

Ziel:	Die SuS lernen, wieso Zucker wichtig ist für die tägliche Ernährung und wie Zucker in Energie umgewandelt wird.
Arbeitsauftrag:	Die Lehrperson verteilt den Text. Nachdem die SuS den Text gelesen haben, erzählt jeder seinem Banknachbarn, was er gelesen hat und umgekehrt. Jeder stellt seinem Banknachbar eine Frage zum Text. Diejenigen Fragen, welche die SuS nicht zu zweit beantworten können, werden danach im Plenum beantwortet.
Material:	Text
Arbeitsform:	2er-Gruppen
Zeit:	20 Minuten

Zusätzliche Informationen

- ⇒ Die Texte können beispielsweise als Hausaufgabe auch schriftlich zusammengefasst werden.



Arbeitsblatt: Lies den Text aufmerksam durch. Erzähle deinem Banknachbarn, was du gelesen hast. Stelle ihm anschliessend eine Frage zum Thema.

Künstliche Süsstoffe

In vielen Produkten wird künstlicher Süsstoff verwendet. Diese Süsstoffe werden entweder künstlich hergestellt oder aus natürlichen Ersatzstoffen gewonnen. Zum Beispiel aus der Steviapflanze.

Zucker und Energie

Alle Zuckerarten gehören zur chemischen Stoffklasse der Kohlenhydrate. Sie dienen dem menschlichen Körper zur Energiegewinnung. Denn selbst unbewusste Bewegungen, wie das Atmen und das Schlagen des Herzens, brauchen Energie. Bei der Energiegewinnung werden die Kohlenhydrate im Körper vollständig zu Kohlendioxid und Wasser verbrannt.



Ein Zuckerwürfel reicht aus, um uns mit Energie zu versorgen. Er gibt uns Energie um beispielsweise

- 2,5 Minuten zu wandern
- 2,5 Minuten zu tanzen
- 6 Minuten Rad zu fahren.

Neben Zucker liefern unter anderem auch Kartoffeln und Obst Kohlenhydrate. Da der Körper laufend Energie verbraucht, muss ihm mit der Nahrung auch immer Energie zugeführt werden. Die Gesamtenergie des Körpers setzt sich aus Kohlenhydraten, Fett und Eiweiss zusammen.