

Name: _____

Datum: _____

Bastelvorlage: Mein UV-Schutz-Memo-Spiel



■ Was ist ein guter UV-Schutz und warum ist er so wichtig?

Finde es heraus mit dem UV-Schutz-Memo-Spiel von Anna und Max.
Suche die passenden Bildpaare und entdecke Spannendes über
Sonne, Haut und Schatten.

- **Alter:** ab 5 Jahre
- **Anzahl:** 1-6 Personen
- **Inhalt:** Spielanleitung, 40 Bildkarten,
20 UV-Schutz-Infokarten

Das UV-Schutz-Memo-Spiel

**CLEVER IN
SONNE
UND SCHATTEN**

Spielanleitung

Insgesamt gibt es 20 Bildpaare, also 40 Bildkarten. Zu jedem Bildpaar gibt es eine kurze UV-Schutz-Info von Anna und Max. Das Ziel des Spiels ist es, möglichst viele Bildpaare zu finden und Spannendes über den UV-Schutz zu erfahren.

● Wer fängt an?



Das könnt ihr selbst entscheiden: zum Beispiel der Jüngste oder der Älteste. Danach geht es im Uhrzeigersinn weiter. Dein linker Nachbar ist also als Nächstes an der Reihe.

● Wie wird das UV-Schutz-Memo gespielt?

Mischt die Bildkarten und legt sie verdeckt auf den Tisch, sodass immer dieses Logo zu sehen ist:



Der erste Spieler deckt nacheinander zwei Bildkarten auf. Sind die Bildkarten unterschiedlich, werden sie wieder umgedreht und der Nächste ist an der Reihe.

Dieser deckt wieder zwei Bildkarten auf. Findet ein Spieler zwei gleiche Bilder, hat er ein Bildpaar gefunden. Er darf es behalten und noch einmal zwei Bildkarten aufdecken. Das geht so lange weiter, bis er zwei unterschiedliche Bildkarten aufdeckt. Dann ist der nächste Spieler an der Reihe.

Aufgepasst: Immer wenn ihr ein Bildpaar findet, liest einer die UV-Schutz-Info von Anna und Max vor.

● Was ist nicht erlaubt?



Wenn sich ein Spieler beim Aufdecken der zweiten Bildkarte geirrt hat und sich dann an die richtige Bildkarte erinnert, darf er keine dritte Bildkarte umdrehen.

● Wann ist das Spiel zu Ende?



Das Spiel ist zu Ende, wenn das letzte Bildpaar aufgedeckt wurde. Der Spieler mit den meisten Bildpaaren hat gewonnen.

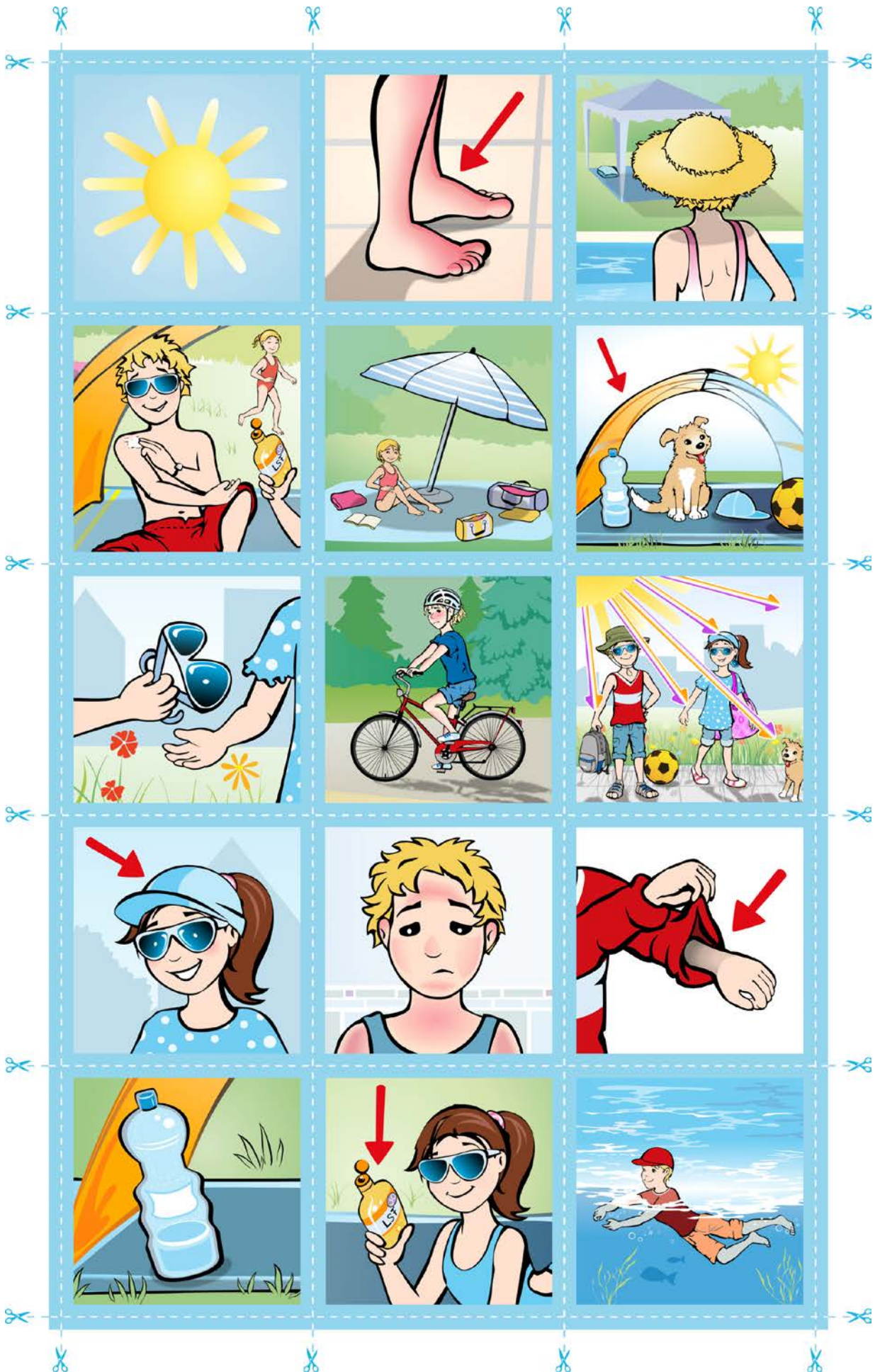


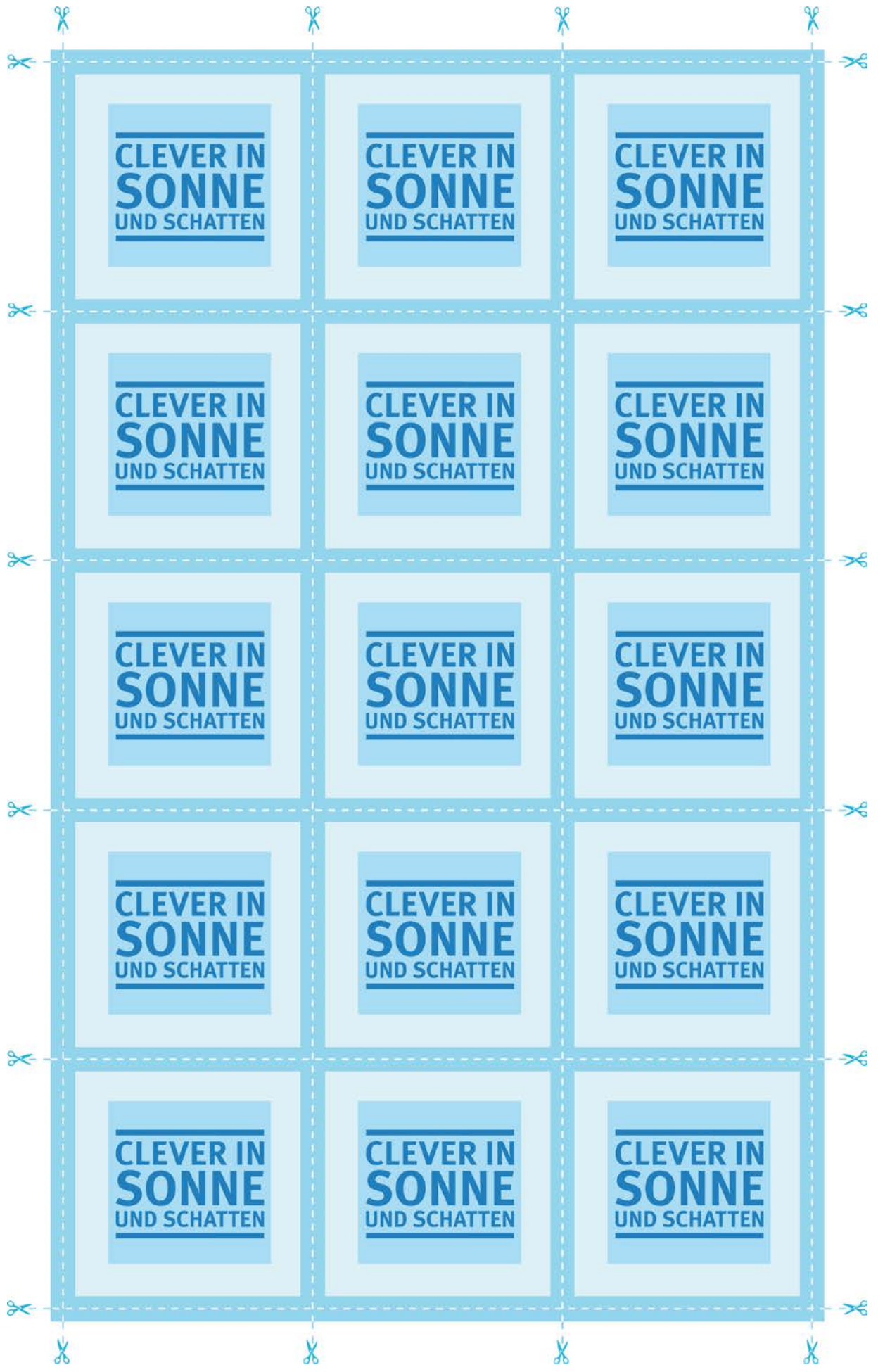
Ein Tipp von Anna und Max:

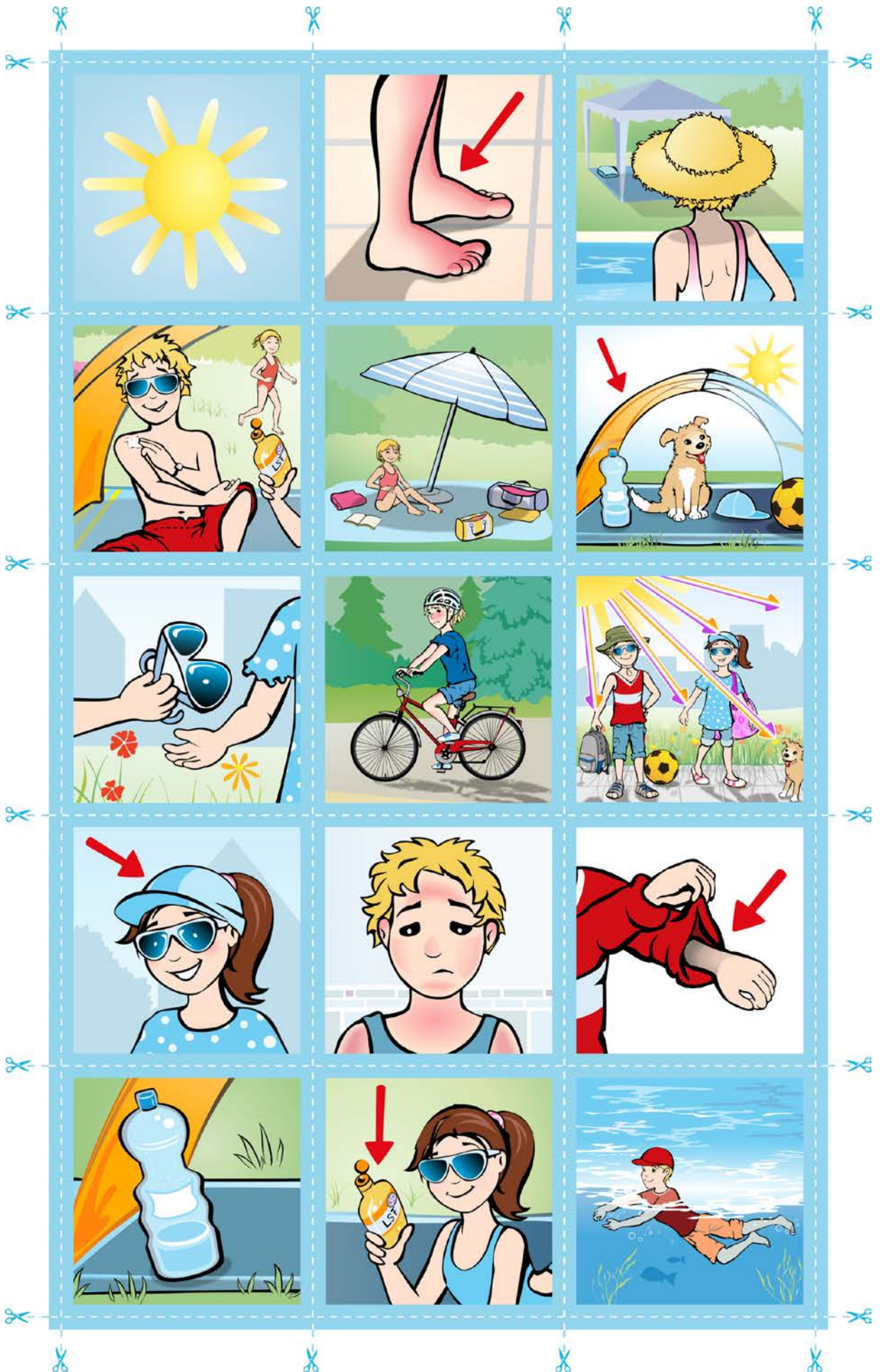
Lasst die aufgedeckten Bildkarten immer eine kurze Zeit liegen, bevor ihr sie wieder umdreht. Dann kann sich jeder besser merken, wo die Bilder liegen.

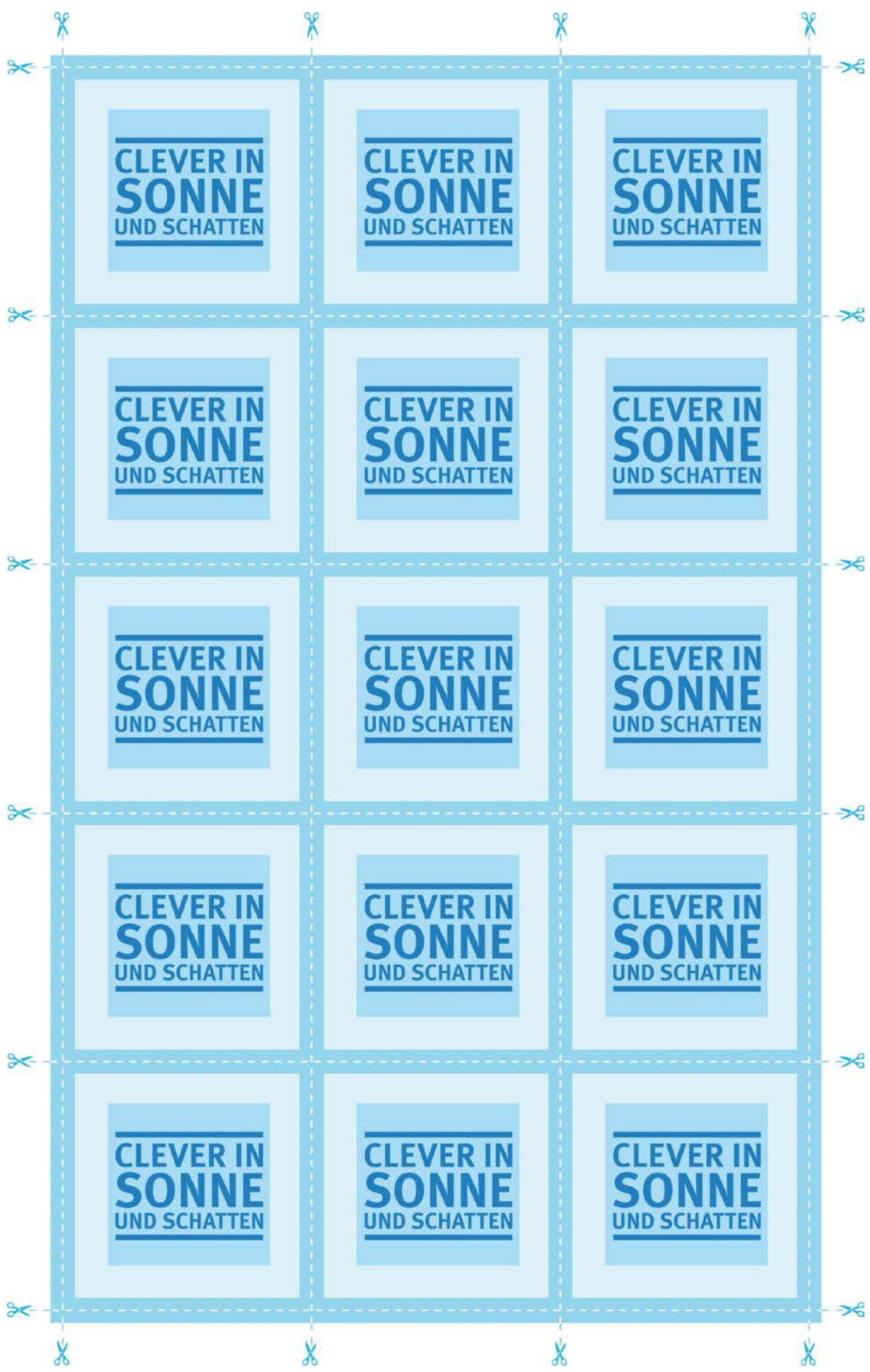
*Anna und Max
wünschen euch viel Spaß
beim Spielen!*









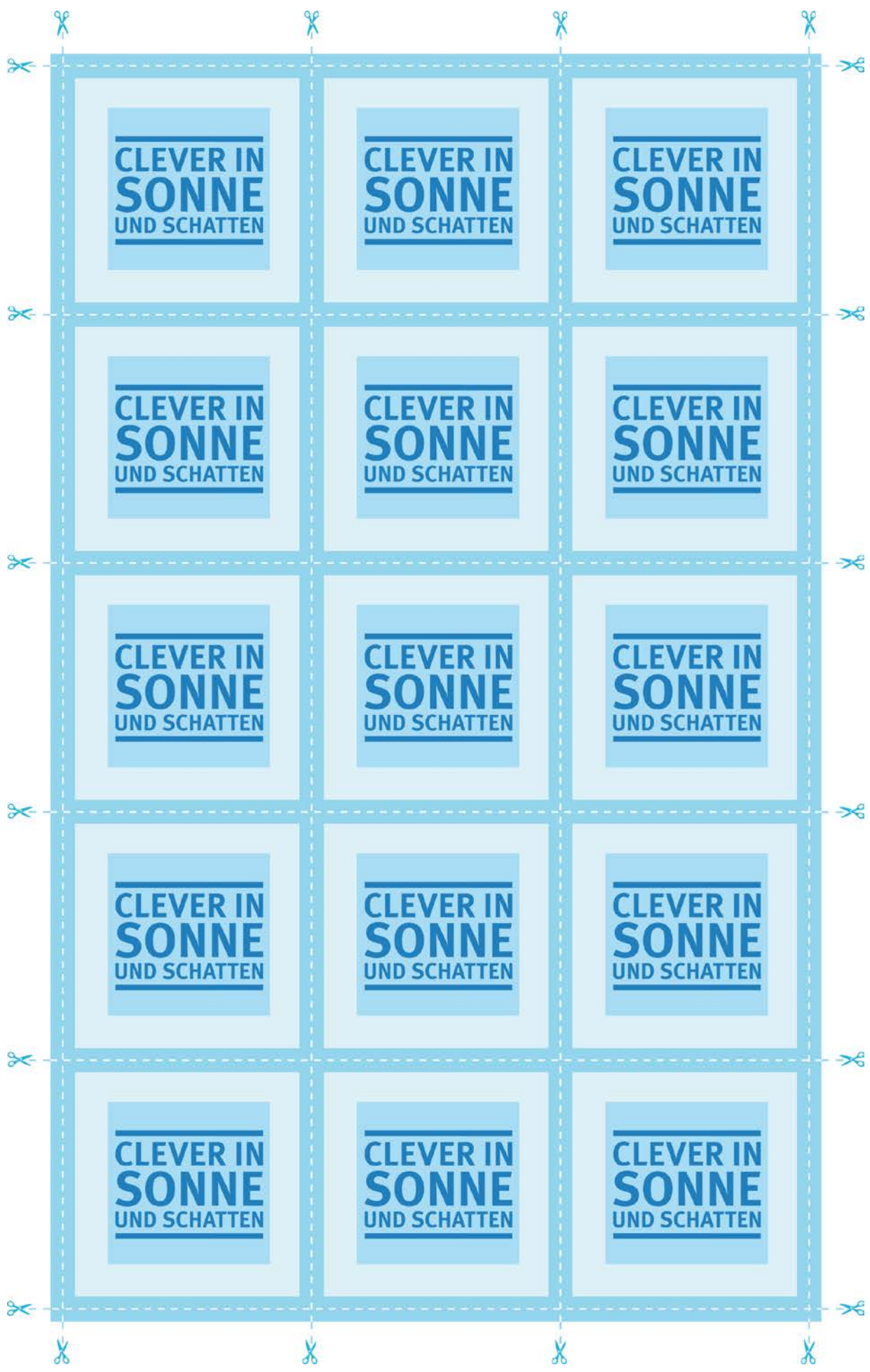




UV - Index	UV - Schutz - Tipps
<input type="radio"/> UV 1	Kein Schutz notwendig: Es ist ein gefährloses Aufenthalt draußen möglich
<input type="radio"/> UV 2	
<input type="radio"/> UV 3	
<input type="radio"/> UV 4	Schutz notwendig: In der Mittagszeit Schatten suchen! T-Shirt anziehen, Sonnenschutzcreme auftragen und Hut aufsetzen!
<input type="radio"/> UV 5	
<input type="radio"/> UV 6	
<input type="radio"/> UV 7	
<input checked="" type="radio"/> UV 8	Besonderer Schutz notwendig: In der Mittagszeit möglichst nicht draußen aufhalten! Unbedingt Schatten suchen! T-Shirt, Sonnenschutzcreme und Hut ein Muss!
<input type="radio"/> UV 9	
<input type="radio"/> UV 10	
<input type="radio"/> UV 11	

UV - Index	UV - Schutz - Tipps
<input type="radio"/> UV 1	Kein Schutz notwendig: Es ist ein gefährloses Aufenthalt draußen möglich
<input type="radio"/> UV 2	
<input type="radio"/> UV 3	
<input type="radio"/> UV 4	Schutz notwendig: In der Mittagszeit Schatten suchen! T-Shirt anziehen, Sonnenschutzcreme auftragen und Hut aufsetzen!
<input type="radio"/> UV 5	
<input type="radio"/> UV 6	
<input type="radio"/> UV 7	
<input checked="" type="radio"/> UV 8	Besonderer Schutz notwendig: In der Mittagszeit möglichst nicht draußen aufhalten! Unbedingt Schatten suchen! T-Shirt, Sonnenschutzcreme und Hut ein Muss!
<input type="radio"/> UV 9	
<input type="radio"/> UV 10	
<input type="radio"/> UV 11	







Die Sonne

Wenn die Sonne scheint, geht es uns gut und wir fühlen uns wohl. Aber aufgepasst: wenn unsere Haut zu viel von der ultravioletten (UV) Strahlung der Sonne abbekommt, entsteht ein Sonnenbrand.

Das ist nicht gut für die Haut. Damit die Haut gesund bleibt, muss die Haut geschützt werden.



Das Nachcremen

Max ist im Freibad. Als er aus dem Schwimmbecken kommt, trocknet er sich mit seinem Handtuch ab. Da die Sonnencreme beim Schwimmen und beim Abtrocknen abgerieben wurde, cremt er sich wieder mit der wasserfesten Sonnencreme (LSF 30) ein.

Das regelmäßige Nachcremen ist wichtig, damit der UV-Schutz der Sonnencreme bleibt.



Die Sonnenbrille

Ein guter UV-Schutz für unsere Augen ist eine Sonnenbrille mit UV-Schutz-Gläsern. Diese erkennst du an dem Schutzzeichen UV-400.

Wenn du dir nicht sicher bist, lass die Sonnenbrille vom Optiker kontrollieren. Das ist meistens kostenlos. Zum Spielen und Toben sind günstige UV-Schutz-Sonnenbrillen aus Plastik gut geeignet.



Die Kappe

Anna trägt eine Kappe. Der Schirm der Kappe hält die UV-Strahlung der Sonne auf, sodass diese nicht auf Annas Gesicht strahlen kann. Die Ohren und der Nacken werden von der Kappe jedoch nicht bedeckt.

Anna weiß das und sagt: „Ich habe meine Ohren, meinen Nacken und auch mein Gesicht mit Sonnencreme eingecremt und spiele zur Mittagszeit im Schatten oder drinnen.“



Die Wasserflasche

In der Sonne ist es warm. Das liegt an der Wärmestrahlung der Sonne. Diese spürst du sofort auf deiner Haut. Dir wird warm, du fängst an zu schwitzen und dein Körper verliert Wasser.

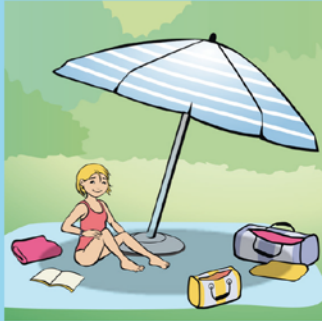
Max sagt: „Ich habe immer eine Flasche Wasser dabei, so vergesse ich das Trinken nicht.“



Der Sonnenbrand auf den Fußrücken

Das sind Bens Füße. Ben war den ganzen Tag mit Sandalen unterwegs. Er hat den UV-Schutz für die Haut auf den Fußrücken vergessen.

„Jetzt habe ich Schuhe, die den Fußrücken bedecken und Sandalen ziehe ich mit Socken an. Wenn ich mal keine Socken an habe, dann creme ich meine Füße gut mit Sonnencreme ein“, sagt Ben.



Der Sonnenschirm

Der Stoff des Sonnenschirms lässt die UV-Strahlung nicht durch. „Das funktioniert nur, wenn der Stoff dicht ist und du fast nicht durchschauen kannst. Weil auch das Sonnenlicht durch den Stoff abgehalten wird, gibt es einen Schatten“, sagt Anna.



Der Radfahrer

Finn war mit dem Fahrrad unterwegs. Alle Hautstellen, die nicht von Kleidung bedeckt waren, haben einen Sonnenbrand.

Er denkt: „Hätte ich doch eine lange Hose und ein langärmeliges T-Shirt angezogen und Gesicht und Nacken mit Sonnencreme eingecremt. Dann hätte ich jetzt keinen Sonnenbrand! Ab jetzt werde ich den UV-Schutz nicht mehr vergessen.“



Die Sonnenterrassen im Gesicht

Wenn dich die Sonne anstrahlt, gibt es von Kopf bis Fuß Hautstellen, die nicht von Kleidung bedeckt sind. Das sind die Sonnenterrassen. Diese empfindlichen Stellen brauchen einen guten UV-Schutz. Dann gibt es auch keinen Sonnenbrand.

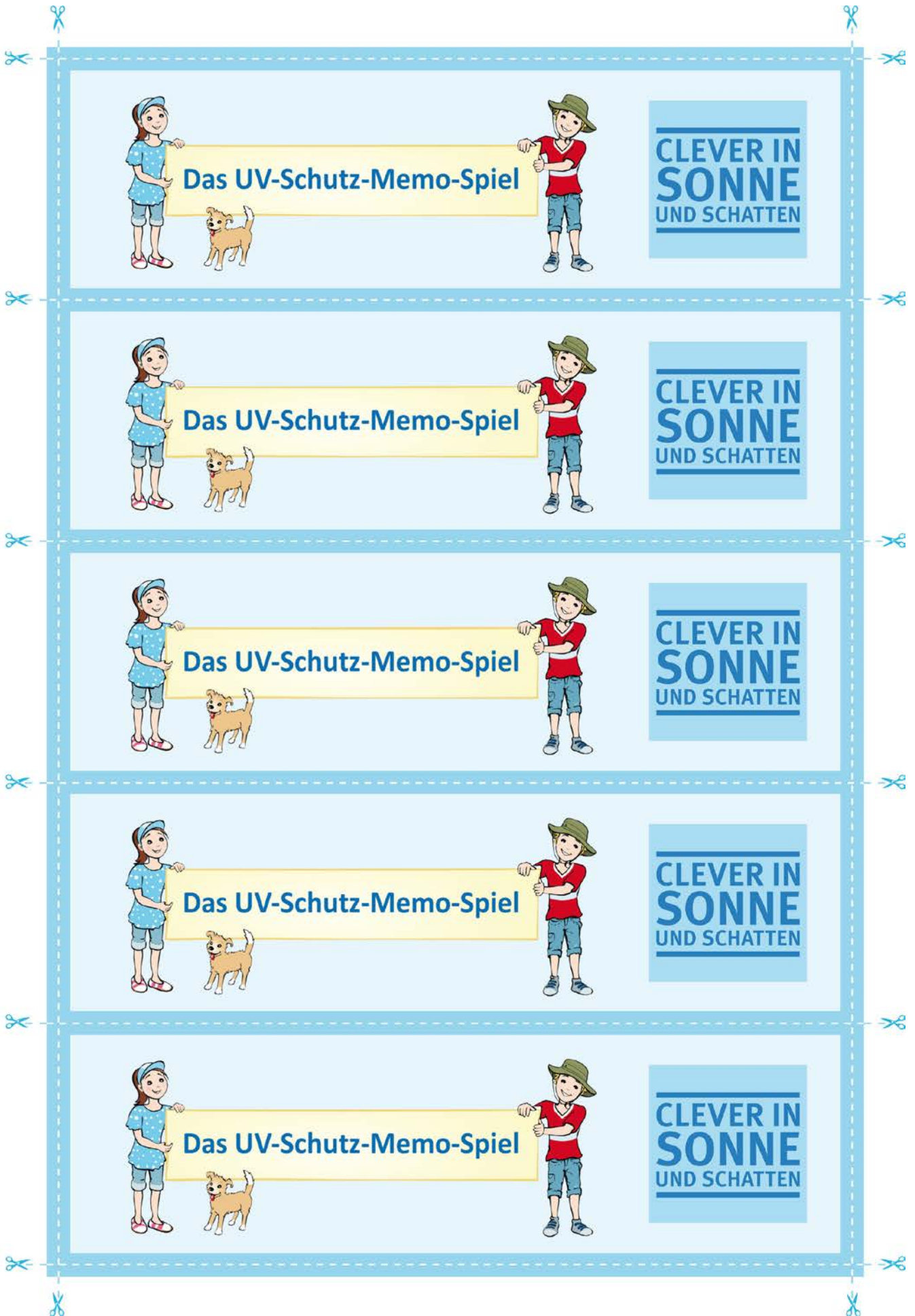
Max hat die Sonnenterrassen im Gesicht nicht geschützt und sagt: „Denk dran: Sonnenhut, Eincremen und Sonnenbrille – der coole UV-Schutz fürs Gesicht.“



Die Sonnencreme

Wichtig ist, dass die Sonnencreme wasserfest und ohne Duftstoffe ist und einen Lichtschutzfaktor (LSF) von 30 oder 50 hat. Anna sagt:

„Kleidung, Sonnenhut oder Kappe, eincremen mit Sonnencreme und zur Mittagszeit im Schatten oder drinnen spielen. Das alles zusammen ist ein guter UV-Schutz für deine Haut.“





Der Sonnenhut

Es gibt viele verschiedene Arten von Sonnenhüten. Dies ist ein Sonnenhut aus Stroh.

Für den Kopf, das Gesicht, die Ohren und den Nacken ist der Sonnenhut ein guter UV-Schutz. Siehst du den Schatten, den der Sonnenhut auf den Nacken wirft?



Das Sonnenzelt

Schatten ist ein guter UV-Schutz. Mit dem Sonnenzelt kannst du dir selber Schatten holen. Der Stoff des Sonnenzelts hält wie auch der Stoff der Kleidung die UV-Strahlung ab.

Ein Tipp von Anna: „Aufgepasst - nur dichte Stoffe, durch die du fast nicht durchsehen kannst, sind ein guter UV-Schutz“.



Die Sonnenstrahlen

Drei Arten von Sonnenstrahlen strahlen auf die Erde. Das sind das **Licht**, die **Wärmestrahlung** und die **UV-Strahlung**.

Wenn die Haut zu viel UV-Strahlung abbekommen hat, entsteht ein Sonnenbrand. Der tut weh und ist nicht gut für die Haut. Deshalb ist UV-Schutz wichtig.



Die Kleidung

Max hat den Ärmel seines Shirts hochgezogen. Du siehst einen Schatten auf der Haut. Dichte Stoffe mit einer dunklen Farbe, durch die du fast nicht durchsehen kannst, sind ein guter UV-Schutz. Die UV-Strahlung wird von der Kleidung abgefangen. Der Schatten auf der Haut entsteht, weil auch das Licht von der Kleidung abgefangen wird.



Das Schwimmen

Louis schützt sich auch beim Schwimmen vor der UV-Strahlung der Sonne. Er trägt ein dunkelrotes T-Shirt, denn er weiß: im Wasser kann er noch schneller einen Sonnenbrand bekommen.

Das liegt daran, dass die UV-Strahlung von der Wasseroberfläche zurückgeworfen wird. Dies wird auch Reflexion genannt.



Die Mittagszeit

Die Uhr am Naturzentrum Sonnenberg zeigt 9:30 Uhr. Ab 11 Uhr beginnt die Mittagszeit. Von 11 bis 15 Uhr ist die UV-Strahlung der Sonne am stärksten.

Zu dieser Tageszeit solltest du die Sonne meiden und dich im Schatten aufhalten. Bei einem UV-Index ab 8 solltest du unbedingt drinnen spielen.



Anna und Max

Anna und Max sind auf dem Weg ins Freibad.

Beide haben sich gut vor der Sonne geschützt, um keinen Sonnenbrand zu bekommen: Sie tragen beide eine Sonnenbrille. Anna hat eine Kappe und Max einen Hut auf. Ihre Kleidung ist ein guter UV-Schutz. Alle Hautstellen, die nicht von der Kleidung bedeckt sind, sind mit Sonnencreme eingecremt.

UV - Index	UV - Schutz - Tipps
<input type="radio"/> UV 1	Kein Schutz notwendig: Es ist ein gefährloser Aufenthalt draußen möglich
<input type="radio"/> UV 2	
<input type="radio"/> UV 3	
<input type="radio"/> UV 4	Schutz notwendig: In der Mittagszeit Schatten suchen! T-Shirt anziehen, Sonnencreme auftragen und Hut aufsetzen!
<input type="radio"/> UV 5	
<input type="radio"/> UV 6	
<input type="radio"/> UV 7	
<input checked="" type="radio"/> UV 8	Besonderer Schutz notwendig: In der Mittagszeit möglichst nicht draußen aufhalten! Unbedingt Schatten suchen! T-Shirt, Sonnencreme und Hut ein Mass!
<input type="radio"/> UV 9	
<input type="radio"/> UV 10	
<input type="radio"/> UV 11	

Der UV-Index

Die UV-Index-Infotafel hat eine Skala von 1 bis 11.

Je größer die Zahl, desto stärker ist die UV-Strahlung der Sonne und die Sonnenbrandgefahr steigt.

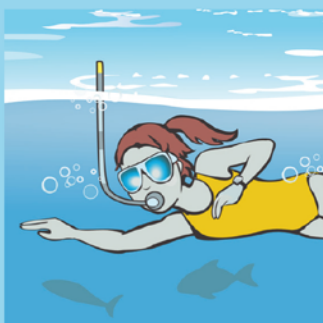
Der UV-Index hilft dir, die Stärke der UV-Strahlung besser einzuschätzen, damit du dich gut schützen kannst.

Den UV-Index findest du im Internet: www.bfs.de/uv-prognose



Der Baumschatten

Bäume geben Schatten. Das kannst du besonders beim Schatten des Blätterdachs sehen. Weil die Blätter einen Teil der UV-Strahlung der Sonne nicht durchlassen, schützen auch sie vor der UV-Strahlung. Deshalb sind Bäume Schattenspendler.



Unter Wasser

Das ist Leonie beim Schnorcheln. Obwohl sie komplett unter Wasser ist, schützt sie ihre Haut, um keinen Sonnenbrand zu bekommen.

Sie weiß, dass die UV-Strahlung der Sonne sogar einen Meter tief ins Wasser dringt. Deshalb hat sie sich vorher mit wasserfester Sonnencreme eingecremt und weiß, dass sie nur eine kurze Zeit im Wasser bleiben kann.

