



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Biologie-Quiz: Ernährung

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



11.) Welches von den drei Lebensmitteln enthält am meisten Wasser?		
A: Spargel	B: Kartoffeln	C: Orangen

12.) Wo befinden sich auf der Zunge die Geschmacksnerven, welche dafür sorgen, dass wir Bitteres schmecken?		
A: Zungenspitze	B: hinterer Teil der Zunge	C: Zungenrand

13.) Wie hoch ist der durchschnittliche Verbrauch (pro Person im Jahr) von Kartoffeln in Deutschland?		
A: ca. 75 kg	B: ca. 10 kg	C: ca. 30 kg

14.) Wann haben Birnen Hochsaison?		
A: August bis Oktober	B: Januar bis März	C: November bis Dezember

15.) Ursprünglich kommt Reis aus...		
A: China	B: Amerika	C: Italien

16.) Was wächst nicht auf Bäumen?		
A: Kirschen	B: Pflaumen	C: Erdbeeren

17.) Was darf man als Vegetarier nicht essen?		
A: Fleisch	B: Obst und Gemüse	C: Nüsse

18.) Warum trinken viele Menschen morgens Kaffee?		
A: weil das in dem Kaffee enthaltene Koffein dafür sorgt, dass man morgens nicht so müde ist	B: weil eine Tasse Kaffee Nährstoffe enthält, dich wichtig sind für einen guten Start in den Tag	C: weil morgens zum Frühstück Kaffee am besten schmeckt

19.) Was ist außer einer ausgewogenen Ernährung wichtig, um körperlich gesund und fit zu bleiben?		
A: ausreichend Bewegung	B: viel lesen	C: mindestens einmal im Jahr ans Meer fahren

Quiz zum Thema: Ernährung

Ihr müsst bei den folgenden Fragen nichts wissen, solltet aber ein bisschen nachdenken und kombinieren. Mit ein bisschen Glück kommt Ihr auf die richtige Lösung – und wenn Ihr keine Ahnung habt, dann setzt einfach ganz wenig von Eurem Spielgeld ein. Dann könnt Ihr auch nicht viel verlieren. Und bei der nächsten Frage habt Ihr dann vielleicht mehr Chancen!



1.) Welcher dieser Nahrungsbestandteile wird vom Körper am besten in Energie umgewandelt?

A: Fett

B: Eiweiß

C: Kohlenhydrate

Die richtige Antwort ist C: Kohlenhydrate können vom Körper am besten in verwertbare Energie umgewandelt werden.

2.) Was ist nicht geeignet als Schulfrühstück?

A: Vollkornbutterbrot

B: Obst

C: Süßigkeiten

Die richtige Antwort ist C: Süßigkeiten. Vollkornbrot liefert Energie, die lange anhält, während Obst wichtige Vitamine zuführt. Die Energie, die durch die Süßigkeiten zugeführt wird hält nicht lange an und man bekommt schnell wieder Hunger.

3.) Wie viel Liter Flüssigkeit sollte man täglich zu sich nehmen?

A: ca. 2,5 Liter

B: ca. 0,5 Liter

C: ca. 5 Liter

Die richtige Antwort ist A: ca. 2,5 Liter sollten täglich aufgenommen werden in Form von Getränken, fester Nahrung und Oxidationswasser.

4.) Aus wie viel Prozent Wasser besteht der menschliche Körper?

A: 60%

B: 20%

C: 40%

Die richtige Antwort ist A: Der menschliche Körper besteht zu 60% aus Wasser.

5.) Obst und Gemüse enthalten viele...

A: Hormone

B: Vitamine

C: Zusatzstoffe

Die richtige Antwort ist B: Vitamine

6.) Wie viele Portionen Obst und Gemüse soll man täglich essen?

A: 5

B: 3

C: 1

Die richtige Antwort ist A: 5 Portionen Obst und Gemüse am Tag sind ideal (10 Regeln der DGE: „Nimm 5 am Tag“)

7.) Welcher Nährstoff ist für den Aufbau von Knochen und Zähnen wichtig?

A: Natrium

B: Kalium

C: Calcium

Die richtige Antwort ist C: Calcium



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Biologie-Quiz: Ernährung

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

