

## 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