



Ein Bestandteil unserer Nahrung ist Zucker. Lies die Fragen auf diesem Arbeitsblatt durch und kreuze die richtige Antwort an. Manchmal sind auch mehrere Antworten richtig. Als kleine Hilfestellung schau dir den Film an (Timecode 10:03 – 12:56 Min.).

1. Welche Aussage über Zucker ist richtig?

- Zucker kommt vor allem in Milch und Joghurt vor.
- Das Gehirn braucht Zucker, um zu funktionieren.
- Ein Mensch muss mindestens ein Kilogramm Zucker am Tag zu sich nehmen.



2. Es gibt verschiedene Arten von Zucker. Welche ist besser für das Gehirn?

- Mehrfachzucker
- Zweifachzucker

3. In welchen Lebensmitteln ist Mehrfachzucker enthalten?

- in Gummibärchen, Schokolade und Limonade
- in Butter und Margarine
- in Äpfeln, Vollkornbrot und Möhren



4. Wer zuviel „schlechten“ Zucker isst, ...

- ... ist im Unterricht auf die Dauer unkonzentrierter.
- ... riskiert Schäden an den Zähnen.
- ... muss keine Vitamine mehr zu sich nehmen.

5. Zuviel Zucker ist ungesund, schadet den Zähnen und macht dick. In welchen Lebensmitteln ist viel schädlicher Zucker? Du kannst so viele Lebensmittel ankreuzen, wie du meinst.

- | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Limonade | <input type="checkbox"/> Naturjoghurt | <input type="checkbox"/> Ketchup |
| <input type="checkbox"/> Apfel | <input type="checkbox"/> Weingummi | <input type="checkbox"/> Kakao |
| <input type="checkbox"/> Schokolade | <input type="checkbox"/> Marmelade | <input type="checkbox"/> Haferflocken |
| <input type="checkbox"/> Eis | <input type="checkbox"/> Nudeln | <input type="checkbox"/> Nuss-Nougat-Creme |



Lehrerblatt
Lösungen

1. Welche Aussage über Zucker ist richtig?

- Zucker kommt vor allem in Milch und Joghurt vor.
- Das Gehirn braucht Zucker, um zu funktionieren.
- Ein Mensch muss mindestens ein Kilogramm Zucker am Tag zu sich nehmen.



2. Es gibt verschiedene Arten von Zucker. Welche ist besser für das Gehirn?

- Mehrfachzucker
- Zweifachzucker

3. In welchen Lebensmitteln ist Mehrfachzucker enthalten?

- in Gummibärchen, Schokolade und Limonade
- in Butter und Margarine
- in Äpfeln, Vollkornbrot und Möhren



4. Wer zuviel „schlechten“ Zucker isst, ...

- ... ist im Unterricht auf die Dauer unkonzentrierter.
- ... riskiert Schäden an den Zähnen.
- ... muss keine Vitamine mehr zu sich nehmen.

5. Zuviel Zucker ist ungesund, schadet den Zähnen und macht dick. In welchen Lebensmitteln ist viel schädlicher Zucker? Du kannst so viele Lebensmittel ankreuzen, wie du meinst.

- | | | |
|--|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Limonade | <input type="checkbox"/> Naturjoghurt | <input checked="" type="checkbox"/> Ketchup |
| <input type="checkbox"/> Apfel | <input checked="" type="checkbox"/> Weingummi | <input checked="" type="checkbox"/> Kakao |
| <input checked="" type="checkbox"/> Schokolade | <input checked="" type="checkbox"/> Marmelade | <input type="checkbox"/> Haferflocken |
| <input checked="" type="checkbox"/> Eis | <input type="checkbox"/> Nudeln | <input checked="" type="checkbox"/> Nuss-Nougat-Creme |