

FOOD and HEALTH

with Rob

Úvod hodiny

Před samotným puštěním videa žáky, prosím, uveďte do situace.

Vysvětlete, že video bude v angličtině (můžete přidat povzbuzení, že jsou žáci šikovni a že to určitě zvládnou), o čem video bude, co se z něj žáci dozvědí a že budou následovat nějaká cvičení.

Řekněte dětem, že se na video nejdříve podívají vcelku a až potom znovu s pauzami pro doplňování pracovního listu (resp. dle Vašeho uvážení).



Anglicky nebo česky

Videa jsou anglicky, ale pokud si v jazyce nevěříte natolik, abyste s žáky komunikovali, ptali se jich na správné odpovědi či zadávali instrukce k cvičením na pracovním listu, mluvíte česky. Zejména pokud jde o shrnutí lekce, předání pokynů, náповědu a podobně. Cílem hodiny je, aby si žáci odnesli **maximum poznatků z tématu hodiny za použití videa** – není-li ve Vašich možnostech navázat na video v angličtině, pokračujte v češtině.

Práci se **slovní zásobou** můžete zcela přizpůsobit své třídě. Máte-li zdatnější angličtináře, pak žáci zvládnou video bez připraveného slovníčku lekce. Máte-li slabší skupinu, můžete jim základní slovíčka (klíčová slova) napsat na tabuli, anebo je vypsat a rozdat kopii každému žákovi či dvojici žáků. Nebojte se práci s videem přizpůsobovat každé třídě tak, aby přínos lekce byl co nejvyšší.

Nejste-li si zcela jistí, využijte některý z následujících tipů:

- pověřte nejlepšího angličtináře ve třídě, aby diskusi a řešení úkolů řídil místo Vás: děti se naučí učit se od sebe navzájem, budou motivovány a Vás to s dětmi sblíží,
- projděte si dopředu video s kolegou angličtinářem a vyptejte se nebo ho poproste, aby na první hodinu šel s Vámi a pomáhal Vám – Vy tak nabudete jistotu (uvidíte, že to nic není a další lekce už hravě zvládnete),
- natrénujte si hodinu se svými dětmi, synovci či vnoučaty,
- video si několikrát pusťte, zopakujte si ho, kolikrát potřebujete, abyste si na hodině byli jistější,
- můžete hodinu pojmout i jako hru například požádat děti o pomoc, že videu nerozumíte a potřebujete od nich poradit, přeložit apod.

Další videa už vám půjdou snáz, nebojte se začít!

Pracovní list

- Pracovní list pro žáky je v angličtině.
- Instrukce k jednotlivým cvičením jsou uvedeny i v češtině, aby žákům byla jasná náplň cvičení.
- Ke každé lekci náleží i pracovní list s uvedeným správným řešením a překladem vět pro případ dotazů žáků.

Shrnutí děje

1. Video vypráví příběh o bratrech-dvojčatech (*twin brothers*), kteří jako malí vypadali stejně, ale v dospělosti zvolili rozdílný životní styl, a proto nyní vypadají odlišně. V krátkém videu se děti dozvědí o životním stylu Philla a Steva.
2. Následuje ukázka pěti aktivit, ve kterých je vždy jeden z bratrů lepší: Phill zvládne víc kliků (*press-ups*), Steve sní víc hranolků (*more chips*), Phill umí střílet góly (*score goals*), Steve umí střely zase chytat (*save goals*), Phill je lepší ve stolních hrách (*board games*), Steve zase v počítačových (*computer games*). Po těchto ukázkách se Rob ptá, který z bratrů je šťastnější (*which one is happier?*).
3. Phill a Steve spolu hrají tenis, Steve však už brzy nemůže a potřebuje si odpočinout (*let's have a rest*). Jeden z důvodů je, že měl k obědu pět hamburgerů (*five hamburgers for lunch*). Jde si sednout a napije se Coly. Phill jeho stravu komentuje slovy, že je to velmi nezdravé (*unhealthy*). Phill říká, že měl k obědu tuňákový salát a chléb (*tuna salad and bread*). Phill zívá a říká, že spal pouhých pět hodin (*five hours*), což Phill opět považuje za velmi nezdravé (*unhealthy*). V průběhu jejich diskuse se objeví krásná žena, která se Stevovi velmi líbí. Nechá mu vzkaz „Až budeš žít zdravě, zavolej mi. Lucy“ (*When you are healthy, give me a call. Lucy*). Phill Stevovi říká, že se chová nezdravě (*unhealthy behaviour*): sedí u počítače (*sits in front of the computer*), jí (*eats*) hamburgery, jezdí autem místo chůze (*takes car instead of walking*), pije hodně Coly (*drinks too much Coke*). Steve si uvědomí, že nežije zdravě a není šťastný, a že je správný okamžik změnit svůj životní styl, s čímž mu bude pomáhat Phill.
4. Phill ukazuje Stevovi potravinovou pyramidu (*food pyramid*), jejích pět kategorií a potraviny:
 - obiloviny (*grains*), které nám dodávají energii (*energy*) a měli bychom jich jíst hodně, např. rýže (*rice*), cereálie (*cereals*), ovesné vločky (*oatmeal*), těstoviny (*pasta*), chléb (*bread*);
 - ovoce a zeleninu (*fruit and vegetable*), které nám dodávají vitamíny a vlákninu (*vitamins and fibre*) a měli bychom jich také jíst hodně, abychom byli zdraví, např. zelí (*cabbage*), květák (*cauliflower*), brambory (*potatoes*), banány (*bananas*), ananas (*pineapple*), pomeranče (*oranges*), jablka (*apples*), mrkve (*carrots*), ředkvičky (*radishes*);
 - mléčné výrobky (*dairy*), které dodávají sílu našim kostem (*makes your bones strong*), např. sýr (*cheese*), mléko (*milk*), jogurt (*yogurt*);
 - maso a ryby (*meat and fish*), a také vejce (*eggs*), které nám dodávají bílkoviny (*protein*);
 - ostatní (*other level*), kam patří např. olej (*oil*), dorty (*cakes*), sušenky (*biscuits*), brambůrky (*chips*), čokoláda (*chocolate*), máslo (*butter*) a jiné potraviny, kterých bychom měli jíst málo.
5. Poté vypravěč popisuje, jak se Steve změnil: začal jíst více ovoce a zeleniny, chodí běhat (*jogging*) a třikrát týdně (*three times a week*) hraje tenis. Zhubl (*lost weight*).
6. V závěru videa spolu Phill a Steve hrají opět tenis. Steve se cítí již o poznání lépe, je plný energie a dobré nálady, a dokonce vybízí Philla, aby si zahráli ještě jednu hru (*Want another game?*). Poté se znovu objeví krásná Lucy, která se mu líbila, a protože Steve začal žít zdravě, pozve ho na večeři. Steve pozvání s radostí přijme a cítí se velmi šťastný, jak popisuje vypravěč slovy „je zdravý a šťastný“ (*he is healthy and he is happy*).

Klíčová slova:

twin brothers (dvojčata bratři), **healthy** (zdravý), **unhealthy** (nezdravý), **happy** (šťastný), **food** (jídlo), **food pyramid** (potravinová pyramida), **lunch** (oběd), **sleep** (spánek), **grain** (obiloviny), **energy** (energie), **rice** (rýže), **cereals** (cereálie), **oatmeal** (ovesné vločky), **pasta** (těstoviny), **bread** (chléb), **fruit and vegetable** (ovoce a zelenina), **vitamins** (vitamíny), **fiber** (vláknina), **cabbage** (zelí), **cauliflower** (květák), **potatoes** (brambory), **bananas** (banány), **pineapple** (ananas), **oranges** (pomeranče), **apples** (jablka), **carrots** (mrkve), **radishes** (ředkvičky), **diary** (mléčné výrobky), **cheese** (sýr), **milk** (mléko), **bones** (kosti), **strong** (silný), **meat and fish** (maso a ryby), **eggs** (vejce), **protein** (bílkoviny), **oil** (olej), **cakes** (dorty), **biscuits** (sušenky), **chocolate** (čokoláda), **butter** (másla), **jogging** (pomalý běh), **weight** (váha), **lose weight** (zhubnout, ztratit na váze), **change** (změnit/změna).

Aktivity se třídou

1) Pokyny k práci s pracovním listem a videem

Pracovní list je složen ze 4 cvičení.

Cvičení 1 je určeno pro shrnutí videa a ověření porozumění látce. Jedná se o cvičení založené na poslechu a zhlédnutí videa. Je vhodné cvičení s žáky udělat v průběhu druhého přehrávání videa a příp. zastavovat přehrávání po jednotlivých částech tak, aby žáci měli šanci své odpovědi do cvičení vyplnit.

Cvičení 2 až 4 je pak možné žákům zadat i za domácí úkol. Jedná se o úlohy ověřující znalosti zábavnější formou – spojovačky, křížovky aj. K těmto cvičením není video bezprostředně potřeba a žáci je mohou vyplňovat i sami.

Pro učitele je k dispozici pracovní list doplněný o správná řešení a překlad jednotlivých úkolů.

Na video můžete navazovat i další aktivity v jiných předmětech.

2) Otevřené otázky pro žáky k diskuzi

- **Which one is happier? / Který z nich je šťastnější?**

Po porovnávání Stevova a Phillova životního stylu se vypravěč ptá dětí, který z nich je šťastnější. V čase **1:27** se otázka objeví na obrazovce a je prostor pro **zastavení videa** a práci se třídou.



- ***What eating habits do you have? / Jaké máš stravovací návyky?***
- ***What food that you eat do you consider to be the most healthy and which is the least healthy?/ Jaké jídlo , které jíš, považuješ za nejvíce zdravé a za nejméně zdravé?***

Žáci si mohou ve dvojicích nebo v malých skupinkách popovídat o tom, kdo jak jí, co má kdo rád, co považuje za zdravé a co ne. Mohou se soustředit také na jídla, na kterých se ve skupince všichni shodnou, že mají nejraději a považují je v jídelníčku za důležitá pro jejich zdraví. Následně o tom mohou krátce povědět ostatním skupinkám. Může být zajímavé sledovat, jak se názory v jednotlivých skupinkách liší.

Až se do toho pustíte, budete překvapeni, co vše Vaši žáci zvládnou a jak moc Vás hodina může bavit!

