



● Think ● Pair ● Share ●

**40** Min.

**So gehen Sie vor!**

- 1 Füllen Sie mithilfe des Buches die leeren Spalten aus. **(Think 20 Min.)**
- 2 Vergleichen Sie die Ergebnisse mit Ihrem Nachbarn. **(Pair 10 Min.)**
- 3 Vergleichen Sie die Ergebnisse im Plenum. **(Share 10 Min.)**

**Überblick: Vitamine • Wellness-Food •**

Vitamine	Vorkommen	Aufgaben	Hypovitaminose	Hypervitaminose	Avitaminose
A (Retinol) Betacarotin (Vorstufe)					
D (Calciferol)					
E (Tocopherol)					
K (Phyllochinon)					
B <sub>1</sub> (Thiamin)					
B <sub>2</sub> (Riboflavin)					
C (Ascorbinsäure)					



**Lernhilfe!**

Vergößern Sie das Arbeitsblatt auf DIN-A3.