**Auftrag Film „Abenteuer Ernährung“**

1. Schaut euch den Film „Abenteuer Ernährung“ aufmerksam an. Den Link findet ihr unter [www.muellerlenk.ch/nmm-9/stoffwechsel-verdauung/](http://www.muellerlenk.ch/nmm-9/stoffwechsel-verdauung/)
2. Besprecht anschliessend in 2er Gruppen untenstehende Fragen.
3. Erstellt einen A4-Flyer mit Ernährungstipps. Achtet auf die fachliche Richtigkeit, fehlerfreie Rechtschreibung und eine gute optische Gestaltung.
* Woraus besteht eigentlich unsere Nahrung?
* Was passiert mit der Nahrung im Körper?
* Warum müssen wir überhaupt essen und warum ist es für den Körper nicht egal, was wir essen?
* Was gehört zu einem guten Frühstück?
* Wozu werden die einzelnen Nährstoffe gebraucht?
* Kann man sich mit der einen Nahrung besser konzentrieren als mit der anderen?
* Macht es für das Gehirn einen Unterschied, was wir essen?
* Wie unterscheidet sich die jeweilige Energie-Bilanz bei unterschiedlichen Tätigkeiten und Nahrungsmitteln?
* Wie ist das mit der Bewegung und der Energiebilanz?
* Brauchen Jungen andere Lebensmittel als Mädchen?