
*Arbeitsmaterial zum Artikel **Wie schlafen Kinder richtig gut?***

Fach: NMG, Deutsch

Bereiche: Leseverstehen, Diskutieren, Nachdenken, Recherchieren

Zyklus: 2

Schwierigkeitsgrad Artikel: leicht/mittel

Schwierigkeitsgrad Arbeitsmaterial: leicht/mittel

*Autor*in: AkV*

Zum Diskutieren (leicht)

Hier siehst du einige Sprichwörter, die mit Schlaf in Verbindung gebracht werden. Weisst du was sie uns sagen wollen? Wähle eins oder mehrere aus und versucht einander zu erklären, was sie bedeuten.

SCHLAFEN WIE EIN MURMELTIER

EINE NACHT DARÜBER SCHLAFEN

SCHLAF IST DIE BESTE MEDIZIN

SCHLAFENDE HUNDE WECKT MAN NICHT

EINE MÜTZE VOLL SCHLAF NEHMEN

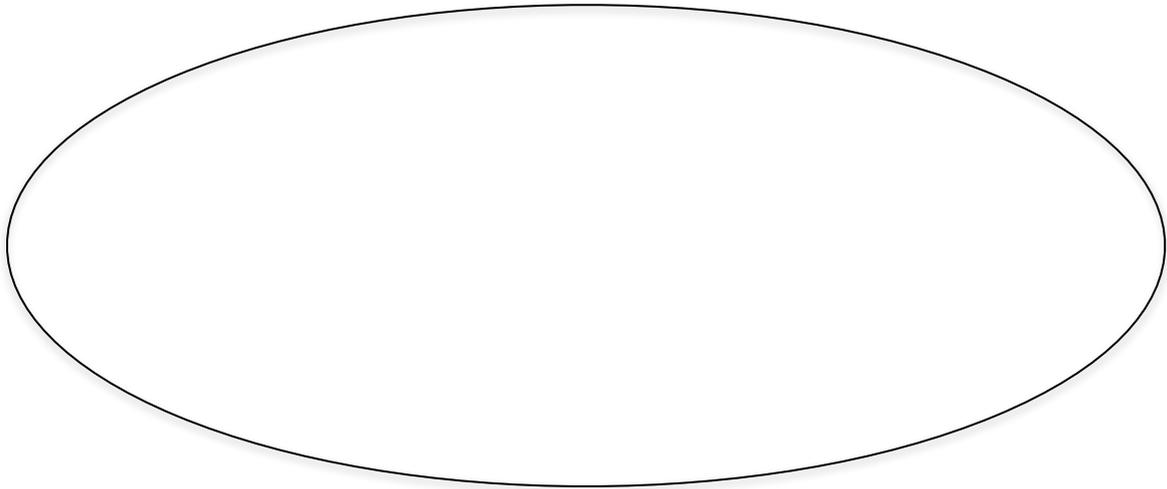
SICH AUFS OHR HAUEN

Die genaue Bedeutung der Sprichwörter kannst du nachlesen unter: <https://www.swissflex.com/de/blog/schlaf-redewendungen>

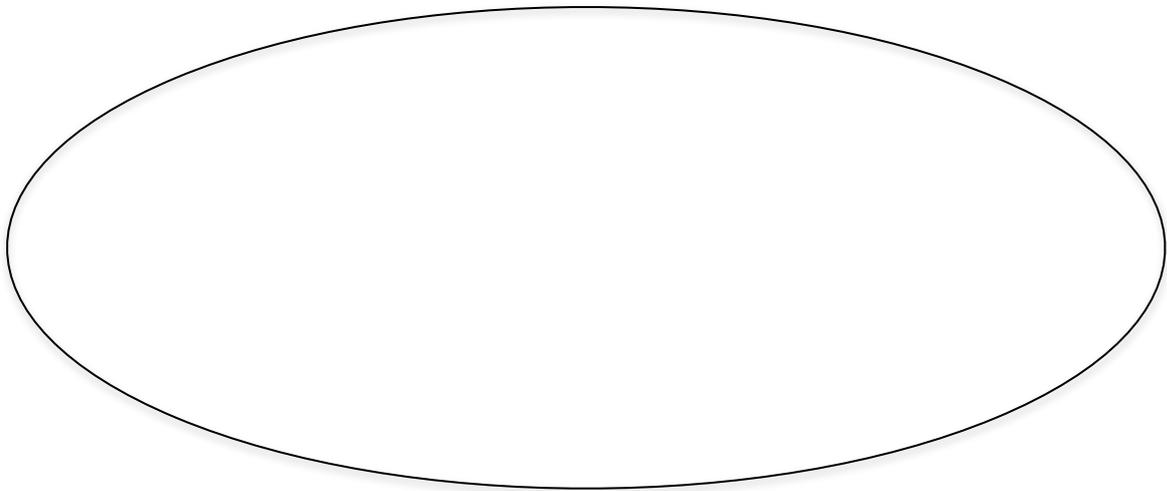
Kennst du weitere Sprichwörter? Tauscht euch aus.

Zum Nachdenken/Diskutieren(mittel)

Was hilft dir, wenn es mit dem Schlaf nicht klappt? Schreibe Rituale, Ideen und Tipps auf ein Post-It und mach dazu eine Klassensammlung. Schreibe danach deine Lieblingstipps in die Blase.



Gibt es auch Gründe, Vorfälle, Gedanken, die dir den Schlaf rauben? Schreibe stichwortartig auf.



Zum rechechieren (schwer)

Hier findest du einige Fragen zum Schlaf.

- Wieso schläft man überhaupt?
- Warum schläft man ein?
- Was versteht man unter REM-**Schlaf**?
- Ist der Tiefschlaf die wichtigste Schlafphase?
- Wieso friert man eher, wenn man müde ist?
- Wieso ermüdet man meist bei Dunkelheit schneller?

Vielleicht weisst du bei einigen die Antwort bereits. Oder dir kommt eine eigene spannende Frage in den Sinn. Entscheide dich für eine oder mehrere Fragen und versuche sie mit Hilfe des Internets zu beantworten.

Berichte der Klasse über deine Antworten.