

# Der Sonnen-TÜV: Mein Sonnenverhalten auf dem Prüfstand

---

## Beschreibung der Aktivität

### **Inhalt & Ziele:**

Die Aktivität knüpft an das unterschiedliche Sonnenverhalten von Max und seinen Freunden an. Die UV-Strahlung tut unserer Haut nicht immer gut. Darum ist es wichtig, sich mit den entsprechenden Verhalten vor zu viel UV-Strahlung zu schützen und gesund zu bleiben. Durch Selbst- bzw. Peer-Reflektion sollen die SchülerInnen dazu angeregt werden, ihr eigenes Sonnenverhalten möglichst konkret und intersubjektiv überprüfbar festzuhalten, zu reflektieren und zu diskutieren. Dazu werden neben den Informationstexten des Lernmoduls Arbeitsblätter angeboten.

### **Umsetzung:**

- in den Unterricht integrierbar
- internationale Anknüpfungspunkte sind möglich

### **Varianten:**

Partnerarbeit; Selbst- und Peer-Reflektion

### **Material-/Medienbedarf:**

- Informationstexte des Lernmoduls
- vorhandene Arbeitsblätter

### **Zeitbedarf:**

- **Vorbereitungszeit:** geringer Aufwand (bis 1 Std.)
- **benötigte Unterrichtszeit:** circa 1 Einzelstunde
- **Nachbereitungszeit:** geringer Aufwand (bis 1 Std.)

## Erläuterungen und zusätzliche Infos

### **Kurze Ablaufbeschreibung der Partnerarbeit**

Die Reflexion und Diskussion soll in Partnerarbeit geschehen. Jeder Schüler hält mit Hilfe eines vorgefertigten Arbeitsblattes (Arbeitsblatt 1) das eigene Sonnenverhalten möglichst konkret und intersubjektiv überprüfbar fest. Anschließend tauschen immer zwei SchülerInnen ihre Aufzeichnungen aus und kommentieren sich gegenseitig. Dazu wird in einem weiteren Arbeitsblatt (Arbeitsblatt 2) eine Bewertung des Verhaltens abgegeben. Diese Wertung muss begründet werden. Auch sollen Vorschläge für ein optimiertes Sonnenverhalten verfasst werden.

## Arbeitsblätter

Arbeitsblatt 1 und 2 siehe folgende Seiten.

# Der Sonnen-TÜV: Mein Sonnenverhalten auf dem Prüfstand

## Arbeitsblatt 1 Einsätzen des eigenen Sonnenverhaltens

Mal ehrlich: Wie verhältst du dich in der Sonne? Bist du eher der nachlässige Typ oder achtest du ganz genau darauf, dass du keinen Sonnenbrand bekommst?

Mit der folgenden Checkliste kannst du dein eigenes Sonnenverhalten zusammenfassen. Die einzelnen Fragen geben dir Anhaltspunkte, über welche Aspekte du dir Gedanken machen solltest. Die Fragen kannst du ganz frei beantworten. Sei dabei bitte möglichst objektiv.

---

### 1. Zu welchem Hauttyp würdest du dich zählen?

- Hauttyp 1    Hauttyp 2    Hauttyp 3  
 Hauttyp 4    Hauttyp 5    Hauttyp 6

---

### 2. Wie häufig hast du innerhalb eines Sommers einen Sonnenbrand?

---

#### 3. a) Achtest du bei starker UV-Strahlung auf deine Kleidung?

- b) Ist schützende Kleidung (Hut/Sonnenbrille/Hemd,/Hose) für dich sinnvoll oder lästig?

---

#### 4. a) Benutzt du Sonnencreme?

- b) Zu welchen Gelegenheiten benutzt du Sonnencreme?  
c) Worauf achtest du beim Kauf einer Sonnencreme?  
d) Welchen Lichtschutzfaktor verwendest du?

---

#### 5. a) Kannst du etwas mit dem UV-Index anfangen?

- b) Richtest du dich danach?

---

6. a) Lässt du dich im Urlaub bräunen?

b) Warum legst du dich im Urlaub besonders gerne in die Sonne? Bzw. Warum vermeidest du die Sonne eher?

---

7. a) Nutzt du Solarien?

b) Warum gehst du gerne bzw. nicht gerne ins Solarium?

---

8. a) Nutzt du Selbstbräunungscremes?

b) Warum nutzt du Selbstbräunungsmittel bzw. warum nutzt du sie nicht?

---

9. Mal ehrlich: Was ist für dich schön? Helle oder dunkle Haut?

---

10. a) Warum magst du deine Freundinnen/Freunde?

b) Spielt die Bräune eine Rolle?

---

11. Achtest du darauf, dass deine Freunde sich sonnengerecht verhalten?

---

12. Untersuchst du selbst regelmäßig deine Muttermale oder lässt du dir diese regelmäßig von einem Arzt untersuchen?

Fertig ausgefüllt? Schau noch einmal genau nach, ob du zu allen Fragen eine ehrliche Antwort aufgeschrieben hast.

Wenn ja, gib dieses Arbeitsblatt an eine/n MitschülerIn weiter. Er oder sie wird dein Sonnenverhalten auf den Prüfstand stellen. Ob du und die Sonne ein unschlagbares Team seid, erfährst du gleich.

# Der Sonnen-TÜV: Mein Sonnenverhalten auf dem Prüfstand

## Arbeitsblatt 2 Bewertungsbogen und Sonnenschutzempfehlungen

In den Lerntexten hast du einiges über Sonnenschutz und das richtige Verhalten in der Sonne gelernt. Jetzt schau dir einmal genau das Sonnenverhalten deines Mitschülers/deiner Mitschülerin an. Er/sie hat es auf Arbeitsblatt 1 festgehalten.

**Wie bewertest du das Sonnenschutzverhalten deines Mitschülers/deiner Mitschülerin?** (Trage das Verhalten auf der untenstehenden Skala ein.)

- vorbildlich
- gut
- in Ordnung
- Nicht so toll
- unvernünftig

**Warum hast du das Verhalten deines Mitschülers/deiner Mitschülerin so bewertet?** (Schreibe in den Kasten die Gründe für deine Bewertung.)

**Welche Empfehlungen gibst du deinem Mitschüler/deiner Mitschülerin, um die Sonne genießen zu können und dabei gesund zu bleiben?** (Trage deine Tipps in den Kasten ein.)

**Welche Alternativen kannst du deinem Mitschüler/deiner Mitschülerin aufzeigen, die Freizeit anders als im Solarium bzw. den Urlaubstag nicht überwiegend mit Sonnenbaden zu verbringen?** (Trage deine Tipps in den Kasten ein.)

Alles eingetragen? Dann setze dich einmal mit deinem Mitschüler/deiner Mitschülerin zusammen und diskutiert gemeinsam euer Sonnenverhalten. Wer kann von wem was lernen?

## Internationale Anknüpfungspunkte

Die SchülerInnen diskutieren und vergleichen gemeinsam in englischer Sprache das (unterschiedliche) Sonnenverhalten in den einzelnen Ländern wie Rumänien, Italien und Deutschland.

Dazu sammeln sie zunächst in der eigenen Klasse, was sie in Bezug auf das Sonnenverhalten der eigenen (deutschen, italienischen, rumänischen) Landsleute beobachten. Außerdem können sie hier Beobachtungen und "Vorurteile" hinsichtlich der Bürger anderer Länder (z.B. die Deutschen in Italien) zusammentragen.

Anschließend stellen sich die SchülerInnen die Ergebnisse im internationalen Kreis vor und diskutieren diese in Hinblick auf die Frage, von welchem Land man in Bezug auf Sonnenschutz was lernen kann.

Grundlage sind die Informationstexte des Lernmoduls sowie die Informationen, die die Schüler über das eigene gesammelt haben.