

Gesünder durch Fitness-Videos?

Aufgaben zum Text

1. Wovon handelt der Text?

Hör dir das Audio an und beantworte die Frage. Wähl die richtigen Lösungen aus. Mehrere Antworten sind richtig.

In dem Text geht es darum, dass ...

- a) manche Menschen krank werden, weil sie ständig Social Media nutzen.
- b) viele Menschen auf der Welt gesundheitliche Probleme haben und sich mehr bewegen müssten.
- c) Fitness-Influencer im Internet mit ihren Videos einige Menschen motivieren – und andere nicht.

2. Was steht im Text?

Vervollständige die Sätze. Mehrere Antworten können richtig sein.

1. Laut Untersuchungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ...

- a) bewegt sich etwa ein Drittel der Erwachsenen nicht ausreichend.
- b) ist bereits ein Viertel der Menschheit übergewichtig.
- c) machen 80 Prozent der Kinder und Jugendlichen genug Sport.

2. Sportwissenschaftler Lars Donath sagt, dass ...

- a) es in der Gesellschaft kaum noch ein Interesse an Sport und Bewegung gibt.
- b) Fitness-Influencer mit ihren Videos vor allem Menschen motivieren, die bereits viel Sport treiben.
- c) unsportliche Menschen am ehesten durch Menschen in ihrer Nähe zum Sport motiviert werden.

3. Wie lauten die Wörter?

Wähl für jede Lücke das passende Substantiv aus.

1. Regelmäßiger Sport hat nachweislich einen positiven _____ auf die Gesundheit.
2. Kinder brauchen ein _____ in ihrem persönlichen _____, damit sie mit dem Sport anfangen.
3. Das perfekte Bild, das manche _____-Influencer auf Social Media von sich zeichnen, ist Segen und _____ zugleich.
4. Manche Menschen schauen sich die Videos an und verlieren durch sie ihre _____. Dabei ist das gesundheitliche _____ in den Videos oft nicht besonders realistisch.

- a) Effekt b) Fitness c) Fluch d) Motivation
e) Umfeld f) Ideal g) Vorbild

4. Kennst du die Wörter auf „-ig“ und „-lich“?

Lies die Sätze und schreib in jede Lücke das passende Adjektiv oder Adverb hinein. In jede Lücke passt ein Wort. Achte auch auf die Endungen.

Beispiel:

Viele Kinder und Jugendliche haben heutzutage Übergewicht.
Es gibt heutzutage viele *übergewichtige* Kinder und Jugendliche.

1. Laut der WHO treiben viele Menschen nicht genug Sport.
Laut der WHO sind viele Menschen nicht _____ genug.
2. Manchen Menschen helfen die Videos von Fitness-Influencern. Bei anderen bewirken sie das Gegenteil.
Manchen Menschen helfen die Videos von Fitness-Influencern. Bei anderen haben sie den _____ Effekt.
3. Sport ist vorteilhaft für die Gesundheit, wie Untersuchungen nachweisen.
Sport hat _____ Vorteile.

Autor: Philipp Reichert