

Girls' Night/Boys' Night

Organisationsform: Klassenverband/Kleingruppen (teilweise als Hausaufgabe möglich)

Ort: zu Hause/Klassenzimmer/Schulküche/Eventort

Materialien und Hilfsmittel:

- Arbeitsblatt Girls'/Boys' Night
- Arbeitsblatt „Vitamine“
- Arbeitsblatt „Vitamine und Mineralstoffe“
- Arbeitsblatt „Sekundäre Pflanzenstoffe“
- Übersichtbögen Girls'/Boys' Night „Klassenauftrag“ bzw. „Gruppenauftrag“
- Computer mit Internetanschluss und Drucker
- fakultativ Fotoapparat/Fotohandy
- individuell Rezeptzutaten, Küchen- und Kochutensilien
- Dekomaterial, Geschirr
- Plakatpapier (DIN A3), Stifte, Kleber

Schritt für Schritt

Die Klasse plant eine Girls'/Boys' Night, bei der Getränke und Gerichte präsentiert werden, welche die Schönheit steigern sollen. Die Schüler finden sich in Gruppen von 3 bis 5 Personen zusammen. Aufgabe für jede Gruppe ist es, ein Gericht bzw. Getränk für ein Schönheitsmenü zuzubereiten. Ein Organisationsteam lädt Freunde und Freundinnen ein, um die vorbereiteten Gerichte gemeinsam zu verkosten.

Mithilfe der Arbeitsblätter und durch Nachforschungen im Internet (<http://fddb.info/>) ermitteln die Schüler zunächst, welche Lebensmittel Wirkstoffe enthalten, die sich nachweislich auf ein schönes und attraktives Aussehen, also zum Beispiel eine glatte Haut, feste Fingernägel, gesunde Haare, starke Muskeln etc. auswirken.

Anhand dieser Zutaten entscheidet sich jede Gruppe für ein Rezept, das gekocht bzw. gemixt und zubereitet wird.

Für die Präsentation erstellen die Gruppen außerdem Infokarten mit Zutatenliste, Zubereitungstext und Rezeptbild. Auf den Karten soll auch vermerkt sein, welche Inhaltsstoffe die Hauptzutaten enthalten und welche Wirkung sie auf den Körper haben (Beispiel: Grüne Paprika enthält viel Vitamin C, Vitamin B₆ und Magnesium und ist deshalb gut für Haut, Haare und Fingernägel und den Aufbau der Muskulatur).

Diese Materialien (Rezeptkarten, Rezeptbild, ggf. Fotos der Girls'/Boys' Night) können (fakultativ) abschließend weiterverwendet werden, um ein Plakat für das nächste schulinterne Sportturnier oder die Umkleieräume in der Turnhalle zu erstellen.

Eine detaillierte Arbeitsanweisung erhalten die Schüler auf den Arbeitsbögen „Girls'/Boys' Night“ („Klassenauftrag Übersichtsbogen“ und „Gruppenauftrag Übersichtsbogen“).