

Wahlpflichtfach EKG Jahrgang 9 - Nahrungsergänzungsmittel

Aufgabe 1

Formuliere auf der Grundlage der dir bereits zur Verfügung stehenden Materialien aus dem EKG Unterricht zu den folgenden Themen jeweils einen informativen Text bestehend aus mindestens 5 – 7 Sätzen.

1. Werbung und ihr Einfluss auf uns Menschen
2. Nahrungsergänzungsmittel
3. Nahrungsergänzungsmittel - nützlich oder sinnlos?
4. Health Claims
5. Whey-Protein

Aufgabe 2

Wähle eine der beiden folgenden Aufgaben **aus**:

Eine ausgewogene Ernährung sorgt für eine ausreichende Nährstoffaufnahme. **Recherchiere** über Vitamine in Lebensmitteln und stelle heraus, was beim Einkauf, der Lagerung und Zubereitung beachtet werden muss, um ihre Wirksamkeit zu erhalten.

Oder

Viele Menschen wollen sich gesund ernähren und stellen ihre Ernährung um. Diese Umstellung erfordert Kenntnisse über die verschiedenen Ernährungsstile. **Recherchiere**, welche alternativen Ernährungsstile es gibt und stelle 4 von ihnen in einer Übersicht unter der Fragestellung, welche Nahrungsmittel zugelassen sind oder sich ausschließen, gegenüber.