**Zdravá výživa**

Cíl: seznámení žáků s pravidly zdravé výživy, procvičení skloňování přídavných jmen a rozšíření slovní zásoby k tomuto tématu

Cílová skupina: žáci SŠ

Jazyková úroveň: B1

[Zdravá výživa](https://edu.ceskatelevize.cz/video/2045-zdrava-vyziva)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Beschreibe deine Essgewohnheiten.

Popiš své stravovací návyky.

* **Isst du gesund?**

Stravuješ se zdravě?

…………………………………………………………………………………………………………………….…………………………………………………………………………………………………………………….

* **Denkst du darüber nach, was du isst?**

Přemýšlíš o tom, co jíš?

…………………………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………………………….

* **Isst du regelmäßig?**

Stravuješ se pravidelně?

…………………………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………………………….

1. Schau dir das Video an und beantworte die Fragen.

Podívej se na video a odpověz na otázky.

* **Was bedeutet die Abkürzung GMO?** **Du kannst deine Antwort auf Tschechisch schreiben.**

Co znamená zkratka GMO? Odpověď můžeš napsat v češtině.

…………………………………………………………………………………………………………………….

* **Worauf sollte ich beim Kauf von Lebensmitteln achten, wenn ich mich gesund ernähren möchte?**

Na co se při nákupu potravin zaměřit, když chci jíst zdravě?

…………………………………………………………………………………………………………………….

* **Was ist der Unterschied zwischen Bio-Lebensmitteln und normalen Lebensmitteln?**

Jaký je rozdíl mezi biopotravinami a běžnými potravinami?

…………………………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………………………….

* **Sind Bio-Lebensmittel in den Geschäften allgemein erhältlich?**

Jsou biopotraviny běžně dostupné v obchodech?

1. Ja
2. Nein
* **Welche Nachteile sind mit dem Kauf von Bio-Lebensmitteln verbunden?**

Napadají tě nějaké nevýhody spojené s nákupem biopotravin?

…………………………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………………………….

1. Ergänze die fehlenden Vokabeln in der Tabelle.

Doplň chybějící slovíčka v tabulce.

|  |  |
| --- | --- |
| TSCHECHISCHČESKY | DEUTSCHNĚMECKY |
|  | die Ernährung |
| potravina |  |
|  | gesunde Lebensweise |
|  |  die Vollkornprodukte |
| pravidelnost |  |
|  | die Mineralstoffe |
| nakupovat |  |
|  | nachdenken |
|  | die Erholung |
|  | die Verdauung |
| smysluplně |  |
| přehánět |  |
| bez lepku |  |

1. Ergänze die Lücken im Text mit den richtigen Formen der Adjektive.

Doplň správné tvary přídavných jmen do mezer v textu.

1. Ich esse gerne …………. Obst zum Frühstück. (frisch)
2. Meine Eltern kaufen nur ………….Lebensmittel (Pl.) im Bio-Laden. (biologisch)
3. Am Wochenende machen wir oft ………….Ausflüge in die Natur. (angenehm)
4. In der Kantine gibt es manchmal ………….Gerichte zur Auswahl. (gesund)
5. Ich genieße es, frische Salate mit ………….Gemüse und ………….Kräutern zuzubereiten. (bunt, frisch)
6. Ich bin ein großer Fan von Bio-Lebensmitteln, weil sie frei von ………….Zusätzen sind. (chemisch)
7. Wähle die richtige Variante.

Vyber správnou variantu.

1. Mein Vater trinkt nur \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Milch.
2. fettem
3. fette
4. fetter
5. Abends esse ich \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Abendessen.
6. leichtes
7. leichter
8. leichtem
9. Wir kaufen nur \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Produkte im Markt.
	1. frischer
	2. frische
	3. frischem
10. Ich esse am liebsten \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Gerichte.
11. vegetarische
12. vegetarischer
13. vegetarisches

5. Im Sommer kaufen wir immer \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Früchte.

1. regionalen
2. regionales
3. regionale

6. Die Bio-Läden bieten eine Vielzahl von \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Alternativen an.

1. gesunden
2. gesunder
3. gesundes
4. Bilde Sätze zu den Bildern und verwende Adjektive.

Vytvoř věty k obrázkům, použij přídavná jména.

zB. Ich bevorzuge dunkles Vollkorngebäck.

1. 
2. 

3)



 4)

 5)

Co jsem se touto aktivitou naučil(a):

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

 Autor: Barbora Martinčíková

Toto dílo je licencováno pod licencí Creative Commons [CC BY-NC 4.0]. Licenční podmínky navštivte na adrese [https://creativecommons.org/choose/?lang=cs].

Zdroje:

Obrázek 1: <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?search=chl%C3%A9b&title=Special:MediaSearch&go=Go&type=image>

Obrázek 2: <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?search=veggie&title=Special:MediaSearch&go=Go&type=image>

Obrázek 3: <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?search=smoothie&title=Special:MediaSearch&go=Go&type=image>

Obrázek 4: <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?search=fast+food&title=Special:MediaSearch&go=Go&type=image>

Obrázek 5: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Running\_Man\_Kyle\_Cassidy.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File%3ARunning_Man_Kyle_Cassidy.jpg)