

Name: _____

Klasse: _____

Datum: _____

ARBEITSBLATT ÜBER KOHLENHYDRATE

1. Was sind Kohlenhydrate?

2. Welche Arten von Kohlenhydraten gibt es?

3. Wie werden Kohlenhydrate im Körper verarbeitet?

4. Welche Rolle spielen Kohlenhydrate bei der Gewichtskontrolle?

5. Was sind die Vorteile von komplexen Kohlenhydraten?

6. Was sind die Nachteile von einfachen Kohlenhydraten?

7. Wie kann man den Anteil an Kohlenhydraten in der Ernährung reduzieren?

Aufgaben

1. Beantworte die Fragen über Kohlenhydrate mithilfe des Internets!
2. Vergleiche deine Antworten mit denen einer Mitschülerin oder eines Mitschülers!
3. Tauscht euch in eurer Klasse über eure Lösungen offen aus und ergänzt wichtige Infos!
4. Stellt weitere interessante Fragen zum Thema und versucht sie zu beantworten!