**WAH 7**

1. **Auftrag** Woche 13 Aufwand: 2 Lektionen

Die Auswertung erfolgt mit einem späteren Auftrag.

Abgabetermin: Freitag, 27. März 2020

beim Hausaufgaben-Wechsel Rüderswil/Than Real

1. **Auftrag** Woche 14 Aufwand: 2 Lektionen

Die Auswertung erfolgt mit einem späteren Auftrag.

Abgabetermin: Freitag, 03. April 2020

bei der Hausaufgaben-Abgabe Rüderswil/Than Real

1. **Auftrag**Was trinke ich jeden Tag?

Wieviel trinke ich pro Tag?

* Messe deine Trinkgewohnheiten mit Hilfe eines Glases/Bechers (3dl/5dl)
* Notiere die Anzahl Gläser/Becher und die Art des Getränkes an den entsprechenden Wochentagen.

1. **Auftrag**Was esse ich jeden Tag?

Wie viele Portionen von was esse ich?

* Notiere deine Essgewohnheiten in Form von Nahrungsmittel-Portionen.
* Eine Portion Reis/Gemüse/Kartoffeln/Salat/Früchte = Menge, die du in deiner Hand aufnehmen kannst.
* Eine Portion Fleisch = Grösse deiner Innen-Handfläche