

Obejrzyj materiał filmowy o zdrowym żywieniu i rozwiąż zadania.

[Ile kosztuje zdrowa dieta](#) (Jastrząb Post)

1. Zdrowa dieta jest oparta na:

- a) owocach, b) warzywach,
- c) pieczywie, d) mięsie.

2. Każdego dnia człowiek powinien zjadać minimum:

- a) kilogram warzyw, b) 80 dkg warzyw,
- c) pół kilograma warzyw, d) półtora kilograma warzyw.

3. Tanie są warzywa:

- a) zielone, b) sezonowe,
- c) lokalne, d) ekologiczne.

4. Owoców należy jeść:

- a) tyle samo, co warzyw, b) mniej niż warzyw,
- c) więcej niż warzyw, d) najwięcej.

5. Jajka zalicza się do:

- a) nabiału, b) produktów pełnoziarnistych,
- c) pieczywa, d) słodczy.


6. Produkty fermentowane mleczne to:

- a) jogurt, kefir, mleko, b) jogurt, kefir, masło,
- c) jogurt, kefir, maślanka, d) jogurt, masło, mleko.

7. Dwa razy w tygodniu powinno się jeść:

- a) mięso, b) rybę,
- c) kaszę, d) czekoladę.

Innowacja Społeczna „Język edukacji i integracji (JEI) – materiały do nauki użytecznego języka polskiego dla uczniów cudzoziemskich”

Projekt realizuje:  MIP

## Obejrzyj materiał filmowy o festiwalu w Krynicy i rozwiąż zadania.

[Violetta Bratuń Bieg po zdrowie, czyli moda nie szkodzi](#) (Sądecznanin TV)

1. W Krynicy odbywał się festiwal:

- a) biegowy,                      b) ruchowy,
- c) gimnastyczny,                d) aktywności.

2. Chłopak w okularach był tam:

- a) kolejny raz,                    b) drugi raz,
- c) ostatni raz,                    d) pierwszy raz.

3. Jaki dystans musieli przebiec zawodnicy?

- a) 60 metrów,                    b) 1 600 metrów,
- c) 600 metrów,                    d) 6 kilometrów.

4. Z Warszawy przyjeżdżają:

- a) zawodnicy,                    b) uczniowie,
- c) sędziowie,                    d) dziennikarze.

5. Na festiwal przyjechali ludzie:

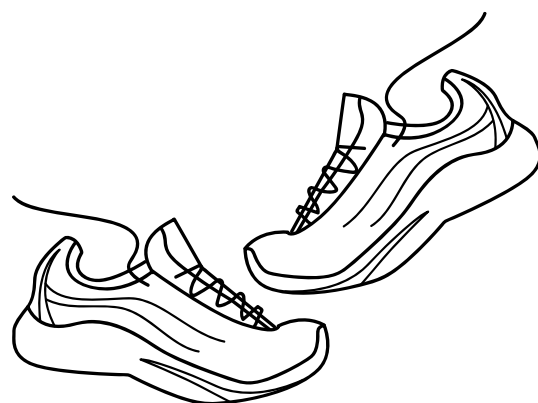
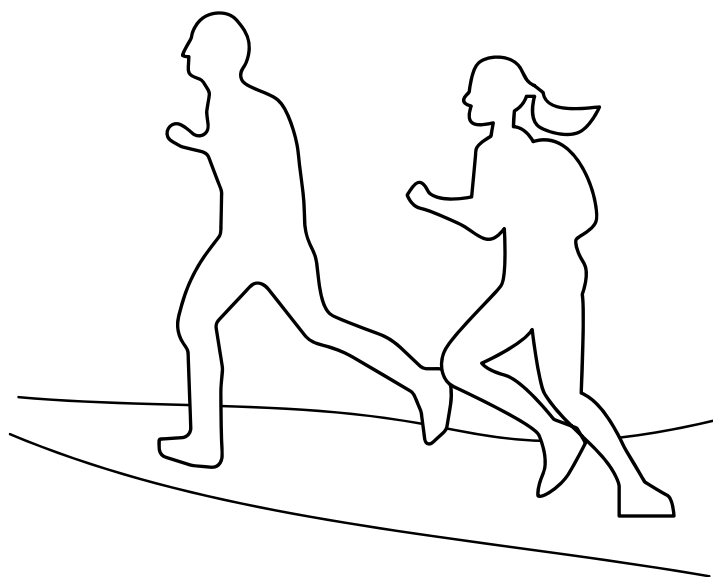
- a) tylko z Krynicy,                b) z różnych stron Polski,
- c) tylko z zagranicy,              d) tylko z Warszawy.

6. Wszyscy na imprezie są:


- a) radośni,                        b) znudzeni,
- c) zdenerwowani,                d) smutni.

7. Każdy chce być:

- a) ładny,                         b) zdrowy,
- c) szybki,                        d) pierwszy.



Innowacja Społeczna „Język edukacji i integracji (JEI) – materiały do nauki użytecznego języka polskiego dla uczniów cudzoziemskich”

Projekt realizuje:  MIP