

Tool: 02

# Aufgabe: Wirkung von Energy-Drinks



Vorlesen  
lassen!



Du weißt jetzt, was die Folgen vom Trinken von Energy-Drinks sind.

Jetzt kommt eine Aufgabe.

Du lernst, wie Energy-Drinks auf den Körper wirken.

## Wirkung von Energy-Drinks

Wenn man zu viele Energy-Drinks trinkt:

Dann nimmt man zu viel Koffein zu sich.

Koffein ist ein chemischer Stoff.

Koffein ist auch in Kaffee enthalten.

Koffein hat eine anregende Wirkung.

Anregend bedeutet:

Man ist weniger müde.

Woran merkt man, dass man zu viel Koffein zu sich nimmt?

→ **Schaue Dir die Aufgabe auf der nächsten Seite an.**

→ **Gehe bitte so vor:**

Unten siehst Du verschiedene Kärtchen und einen Körper.

Auf den Kärtchen stehen kurze Texte.

In den Texten steht, wie sich Energy-Drinks

auf den Körper auswirken können.

1. Schneide die Kärtchen mit den Texten als erstes aus.
2. Dann lege die Kärtchen mit den Texten an die richtigen Körper-Stellen.  
An jeden Strich muss das richtige Kärtchen gelegt werden.

Die Aufgabe ist fertig,

wenn an jedem Strich, der auf einen Körper-Teil zeigt

ein Kärtchen mit Text liegt.

Nehme danach das Lösungs-Blatt.

Dann siehst Du, was Du richtig gemacht hast.

Das sind die Kärtchen.

Schneide die Kärtchen mit den Texten als erstes aus.

Der Darm  
Man kann Bauch-Schmerzen  
und Durch-fall bekommen.

Der Blut-Druck  
Der Blut-Druck steigt an.

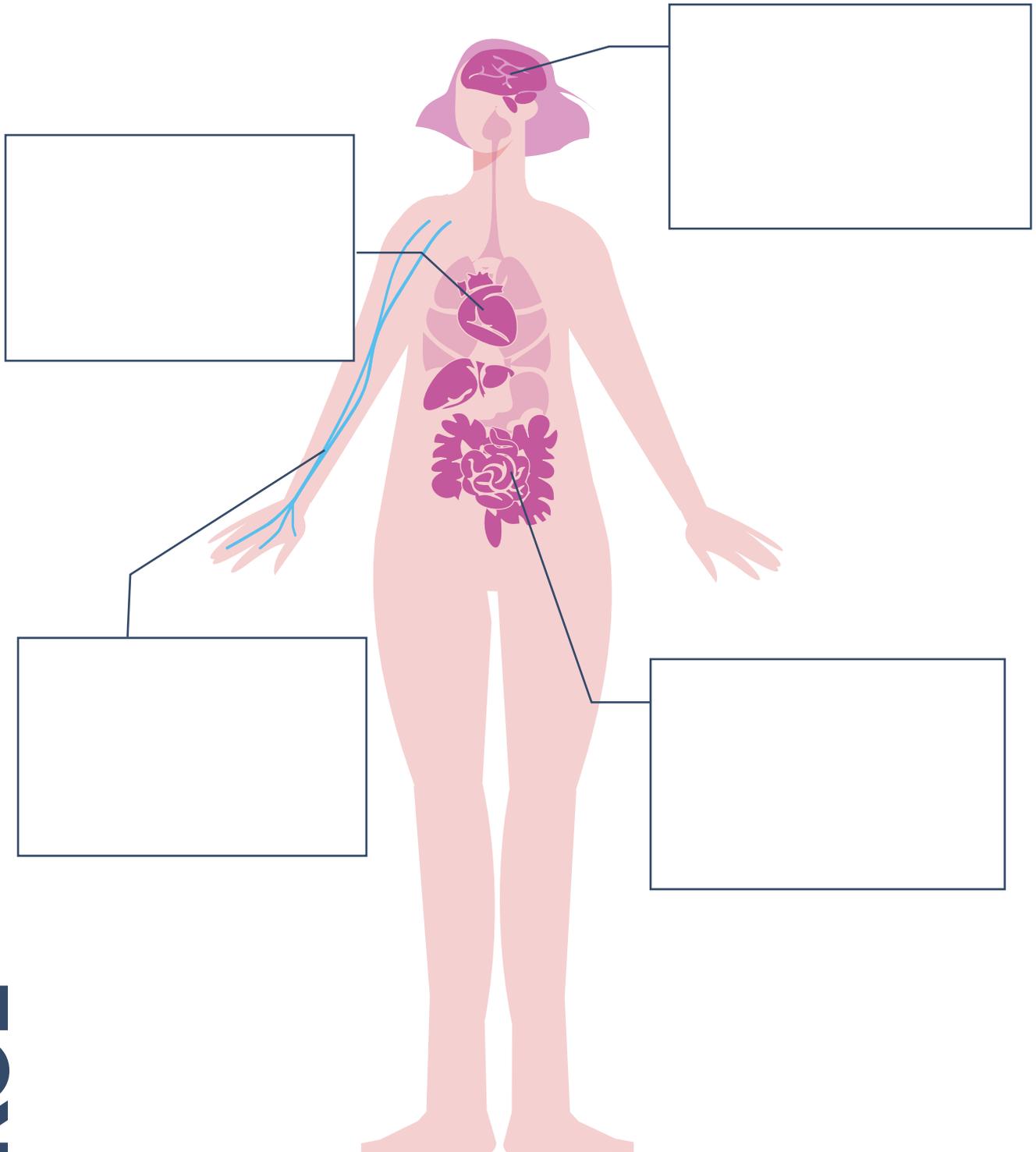
Der Kopf  
Man kann Kopf-Schmerzen  
bekommen.

Das Herz  
Das Herz schlägt schneller.  
Durch zu viel Koffein kann  
man Herz-Rasen bekommen.

Lege jetzt die Kärtchen mit den Texten

an die richtigen Körper-Stellen.

An jeden Strich muss das richtige Kärtchen gelegt werden.



---

**Quelle:**

Eigene Erstellung in Anlehnung an:

Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) (2020): Energy-Drinks – Welche Stoffe stecken in Energy-Drinks. Verfügbar unter: <https://www.bzfe.de/einfache-sprache/energy-drinks/> (zuletzt aufgerufen: 10.01.23)

Laaber, G.; Schuch, S. (2022): Alles über Engerydrinks. GIVE - Servicestelle für Gesundheitsförderung an Österreichs Schulen (Hrsg.). Verfügbar unter: <https://www.give.or.at/material/energydrinks/#toggle-id-1> (zuletzt aufgerufen: 10.01.23)

WIENXTRA (2022): Energy Drinks. Verfügbar unter: <https://www.wienextra.at/jugendinfo/infos-von-a-z/energy-drinks/> (zuletzt aufgerufen: 10.01.23)

Der Text wurde in Leichte Sprache übertragen und geprüft von:  
leicht zu lesen  
Traundorf 25  
83313 Siegsdorf

E-Mail: [luxburg@leichtzulesen.org](mailto:luxburg@leichtzulesen.org)  
Internet: [www.leichtzulesen.org](http://www.leichtzulesen.org)

Übersetzerin: Isabella von Luxburg  
Prüfer: Tanja Herold und Philipp Weirich (Zentrum Leichte Sprache Allgäu,  
Kronenstraße 36, 87435 Kempten)