
DGUV Lernen und Gesundheit

Neue Unterrichtsmaterialien für Berufsbildende Schulen

Ernährung: Kohlenhydrate/Zucker

Kohlenhydrate stehen aktuell stark in der Diskussion. Dies gilt in besonderem Maß für Zucker. Von „Krankmacher“ bis „nichts ist belegt“ ist alles zu lesen. Wie immer bei kontrovers diskutierten Themen ist die Sachlage nicht eindeutig und kann daher unterschiedlich interpretiert werden. Es ist deshalb ratsam, dass sich junge Menschen mit dem Thema „Gesunde Ernährung und Zucker“ auseinandersetzen und sich ihr eigenes Bild machen. Im Fokus dieser Unterrichtseinheit steht eine Sensibilisierung für den täglichen Zuckerkonsum und den damit einhergehenden gesundheitlichen Risiken wie Übergewicht und Folgeerkrankungen.

Die Unterrichtsmaterialien **Ernährung: Ernährung/Zucker** vermitteln folgende Inhalte:

- Was sind die Risiken einer energiereichen Ernährung?
- Was sind laut WHO „freie Zucker“ und wie hoch ist die empfohlene Tageshöchstmenge?
- Wie kann ich den Zuckergehalt einzelner Nahrungsmittel und Getränke berechnen?

Die Unterrichtsmaterialien finden Sie unter www.dguv.de/lug > Webcode: lug966562

DGUV Lernen und Gesundheit

Alle Unterrichtsmaterialien des Schulportals [DGUV Lernen und Gesundheit](#) sind nach Jahrgangsstufen im allgemeinbildenden und Themen im berufsbildenden Teil gegliedert. Sie enthalten direkt im Unterricht einsetzbare Arbeitsblätter, Präsentationsmaterialien und Schülertexte. Exemplarische Unterrichtsverläufe werden in einem didaktisch-methodischen Kommentar dargestellt, durch Hintergrundinformationen, eine Auflistung der zu erlangenden Kompetenzen und durch eine umfangreiche Mediensammlung ergänzt. Der **Digitale Lernraum der DGUV** ist eine Weiterentwicklung des Schulportals. Mit seinen interaktiven und multimedialen Lernaktivitäten wie Tests, Umfragen, Quiz oder Blitzlichtabfragen eignet er sich insbesondere für offene Lernformen. Er kann mit verschiedenen mobilen Endgeräten oder Desktops-PCs genutzt werden.

www.dguv.de/lug Jeden Monat neue Unterrichtsmaterialien!

Bleiben Sie informiert und abonnieren Sie unseren Newsletter!

Redaktionelle Ansprechpartnerin

Gabriele Albert
gabriele.albert@universum.de

Tel.: 0611 9030 326
Fax: 0611 9030 379

Universum Verlag GmbH
Taunusstraße 54
65183 Wiesbaden