

# VIDEO TIME

## UNIT 7

### Coach Me!

Date: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Class: \_\_\_\_\_

**Titre de la vidéo :** The Top 5 Food Mistakes Most Teens Make and How to Fix Them

**Durée :** 3'03"

**Sous-titres :** oui

**Lien vers la vidéo :**

<https://www.youtube.com/watch?v=vx0ZTy2SWfk>

#### HELP!

**a nutrition label** une étiquette  
nutritionnelle

**processed food** des aliments  
transformés

**a nutrient** une substance  
nutritive

### PART 1 ► Regardez la vidéo en entier.

#### 1. Sélectionnez les bonnes réponses.

a. The video talks about teenagers':

☐ likes and dislikes. ☐ eating habits.

b. The video:

☐ shows teenagers' bad eating habits.

☐ explains teenagers' bad eating habits but also gives them some advice.

c. The video gives advice about:

☐ the variety of food. ☐ the price of food.

#### 2. Classez les éléments dans leur ordre d'apparition.

☐ a. consequences of an unhealthy diet on the health

☐ b. advantages of fruit and vegetables

☐ c. teenagers explaining their eating habits

☐ d. teenagers explaining how often they eat vegetables

## PART 2 ► Regardez la vidéo du début jusqu'à 0:06.

### 3. Vrai ou faux ?

	True	False
a. The teenagers think that nutrition is very important for them.		
b. Some of them admit that they never look at nutrition labels.		
c. One of them says that he eats fast food once or twice a week.		

## PART 3 ► Regardez la vidéo de 0:32 à 1:30.

### 4. Cochez les bonnes réponses.

a. The average teenager's diet is:

☐

processed foods.

☐

healthy wholefoods.

b. The consequences of bad eating habits can be:

☐

money problems.

☐

health problems.

c. The program is about:

☐

identifying the food mistakes of teenagers and suggesting solutions.

☐

forbidding teenagers to eat junk food.

## PART 4 ► Regardez la vidéo de 1:31 à 1:41.

### 5. Complétez cet extrait avec les mots manquants.

Your \_\_\_\_\_ are still developing and you're \_\_\_\_\_

hard to get good grades and perform your \_\_\_\_\_ athletically.

Good food will \_\_\_\_\_ your \_\_\_\_\_

for schoolwork, \_\_\_\_\_ and just plain \_\_\_\_\_.

**PART 5 ► Regardez la vidéo de 1:42 à 2:17**

**6. Sélectionnez les produits mentionnés dans l'extrait.**



**PART 6 ► Regardez la vidéo de 2:18 jusqu'à la fin.**

**7. Répondez aux questions.**

**a.** Why is it important for teenagers to eat a lot of fruit and vegetables?

---

---

**b.** How will they feel after having eaten fruit and vegetables?

---

---

**c.** Has food rich in calories the same effect?

---

---

**PART 7 ► Exprimez-vous.**

**8. Rédigez un paragraphe pour parler de votre alimentation au quotidien. Dites si vous mangez suffisamment de fruits et légumes.**

---

---

---

---