

Name: _____

Klasse: _____

Datum: _____

ARBEITSBLATT ÜBER DIE GESUNDHEIT

1. Was ist eine gesunde Ernährung?

2. Warum ist Bewegung wichtig für die Gesundheit?

3. Wie viel Schlaf braucht man für eine gute Gesundheit?

4. Warum ist Stress schlecht für die Gesundheit?

5. Was bedeutet "psychische Gesundheit"?

6. Wie kann man das Immunsystem stärken?

7. Was ist der Body-Mass-Index (BMI)?

8. Was sind die Vorteile des Trinkens von Wasser für die Gesundheit?

Aufgaben

1. Beantworte die Fragen über die Gesundheit 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!