



Aktivität Arbeitsblatt: **Wie viel trinke ich?**

Einleitung:

Kinder im Volksschulalter sollten rd. 1 Liter Wasser pro Tag trinken. Das bedeutet, pro Schulhalbtage ca. Einen halben Liter. Aber wer weiß schon, wie viel er/sie wirklich trinkt?

Zielgruppe: Volksschule

Lernziel: Reflexion der Trinkmenge

Zeitbedarf: 1 Schultag

Materialbedarf:

✓ Trinkflasche (Füllmenge ½ Liter) für jede/n Schüler/in

Anleitung:

Zu Beginn des Vormittagsunterrichts füllen die Schüler/innen ihre 500-ml-Flasche mit Leitungswasser. Am Ende des Unterrichts können sie sehen, wie viel sie getrunken haben.

Es geht nicht um eine Bewertung, sondern um die bewusste Wahrnehmung der eigenen Trinkmenge.

Tipp:

Trink Wasser auf verschiedene Arten: Wasser kann man direkt aus dem Wasserhahn, mit einem Strohhalm, aus der Tasse, dem Glas oder aus der Flasche trinken. Probiere die verschiedenen Möglichkeiten aus. Wie trinkst du Wasser am liebsten?