|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Beschreibung: Beschreibung: Logo Schulen_PdZ_RZ20_600Lineares Clustern: Was ist ungesund? Was ist gesund?**  Schneidet die Bilder von den Lebensmitteln und die Wortkarten „gesund“ und „ungesund“ aus.  Legt zuerst die Wortkarte „gesund“ ganz nach links und die Wortkarte „ungesund“ ganz nach rechts.  Welche Lebensmittel sind die gesündesten?  Welche sind die ungesündesten?  Ordnet nun die Lebensmittel zwischen diesen Polen ein. Macht Abstufungen. | | | |
|  | | | |
|  | ✁ |  |
| Partnerarbeit | Schneiden | Sprechen |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| E:\CLIPART\Food\Fruitveg\SSGP0271.JPG | E:\CLIPART\Food\Fruitveg\SSGP1005.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP2734.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP4171.JPG |
| Paprika | Blaubeerkuchen | Hamburger | Eier |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1144.JPG | E:\CLIPART\Food\Fruitveg\SSGP1654.JPG | E:\CLIPART\Food\Fruitveg\SSGP0435.JPG | E:\CLIPART\Food\Fruitveg\SSGP0931.JPG |
| Schokoladentorte | Apfel | Gurken | Bananen |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1381.JPG | E:\CLIPART\Food\Fruitveg\SSGP1554.JPG | E:\CLIPART\Food\Fruitveg\SSGP3095.JPG | E:\CLIPART\Food\Fruitveg\SSGP6438.JPG |
| Apfelkuchen | Kiwi | Nüsse | Pilze |
| https://s14-eu5.startpage.com/cgi-bin/serveimage?url=https:%2F%2Fwww.kuechengoetter.de%2Fuploads%2Fmedia%2F630x630%2F09%2F29119-rote-linsensuppe.jpg%3Fv%3D1-0&sp=ea848a0b7fb27f9a58862c38afc4df07 | E:\CLIPART\Food\Bevs\SSGP4170.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP2836.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0673.JPG |
| Linsensuppe | Milch | Eis | Nudeln mit Tomatensauce |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0168.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0012.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0503.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0715.JPG |
| Nudeln in Sahnesauce | Obstsalat | Hühnersupppe | Waffel |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1142.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0048.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0091.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0836.JPG |
| Schokolinsen | Erdbeeren mit Schokolade | Schoko-Muffin | Pizza |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0247.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0177.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1088.JPG | https://duesentriebskitchen.ch/wp-content/uploads/2017/12/047985f01aeb18ee2cda37b781601233-940x940.jpg |
| Erdbeeren mit Sahne | Erbsen mit Speck | Gummibärchen | Gemüse mit Dipps |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1193.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP4116.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1179.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1208.JPG |
| Plätzchen | Gemüseeintopf | Fruchtsaft | Kaffee |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP4116.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP2998.JPGE:\CLIPART\Food\Bevs\SSGP3772.JPG |  | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0956.JPG |
| Vollkornbrötchen | Limonade, Colagetränk | Würstchen | Weißbrot |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0311.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0311.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0339.JPG | E:\CLIPART\Food\Bevs\SSGP4170.JPG |
| Braten | Rosenkohl (gekocht) | Zimtschnecken | Käse |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0408.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0408.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0358.JPG | Hühnersalat mit Zitronenmayonnaise |
| Reis mit Gemüse und Garnelen | Salat | Pudding | Salat mit Majonäse |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0544.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0544.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP0495.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP5745.JPG |
| Wasser | Hackfleischbällchen | Salzige Knabbereien | Mandarinen aus der Dose |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1208.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1720.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1338.JPG | E:\CLIPART\Food\Fastfood\SSGP1343.JPG |
| Croissant | Ofenkartoffel | Pommes frites | Hähnchen Nuggets |

ungesund

gesund

Quelle des Bildes „Linsensuppe“: <https://www.kuechengoetter.de/rezepte/schnelle-rote-linsensuppe-28323>, abgerufen am 07.08.2019 um 09:30 Uhr.

Quelle des Bildes „Gemüse mit Dipp“: <https://duesentriebskitchen.ch/gemuese-dip/>, abgerufen am 07.08.2019 um 09:37 Uhr.

Quelle des Bildes „Salat mit Majonäse“: <https://www.kuechengoetter.de/rezepte/huehnersalat-mit-zitronenmayonnaise-1202>, abgerufen am 07.08.19 um 9:49 Uhr.

Quelle aller anderen Bilder: IMSI Master Clips 1997.

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Beschreibung: Beschreibung: Logo Schulen_PdZ_RZ20_600Frage gesucht**  Du hörst gleich die Antworten von vier Schülerinnen und Schüler.  Welche Frage wurde ihnen allen gestellt?  Lies zuerst die möglichen Fragen durch.  Höre dann die Antworten. Kreuze danach an, auf welche Frage die Schülerinnen und Schüler antworten. | | | |
|  | | | |
|  |  |  |
| Einzelarbeit | Hören |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Wie ernährst du dich in deinem Alltag? |  |
|  | Was bedeutet gesunde Ernährung für dich? |  |
|  | Was hast du in der Schule über Ernährung gelernt? |  |
|  | Was muss man noch tun, um gesund zu bleiben? |  |
|  | Warum ist dir eine gesunde Ernährung wichtig? |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Beschreibung: Beschreibung: Logo Schulen_PdZ_RZ20_600Was bedeutet gesunde Ernährung für dich?**  Du hörst gleich vier Schülerinnen und Schüler, die erklären, was für sie gesunde Ernährung bedeutet.  Lies zuerst die untenstehenden Aussagen.  Welche Aussagen in der Tabelle treffen auf die jeweiligen Schülerinnen und Schüler zu? Kreuze an. | | | |
|  | | | |
|  |  |  |
| Einzelarbeit | Hören |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | **Celine** | **Alyssia** | **Milena** | **Berfin** |
|  | Pommes, Hamburger vom Imbiss gehören nicht zu einer gesunden Ernährung. |  |  |  |  |
|  | Zur gesunden Ernährung gehört, wenig Fett zu sich zu nehmen. |  |  |  |  |
|  | Gesunde Ernährung bedeutet viel Obst und Gemüse zu essen. |  |  |  |  |
|  | Nur wenig Zuckerhaltiges sollte man essen, wenn man sich gesund ernähren will. |  |  |  |  |
|  | Zu einer gesunden Ernährung gehört auch Sport. |  |  |  |  |
|  | Eine gesunde Ernährung beinhaltet Vollkornprodukte. |  |  |  |  |
|  | Sich gesund zu ernähren heißt auch, morgens etwas zu essen. |  |  |  |  |
|  | Ich esse, was gesund ist, auch wenn ich es nicht mag. |  |  |  |  |
|  | Zur gesunden Ernährung gehören vor allem frische Lebensmittel. |  |  |  |  |
|  | Bei einer gesunden Ernährung ist Gemüse wichtiger als Obst. |  |  |  |  |
|  | Das Wichtigste in der Ernährung ist, dass man auf seinen Körper hört. |  |  |  |  |

**Was sagt Ihr dazu? Sprecht darüber in der Klasse?**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|
|
| Sprechen | Klassengespräch |

Worin sind sich alle Schülerinnen und Schüler einig? Welche Aussage hat die meisten Übereinstimmungen?

Stimmst du der Aussage, ich esse, was gesund ist, auch wenn ich es nicht mag, zu?

Findet Argumente dafür und dagegen.

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lesetext: Welche kurze Inhaltsangabe passt zu den Abschnitten?**  Der vorliegende Lesetext ist in verschiedene Abschnitte geteilt.  Du erkennst die Abschnitte an den Überschriften, die den Text gliedern.  Lies zuerst den Text.  Welche kurze Inhaltsangabe passt zum jeweiligen Abschnitt? Kreuze an. | | | |
|  | | | |
|  |  |  |
| Einzelarbeit | Lesen |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Abschnitt 1: Essen muss schmecken und gesund sein** | |
|  | a. Zwei Schüler bewerten ihre Koch-AG an ihrer Schule |  |
|  | b. Warum zwei Schülern gesundes Essen wichtig ist |  |
|  | c. Zwei Schüler erklären, wie man sich gesund ernährt |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Abschnitt 2: Lecker, gesund und leicht** | |
|  | a. Was kann eine gesunde Ernährungsweise erschweren und behindern? |  |
|  | b. Welche Ernährungsweise ist die gesündeste von allen? |  |
|  | c. Wie kann man sich selbst gesunde Mahlzeiten zubereiten? |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Abschnitt 3: Pyramiden aus Lebensmitteln** | |
|  | a. Die Ernährungsberaterin benennt Lebensmittel, die bei einer gesunden Ernährung verboten sind. |  |
|  | b. Die Ernährungsberaterin erklärt anhand eines Beispiels, was sie in ihrem Beruf alles macht. |  |
|  | c. Die Ernährungsberaterin zeigt auf, wie gesunde Ernährung veranschaulicht werden kann. |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Abschnitt 4: Krankheiten durch Fett und Zucker** | |
|  | a. Gründe und Folgen einer zu großen Auswahl an Lebensmitteln |  |
|  | b. Gründe und Folgen: Übergewicht im Jugendalter |  |
|  | c. Gründe und Folgen einer ungesunden Lebensweise |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Abschnitt 5: Bewegung muss sein** | |
|  | a. Die besten Sportarten, um sich fit zu halten |  |
|  | b. Verschiedene Ideen, um in Bewegung zu bleiben |  |
|  | c. Tipps, um sich zum Sport aufzuraffen |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Abschnitt 6: Info-Box** | |
|  | a. Die Deutschen essen – neben Fleisch – gern Nudeln. |  |
|  | b. Die Deutschen kochen nicht so gerne. |  |
|  | c. Die Deutschen lehnen Fertiggerichte ab. |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Beschreibung: Beschreibung: Logo Schulen_PdZ_RZ20_600Wortschatzvertiefung: Verschiedene Ernährungsweisen**  Lies nochmal die Worterklärungen zu den Ernährungsweisen Vegetarier, Veganer, Flexitarier und Pescetarier.  Verbinde die jeweilige Ernährungsweise mit der passenden Aussage in der Sprechblase und einem passenden Essens-Menü. | | | |
|  | | | |
|  |  | *Vorspeise*  Salat mit Käsestreifen  *Hauptspeise*  Wiener Schnitzel vom Bio-Schwein mit Kroketten und Spinat  *Nachspeise*  Schokoladenpudding |
| Einzelarbeit | Lesen | Verbinden |

Ich esse auch nichts, wofür ein Tier gestorben ist. Außer Fische. Fische esse ich schon.

Flexitarier

*Vorspeise*

Rote Beete mit Ziegenkäse

*Hauptspeise*

Spiegelei mit Salzkartoffeln und Buttermöhrchen

*Nachspeise*

Eis mit heißen Kirschen

Ich esse nichts, wofür ein Tier gestorben ist. Ich lehne tierische Produkte aber ansonsten nicht ganz ab.

Pescetarier

Ich esse keinerlei tierische Produkte. Ich ernähre mich nur, was von Pflanzen kommt.

*Vorspeise*

Lachs im Blätterteig

*Hauptspeise*

Rühreier mit Toastbrot

*Nachspeise*

Kompott mit Sahne

Veganer

Manchmal esse ich Fleisch, aber nur ganz selten. Und dann achte ich darauf, dass es gutes Fleisch ist, das heißt von Bioqualität. Das ist meistens auch teurer.

Vegetarier

*Vorspeise*

Gemüseplätzchen

*Hauptspeise*

Tofu mit Reis

*Nachspeise*

Obstsalat

**Was sagst du dazu?**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|
|
| Sprechen | Partnerarbeit |

Was meinst du? Warum ernährt sich jemand vegetarisch oder vegan? Welche Gründe könnte es geben? Überlege mit deinem Partner.

Welches Menü würdest du wählen? Welches würdest du nie bestellen? Was magst du davon?   
Was magst du nicht davon?

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | | falsch | richtig |
| 1. | Ines Heger verwendet nicht so gern den Begriff „gesunde Ernährung“. |  |  |
| 2. | Bei einer gesunden Ernährung ist nichts verboten. |  |  |
| 3. | Ines Heger orientiert sich in ihrer Beratung an wissenschaftlichen Erkenntnissen. |  |  |
|  | | | |
| 4. | Ines Heger findet die Ernährungspyramide veraltet und überholt. |  |  |
| 5. | In den Ernährungskursen geht es hauptsächlich ums Abnehmen. |  |  |
| 6. | Ines Heger hilft dabei, sich beim Einkaufen besser zu orientieren. |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Beschreibung: Beschreibung: Logo Schulen_PdZ_RZ20_600Kurzer Hörtext: Zwei Fragen an Ines Heger**  Du hörst gleich ein kurzes Interview mit der Ernährungsberaterin Ines Heger.  Lies zunächst die Aussagen.  Höre dann das Kurzinterview.  Kreuze anschließend an, ob die Aussagen falsch oder richtig sind. | | |
|  | | |
|  |  |
| Einzelarbeit | Hören |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Wortschatzvertiefung: Die Ernährungspyramide**  Lies nochmal den Abschnitt mit der Überschrift „Pyramiden aus Lebensmitteln“ und schaue dir die Graphik zur Ernährungspyramide nochmal genau an.  Fülle zuerst die Lücken in den Antworten auf der rechten Seite.  Knicke anschließend rechte Seite ab und stellt euch in der Partnerarbeit gegenseitig die Fragen und beantwortet diese abwechselnd. Dazu könnt ihr die Graphik zur Ernährungspyramide zur Hilfe nehmen. | | | | |
|  | | | | |
|  |  |  |  |
| Einzelarbeit | Schreiben | Partnerarbeit | Sprechen |

Zucker Trinken ausgleichen größeren Brot und Getreide Verzicht Teil

Hülsenfrüchte Eisen kleineren Fett Nüsse Süßigkeiten fettige

Getränke Gemüse und Obst mäßigen Fleisch Calcium Chips

|  |  |
| --- | --- |
| *Was sollte Grundlage*  *unserer Ernährung sein?* | Die Grundlage ist das \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Dabei ist allerdings zu beachten, dass \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ gemeint sind, die keinen \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ enthalten. |
| *Das betrifft ja nun das Trinken.*  *Wovon kann ich denn am meisten essen?* | Am meisten kann man von \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ essen, wobei Gemüse den \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Anteil ausmachen sollte. Auch \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ gehören zu den Lebensmitteln, die einen größeren \_\_\_\_\_\_\_ unserer Ernährung ausmachen sollten. |
| *Gibt es Lebensmittel, die mäßig*  *zu sich genommen werden sollten?* | In \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Mengen sollten Milchprodukte und \_\_\_\_\_\_\_\_\_ gegessen werden. Sie geben dem Körper wichtige Stoffe wie \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_\_\_\_\_, gehören aber nicht mehr zur Basis einer Ernährung und sollten somit einen \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Teil der Ernährung ausmachen. |
| *Bei welchen Lebensmitteln sollte man sehr sparsam sein?* | Sehr sparsam sollte man bei Zucker und \_\_\_\_\_\_\_\_\_ sein, das betrifft vor allem Lebensmittel wie \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Lebensmittel wie \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. |
| *Wenn ich Vegetarier bin, was muss ich bei der Ernährung beachten?* | Es wird empfohlen, dass dann \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ wie Linsen, Erbsen und Bohnen mehr verzehrt werden sollten. Die Lebensmittel können den \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ auf Fleisch und Milchprodukte dann\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kurzvortrag: Die Ernährungspyramide**    Bereite einen Vortrag vor, bei dem du die Ernährungspyramide vorstellst.  Übe den Vortrag mit einem Partner ein.  Verwende Fachbegriffe wir Eiweiße, Ballaststoffe usw.  Achte auch auf die Farben der Ernährungspyramide: grün = reichlich, gelb = mäßig, rot = sparsam | | |
|  | | |
|  |  |
| Partnerarbeit | Sprechen |

Diese Stichwörter können dir beim Vorstellen der Ernährungspyramide helfen:

* Pyramide als Hilfestellung, um sich ausgewogen zu ernähren
* Grundlage unserer Ernährung: Getränke als breite Basis
* Pflanzliche Lebensmittel enthalten viele Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe, aber nur wenige Kalorien. Davon reichlich essen.
* Getreideprodukte noch zur Basis, aber weniger als Obst und Gemüse, denn höheren Energiegehalt
* Tierische Lebensmittel wichtiger Lieferant für Calcium und Eisen, nur mäßiger Konsum
* sparsam bei Fetten und Ölen
* Sehr sparsam bei Süßigkeiten, Knabbereien, fettige Lebensmittel, sie zählen zu den Extras und sollten etwas Besonderes auf dem Speiseplan bleiben

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Hörtext: Bewegung**    Zu einer gesunden Lebensweise gehört nicht nur gesundes Essen, sondern auch Bewegung im Alltag.  Du hörst gleich drei Schülerinnen, die darüber berichten, was sie gern in ihrer Freizeit für Sport oder Aktivitäten machen.  Welche Bilder treffen auf die jeweiligen Mädchen zu? Kreise ein. Manchmal treffen auch mehrere Bilder zu. | | |
|  | | |
|  |  |
| Einzelarbeit | Hören |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Celine |  |  |  |
| Alyssia |  |  |  |
| Milena |  |  |  |

**Und du?**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|
|
| Sprechen | Partnerarbeit |

Was für Sport oder Aktivitäten machst du in deiner Freizeit? Schreibe es auf.

Frage deinen Partner und schreibe es auf.

**Nachgedacht!**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|
|
| Sprechen | Klassengespräch |

Warum fällt es vielen Jugendlichen schwer, sich mehr im Alltag zu bewegen?

Wie kann man mehr Bewegung in den Alltag bringen?

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Finde jemanden, der gern Obst isst.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der sich vegetarisch ernährt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der eine Ballsportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gerne kocht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der zwei Hülsenfrüchte benennen kann.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Fisch mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der joggt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der in seiner Freizeit mit seinem Hund spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der heute noch keine Süßigkeiten gegessen hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der eine Trinkflasche dabei hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der in seiner Freizeit mehr als eine Sportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der morgens Müsli frühstückt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der lieber die Treppe anstatt den Aufzug nimmt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Gemüsesäfte trinkt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der keine Chips mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |



✃

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Finde jemanden, der gern Obst isst.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der sich vegetarisch ernährt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der eine Ballsportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der Spiegeleier zubereiten kann.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der zwei Hülsenfrüchte benennen kann.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Fleisch mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der heute noch keine Süßigkeiten gegessen hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der in seiner Freizeit mit seinen Freunden spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der keine Limonade mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der joggt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der in seiner Freizeit mehr als eine Sportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der morgens Müsli frühstückt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der lieber die Treppe anstatt den Aufzug nimmt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Fruchtsäfte trinkt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der sich heute ausgewogen ernährt hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Finde jemanden, der gern Obst isst.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der sich vegetarisch ernährt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gerne kocht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der eine Ballsportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der in seiner Freizeit mehr als eine Sportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Eierspeisen mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der joggt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der in seiner Freizeit mit seinem Hund spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der heute noch keine Süßigkeiten gegessen hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der lieber Gemüse als Obst isst.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der zwei Hülsenfrüchte benennen kann.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der morgens Müsli frühstückt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der lieber die Treppe anstatt den Aufzug nimmt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Gemüsesäfte trinkt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der keine Chips mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |



✃

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Finde jemanden, der gern Gemüse isst.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der sich vegetarisch ernährt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der eine Ballsportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der kochen kann.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der zwei Hülsenfrüchte benennen kann.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Fisch mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der joggt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der mit Freunden Sport macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der heute noch keine Süßigkeiten gegessen hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der lieber die Treppen statt den Aufzug nimmt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der in seiner Freizeit mehr als eine Sportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der morgens Müsli frühstückt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der gern mit dem Fahrrad fährt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Gemüsesäfte trinkt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der keine Chips mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Finde jemanden, der gern Fisch mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der sich vegetarisch ernährt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der eine Ballsportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der heute schon Tee getrunken hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der zwei Hülsenfrüchte benennen kann.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden,  der gern Fruchtssaft trinkt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der schon mal für Freunde gekocht hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der in seiner Freizeit mit seinem Hund spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der in seiner Freizeit mehr als eine Sportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der heute noch keine Süßigkeiten gegessen hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der heute schon Obst gegessen hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der morgens Müsli frühstückt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der lieber die Treppe anstatt den Aufzug nimmt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Gemüsesäfte trinkt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der keine Schokolade mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |



✃

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |
| --- | --- |
| Arbeitsblätter: | Thema „Gesunde Ernährung“ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Finde jemanden, der gern Nudeln isst.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der sich vegan ernährt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der eine Ballsportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, heute schon Sport gemacht hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der zwei Hülsenfrüchte benennen kann.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Fisch mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern spazieren geht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der in seiner Freizeit joggt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der heute noch keine Süßigkeiten gegessen hat.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gerne kocht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der in seiner Freizeit mehr als eine Sportart macht.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der morgens Müsli frühstückt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Finde jemanden, der lieber die Treppe anstatt den Aufzug nimmt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Gemüsesäfte trinkt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der keinen Kuchen mag.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Finde jemanden, der gern Fahrrad fährt.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |