

Lektionsplanung „Das Herz“ Mittelstufe



1/3

Nr.	Thema	Inhalt	Ziele	Action	Material	Organisation	Zeit
1	Einstieg: Den Puls wahrnehmen	Die SuS versuchen, ihren Puls zu spüren. Die SuS bewegen sich und messen ihren Puls erneut. Sie beschreiben anschliessend ihr Gefühl, wenn sie den eigenen Puls spüren. Sie lernen, wie man den Puls messen kann.	Die SuS werden auf die Thematik eingestimmt. Sie sind sich bewusst, dass sie die Arbeit des Herzens unmittelbar spüren können.	Bewegungsübungen	Uhr Arbeitsblatt Hintergrundinformation für die LP	Plenum	15'
2	Was macht eigentlich das Herz?	Die SuS erfahren durch ein Referat, welche wichtige Arbeit das Herz verrichtet und was dabei im Körper vorgeht. Sie erfahren zudem, wie das Herz aufgebaut ist. Mit einem Arbeitsblatt werden die wichtigsten Informationen erarbeitet. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aufbau des Herzens ▪ Funktion des Herzens ▪ Wichtige Informationen/Fakten zum Herz 	Die SuS erklären den Aufbau und die Funktion des Herzens ohne Hilfe. Sie zeichnen die wichtigsten Elemente und Funktionen schemenhaft korrekt auf.	Referat verfolgen Notizen machen Arbeitsblatt lösen	Referatsfolien Arbeitsblatt Hintergrundinformation für die LP	Plenum EA/PA	45'
3	Wenn das Herz nicht richtig funktioniert	Die SuS bearbeiten in Gruppen vier Posten zu gesundheitlichen Problemen des Herzens. Posten 1: Herzinfarkt Posten 2: Hirschlag Posten 3: Bluthochdruck Posten 4: Herzrhythmusstörung Die SuS erarbeiten selbständig, was diese Probleme bedeuten und wie diese Krankheiten zustande kommen. Im Anschluss werden die einzelnen Posten in der ganzen Klasse besprochen.	Die SuS erklären in wenigen Worten die 4 Krankheitsbilder und was zu dieser Situation führen kann. Die SuS kennen die schwerwiegenden Folgen, wenn das Herz nicht mehr richtig funktioniert, und sind auf die präventiven Massnahmen sensibilisiert.	Posten besuchen und die Arbeitsaufträge lösen. Details siehe Postenblätter	Postenblätter Informationstext für die SuS Postenmaterial	GA	90'
4	Ich will ein gesundes Herz!	Die SuS erfahren in einer Gruppenarbeit, was zu einem gesunden, gut funktionierenden Herz beitragen kann. Drei Themenbereiche (Ernährung/Übergewicht, Bewegung, Rauchen) werden von je einer Gruppe bearbeitet. Die Ergebnisse werden auf einem Plakat zusammengefasst und der Klasse vorgestellt.	Die SuS erkennen, wie sie positiv und gesund mit ihrem Herz umgehen. Sie nennen zu jedem der drei ausformulierten Themen drei konkrete Probleme und die damit verbundenen Lösungen.	Texte und Informationen erfassen, sortieren und zusammenfassen Plakat gestalten Plakat erklären und vorstellen	Informationstexte Plakatmaterial Zeichenmaterial Messband	GA Plenum	45'

Lektionsplanung „Das Herz“ Mittelstufe



2/3

Nr.	Thema	Inhalt	Ziele	Action	Material	Organisation	Zeit
5	Das Herz in der Sprache	Das Herz ist für den Menschen so wichtig, dass es immer wieder in der Sprache vorkommt und in verschiedenen Redewendungen verwendet wird. Die SuS lernen 20 Redewendungen kennen und versuchen, die Bedeutung dieser Redewendungen herauszufinden.	Die SuS kennen 20 Redewendungen „mit Herz“ und integrieren diese in ihren Wortschatz.	Arbeitsblatt lösen Im Duden/im Internet recherchieren	Arbeitsblatt Duden Internet	EA/PA	20'
6	Das Herz – überall zu sehen ...	Die SuS fertigen eine Collage mit Bildern an, welche aufzeigt, in welchem Zusammenhang das Herz immer wieder vorkommt. Sie versuchen bei dieser Arbeit die Bedeutung des Herzens in der jeweiligen Situation herauszufinden und zu erklären.	Die SuS nehmen das Herz als Symbol für die Liebe und für das Leben wahr. Sie erkennen, dass das Symbol sehr oft und vielfältig verwendet wird.	Durchblättern von Zeitschriften, Zeitungen und Büchern Anfertigen einer Collage, ergänzt mit Fachinformationen	Zeitschriften Zeitungen und Bücher Internet Papier, Klebstoff, Zeichenmaterial	GA	45'
7	Rezept-Tipps	Die SuS kochen Rezepte, welche aufgrund der Inhaltsstoffe sehr gut für das Herz sind. Sie stellen eine Liste mit Nahrungsmitteln zusammen, die einen positiven Einfluss auf die Funktion des Herzens haben.	Die SuS kennen 6 Nahrungsmittel, die auf das Herz einen positiven Einfluss haben. Sie sind sich bewusst, dass eine gesunde und ausgewogene Ernährung zum Wohlbefinden des Menschen und zur guten Funktion des Herzens beiträgt.	Rezepte lesen, interpretieren, nachkochen Liste anfertigen	Rezeptvorschläge Arbeitsblatt	GA/EA	90'
8	Herz-Leiterlenspiel	Die SuS repetieren mit Hilfe eines Leiterlspiels ihr Wissen rund um das Herz.	Die SuS erkennen, ob die Lerninhalte gefestigt sind oder ob gewisse Themenbereiche nochmals repetiert werden sollten.	Leiterlenspiel spielen, Fragen beantworten	Vorlage Leiterlenspiel Fragekarten zum Lernstoff	GA	45'

Die Zeitangaben sind Annahmen für den ungefähren Zeitrahmen und können je nach Klasse, Unterrichtsniveau und -intensität schwanken!

Lektionsplanung „Das Herz“ Mittelstufe



Ergänzungen/Varianten	
Legende	EA = Einzelarbeit / Plenum = die ganze Klasse / GA = Gruppenarbeit / PA = Partnerarbeit / SuS = Schülerinnen und Schüler / LP = Lehrperson
Kontaktadresse/ Kompetenzpartner	Schweizerische Herzstiftung, Schwarztorstrasse 18, Postfach 368, 3000 Bern 14 Tel. ++41 31 388 80 80, Fax ++41 31 388 80 88 info@swissheart.ch
Weitere Informationen	Viele zusätzliche und weiterführende Informationen finden Sie bei der Schweizerischen Herzstiftung auf der Website: www.swissheart.ch
Broschüren/Quellen	Publikationen der Schweizerischen Herzstiftung: <ul style="list-style-type: none"> - Patienteninformation „Vorhofflimmern“ - Blutdruck messen – nicht vergessen! - Patienteninformation „Bluthochdruck“ - Rauchfrei leben – besser leben - Patienteninformation „Der implantierbare Defibrillator“ - Patienteninformation „Herzrhythmusstörungen“ - Patienteninformation „Erhöhte Blutfettwerte“ - Herzgesund geniessen
Eigene Notizen	