

Textverständnis – Ernährung

Lies den Text aufmerksam durch und beantworte die Fragen. **1**



Ernährung

Jeden Tag füllst du mich mit Energie, damit dein Körper stark und gesund bleibt. Obst und Gemüse liefern mir wichtige Vitamine, während Brot und Nudeln dir Kraft zum Spielen geben. Weil Zucker meine Zähne angreift, solltest du Süßigkeiten nur selten genießen. Am liebsten trinke ich klares Wasser, damit alle Teile deines Körpers gut arbeiten können.



1. Womit wirst du jeden Tag gefüllt?

2. Warum ist gesunde Ernährung wichtig für den Körper?

3. Was liefern Obst und Gemüse?

4. Wofür geben dir Brot und Nudeln Kraft?

5. Warum sollte man Süßigkeiten nur selten essen?

6. Was ist dein liebstes Getränk?

7. Warum ist klares Wasser so wertvoll für dich?