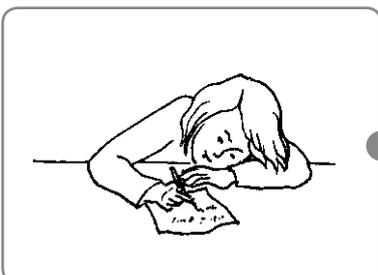
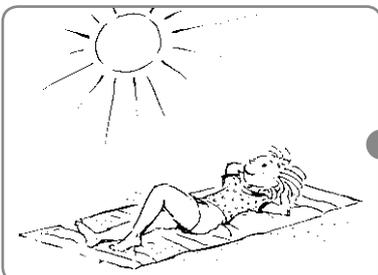
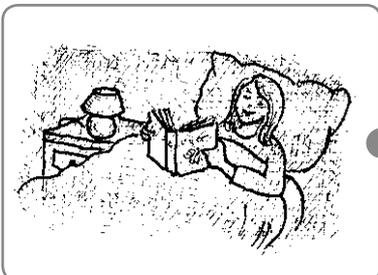




# Schütze deine Augen



Wovor musst du deine Augen schützen? Verbinde die Bilder mit den Regelkärtchen.



Sitze nicht zu nah vor dem Fernseher und schaue nicht zu lange fern.

Schaue nie direkt in die Sonne und nutze im Sommer eine Sonnenbrille.

Sitze nicht zu nah vor dem Bildschirm deines Computers.

Lege dein Heft in 20 cm Entfernung auf dem Tisch ab und schreibe in aufrechter Haltung.

Schütze deine Augen vor Fremdkörpern.

Halte Bücher 30 cm von deinen Augen weg und lies nicht im Halbdunkel.



# Rezept gegen Erkältungen



1 Finde Begriffe, die zu einer Erkältung gehören.

H \_\_\_\_\_ Sch \_\_\_\_\_ H \_\_\_\_\_ schmerzen  
 O \_\_\_\_\_ weh H \_\_\_\_\_ keit K \_\_\_\_\_ schmerzen  
 G \_\_\_\_\_ schmerzen F \_\_\_\_\_

2 Mein Rezept gegen Erkältungen. Setze die fehlenden Wörter ein.

Wenn ich erkältet bin, muss ich viel \_\_\_\_\_. So löst sich der Schleim besser und mein Körper trocknet nicht aus. Bei Kopfschmerzen und \_\_\_\_\_ ruhe oder \_\_\_\_\_ ich viel. Ich esse reichlich \_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_.  
 Dadurch bekommt mein Körper viel \_\_\_\_\_. Ich gehe öfter an die frische \_\_\_\_\_ oder lüfte mein \_\_\_\_\_. Gegen Husten und Halsschmerzen lutsche ich zuckerfreie \_\_\_\_\_. Wenn die Erkältung nach ein paar \_\_\_\_\_ nicht besser wird, gehe ich zum \_\_\_\_\_. Medikamente nehme ich nur unter Aufsicht meiner \_\_\_\_\_.

Vitamin C	Fieber	Gemüse	Zimmer	Tagen	Eltern
Hustenbonbons	Obst	Arzt	schlafe	Luft	trinken

3 Du willst andere Menschen nicht anstecken. Finde Regeln.

Ich habe immer ein frisches T \_\_\_\_\_ dabei.

Ich h \_\_\_\_\_ oder n \_\_\_\_\_ andere Menschen nicht an.

Ich huste nicht in meine H \_\_\_\_\_, sondern in meinen A \_\_\_\_\_.



# Stärketest (Versuch)



## Aufgabe: Mach den Stärketest.

### Du brauchst:

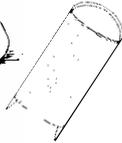
- Suppenteller



- Rohe Kartoffel



- Gemüsereibe



- Geschirrtuch aus Leinen



- Trinkglas



### Meine Vorgehensweise:

schäle ich eine rohe Kartoffel.

presse ich das Fruchtfleisch durch das Geschirrtuch.

lasse ich den Saft in das Glas laufen.

zerreibe ich die Kartoffel über dem Suppenteller.

Zuerst \_\_\_\_\_

Dann \_\_\_\_\_

Nun \_\_\_\_\_

Zuletzt \_\_\_\_\_



### Meine Beobachtung:

Der Kartoffelsaft ist trüb.

Der Kartoffelsaft ist klar.

**Ich lasse das Glas über Nacht stehen.**



### Meine Beobachtung und meine Begründung:

Setze die fehlenden Wörter ein.

Boden

klarer

Stärke

trüb

Gestern war der Kartoffelsaft \_\_\_\_\_.

Heute sieht der Saft \_\_\_\_\_ aus. Am \_\_\_\_\_ des Glases hat sich etwas

abgesetzt. Das ist die \_\_\_\_\_, die in der Kartoffel enthalten war.