|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Vegetarische und vegane ErnäurngÜbungen | https://youtu.be/M1oKAVd8XAA | Video |

## Begriffe zuordnen

*Aufgabenstellung: Ordne jedem Begriff die passende Erklärung zu!*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| (C) | Veganer |  | (1) | Person, die kein Fleisch isst  |
| (E) |  pflanzliche Ernährung |  | (2) | Person, die keine tierischen Produkte konsumiert  |
| (H) | Ersatzprodukte |  | (3) | pflanzliche Alternativen zu tierischen Lebensmitteln  |
| (I) | Nährstoffe |  | (4) | intensive Tierhaltung zur Profitmaximierung  |
| (M) | Nährstoffmangel |  | (5) | essentielle Substanzen für den Körper  |
| (M) | Tierquälerei |  | (6) | Mangel an wichtigen Vitaminen oder Mineralien  |
| (N) | Vitamin B12 |  | (7) | Misshandlung von Tieren in der Haltung  |
| (S) | Vegetarier |  | (8) | Ernährung basierend auf pflanzlichen Lebensmitteln  |
| (W) | Massentierhaltung |  | (9) | essentielles Vitamin, hauptsächlich in tierischen Produkten  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lösungswort:** | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |

## Sätze vervollständigen

*Aufgabenstellung: Ordne jedem Satzanfang das passende Satzende zu!*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| (A) | Vegetarier essen keine tierischen Produkte ... |  | (1) | ... außer Fisch und Fleisch.  |
| (E) | Vitamin B12 ist wichtig ... |  | (2) | ... und alle tierischen Erzeugnisse.  |
| (H) | Pflanzliche Ernährung kann das Risiko ... |  | (3) | ... in der Ernährung ersetzen.  |
| (K) | Viele Menschen entscheiden sich für ... |  | (4) | ... für Tiere und die Umwelt.  |
| (O) | Ersatzprodukte können Fleisch und Milch ... |  | (5) | ... von Krankheiten senken.  |
| (P) | Veganer verzichten auf Milch, Eier ... |  | (6) | ... für die Gesundheit und kommt selten vor.  |
| (T) | Massentierhaltung ist schädlich ... |  | (7) | ... eine pflanzliche Ernährungsweise aus Mitleid.  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lösungswort:** | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

## Fragen (Multiple-Choice)

*Aufgabenstellung: Beantworte die Fragen mit Hilfe der Informationen!*

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | Was essen Vegetarier nicht?  |
| (G) | Fleisch und meist keinen Fisch  |
| (R) | Milchprodukte und Eier  |
| (V) | Gemüse und Obst  |
| 2. | Was ist ein Grund für vegane Ernährung?  |
| (A) | Mitleid mit den Tieren  |
| (B) | Die Vorliebe für Fischgerichte  |
| (S) | Der hohe Preis von Fleisch  |
| 3. | Was ist ein Vorteil pflanzlicher Ernährung?  |
| (N) | Mangel an gesunden Nährstoffen  |
| (R) | Weniger Risiko für viele Krankheiten  |
| (T) | Erhöhter Bedarf an Fleischprodukten  |
| 4. | Was ist ein Nachteil veganes Ernährung?  |
| (R) | Verbesserte Gesundheit der Konsumenten  |
| (T) | Gefahr eines Nährstoffmangels  |
| (V) | Erweiterte Auswahl an Lebensmitteln  |
| 5. | Was kennzeichnet Massentierhaltung?  |
| (A) | Hoher Einsatz von Bio-Produkten  |
| (E) | Viele Tiere auf engem Raum  |
| (S) | Tiergerechte Haltung in Freien  |
| 6. | Was können Veganer als Milchalternative nutzen?  |
| (N) | Hafer- oder Sojamilch  |
| (R) | Kuhmilch und Frischmilch  |
| (V) | Zuckerhaltige Limonade  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lösungswort: | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

## Richtig oder falsch?

*Aufgabenstellung: Gib an, ob die Aussagen richtig oder falsch sind!*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| wahr | falsch |  |
| (B) | (V) | 1. Vegetarier essen kein Fleisch und keinen Fisch.  |
| (F) | (E) | 2. Alle Vegetarier essen Milchprodukte und Eier.  |
| (R) | (C) | 3. Fleisch aus Massentierhaltung ist immer gesund.  |
| (H) | (R) | 4. Veganer verzichten auf alle tierischen Produkte.  |
| (E) | (T) | 5. Pflanzliche Ernährung kann gesundheitsfördernd sein.  |
| (A) | (R) | 6. Vegane Ernährung führt niemals zu Nährstoffmangel.  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lösungswort: | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

## 7 Fragen zum Text

*Aufgabenstellung: Beantworte die Fragen mit je einem oder zwei ganzen Sätzen!*

Warum entscheiden sich Menschen für eine vegetarische Ernährung?

Welche Vorteile hat eine vegane Ernährung für die Gesundheit?

Wie können Veganer ihre Nährstoffaufnahme sichern?

Was sind pflanzliche Ersatzprodukte?

Welche Rolle spielt Vitamin B12 in der Ernährung?

Was sind die gesundheitlichen Risiken von Massentierhaltung?

Wie schadet Massentierhaltung der Umwelt?

**Vegetarische und vegane Ernäurng – Lösungsblatt 1**

## Begriffe zuordnen

*Aufgabenstellung: Ordne jedem Begriff die passende Erklärung zu!*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| (S) | Vegetarier |  | (1) | Person, die kein Fleisch isst  |
| (C) | Veganer |  | (2) | Person, die keine tierischen Produkte konsumiert  |
| (H) | Ersatzprodukte |  | (3) | pflanzliche Alternativen zu tierischen Lebensmitteln  |
| (W) | Massentierhaltung |  | (4) | intensive Tierhaltung zur Profitmaximierung  |
| (I) | Nährstoffe |  | (5) | essentielle Substanzen für den Körper  |
| (M) | Nährstoffmangel |  | (6) | Mangel an wichtigen Vitaminen oder Mineralien  |
| (M) | Tierquälerei |  | (7) | Misshandlung von Tieren in der Haltung  |
| (E) |  pflanzliche Ernährung |  | (8) | Ernährung basierend auf pflanzlichen Lebensmitteln  |
| (N) | Vitamin B12 |  | (9) | essentielles Vitamin, hauptsächlich in tierischen Produkten  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lösungswort:** | (S) | (C) | (H) | (W) | (I) | (M) | (M) | (E) | (N) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |

## Sätze vervollständigen

*Aufgabenstellung: Ordne jedem Satzanfang das passende Satzende zu!*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| (A) | Vegetarier essen keine tierischen Produkte ... |  | (1) | ... außer Fisch und Fleisch.  |
| (P) | Veganer verzichten auf Milch, Eier ... |  | (2) | ... und alle tierischen Erzeugnisse.  |
| (O) | Ersatzprodukte können Fleisch und Milch ... |  | (3) | ... in der Ernährung ersetzen.  |
| (T) | Massentierhaltung ist schädlich ... |  | (4) | ... für Tiere und die Umwelt.  |
| (H) | Pflanzliche Ernährung kann das Risiko ... |  | (5) | ... von Krankheiten senken.  |
| (E) | Vitamin B12 ist wichtig ... |  | (6) | ... für die Gesundheit und kommt selten vor.  |
| (K) | Viele Menschen entscheiden sich für ... |  | (7) | ... eine pflanzliche Ernährungsweise aus Mitleid.  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lösungswort:** | (A) | (P) | (O) | (T) | (H) | (E) | (K) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

**Vegetarische und vegane Ernäurng – Lösungsblatt 2**

## Fragen Multiple-Choice

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | Was essen Vegetarier nicht?  |
| (G) | Fleisch und meist keinen Fisch  |
| 2. | Was ist ein Grund für vegane Ernährung?  |
| (A) | Mitleid mit den Tieren  |
| 3. | Was ist ein Vorteil pflanzlicher Ernährung?  |
| (R) | Weniger Risiko für viele Krankheiten  |
| 4. | Was ist ein Nachteil veganes Ernährung?  |
| (T) | Gefahr eines Nährstoffmangels  |
| 5. | Was kennzeichnet Massentierhaltung?  |
| (E) | Viele Tiere auf engem Raum  |
| 6. | Was können Veganer als Milchalternative nutzen?  |
| (N) | Hafer- oder Sojamilch  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lösungswort: | (G) | (A) | (R) | (T) | (E) | (N) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

## Richtig oder falsch?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| wahr | falsch |  |
| (B) |  | 1. Vegetarier essen kein Fleisch und keinen Fisch.  |
|  | (E) | 2. Alle Vegetarier essen Milchprodukte und Eier.  |
|  | (C) | 3. Fleisch aus Massentierhaltung ist immer gesund.  |
| (H) |  | 4. Veganer verzichten auf alle tierischen Produkte.  |
| (E) |  | 5. Pflanzliche Ernährung kann gesundheitsfördernd sein.  |
|  | (R) | 6. Vegane Ernährung führt niemals zu Nährstoffmangel.  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lösungswort: | (B) | (E) | (C) | (H) | (E) | (R) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

**Fragen und Antworten**

Warum entscheiden sich Menschen für eine vegetarische Ernährung?

Sie möchten die Massentierhaltung und Tierquälerei vermeiden.

Welche Vorteile hat eine vegane Ernährung für die Gesundheit?

Sie kann das Risiko für viele Krankheiten senken.

Wie können Veganer ihre Nährstoffaufnahme sichern?

Durch die Einnahme von Vitaminpräparaten und ausgewogene Ernährung.

Was sind pflanzliche Ersatzprodukte?

Produkte, die tierische Lebensmittel in der Ernährung ersetzen.

Welche Rolle spielt Vitamin B12 in der Ernährung?

Es ist wichtig für die Gesundheit und kommt fast nur in tierischen Produkten vor.

Was sind die gesundheitlichen Risiken von Massentierhaltung?

Sie können Medikamentenrückstände und Krankheiten im Fleisch verursachen.

Wie schadet Massentierhaltung der Umwelt?

Sie verbraucht überdurchschnittlich viele natürliche Ressourcen.