Name ............................................................ Klasse ............. Datum ......................

**Trinken**

**5. Arbeitsblatt Trinken**

 **Ohne Wasser läuft nix!**

Löse die Aufgaben und sortiere die Buchstaben in der richtigen Reihenfolge. Dann erhältst du das Lösungswort. Aufgepasst: Manchmal sind mehrere Antworten richtig.

1. Wie lange kann der Mensch ohne Essen überleben?
	1. 40 Tage
	2. 4 Tage

(D) 14 Tage

1. Wie lange kann der Mensch ohne Flüssigkeit überleben?

(F) 40 Tage

(E) 3 bis 4 Tage

1. 14 Tage
2. Welche Getränke sind gute Durstlöscher?
3. Eistee

(K) Limonaden

(R) Trink- und Mineralwasser

(O) Fruchtsaftschorle

(S) Kräuter- oder Früchtetee (ungesüßt)

(V) Energydrink

1. Wie viel sollte man täglich trinken?
2. 1,5 bis 2,0 Liter (Erwachsene)
3. 0,5 Liter

(T) 5,0 Liter

(C) 1,2 bis 1,5 Liter (Kinder und Jugendliche im Alter von 12 bis 15 Jahren)

1. Welche Aufgaben erfüllt Wasser im Körper?

(I) Energielieferant

(P) Transport- und Lösungsmittel

1. Haarwuchsmittel

(E) Kühlmittel

1. Welche Lebensmittel sind wasserreich?
2. Brot

(F) Gurke

(W) Ei

(Z) Hartkäse

1. Was passiert, wenn man zuwenig trinkt?

(H) Konzentrationsstörungen

(J) Haut wird straffer

(L) Müdigkeit tritt auf

Lösungswort:

Hessisches Ministerium für Umwelt, Klimaschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz Werkstatt Ernährung 17