

Úkoly na týden od 18. 5. do 22. 5. 2020

Alternativní způsoby výživy

- jejich zastánci upřednostňují některé druhy potravin, jiné zakazují

Možné důvody:

- filozofie
- náboženství
- různost kultur
- módnost
- zdravý život
- snaha nezabíjet zvířata
- potřeba nejíst potraviny zpracované potravinářským průmyslem

Druhy alternativních způsobů stravování:

Makrobiotika – založena na konzumaci obilovin, zeleniny, luštěnin, v omezené míře bílého masa, vajec, z jídelníčku vyřazuje mléko a mléčné výrobky

- podle tohoto vzoru zpracujte následující alternativní způsoby stravování; napište k poznámkám do sešitu, zpracujte ve Wordu a pošlete:

Vegetariánství -

to se dělí na:

a) **laktoovovegetariánství** -

b) **laktovegetariánství** -

c) **veganství** -

d) **vitariánství** -

e) **fruktariánství** -

Podmínkou zdravého vývoje jedince je pestrá strava rostlinného i živočišného původu, protože člověk se řadí mezi všežravce. Největší rizika alternativní výživy hrozí dětem v období rychlého růstu (kojencům, pubescentům).

DÚ

1. Jaká zdravotní rizika hrozí lidem, kteří konzumují pouze jednostrannou stravu?
2. Uveďte nějaký konkrétní příklad, kdy náboženství zakazuje konzumaci určitých potravin.

- zpracujete ve Wordu, pošlete

Úkoly zpracovávají všichni žáci, každý sám za sebe – snažte se, budeme hodnotit, odeslat nejpozději **do pátku 22. 5.2020 do 12:00.**

Děkuji za spolupráci