Liebe Eltern,

heute haben sich die Schüler mit dem Bedarf eines Sportlers an unterschiedlichen kohlenhydrathaltigen Mahlzeiten, in verschiedenen Sportphasen beschäftigt. Sie haben dazu eine Hausaufgabe bekommen, bei der sie ankreuzen sollen, welches das falsche Lebensmittel für die jeweilige Sportphase ist.

Außerdem haben die Schüler selber Getränke hergestellt um deren Zusammensetzung besser kennenzulernen. So erstellten sie zum Beispiel Limonade und erkannten, wie viel Zucker diese enthält. Um das Thema zu vertiefen, haben sich die Schüler anschließend in Arbeitsgruppen damit auseinander gesetzt welche Getränke gesund beziehungsweise ungesund sind.

*persönliche Unterschrift*