



Lösungsblatt: Ernährung und Verdauung

Vergleiche mit deinem Blatt. Jede richtige Aufgabe gibt einen BooStar.

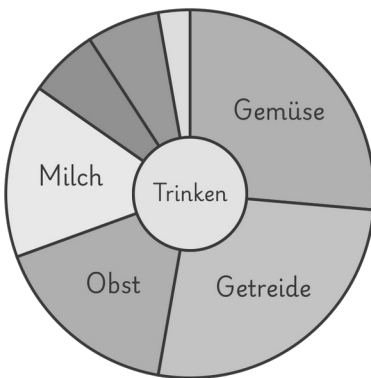
Je größer ein Stück im Kreis, desto öfter darf es auf den Teller.
Getränke stehen in der Mitte, am besten Wasser. Beispiel: Die
Möhre gehört zum Gemüse.



☺ Stimmt das? Kreise ein.

Gemüse ist ein großes Stück.
Wasser ist ein gutes Getränk.
Öl ist das größte Stück.

☒ ja ☐ nein
☒ ja ☐ nein
☐ ja ☒ nein



📋 Zu welcher Gruppe gehört es? Schreibe in die Spalte.

Reis Paprika Apfel Gurke Birne Banane Möhre Brot Nudeln

Gemüse

Obst

Getreide

Möhre

Apfel

Brot

Gurke

Banane

Nudeln

Paprika

Birne

Reis

☺ Bonus: Stimmt das? Kreise ja oder nein ein.

Der Magen liegt im Bauch.

☒ ja ☐ nein



Hier gibt es noch mehr!

Lösungsblatt
S3403-1





Lösungsblatt: Ernährung und Verdauung

Vergleiche mit deinem Blatt. Jede richtige Aufgabe gibt einen BooStar.

Was gehört zu welcher Gruppe? Schreibe in die Spalte.

Käse Wasser Kartoffeln Brötchen Haferflocken Quark Tee
Joghurt Saftschorle

Milch

Trinken

Getreide

Joghurt

Wasser

Haferflocken

Käse

Tee

Brötchen

Quark

Saftschorle

Kartoffeln

Öfter oder seltener? Stimmt das? Kreise ja oder nein ein.

Obst und Gemüse isst man am besten öfter.

ja nein

Süßigkeiten gehören öfter auf den Teller als Gemüse.

ja nein

Wasser ist das beste Getränk gegen Durst.

ja nein

Bonus: Stimmt das? Kreise ja oder nein ein.

Zucker macht lange satt.

ja nein

Die Speiseröhre führt zum Magen.

ja nein

Fett braucht der Körper gar nicht.

ja nein

Im Darm nimmt der Körper Nährstoffe auf.

ja nein

Limo ist ein guter Durstlöscher.

ja nein

Was der Körper nicht braucht, kommt am Ende hinaus.

ja nein

Der Magen sitzt im Kopf.

ja nein

Vollkornbrot macht lange satt.

ja nein



Hier gibt es noch mehr!

Lösungsblatt
S3403-2





Lösungsblatt: Ernährung und Verdauung

Vergleiche mit deinem Blatt. Jede richtige Aufgabe gibt einen BooStar.

Brot, Nudeln und Kartoffeln geben Energie. Milch, Eier und Linsen sind Baustoffe für den Körper. Obst und Gemüse bringen viele Vitamine. Die erste Aufgabe ist schon gelöst.



Was steckt vor allem darin? Schreibe in die Spalte.

Apfel Milch Ei Brot Paprika Möhre Nudeln Kartoffeln Linsen

Energie

Baustoffe

Vitamine

Brot

Milch

Apfel

Nudeln

Ei

Möhre

Kartoffeln

Linsen

Paprika

Bonus: Stimmt das? Kreise ja oder nein ein.

In Obst stecken viele Vitamine.

Der Körper braucht zum Wachsen Baustoffe.

Schokolade ist Gemüse.

Milch enthält Kalzium.

Der Darm ist kürzer als ein Lineal.

Fisch, Eier und Bohnen enthalten Eiweiß.

Joghurt wird aus Saft gemacht.

Ballaststoffe helfen der Verdauung.

Reis ist Obst.

ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein



Hier gibt es noch mehr!

Lösungsblatt
S3403-3





Lösungsblatt: Ernährung und Verdauung

Vergleiche mit deinem Blatt. Jede richtige Aufgabe gibt einen BooStar.

Lies den Text.

Bruno isst kein Fleisch. Trotzdem bekommt er alles, was sein Körper braucht. Zum Frühstück gibt es Haferflocken mit Milch und Apfel. Mittags isst er Linsen mit Kartoffeln und Gemüse. Dazu trinkt er Wasser.



Beantworte die Fragen.

Was gibt Bruno Energie?

Haferflocken, Kartoffeln

Was ist in Brunos Essen ein Baustoff?

Milch, Linsen

Stimmt das? Kreise ja oder nein ein.

Auch ohne Fleisch kann man gut essen.

☐ ja ☒ nein

Bruno trinkt Wasser.

☐ ja ☒ nein

Bruno isst Fleisch.

☐ ja ☒ nein

Mittags gibt es Linsen.

☐ ja ☒ nein

Zum Frühstück isst Bruno Haferflocken.

☐ ja ☒ nein

Linsen sind Hülsenfrüchte.

☐ ja ☒ nein

Pommes sind ein Getränk.

☐ ja ☒ nein

Kinder sollten jeden Tag Obst und Gemüse essen.

☐ ja ☒ nein

Kinder brauchen keine Vitamine.

☐ ja ☒ nein

Ein Frühstück gibt Kraft für den Morgen.

☐ ja ☒ nein



Hier gibt es noch mehr!

Lösungsblatt
S3403-4





Lösungsblatt: Ernährung und Verdauung

Vergleiche mit deinem Blatt. Jede richtige Aufgabe gibt einen BooStar.

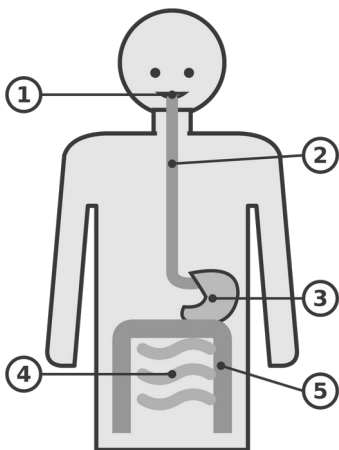
Im Mund wird das Essen zerkleinert, im Magen zerlegt, im Dünndarm werden die Nährstoffe ins Blut aufgenommen.
Beispiel: Die 1 zeigt auf den Mund. Die erste Aufgabe ist schon gelöst.



Wörter:

Dickdarm Dünndarm Magen Mund Speiseröhre

Wie heißen die Teile?



1: Mund

2: Speiseröhre

3: Magen

4: Dünndarm

5: Dickdarm

Bonus: Stimmt das? Kreise ja oder nein ein.

Im Mund wird das Essen zerkleinert.

Die Speiseröhre führt in die Lunge.

Der Dünndarm ist sehr lang.

Kartoffeln liefern Energie.

Der Darm liegt im Kopf.

Die Leber hilft bei der Verdauung.

(ja) nein
ja (nein)
(ja) nein
(ja) nein
ja (nein)
(ja) nein



Hier gibt es noch mehr!

Lösungsblatt
S3403-5



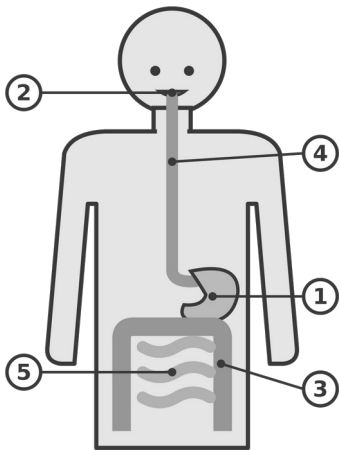


Lösungsblatt: Ernährung und Verdauung

Vergleiche mit deinem Blatt. Jede richtige Aufgabe gibt einen BooStar.



Wie heißen die Teile?



1: Magen

2: Mund

3: Dickdarm

4: Speiseröhre

5: Dünndarm



Bonus: Stimmt das? Kreise ja oder nein ein.

Gemüse hat keine Vitamine.

Wir verdauen im Schlaf weiter.

Süßigkeiten machen lange satt.

Gemüse kann man roh oder gekocht essen.

Wasser macht dick.

Salz sollte man nur sparsam essen.

Der Magen zerkleinert Essen mit Zähnen.

Hafer ist ein Getreide.

Die Speiseröhre führt zur Nase.

Ohne Wasser kann der Körper nicht gut verdauen.

Kauen ist unnötig.

Käse wird aus Milch gemacht.

Obst enthält kein Wasser.

ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein
ja nein



Hier gibt es noch mehr!

Lösungsblatt
S3403-6





Lösungsblatt: Ernährung und Verdauung

Vergleiche mit deinem Blatt. Jede richtige Aufgabe gibt einen BooStar.

Die Reise dauert viele Stunden. Gründliches Kauen hilft dem Magen. Sprich mit deinem Kind darüber, was es beim Essen selbst spüren kann: kauen, schlucken, satt sein.



Wie reist das Pausenbrot? Nummeriere.

- 6 Der Rest kommt auf der Toilette heraus.
- 5 Im Dickdarm wird Wasser entzogen.
- 4 Im Dünndarm gehen die Nährstoffe ins Blut.
- 1 Im Mund zerkaust du das Brot.
- 2 Es rutscht durch die Speiseröhre.
- 3 Im Magen wird es zerlegt.

Bonus: Stimmt das? Kreise ja oder nein ein.

Gut kauen hilft dem Magen.
Die Verdauung dauert nur eine Minute.
Beim Kauen arbeitet die Zunge mit.
Kinder sollen nur Kuchen essen.
Brot enthält viele Kohlenhydrate.
Brot ist ein Getränk.
Langsames Essen hilft beim Sattwerden.
Milch kommt aus dem Wasserhahn.

(ja) nein
ja (nein)
(ja) nein
ja (nein)
(ja) nein
ja (nein)
(ja) nein
ja (nein)



Hier gibt es noch mehr!

Lösungsblatt
S3403-7





Lösungsblatt: Ernährung und Verdauung

Vergleiche mit deinem Blatt. Jede richtige Aufgabe gibt einen BooStar.

Ein guter Picknickplan hat etwas zu trinken, Getreide, Obst oder Gemüse und etwas aus Milch. Bruno isst kein Fleisch, das gehört auch in den Plan.



 Plane das Picknick. Schreibe in jede Zeile etwas.

Gruppe	Das packen wir ein
Trinken	
Getreide	
Obst oder Gemüse	
Milch	
für Bruno (ohne Fleisch)	

 Begründe.

Warum ist dein Plan gut?

individuell, z. B. von allen Gruppen etwas, Wasser zum Trinken

 Bonus: Stimmt das? Kreise ja oder nein ein.

Eine Banane ist Obst.

Fisch ist ein Gemüse.

Eine Paprika ist Gemüse.

Verdauen dauert eine Sekunde.

Trinken ist wichtig für den Körper.

☒ ja ☐ nein
☐ ja ☒ nein
☒ ja ☐ nein
☐ ja ☒ nein
☒ ja ☐ nein



Hier gibt es noch mehr!

Lösungsblatt
S3403-8

