

Name: _____

Klasse: _____

Datum: _____

ARBEITSBLATT ÜBER DIE ERNÄHRUNG

1. Was ist die wichtigste Grundlage einer gesunden Ernährung?

2. Welche Nährstoffe benötigt der Körper täglich?

3. Was sind die gesundheitlichen Auswirkungen von zu viel Zucker?

4. Was ist der Unterschied zwischen natürlichen und künstlichen Süßstoffen?

5. Was ist der Unterschied zwischen gesättigten und ungesättigten Fettsäuren?

6. Was ist der Unterschied zwischen Vollkorn und Weißmehl?

7. Was sind die Vorteile von pflanzlicher Ernährung?

Aufgaben

1. Beantworte die Fragen über die Ernährung 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!