauser

LS 01	Ich und mein Körper – was leiste ich eigentlich den ganzen Tag über?	6
LS 02	Brainfood – muss Muttis Pausenbrot unbedingt sein?	7
LS 03	Vor lauter Aufregung – dem Stress entgegenwirken	13
LS 04	Bewegte Pause – wie arbeiten Knochen, Muskeln und Gelenke?	18
LS 05	Schule aus, schnell nach Haus!	21
LS 06	Ohne Wasser läuft nichts!	24
LS 07	Komischer Arzt, dieser Dr. A. Cula – was ist Blut und was kann es?	32
LS 08	Vom Kauen und Verdauen	36
LS 09	Gute Nacht Freunde – warum ist Schlaf so wichtig?	44
LS 10	Mit PowerPoint ein Quiz erstellen	47

Sinne

Autorin: Alexandra Hauser

LS 01	Sinnestraining – mit allen Sinnen zum Genuss	51
LS 02	Warum das Riechen für das Schmecken wichtig ist	60
LS 03	Warum es in Gummibärchentüten so wenig grüne Bärchen gibt	64
LS 04	Warum wir „quadratisch – praktisch – gut“ so gerne essen	68
LS 05	Warum alle Ketchup mögen (und Gemüse für Ärger sorgt)	71
LS 06	Warum sich Gegensätze anziehen	74
LS 07	Wir erobern die Küche – ein Rezeptbuch erstellen	77

Die Autorin:

Alexandra Hauser studierte Grund- und Hauptschul-lehramt. Neben ihrer Lehrerausbildung erwarb sie das Montessori-Diplom am Institut für ganzheitliches Lernen sowie das Hochschulzertifikat in Klinischer Psychologie an der Pädagogischen Hochschule in Freiburg. Seit ihrem Abschluss 2013 unterrichtet sie als Klassenlehrerin jahrgangsgemischte Lerngruppen an einem Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrum in Baden-Württemberg.