

## B2-8 Sveika mityba

- 1 Pirmoje užduotyje paprašykite partnerio pasakyti, kokius produktus jis pirko šią savaitę. Drauge sudarykite sąrašą ir sugrupuokite pagal produktų kategorijas. Išnagrinėkite 2 užduotyje pateiktą pirkinių čekį. Paprašykite kolegą individualiai surasti, kurie pirkiniai yra maisto produktai. Paprašykite kolegą įvertinti pirkinius ir priskirti juos sveikiems ir nesveikiems. Drauge diskutuodami sudarykite „sveiką“ ir „nesveiką“ valgiaraštį pusryčiams, pietums ir vakarienei.
- 2 Šioje užduotyje paprašykite partnerio perskaityti pateiktus klausimus. Padėkite suprasti nežinomus žodžius ar frazes. Paraginkite partnerį atsakyti į pateiktus klausimus. Paskatinkite partnerį pagrįsti savo nuomonę. Padiskutuokite. Pasistenkite pokalbį suasmeninti, pridėkite savo klausimų.
- 3 Trečiojoje užduotyje paprašykite partnerio papildyti „mitybos piramidės“ skiltis pateiktais žodžiais. Padiskutuokite, kokius maisto produktus rekomenduojama valgyti dažnai, saikingai ar retai. Paprašykite išvardinti 3-4 produktus, priklausančius kiekvienai grupei.
- 4 Ketvirtojoje užduotyje pateikti pagrindiniai sveikos mitybos principai. Paanalizuokite kiekvieną principą, aptardami, kam pritariate ir kam ne. Naudodamiesi pateiktais žodžiais, drauge suformuluokite 3 pagrindines sveikos mitybos taisykles.
- 5 Paprašykite partnerio perskaityti tekstus. Padėkite išsiaiškinti nežinomus žodžius. Pasiūlykite partnerio tekstams sugalvoti pavadinimus. Padiskutuokite, ar buvote girdėję tekstuose aprašytas dietas.