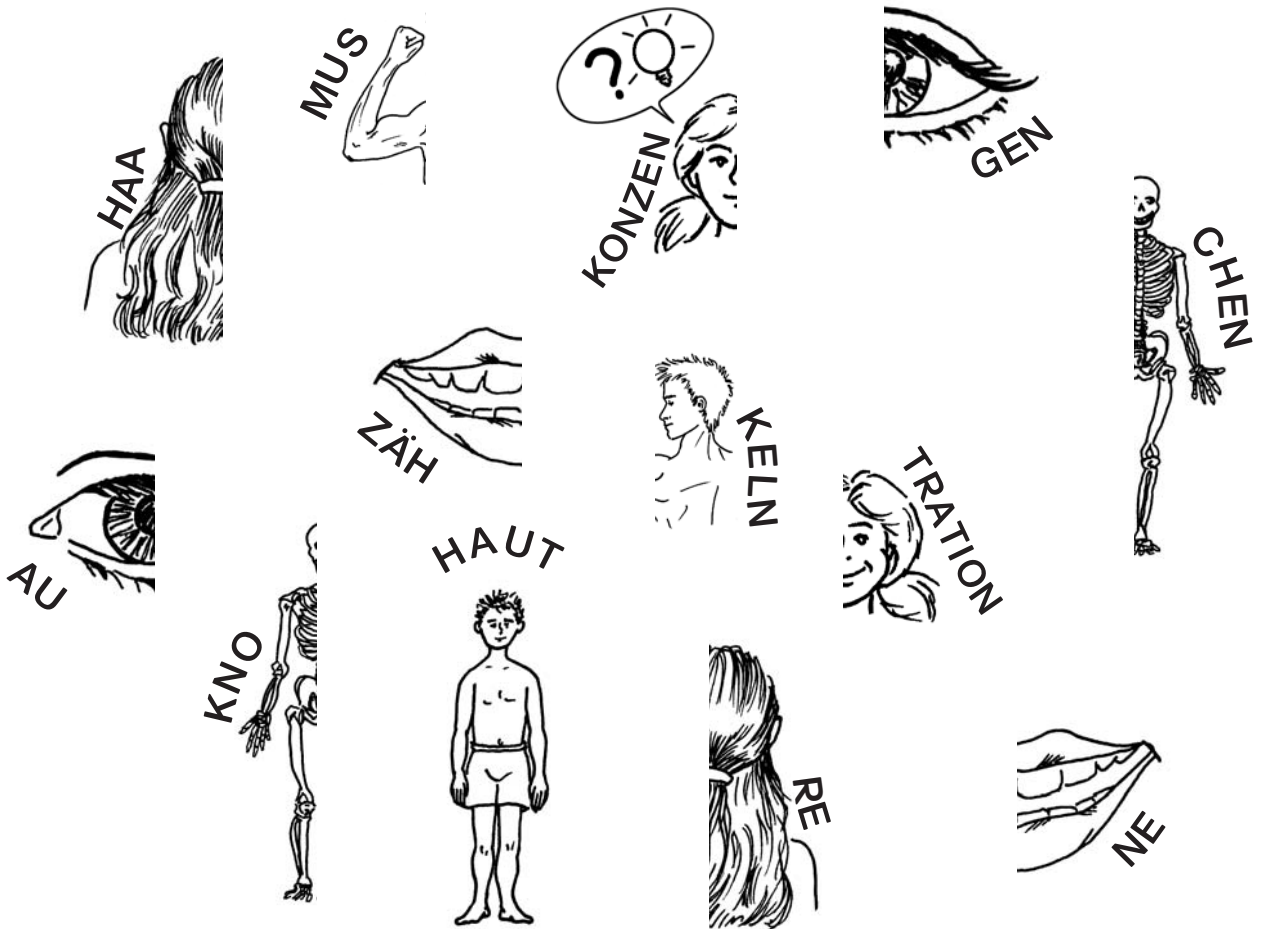




Dafür ist gesunde Ernährung wichtig



Aufgaben

- Verbinde die passenden Teile.**
- Schreibe die Wörter auf.**





















Die Mischung macht's!

Das ist Andrea  und ihr Speiseplan. Sie ernährt sich nicht immer richtig.







Andreas Speiseplan

Mein Speiseplan

<p>1. Frühstück</p> 	<p>Toast mit Nussnougatcreme, Tee</p>  	
<p>Schulfrühstück</p> 	<p>1 Apfel, Vollkornbrot mit Käse, Milch</p>   	
<p>Mittagessen</p> 	<p>Pommes frites mit Majonäse, Limonade</p>   	
<p>Nachmittags- imbiss</p> 	<p>1 Stück Kuchen</p> 	
<p>Abendessen</p> 	<p>Salat, Cola</p>  	

Aufgaben

Andrea soll sich gesünder ernähren.
Verändere Andreas Speiseplan.


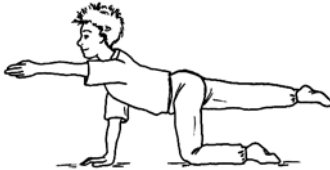













-  **Streiche durch oder**  **male dazu.**
-  **Male oder**  **schreibe deinen eigenen Speiseplan für einen Tag.**


















Was dein Körper kann

Manche Kinder sind beweglicher als andere.
Schätze selbst einmal ein, wie beweglich du bist.

						
Vermutung						
Probe						

						
Vermutung						
Probe						

Aufgaben



Schaue dir die verschiedenen Übungen oben an.

Vermute, ob du sie nachmachen kannst.



Kreuze  oder  an.

Probiere nun die Übungen aus. Hast du sie geschafft?



Kreuze  oder  an.



Erfinde selbst Übungen.  Male sie auf.

