

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Минский государственный лингвистический университет

Е.В. Бондаренко
С.С. Гурьева
А.В. Сытько

**ПРАКТИКА УСТНОЙ И ПИСЬМЕННОЙ
НЕМЕЦКОЙ РЕЧИ**

SPRACHPRAXIS DEUTSCH

Учебно-методическое пособие

В двух частях

Часть вторая

Минск 2010

УДК 811.112.2'243 (075.8)
ББК 81.432.4 – 923.1
Б81

Рекомендовано Редакционным советом Минского государственного лингвистического университета. Протокол № 1 (21) от 22.01.2009 г.

Под редакцией Е.В. Бондаренко

Рецензенты: кандидат филологических наук, доцент *Е.А. Пригодич* (БГУ); кандидат филологических наук, доцент *А.А. Мирский* (МГЛУ)

Бондаренко, Е.В.

Б81 Практика устной и письменной немецкой речи = Sprachpraxis Deutsch : учеб.-метод. пособие : В 2 ч. Ч.2 / Е.В. Бондаренко, С.С. Гурьева, А.В. Сытько; под ред. Е.В. Бондаренко. – Минск : МГЛУ, 2010. – 272 с.

ISBN 978-985-460-358-2 (Ч. 2).

ISBN 978-985-460-251-6.

Пособие написано в соответствии с требованиями Типовой программы по практике устной и письменной речи (немецкий язык). Его цель – формирование и совершенствование лексических навыков, развитие умений чтения и говорения у студентов. Пособие состоит из двух частей. Данная вторая часть включает в себя три тематических блока для аудиторной работы: «Еда и культура питания», «Жилье и культура жилья», «Здоровье». Первая часть пособия издана в 2008 г.

Адресовано студентам первого курса МГЛУ и филологических факультетов университетов.

УДК 811.112.2'243 (075.8)

ББК 81.432.4 – 923.1

ISBN 978-985-460-358-2 (Ч. 2) © Бондаренко Е.В., Гурьева С.С., Сытько А.В., 2010

ISBN 978-985-460-251-6 © УО «Минский государственный лингвистический университет», 2010

INHALT

ПРЕДИСЛОВИЕ	4
Themenkreis VI. Essen und Esskultur	5
Themenbereich 1. Einzelne Mahlzeiten	6
Themenbereich 2. Was bietet deutsche Küche an?	30
Themenbereich 3. Gesund essen	43
Themenbereich 4. Wie Studenten essen.....	60
Themenbereich 5. Verhaltensregeln.....	82
Themenkreis VII. Wohnen.....	92
Themenbereich 1. Häusertypen	93
Themenbereich 2. Wohnungen und Wohnungseinrichtungen.....	117
Themenbereich 3. Wie Studenten wohnen	155
Themenkreis VIII. Gesundheit.....	181
Themenbereich 1. Krankheiten und ihre Symptome.....	182
Themenbereich 2. Beim Arzt	204
Themenbereich 3. Die Säulen der Gesundheit	227
Themenbereich 4. Die Jahreszeiten und die Gesundheit	248
Projektarbeit.....	264
Methodenkoffer.....	270
Quellenverzeichnis	273

ПРЕДИСЛОВИЕ

Пособие соответствует Типовой программе по практике устной и письменной речи (немецкий язык) для студентов 1 курса МГЛУ. Его цель – формирование и совершенствование лексических навыков, развитие умений чтения и говорения у студентов.

Пособие состоит из двух частей. Данная в т о р а я часть включает в себя три тематических блока для аудиторной работы («Еда и культура питания», «Жилье и культура жилья», «Здоровье»). Каждый блок содержит разделы, объединенные по ситуативно-тематическому принципу.

Все разделы имеют перечень лексических единиц по теме с их ключевыми грамматическими характеристиками, переводом на русский язык и примерами употребления в микроконтекстах. Система языковых и условно-речевых упражнений способствует закреплению новой лексики.

Для формирования и совершенствования лексических навыков, развития умений различных видов чтения, монологической и диалогической речи используется богатый текстовый материал, который характеризуется коммуникативной направленностью, ориентацией на практические запросы обучающихся. Для выполнения различных упражнений к текстам (речевых, проблемных лингвистическо-поисковых и коммуникативно-когнитивных) предусмотрены такие социальные формы работы, как парная, работа в малых группах с целью поиска совместного решения поставленной творческой задачи с последующим обсуждением предлагаемых решений, а также с участием всей учебной группы.

В качестве завершающего этапа для каждого блока предлагается проектная работа, способствующая естественной интеграции основных умений, направленная на развитие профессиональных навыков обучающихся и интеркультурной коммуникативной компетенции.

Для некоторых видов заданий в разделе «Methodenkoffer» предлагается набор методических приемов с подробным пошаговым объяснением.

Авторы выражают искреннюю признательность коллективу кафедры фонетики немецкого языка за апробацию материала в учебном процессе, а также рецензентам за их рекомендации по улучшению формы подачи материала.

THEMENKREIS VI

ESSEN UND ESSKULTUR

Themenbereich 1. Einzelne Mahlzeiten



Themenbereich 2. Was bietet deutsche Küche an?



Themenbereich 3. Gesund essen



Themenbereich 4. Wie Studenten essen



Themenbereich 5. Verhaltensregeln



THEMENBEREICH 1

EINZELNE MAHLZEITEN

Aktiver Wortschatz

1	die Mahlzeit, -, -en eine Mahlzeit einnehmen (nahm ein, eingenommen), h die Essenszeit einhalten (hielt ein, eingehalten), h Mahlzeit! 3-4 Mahlzeiten täglich haben	прием пищи принимать пищу соблюдать время приема пищи Приятного аппетита! принимать пищу 3-4 раза в день
2	essen (aß, gegessen), h etw. Akk. Syn.: zu sich (Dat.) nehmen (nahm, genommen), h etw. Akk. kalt/warm essen das Essen, -s, -	есть есть холодные/горячие блюда еда, питание
3	das Frühstück, -s, -e beim Frühstück, zum Frühstück frühstücken (te, t), h	завтрак за завтраком, на завтрак завтракать
4	das Mittagessen, -s, (ohne Pl.) ein reichliches Mittagessen zu Mittag essen (aß, gegessen), h etw. Akk.	обед сытный обед обедать, есть что-л. на обед
5	das Abendessen, -s, (ohne Pl.) Syn.: das Abendbrot, -s, (ohne Pl.) zu Abend essen (aß, gegessen), h etw. Akk. Syn.: das Abendbrot essen	ужин ужинать, есть что-л. на ужин ужинать
6	kräftig ein kräftiges Frühstück Ant.: ein leichtes Frühstück	обильный, крепкий плотный завтрак легкий завтрак
7	satt satt sein (war, gewesen), s sättigend	сытый быть сытым сытный
8	trinken (trank, getrunken), h etw. Akk. das Getränk, -(e)s, -e ein alkoholisches, alkoholfreies, koffeinfreies Getränk	пить что-л. напиток алкогольный, безалкогольный, не содержащий кофеина напиток
9	die Speise, -, -n Syn.: das Gericht, -(e)s, -e	блюдо

10	die Lieblingsspeise, -, -n Syn.: das Leibgericht, -(e)s, -e	любимое блюдо
11	die Vorspeise, -, -n als Vorspeise	закуска на закуску
12	die Nachspeise, -, -n Syn.: der Nachtisch, -(e)s, -e/ die Süßspeise, -, -n/das Dessert, -s, -s als Nachspeise Syn.: zum Nachtisch	десерт на десерт
13	der Appetit, -(e)s, -e Guten Appetit! einen guten Appetit haben (te, t), h Appetit machen (te, t), h Appetit haben (te, t), h auf etw. Akk. mit Appetit, ohne Appetit den Appetit verderben (verdarb, verdorben), h j-m Dat. Der Appetit kommt beim Essen.	аппетит Приятного аппетита! иметь хороший аппетит вызывать аппетит иметь желание съесть что-л. с аппетитом, без аппетита испортить кому-л. аппетит Аппетит приходит во время еды.
14	der Hunger, -s, (ohne Pl.) Hunger haben (te, t), h Syn.: hungrig sein (a, e), s einen Bärenhunger haben (te, t), h Hunger bekommen (a, o), h Syn.: Hunger kriegen (te, t), h Ant.: den Hunger stillen (te, t), h mit etw. Dat.	голод испытывать голод, быть голодным иметь волчий аппетит проголодаться утолить голод
15	der Durst, -es, (ohne Pl.) Durst haben (te, t), h Syn.: durstig sein (a, e), s Durst bekommen (a, o), h den Durst stillen (te, t) h mit etw. Dat. Syn.: den Durst löschen (te, t), h mit etw. Dat.	жажда испытывать жажду (хотеть пить) почувствовать жажду утолить жажду
16	der Tee, -s, -s/Teesorten schwarzer, grüner Tee eine Tasse starker, dünner Tee Tee mit Zitrone, Milch, Zucker Tee kochen (te, t), h Syn.: Tee bereiten/machen (te, t), h den Tee ziehen lassen	чай черный, зеленый чай чашка крепкого, слабого чая чай с лимоном, молоком, сахаром заварить чай давать чаю настояться/завариться

17	der Kaffee, -s, -s/Kaffeesorten schwarzer, starker, dünner Kaffee Kaffee kochen (te, t), h Syn.: Kaffee bereiten/machen (te, t), h der Bohnenkaffee, -s, -s der Espresso, -s, -s der Cappuccino, -s, -s der Kakao, -s, -s	кофе черный, крепкий, слабый кофе сварить кофе кофе в зернах кофе «эспрессо» капучино какао
18	der Zucker, -s, - die Zuckerdose, -, -n der Süßstoff, -es, -e	сахар сахарница заменитель сахара
19	der Saft, -(e)s, Säfte der Orangensaft, der Tomatensaft frisch gepresster Saft	сок апельсиновый сок, томатный сок свежевыжатый сок
20	die Tasse, -, -n eine Tasse Tee, Kakao	чашка чашка чая, какао
21	das Glas, -es, Gläser ein Glas Saft	стакан стакан сока
22	die Kanne, -, -n die Kaffeekanne, die Teekanne	чайник кофейник, чайник для заварки
23	das Brot, -s, -e ein Laib Brot, ein Stück Brot, eine Schnitte/Scheibe Brot frisches, altbackenes Brot das Schwarzbrot, das Weißbrot, das Vollkornbrot, das Roggenbrot	хлеб буханка хлеба, кусочек хлеба, ломтик хлеба свежий, черствый хлеб черный хлеб, белый хлеб, хлеб из муки грубого помола, ржаной хлеб
24	ein belegtes Brot mit etw. Dat. Syn.: ein Brot/Brötchen mit etw. Dat. das Schinkenbrot, das Käsebrot das Sandwich ['zɛntviʃ], -es, -es (zwei zusammengeklappte belegte Brotscheiben, drinnen mit Belag)	бутерброд с чем-л. бутерброд с ветчиной, сыром сэндвич
25	der Toast [to:st], -s, -e/ -s	тост
26	schmieren (te, t), h etw. Akk. auf etw. Akk. Syn.: streichen (strich, gestrichen), h etw. Akk. auf etw. Akk. Honig, Marmelade aufs Brötchen schmieren/streichen	намазывать что-л. на что-л. намазывать мед, мармелад на булочку
27	der Brotaufstrich, -(e)s, -e	то, что намазывается на хлеб (варенье, мед и т. п.)
28	der/das Joghurt, -s, -s	йогурт

	Früchtejoghurt ein Becher Joghurt	фруктовый йогурт баночка йогурта
29	der Quark, -(e)s, -e	творог
30	der Käse, -s, -	сыр
31	das Ei, -(e)s, -er ein rohes, weiches/weich gekochtes, hartes/hart gekochtes Ei das Spiegelei, -(e)s, -er das Rührei, -(e)s, -er der Eierkuchen, -s, - <i>Syn.: das Omelett, -es, -e</i>	яйцо сырое, сваренное всмятку, сваренное вкрутую яйцо яичница-глазунья яичница-болтунья омлет
32	die Suppe, -, -n ein Teller Suppe Gemüsesuppe, Kohlsuppe, Pilzsuppe, Kartoffelsuppe, Fischsuppe, Erbsensuppe, Fleischklößchensuppe, Champignoncremesuppe, Milchsuppe	суп тарелка супа овощной суп, щи, грибной суп, картофельный суп, рыбный суп, гороховый суп, суп с фрикадельками суп-пюре из шампиньонов, молочный суп
33	die Brühe, -, -n eine kräftige Brühe Hühnerbrühe, Fleischbrühe	бульон наваристый бульон куриный, мясной бульон
34	der Braten, -s, - ein saftiger, knuspriger Braten Kalbsbraten, Rinderbraten, Schweinebraten	жаркое сочное, хрустящее жаркое жаркое из телятины, говядины, свинины
35	die Kartoffel, -, -n rohe, gekochte, gedünstete Kartoffeln Salzkartoffeln, Pellkartoffeln, Bratkartoffeln die Pommes frites [pɔm'frɪt] (nur Pl.) <i>Syn.: die Pommes ['pɔmʁs] (nur Pl.)</i>	картофель сырой, вареный, тушеный картофель отварной картофель, картофель в мундире, жареный картофель картофель фри
36	die Kartoffelplinse, -, -n <i>Syn.: der Kartoffelpuffer, -s, -</i>	драник
37	der Kartoffelbrei, -(e)s, -e <i>Syn.: das Kartoffelpüree, -s, -s/ das Kartoffelmus, -muses, -muse</i>	пюре
38	der Salat, -(e)s, -e der Kartoffelsalat, der Gemüsesalat, der Obstsalat, der Geflügelsalat der Salatteller, -s, - (<i>Platte mit verschiedenen Salaten</i>) <i>Syn.: die Salatplatte, -, -n</i>	салат картофельный салат, овощной салат, фруктовый салат, салат с птицей блюдо с салатным ассорти

39	die Wurst, -, Würste ein Stück Wurst, eine Scheibe Wurst die Leberwurst, die Salami, die Bockwurst die Bratwurst	колбаса кусочек колбасы, ломтик колбасы ливерная колбаса, салями, горячая сарделька жареная сарделька/колбаса для жаренья
40	der Schinken, -s, -	ветчина
41	der Aufschnitt, -(e)s, -e (<i>Platte aus verschiedenen Sorten von Wurst, Braten, Schinken</i>)	мясное ассорти
42	der Brei, -(e)s, -e der Haferbrei	каша овсяная каша
43	das Fleisch, -es, Fleischsorten Hühnerfleisch, Rindfleisch, Schweinefleisch	мясо курятина, говядина, свинина
44	der Fisch, -es, -e	рыба
45	das Obst, -(e)s, (meist im Sg. oder Obstsorten)	фрукты
46	das Gemüse, -(e)s, (meist im Sg. oder Gemüsesorten)	овощи
47	das Bankett, -(e)s, -e Syn.: das Festmahl, -es, -e/ das Festessen, -s, -	банкет (званный обед или ужин)
48	vorziehen (zog vor, vorgezogen), h etw. Dat. etw. Akk. Syn.: bevorzugen (te, t), h etw. Akk.	предпочитать что-л. чему-л.
49	das Speisezimmer, -s, - Syn.: das Esszimmer, -s, - die Essecke, -, -en	столовая (в квартире) часть комнаты, выделенная под столовую

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Teil 1.

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Еда, завтрак, сок, чайник для заварки, голод, время приема пищи, обед, кофе «эспresso», ужин, чашка, напиток, какао, аппетит, закуска, десерт, блюдо, капучино, любимое блюдо, чай, кофе, жажда, стакан, кофе в зернах, кофейник.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben und Wendungen aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Завтракать, утолить (жажду/голод), сварить (кофе), обедать, испытывать голод, ужинать, есть, пить, давать чаю настояться, проголодаться, иметь желание съесть что-л., испортить кому-л. аппетит, испытывать жажду, заварить чай, почувствовать жажду.

Aufgabe 3. Setzen Sie Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. ... Vorspeise nehme ich einen Salat. 2. ... Frühstück trinke ich ein Glas Orangensaft. 3. Das Frühstück nehme ich um 7 Uhr ... mir. 4. Wann isst du ... Mittag? 5. ... Nachtisch werden viele leckere Speisen angeboten. 6. Ich habe heute Appetit ... Erbsensuppe. 7. Das Kind isst sein Frühstück ... Appetit. 8. Ich mag Tee ... Zitrone, aber ... Zucker. 9. Der Appetit kommt ... Essen. 10. Den Durst kannst du am besten ... Glas Mineralwasser stillen. 11. Was essen Sie gewöhnlich ... Abend? 12. Einen kleinen Hunger kann man ... Wurstbrot oder Käsebrot stillen. 13. Als Sandwich bezeichnet man zwei zusammen geklappte Brotscheiben ... Belag.

Aufgabe 4. Ersetzen Sie die markierten Wörter und Wortverbindungen durch Synonyme.

1. Welche *Gerichte* bietet man hier zum *Abendessen* an? 2. Mein *Leibgericht* ist Fisch mit Reis. 3. Was nimmst du *als Nachspeise*? 4. Wir essen *das Abendbrot* um 18 Uhr. 5. Ich *bin hungrig*. 6. Ich *habe Durst*. 7. Womit kann man am besten den Durst *stillen*? 8. Kannst du mir bitte einen Espresso *machen*? 9. *Guten Appetit!* 10. *Das Frühstück* esse ich gewöhnlich um 8 Uhr morgens. 11. Man muss *sich an* bestimmte Essenszeiten *halten*. 12. Das ist eine *leckere* Suppe. 13. Ich *habe* täglich drei Mahlzeiten. 14. Nach solcher anstrengenden Arbeit hat er sicher Hunger *bekommen*.

Aufgabe 5. Ersetzen Sie die markierten Wörter und Wortverbindungen durch Antonyme.

1. Ich bevorzuge ein *leichtes* Frühstück. 2. Ich bin *hungrig*. 3. Das ist ein *alkoholisches* Getränk. 4. Ich trinke gern *koffeinhaltige* Getränke. 5. Morgens trinke ich eine Tasse *starken* Tee oder Kaffee. 6. Zum Frühstück esse ich *kalt*. 7. Der Kranke isst heute *ohne Appetit*.

Aufgabe 6. Nennen Sie passende Attribute zu den Substantiven und übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie mit den Wortverbindungen kurze Sätze.

Das Frühstück, das Getränk, die Nachspeise, der Appetit, der Tee, der Saft, der Kaffee.

Aufgabe 7. Ergänzen Sie die Verben durch passende Objekte und übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie kurze Sätze mit den Wortverbindungen.

... einnehmen, ... machen, ... verderben, ... einhalten, ... haben, ... kochen, ... bereiten, ... stillen, ... bekommen, ... löschen, ... ziehen lassen, ... essen.

Aufgabe 8. Vervollständigen Sie die Sätze.

1. Zum Frühstück 2. Als Vorspeise 3. ... zu Abend. 4. ... zum Abendessen. 5. ... zum Mittagessen. 6. ... mit Appetit. 7. ... ohne Appetit. 8. Mein Leibgericht 9. ... den Hunger. 10. Ich habe heute Appetit 11. Zum Nachtisch 12. ... den Durst.

Aufgabe 9. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. Когда ты завтракаешь? 2. На завтрак я пью черный кофе без сахара. 3. Я хочу пить. – Выпей стакан зеленого чая. Он хорошо утоляет жажду. 4. Наша семья ужинает поздно, около 9 часов вечера, так как мы все приходим с работы домой поздно. 5. Ты голоден? – Спасибо, я сыт. 6. Appetit приходит во время еды. Я возьму еще что-нибудь на десерт. 7. Ты не сможешь мне испортить аппетит своими рассказами, я голоден как волк, поэтому могу съесть все. 8. Какой чай ты предпочитаешь: зеленый, черный или фруктовый? 9. Обед пока не готов. Ты можешь перекусить бутербродом с сыром и ветчиной. 10. Я предпочитаю легкий, но сытный завтрак. 11. На ужин я съедаю пару бутербродов с ветчиной, сыром или яичницу с овощами. 12. За ужином я выпиваю стакан чая или фруктового сока.

Teil 2.

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Каша, хлеб, яйцо, бутерброд, картофель, фрукты, мясо, тост, буханка, творог, йогурт, ломтик, суп, тарелка, бульон, сыр, жаркое, кусочек, картофель фри, драник, пюре, салат, колбаса, сэндвич, омлет, ветчина, рыба, овощи.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie die Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Намазывать, есть что-л. на обед, предпочитать, есть что-л. на ужин, принимать пищу, утолить голод, приносить в постель, вызывать аппетит, настаивать чай, проголодаться, испортить кому-л. аппетит, хотеть пить, сделать чай, намазывать что-л. на что-л.

Aufgabe 3. Nennen Sie mit den Substantiven möglichst viele Komposita, die Speisen bedeuten. Bilden Sie mit 7 Komposita Sätze.

Brei, Brot, Suppe, Braten, Salat, Ei, Wurst, Kartoffeln, Fleisch, Brühe.

Aufgabe 4. Setzen Sie in die Lücken fehlende Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Um wieviel Uhr essen Sie gewöhnlich ... Mittag, ... Abend, ... Abendbrot.
2. Ich habe Appetit ... Pilzsuppe, ... Käsebrot, ... Gemüsesalat. 3. Meine Freundin zieht ... Fleisch ... Fisch vor. 4. Was trinkst du ... Mittagessen? 5. Ich bedanke mich ... Koch ... Essen. 6. Ich bin ... Frühstück fertig. 7. Mein Bruder hat ... Vorspeise ... Salat gegessen. 8. ... Frühstück kann man Honig oder Marmelade ... Weißbrot schmieren.

Aufgabe 5. Nennen Sie passende Attribute zu den Substantiven und übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie mit den Wortverbindungen kurze Sätze.

Kartoffeln, Braten, Ei, Brühe, Suppe, Brot, Brötchen, Obst.

Aufgabe 6. Vervollständigen Sie die Sätze.

1. ... aufs Brötchen. 2. ... ein belegtes Brötchen mit 3. Ein Stück 4. Im Esszimmer 5. Für das Festmahl 6. Altbackenes Brot 7. Einen Teller 8. ... ein Laib. 9. Als Brotaufstrich 10. Aus Kartoffeln

Aufgabe 7. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. К сочному жаркому подходит картофельное пюре или отварной картофель с овощным салатом. 2. По выходным я обычно обедаю дома. 3. На завтрак можно сделать себе пару бутербродов с ветчиной, колбасой или сыром. На белый хлеб можно намазать мед или варенье. 4. На обед я предпочитаю горячий бульон или суп. Это может быть картофельный или грибной суп, суп из шампиньонов или суп-пюре. 5. В университет я беру с собой пару сэндвичей с салями или ветчиной и кусочком помидора или огурца. 6. За ужином я съедаю омлет или яичницу с кусочком черного хлеба, выпиваю чашку чая с чем-нибудь сладким. У меня всегда очень плотный ужин, так как я прихожу из университета очень голодным. 7. В выходные я обедаю около 14 часов. На закуску я всегда съедаю овощной салат. Это очень вкусно и полезно. Затем мясное блюдо с картофелем или рыбу с рисом и овощами. Иногда я готовлю что-нибудь на десерт.

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenzen

Aufgabe 1. Frühstück – Power für den Tag

a) Lesen Sie den Text durch. Finden Sie eine passende Überschrift. Begründen Sie Ihre Entscheidung.

Mehr als die Hälfte aller Deutschen nehmen sich für ein Frühstück zu Hause noch Zeit. Die anderen nicht mehr. Unter den 16- bis 24-Jährigen frühstücken 15

Prozent „so gut wie nie“ und 38 Prozent nur „im Stehen“. Manche holen ihr Frühstück erst in einer Pause im Büro nach. Ein Teller Müsli, ein belegtes Brot und ein Glas Milch. Das ist für viele ein typisches Frühstück. Doch leider haben wir oft zu wenig Zeit, um in Ruhe zu frühstücken.

Ein gutes Frühstück ist aber wichtig und gibt Energie für den Tag. Es ist gut für die Leistungsfähigkeit und die Konzentration. Ein zweites Frühstück bzw. eine Zwischenmahlzeit in der Pause ist auch wichtig, damit man nicht müde wird. Wenn man unzureichend, falsch oder gar nicht gefrühstückt hat, können Konzentrationsschwäche oder Müdigkeit die Folgen sein. Wer es morgens sehr eilig hat, kann z.B. den Tisch am Vorabend decken und alles im Kühlschrank frisch halten.

b) Überfliegen Sie den Text noch einmal und antworten Sie auf die Fragen.

1. Wie sieht es heutzutage mit dem Einnehmen der ersten Mahlzeit aus? 2. Was isst man gewöhnlich zum Frühstück? 3. Warum ist das Frühstück besonders wichtig? 4. Welchen Ratschlag kann man den Leuten gegeben, die keine Zeit zum Frühstück haben?

c) Äußern Sie Ihre Meinung zu den Fragen.

1. Sind Sie auch der Meinung, dass das Frühstück die wichtigste Mahlzeit ist? Begründen Sie Ihre Meinung. 2. Welche Ratschläge können Sie selber den Leuten geben, die keine Zeit zum Frühstück haben?

Aufgabe 2. Frühstückstypen

a) Lesen Sie die Texte und füllen Sie die Tabelle stichwortartig aus.

Frühstückstyp	Getränke	Speisen	besondere Merkmale

Der Müsli -Typ

Für den Müsli-Typ steht seine Gesundheit über allem. Und weil er weiß, wie gesund Müsli zum Frühstück ist, isst er es auch fast jeden Tag. Wahlweise kann bei ihm auch Vollkornbrot auf den Tisch kommen – besonders liebt er solches mit vielen Körnern. Der Müsli-Esser kauft selbstverständlich im Bio-Laden ein, wo er weiß, dass die Eier noch von glücklichen Hühnern gelegt werden und die Milch, das Gemüse und das Obst frisch vom Bauern kommt und alle Lebensmittel naturbelassen sind. Der Müsli-Typ hat nicht selten auch eine Vorliebe für Joghurt und Quark, natürlich nur solche, in denen wenig Chemie steckt. Der Müsli-Typ kennt sich gut aus! Häufig ist der Müsli-Typ auch gleichzeitig Vegetarier. Das bedeutet, dass bei ihm kein Fleisch und im Extremfall auch kein Fisch auf den Tisch kommt. Wie man leicht erkennen kann, macht der Müsli-Typ sich viele Gedanken über das, was er isst. Sein Frühstück steht mit Sicherheit in einer Gesundheitsskala ganz weit oben. Falls du nur ab und zu mal eine Schale Müsli oder Cornflakes isst, bist du noch kein klassischer Müsli-Typ...

Der „ohne Kaffee läuft nichts“- Typ

Keine Zeit zum Frühstück? Du möchtest morgens lieber etwas länger schlafen. Weil du gerne trödelst, hast du einfach keine Zeit zum Frühstück. Der Kühlschrank ist mal wieder leer und Brot ist auch keines mehr da. Du hast so früh morgens noch keinen großen Appetit, aber ohne Kaffee läuft bei dir nichts!! Dir fallen verschiedene Ausreden ein, warum du morgens auf das Frühstück verzichtest, aber eine Tasse Kaffee muss schon sein. Irgendwie muss man ja fit werden, ohne sich körperlich stark anzustrengen. Kaffee trinkst du auch aus dem Automaten am Bahnhof, wenn die Zeit daheim drängt. Und wenn sich der kleine Hunger doch einmal unterwegs meldet, reicht auch ein Schokoriegel.

Der Kinderfrühstück-Typ

Du findest, was für Kinder gut ist, kann auch Erwachsenen nicht schaden? Du trinkst gern Cola oder warmen Kakao. Am liebsten isst du morgens Cornflakes, denn die wecken den Tiger in dir. Du magst aber auch Brot oder Toast mit süßem Aufstrich wie Nutella oder Marmelade. Auch vor Wurst- und Käseschnitten schreckst du nicht zurück. Du verlässt das Haus nicht mit leerem Magen, auch nicht wenn du mal unter Zeitdruck stehst.

Der Fitness-Typ

Du achtest auf deine Fitness und verzichtest am frühen Morgen auf schwere Ballaststoffe. Viel lieber ernährst du dich gesund und achtest schon beim Frühstück darauf, Vitamine zu nehmen. Frisch gepresste Säfte und Obst magst du besonders gerne. Dadurch wird dein Kreislauf viel besser angeregt als beispielsweise durch eine Tasse Kaffee. Auch vor deinem Frühsport achtest du darauf, einige Mineralien aufzunehmen. Schließlich fördert ein gesundes Frühstück auch die Leistung.

Der „klassische“ Typ

Wenn du der „klassische“ Typ bist, gehst du entweder morgens frische Brötchen beim Bäcker holen oder hast dein Brot für das Frühstück zu Hause. Dazu gibt es eine Auswahl an Marmelade, Honig, Butter, Käse und Wurst. Was darf bei diesem Frühstück auf keinen Fall fehlen? – Eine gute Tasse warme Milch, frischer Kaffee oder Tee.

b) Besprechen Sie in Kleingruppen, was Sie über die Frühstückstypen erfahren haben, halten sie sich dabei an die stichwortartigen Informationen aus Ihrer Tabelle.

c) Welche Frühstückstypen sind Klara und Michael, wenn auf dem Tisch folgende Lebensmittel für das Frühstück stehen? Begründen Sie Ihre Entscheidung.

Klara	Michael
Butter, selbstgemachte Marmelade, Joghurt, Tee, Brötchen/Brot, Cornflakes ['ko:nfleiks]	der Kaffee ist in der Kaffeemaschine, Brötchen/Brot, Frischkäse, Wurst Butter, gekochte Eier

d) Welcher Frühstückstyp sind Sie?

Notieren Sie auf einen Zettel alles, was Sie gewöhnlich zum Frühstück essen und lassen Sie Ihre Studienkollegen bestimmen, welcher Frühstückstyp Sie sind.

Aufgabe 3. Frühstücksgewohnheiten international

a) Lesen Sie den Text und füllen Sie die Tabelle mit stichwortartigen Informationen aus dem Text aus.

Land	Essgewohnheiten	Trinkgewohnheiten	Besondere Anmerkungen
1. Deutschland			
2. ...			

Wie ich frühstücke

Kenneth, Geschäftsmann aus Hongkong (60, zwei Kinder) erzählt über seine Frühstücksgewohnheiten.

Ich frühstücke selten zu Hause, denn ich bin oft dienstlich unterwegs. Da frühstücke ich in Hotels. Deutsche Hotel-Restaurants bieten zum Frühstück einige Scheiben Wurst, Obst, Salat, Eier, und Milch an, aber selten Fisch. In Dänemark, Schweden, Norwegen und Finnland isst man gern zum Frühstück Fisch (Lachs, Hering) zusammen mit harten Vollkornbrötchen. In England bevorzugt man ein warmes Frühstück. Bei einem vollen englischen Frühstück gibt es immer Eier, Speck, Toast und manchmal auch Champignons und Tomaten. In Amerika isst man immer Rührei mit Schinken und andere gekochte Sachen. Natürlich essen die Amerikaner gern Donuts. Das heißt, die Leute aus den verschiedenen Ländern (Europa und Amerika) essen zum Frühstück verschiedene Speisen.

Aber alle trinken entweder Kaffee oder Tee gern. Manchmal höre ich, die Leute sagen, man brauche eine Tasse starken Kaffee, um wach zu werden. In Frankreich bemerkte ich, dass das französische Frühstück immer nur aus einer Tasse Espresso (ohne Milch oder Zucker) und einer Scheibe französisches Brot besteht. Vielleicht ist das der Grund, warum man in ein amerikanisches Hotel geht, und da ein „Kontinental Frühstück“ bestellt.

Oft fliege ich für kurze Zeit nach Europa oder Amerika. Manchmal muss ich in fünf Tagen oder weniger in fünf oder mehr Städte fliegen oder fahren. Diese Städte liegen noch dazu in Europa und in Amerika. Wenn ich eine Geschäftsreise nach Europa und Amerika mache, möchte ich mich immer wie die Einheimischen verhalten. Deshalb schaue ich zu, wie die anderen Leute frühstücken und mache es auch so. Das Frühstück ist für mich sehr wichtig, sonst kann ich ein Problem bekommen, wenn ich mit meinen einheimischen Freunden essen gehe. Ich brauche ein normales Frühstück in der Stadt, die ich besuche, sonst macht mir mein Magen Probleme. Das ist nicht leicht für mich, aber das ist die Wirklichkeit. Zum Glück habe ich bis heute keine Magenschmerzen bekommen.

Ich weiß schon, dass ich auf meine Frühstücksgewohnheiten von Hongkong verzichten muss, wenn ich nach Europa und Amerika reise. Wenn ich in Hongkong bin, frühstücke ich normalerweise zweimal. Das erste Frühstück ist immer ungefähr 20 Minuten, nachdem ich aufgestanden bin. Oft esse ich einen Becher Nudeln mit Suppe und etwas Fleisch und Gemüse. Danach nehme ich eine Multivitamin-tablette und trinke eine Tasse chinesischen Tee. Gleichzeitig sehe ich mir die Nachrichten im Fernsehen an. Dann gehe ich zur Toilette und zum Duschen, um wach zu werden. Natürlich wasche ich mir meine Haare, putze mir meine Zähne und rasiere mich. Danach fühle ich mich gänzlich frisch. Das dauert zusammen ungefähr eine Stunde. Danach fahre ich zur Arbeit. Wegen der Multivitamin-tablette fühle ich mich schon nach kurzer Zeit sehr hungrig. Dann habe ich mein zweites Frühstück, es ist immer vor 11 Uhr. Wenn ich Hunger habe, esse ich im Imbiss ein Sandwich mit Schinken und Rührei und trinke entweder ein Glas warme Milch oder eine Tasse englischen Frühstückstee mit Milch und Zucker. Es gibt einen anderen Grund, der auch erklärt, warum ich oft um 11 Uhr wieder Hunger habe. Wenn ich in China arbeite, esse ich immer um 11:30 oder 12:00 Uhr zu Mittag. Das ist die normale Essenszeit in China. Deshalb fühle ich mich manchmal um 11 Uhr hungrig, obwohl ich in Hongkong bin. Natürlich esse ich oft um 13:30 mein Mittagessen, wenn ich in Hongkong arbeite. Weil ich eine unregelmäßige Arbeitszeit habe, rät mir mein Familienarzt, wenn möglich, mehrere Mahlzeiten einzunehmen, aber dafür zu jeder Mahlzeit weniger zu essen. Er glaubt, dass das besser für meine Gesundheit ist.

b) Berichten Sie anhand der ausgefüllten Tabelle, wie man in verschiedenen Ländern frühstückt.

c) Verteilen Sie die Forumsbeiträge, so dass jeder Student einen Beitrag hat. Lesen Sie Ihren Beitrag durch und leben Sie sich in die Rolle der Person ein.

Beitrag 1

Ich bin aus Frankreich. Morgens stehe ich als erste auf. Ich wecke meine Familie. Dann nehme ich mir viel Zeit für das Frühstück mit meiner Familie. Ich mache mir einen Becher Milchkaffee, denn ich mag keinen Tee. Dazu esse ich ein Brot mit Marmelade. Aber meine Eltern trinken Kaffee, weil sie keine Milch mögen. Wir sitzen so 15 Minuten; mein Vater liest nebenbei eine Zeitung. Dann gehe ich zum Duschen, während meine Familie abräumt, abspült und in der Küche sauber macht. Danach gehe ich in die Schule und nehme mir ein Joghurt oder Kuchen mit.
(Morgane)

Beitrag 2

Ich bin aus Tampico, Mexiko, und ich bin 15 Jahre alt. Ich esse zum Frühstück „Chilaquiles“ [ʧila`kʲɪɫs]. Chilaquiles sind aus Tomatensauce, Tortillas, Huhn und schwarzen Bohnen. Ich trinke Kakao oder Orangensaft. (Ernesto)

Beitrag 3

Ich „funktioniere“ nicht ohne Frühstück. Es ist die beste Mahlzeit. Es gibt einem Energie und Kraft, um überhaupt arbeiten zu können. Die meisten jungen Leute im Libanon frühstücken ein Sandwich oder eine Art libanesische Pizza mit Thymian oder Käse. (*Barakat*)

Beitrag 4

Ich bin aus Darwin, Australien. Heute habe ich zum Frühstück Müsli mit Milch und Joghurt gegessen. Dazu habe ich Wasser getrunken. Mein Mann isst wochentags Toast mit Marmelade oder Honig, und er trinkt Tee mit Milch. Am Wochenende mache ich ihm ein australisches Frühstück: Speck, Spiegeleier, weiße Bohnen, Tomaten und Toast. (*Trish*)

Beitrag 5

Hallo, ich bin aus Italien. Mein Name ist Vera. In Italien frühstücke ich um 7 Uhr. Ich und meine Familie essen zum Frühstück Croissants, Kekse und so weiter und trinken Milch, Tee, Kaffee ... Wir frühstücken in der Küche. In Italien frühstückt man auch in der Schule. Manchmal essen wir ein Brötchen mit Nutella oder Schinken und wir trinken Cola oder Orangensaft in der Pause. (*Vera*)

Beitrag 6

Hier in Amerika isst man selten ein gesundes Frühstück. Man holt sich bei MacDonalds einen Burger oder anderes fettiges Essen. Kinder schreien nach Fastfood und Eltern können ihr Geschrei nur kurz aushalten. Sie geben immer nach. Deshalb sind wir alle so dick. Wir haben überhaupt keine Zeit, etwas zu kochen, denn wir müssen meistens lange Strecken zur Arbeit oder zur Schule fahren. Die Zeit ist immer zu knapp und Fastfood wird zur sinnvollen Lösung. (*Jane*)

Beitrag 7

Wie jeden Morgen habe ich meine Tasse Kaffee getrunken, ein Brötchen mit Käse und ein Joghurt gegessen. Manchmal trinke ich auch ein Glas Orangensaft zum Frühstück. (*Kristine, England*)

Beitrag 8

Ich komme aus Holland, aus Amsterdam. Heute Morgen habe ich mit meinem Bruder gefrühstückt – eine 3/4 Stunde lang. Es gab ein Glas Orangensaft, Tee, Müsli mit frischem Obst und Toast mit Käse – lecker! (*Von Miriam, Holland*)

Beitrag 9

Hallo! Ich komme aus Amerika. Ich frühstücke im Auto, weil ich immer wenig Zeit habe. Ich esse meistens Frühstücksflocken, aber manchmal esse ich ein Käsebrot oder Wurstbrot. Dazu immer einen Becher Kaffee, das macht munter. (*Christina*)

Beitrag 10

Mein Name ist Katja und ich komme aus England! Ich frühstücke nicht, weil ich keine Zeit habe. Aber wenn ich Zeit habe, esse ich ein gesundes Frühstück z.B. Obstsalat und Joghurt. Aber manchmal wenn ich müde bin, esse ich viel Schokolade oder Kekse! Ich denke, dass die wichtigste Mahlzeit das Abendessen ist, weil das gut schmeckt! (*Katja*)

Beitrag 11

Hallo, ich bin Tobias und ich komme aus Dänemark. Am Wochenende esse ich Brötchen mit Butter, Marmelade, Honig oder Nusscreme und trinke Saft oder Kakao. Sonst esse ich Haferflocken mit Milch. (*Tobias*)

Beitrag 12

Bei mir und vielen anderen in Hongkong ist es morgens so: An den Arbeitstagen stehe ich meistens früh auf und muss alles schnell erledigen. Deshalb ist für ein Frühstück zu Hause keine Zeit mehr. Aber für ein Glas Wasser nehme ich mir noch Zeit. Seien Sie aber nicht überrascht: Ich halte keine Diät! Ein Glas Wasser ist so gut wie nichts, deshalb hole ich im Büro in der Frühstückspause alles nach. Unter einem ausgiebigen Frühstück meine ich dann ein oder zwei Brötchen und ein paar Gläser Wasser... (*Sonia*)

Beitrag 13

Hallo! Ich komme aus Deutschland. Bei mir gab es heute Morgen eine Tasse Tee mit Milch und Zucker, dazu ein Glas Karottensaft, zwei Scheiben Graubrot mit Käse und Tomaten. Wo ich gefrühstückt habe? An meinem Küchentisch, alleine und mit meinen Deutschvokabeln... (*Von Caroline*)

Beitrag 14

Hier bei uns in Thailand ist das Frühstück etwas anders als in Europa. Wir haben etwas Leichtes und Warmes wie Reis und Curry [kǎi]. Außerdem gibt es auch einige Leute, die einfach auf das Frühstück verzichten; sie trinken deshalb nur eine Tasse Kaffee. Ich persönlich lege wirklich großen Wert auf das Frühstück. Oft esse ich morgens in der Mensa meiner Uni – das Essen ist ziemlich einfach, wie Nudeln oder Reis mit Suppe. (*Thanarat*)

d) Gehen Sie in dem Raum rum und fragen Sie möglichst viele nach den Frühstücksgewohnheiten. Füllen Sie dabei Ihre Tabellen aus der Aufgabe 3 a) weiter aus.

e) Vergleichen Sie jetzt Ihre Tabelle aus der Aufgabe 3a) mit der Tabelle unten. Besprechen Sie in Kleingruppen die Fragen und fassen Sie Ihre Ergebnisse im Plenum zusammen.

1. Welche zusätzlichen Informationen können Sie zum Thema „Frühstücksgewohnheiten international“ finden? 2. Gibt es „das deutsche

Frühstück“ oder das „chinesische“? 3. Lassen sich Gemeinsamkeiten innerhalb einer Region feststellen?

Land	Speisen	Getränke	Anmerkungen
Deutschland, Schweiz	Backwaren, Brot mit Aufschnitt (süß oder nicht süß), Müsli, gekochtes Ei	Kaffee, Tee, Milch, Saft, Kakao	
Österreich	Backwaren, Brot mit Butter und Marmelade oder anderem süßem Aufstrich, gekochtes Ei	Kaffee, Tee, Milch, Saft, Kakao	Oft wird auch Kuchen oder auch ein Stück Torte zum Frühstück gegessen
Großbritannien	Toast mit Marmelade, Würstchen, Rührei oder Spiegelei, Bohnen, gebackene Tomaten	Tee	
Frankreich	ein Gebäckteil (häufig ohne weiteren Aufstrich)	Milchkaffee, Espresso oder heiße Schokolade	
Italien	Zwieback, Butter, Marmelade	Cappuccino oder Kaffee	Sehr sparsames Frühstück, in den meisten Hotels werden den Gästen jedoch Kuchen, Obst, Käse und Wurst angeboten
Schweden	Knäckebröt, Fisch, Haferbrei	Kaffee	
USA	Frühstücksflocken; Toasts; Eierspeisen	Kaffee, Orangensaft	
Australien	Frühstücksflocken; Toasts, gegrillter Speck und Ei	Kaffee, Tee	
Mexiko	Verschiedene süße Backwaren, Obst, aber auch warme Speisen	Kaffee, Milchkaffee	
Polen	Traditionell: heißer Milchbrei (Owsianka, Zacierka), dann Butterbrote mit Käse oder Konfitüre. Leicht: gekochtes Ei oder Rührei mit ein paar Scheiben Toast dazu Gemüse wie Tomaten und Gurken	wahlweise Tee, Kaffee oder Kakao, Getreidekaffee	Neuerdings ist auch das europäische Frühstück oder wahlweise Müsli immer mehr im Kommen
Brasilien	Maniokwurzel mit Butter oder Maniokbutter oder	Kaffee, meist schwarz und	

	Maismehl in Milch mit Salz oder Zucker, dazu Obst.	mit einer großen Menge Zucker	
China	Reissuppe, Nudelsuppe, Fladenbrot, Sojamilch, Teigstangen, Salzgemüse und andere warme Speisen	Chinatee	
Japan	Reis, gebratener Fisch, Misosuppe, in Privathaushalten ist Toastbrot als Frühstück heute verbreitet.	grüner Tee	In internationalen Hotels gibt es Auswahl zwischen traditionellem japanischem Frühstück und westlichem Frühstücksbüfett.

Aufgabe 4. Interview „Wie frühstücken Sie?“

a) Arbeiten Sie zu zweit und formulieren Sie zusammen Interview-Fragen zum Thema „Wie frühstücken Sie?“

Interview-Fragen	Antworten
• Wann stehen Sie auf? • Süß? • Im Stehen oder im Sitzen? • Jeden Tag das Gleiche? • ...	

b) Machen Sie jetzt ein Interview mit einem Studenten aus der anderen Zweier-Gruppe. Machen Sie kurze Notizen zu den Antworten.

c) Arbeiten Sie wieder mit Ihrem Nachbarn und berichten Sie ihm über die Ergebnisse des Interviews.

Aufgabe 5. Rätsel zum Thema „Frühstück“

a) Wählen Sie die richtige Variante.

1. Welche der genannten Sorten gibt es nicht als Marmelade?

- a) Erdbeere b) Kirsch c) Honig d) Himbeere e) Orangen

2. Welches der genannten Begriffe ist kein Brotaufstrich?

- a) Nutella b) Marmelade c) Honig d) Leberwurst e) Müsli

3. Bei welcher Speise sollte man Milch besser weglassen?

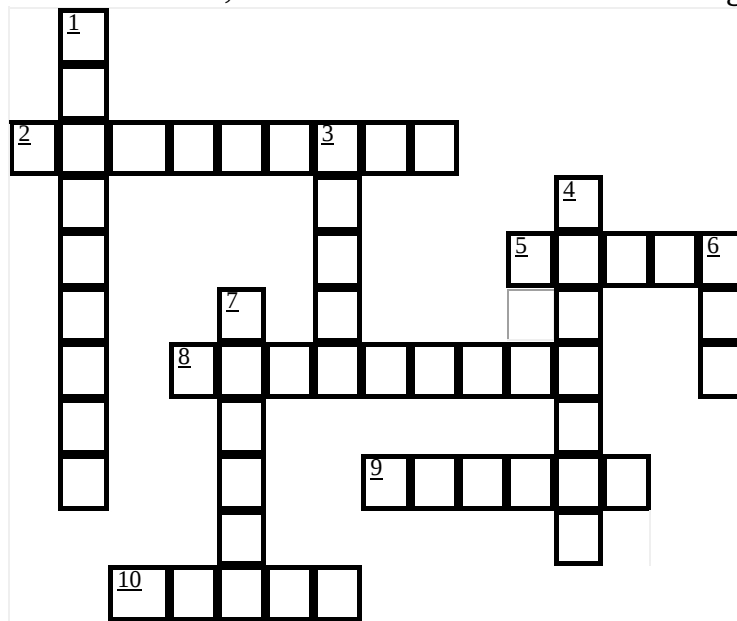
- a) Haferflocken b) Cornflakes c) Müsli d) Bananenbrot e) Grießbrei

4. Wie kann man das Frühstücksei nicht zubereiten?

- a) hart gekochtes Ei b) Rührei c) Spiegelei d) Bratei e) weich gekochtes Ei

b) Lösen Sie das Kreuzworträtsel zum Thema „Frühstück“. Beachten Sie dabei: ö=oe, ü=ue, ä=ae.

1. Süßer Brotaufstrich in verschiedenen Fruchtsorten. 2. Knuspriger als Brot aber auch als Aufstrichunterlage geeignet. 3. Süßer Brotaufstrich, den wir den fleißigen Bienen zu verdanken haben. 4. Süßer Brotaufstrich, den Schokoladenliebhaber besonders gerne haben. 5. Nichts für Vegetarier, gibt es in Scheibchenform und zum Schmieren. 6. Heißes Aufgussgetränk, welches es in verschiedenen Sorten gibt. 7. Koffeinhaltiges Getränk, um den Kreislauf anzuregen. 8. Brotaufstrich, der auch zum Einfetten und Backen gut geeignet ist. 9. Sehr gesunder und körniger Spaß, den man mit Milch oder als Riegel genießen kann. 10. Meistens gelb und nicht nur für Mäuse ein Genuss, schmeckt auch überbacken sehr gut.



c) Erstellen Sie selber interessante Fragen zum Thema Frühstück und lassen Sie Ihre Studienkollegen diese Fragen beantworten.

Aufgabe 6. Mein Frühstück

a) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

Мой завтрак

В будние дни я завтракаю очень рано, в 7 часов, потому что в 7.50 я уже должна быть в университете. Ровно в 8 часов у меня начинаются занятия. Завтрак, по моему мнению, очень важен: он дает заряд энергии на целый день. Я стараюсь не пропускать завтрак. Иногда я очень тороплюсь, тогда я беру завтрак с собой: это пара бутербродов с колбасой, ветчиной или сыром. А также я беру с собой какие-нибудь фрукты: яблоко, грушу или банан. Я могу их съесть в перерыве между парами в университете. Я предпочитаю легкий, но сытный завтрак, так как у меня впереди целый день в университете и мне нужно много сил и энергии. На завтрак я готовлю себе мюсли с кусочками свежих фруктов, йогурт, творог со сметаной или яичницу со свежими овощами. Это может быть яичница-глазунья или омлет,

все зависит от моего настроения. Часто я ем на завтрак овсяную кашу с изюмом, орехами и медом. Это очень вкусно и полезно. Иногда я делаю себе тосты. На тост я намазываю мед, варенье или шоколадную пасту «Нутелла». На завтрак я пью зеленый или фруктовый чай, иногда кофе с молоком, но без сахара. Если я чувствую себя уставшей, то выпиваю чашку крепкого черного кофе, и уже через пару минут я чувствую себя бодрее.

b) Erzählen Sie über Ihr ungewöhnliches Frühstück.

c) Sprechen Sie zu den folgenden Themen.

1. Ihre Frühstücksgewohnheiten oder Frühstücksgewohnheiten Ihrer Familie;
2. Frühstücksgewohnheiten in der Stadt und auf dem Lande;
3. Frühstücksgewohnheiten älterer und jüngerer Generationen;
4. Frühstücksgewohnheiten von Kindern und Erwachsenen.

Aufgabe 7. Mahlzeiten in Deutschland

a) Lesen Sie den Text und füllen Sie die Tabelle stichwortartig aus.

Mahlzeit	Wann?	Wo?	Gerichte	Getränke
1. Frühstück				
...				

Die meisten Deutschen nehmen täglich drei bis vier Mahlzeiten ein. Das Frühstück ist die erste Mahlzeit in Deutschland, es wird vor Arbeits- oder Schulbeginn gefrühstückt. Die Frühstückszeit liegt zwischen 6 Uhr und 8 Uhr, denn das ganze Land steht früh auf. Zu Hause frühstückt man entweder in der Küche, wenn das eine Wohnküche ist oder in der Essecke im Wohnzimmer. Es ist üblich, am Morgen nur kalt zu essen. Das bedeutet, dass man keine warmen Speisen isst. Das Frühstück besteht in der Regel aus Brot, Brötchen mit Butter oder Marmelade und je nach Geschmack mit Wurst, Schinken, Käse, Eiern. Dazu trinkt man Kaffee, Milch oder Tee. Viele essen zum Frühstück auch Joghurt, Quark und Obst. Gewöhnlich isst man am Morgen kein Schwarzbrot. Es ist auch nicht üblich, morgens Brei zu essen: Brei essen nur Kinder und Kranke.

Am Vormittag haben viele Deutsche eine Zwischenmahlzeit, ein so genanntes zweites Frühstück. Man nimmt eine Kleinigkeit zu sich in einer Pause im Büro oder in der Schule. Dazu gehören im Allgemeinen nur ein belegtes Brötchen und eine Tasse Kaffee bzw. Tee oder ein Glas Milch.

Um die Mittagszeit folgt eine warme Mahlzeit, das Mittagessen. Auch Schüler und Kinder in den Vorschuleinrichtungen können mittags warm essen. Das Mittagessen wird im Allgemeinen um 12 Uhr eingenommen. Wochentags gibt es zu Mittag oft nur einen Gang. Das heißt, es wird nur eine Speise zu sich genommen – das Hauptgericht. Ein Hauptgericht besteht aus Fleisch mit Beilage. Es wird Fleisch einer ganzen Reihe von Tieren verzehrt. An der Spitze steht Schweinefleisch, gefolgt vom Rindfleisch und Schaf. Das Geflügel (Hühner, Enten, Gänse und

Puten) hat zunehmende Bedeutung erlangt. Gern wird auch Fisch gegessen, im Winterhalbjahr besonders der Karpfen, der in Teichen gezüchtet wird, und die Forelle. Braten oder Kochfleisch wird meist mit einer Soße serviert.

Die Beilage ist ein Bestandteil des Hauptgerichtes. Die Beilage zu einem Fleischgericht besteht gewöhnlich aus mehreren Gemüsearten, gekocht oder roh als Salat. Man verwendet als Gemüsebeilagen Möhren, Erbsen, grüne Bohnen, Kohlrabis, Blumenkohl, Rosenkohl, Rotkohl. Statt Kartoffeln kann man Makkaroni, Reis oder Nudeln zum Fleisch essen. Die Kartoffel spielt als Nahrungsmittel und Beilage für viele Gerichte eine große Rolle. Die Kartoffeln werden u. a. als Salzkartoffeln, Kartoffelbrei (Mus), Bratkartoffeln oder Klöße gereicht. Zu Mittag isst man kein Brot.

Nach dem Hauptgericht gibt es manchmal eine Nachspeise. Als Nachspeise isst man Pudding, Quark oder Kompott. Die Deutschen essen Kompott und trinken es nicht, weil es aus vielen Früchten besteht und verhältnismäßig wenig Saft enthält.

An arbeitsfreien Tagen und vor allem an Sonn- und Feiertagen trinkt man gern auch am Nachmittag eine Tasse Kaffee und isst Kuchen oder Gebäck dazu. Die Mahlzeit nennt man „Kaffee und Kuchen“. Dafür verzichtet man auf das zweite Frühstück, da man ohnehin an diesen Tagen nach Möglichkeit etwas länger schläft. Den Abschluss bildet das Abendbrot (oder Abendessen). Das Abendessen ist in Deutschland zeitig, das heißt, meist zwischen 18 und 19 Uhr. Um 19 Uhr ist es eigentlich schon zu spät. Danach wird kaum noch Abendbrot gegessen. Es ist üblich, abends Schwarzbrot zu essen, deshalb wird zum Abendbrot vor allem Roggenbrot, auch Schwarzbrot genannt, bevorzugt. Beliebte sind auch Vollkornbrot, Mischbrot und spezielle Roggenbrotsorten wie Knäckebrötchen und Pumpernickel. In vielen Haushalten bevorzugt man am Abend kaltes Essen. Es ist eine Ausnahme, wenn man warm isst. Man isst Wurst, kaltes Fleisch und Schinken, Käse, Eier, Fisch, Salate, Gurken, u. a. Große Verbreitung haben die Bockwurst und die Bratwurst gefunden. Man erhält sie an Kiosken und speziellen Verkaufsständen in den Straßen der Stadt, auf Plätzen und Märkten und natürlich auch in Gaststätten und im Schnellimbiss. Ein solches Essen ist rasch zubereitet, da man die meisten Zutaten auf den Tisch bringt, wie sie gekauft wurden, und die Hausfrau nicht kochen muss. Es ist üblich, auch Eier zu essen (ein gekochtes Ei, Spiegelei, Rührei). Man trinkt Tee, Saft, ein Glas Wein oder Bier.

b) Antworten Sie auf die Fragen, benutzen Sie dabei die Informationen aus Ihrer Tabelle.

1. Welche Mahlzeiten haben die Deutschen?
2. Wann hat man in Deutschland die erste Mahlzeit?
3. Was isst und trinkt man zum Frühstück?
4. Welche Mahlzeit haben viele Deutsche zwischen dem Frühstück und dem Mittagessen?
5. Wann wird das Mittagessen eingenommen?
6. Woraus besteht gewöhnlich das Hauptgericht?
7. Was verwendet man als Beilage?
8. Was isst man als Nachspeise?
9. Wann isst man abends?
10. Welche Brotsorten sind bei den Deutschen beliebt?
11. Was wird zum Abendbrot gegessen und getrunken?

c) Vergleichen Sie Mahlzeiten in Deutschland und Belarus.

1. Haben wir dieselben Mahlzeiten wie die Deutschen? 2. Unterscheiden sich die Mahlzeiten in Weißrussland an Arbeitstagen und an arbeitsfreien Tagen? 3. Was isst und trinkt man in Weißrussland zu einzelnen Mahlzeiten?

d) Bilden Sie einen Dialog und besprechen Sie Unterschiede zwischen Mahlzeiten in Deutschland und Belarus.

Aufgabe 8. Stationen lernen „Mahlzeiten“

a) Lesen Sie Texte zu Stationen und erfüllen Sie dabei in Kleingruppen die Aufgaben auf dem Arbeitsblatt.

STATION 1. Mahlzeiten

Mahlzeiten nennt man Nahrungsaufnahme zu bestimmten Zeiten des Tages. Dabei wird in der Regel nicht nur eine Speise gegessen, sondern mehrere, ausgewogen zusammengestellte und zubereitete Speisen. Die Hauptmahlzeiten bestehen in Europa aus Frühstück, Mittagessen und Abendessen. Dazwischen werden oft auch Zwischenmahlzeiten (z.B. „Kaffee“) eingenommen. Man nimmt nur eine oder zwei Hauptmahlzeiten. Mahlzeiten werden oft von allen Mitgliedern eines Haushaltes oder auch mit Gästen gemeinsam eingenommen und erfüllen somit eine soziale Funktion. Auch Feste sind oft mit dem gemeinsamen Einnehmen einer Mahlzeit verbunden. Eine ausgewogene Hauptmahlzeit besteht aus Gemüse (meist Salaten), einer Beilage sowie einer Speise aus Fleisch, Milch oder Fisch. Festliche Mahlzeiten bestehen meist aus einer oder mehreren Vorspeisen, einem oder mehreren Hauptgängen und einem Dessert.

„Mahlzeit“ als Gruß: „Mahlzeit“ wird zur Mittagszeit häufig als knapper Gruß benutzt. Der Ursprung dieses Brauches ist eine Kurzform des früher verbreiteten Grußes „Gesegnete Mahlzeit!“ In manchen Regionen, z.B. in Niedersachsen oder in Österreich versteht man unter „Mahlzeit“ nach wie vor die gesegnete Mahlzeit („Guten Appetit“).

STATION 2. Frühstück

Das Frühstück (schweizerdeutsch Morgenessen) ist die in der Regel morgens (im Allgemeinen dauert der Morgen von 6 Uhr bis 10 Uhr) zu sich genommen, die erste Mahlzeit des Tages. Das Wort Frühstück reicht etymologisch bis ins 15. Jahrhundert zurück und meinte ursprünglich das frühmorgens gegessene Stück Brot. In Deutschland besteht das Frühstück üblicherweise aus einem heißen Getränk (Kaffee, Tee, seltener auch Milch oder Kakao) oder einem kalten Getränk (einem Glas Saft), sowie aus Brot oder Brötchen und verschiedenen Belägen und Aufstrichen (Butter oder Margarine, Wurst, Käse, Marmelade, Honig, Quark), oft auch aus einem gekochten Ei, Müsli, Joghurt oder Obst.

Die Bedeutung des Frühstücks in den verschiedenen Kulturen: Gestaltung, Rituale, Zeitpunkt, Dauer, vor allem aber Umfang des Frühstücks unterscheiden sich in den

verschiedenen Kulturkreisen teilweise erheblich. Sogar innerhalb Europas oder Asiens ist die Gestaltung des Frühstücks von Land zu Land völlig verschieden. Auch scheinen die einzelnen Völker mehr als bei den anderen Mahlzeiten (Mittagessen, Abendessen) an ihren jeweiligen traditionellen Frühstücken festzuhalten; vielleicht weil man sich gleich nach dem Aufstehen weniger an exotischere Küche gewöhnen kann, als zu einer späteren Tageszeit („... aber doch nicht zum Frühstück!“). In afrikanischen und asiatischen Ländern ist ein süßes Frühstück weitgehend unbekannt. In Nord-, Zentraleuropa und England gilt das Frühstück häufig als die wichtigste, zentrale Mahlzeit des Tages.

STATION 3. Das zweite Frühstück

Eine Sonderform vom zweiten Frühstück ist der Brunch [branʃ]. Brunch ist eine Kombination aus Frühstück und Mittagessen. Das Wort stammt aus dem Englischen und setzt sich aus breakfast („Frühstück“) und lunch („Mittagessen“) zusammen. Gewöhnlich nimmt man Brunch im Zeitraum zwischen spätem Vormittag (10–11 Uhr) und frühem Nachmittag (14–15 Uhr). Das Gabelfrühstück ist ein zweites Frühstück in der Art eines kalten Büffets [by'fe:], besonders bei festlichen Anlässen. Es wird so genannt, da man im Stehen einzelne Häppchen mit der Gabel nimmt.

STATION 4. Mittagessen

Deutschland: Als Mittagessen oder auch Mittagbrot (vor allem in einigen Regionen Ostdeutschlands gebräuchlich) bezeichnet man eine Mahlzeit in den Mittagsstunden. Zeitpunkt und Umfang dieses Mittagsmahls hängen von kulturellen Unterschieden und individuellen Gewohnheiten ab. Die warme, sättigende und oft fleischhaltige Hauptmahlzeit des Tages wird in Deutschland zur Mittagszeit (12 Uhr) eingenommen, während am Abend eher eine kalte, leichter verdauliche Kost üblich ist. Da aber im heutigen Arbeitsleben nicht immer eine Kantine zur Verfügung steht, ist Versorgung mit einer warmen Hauptmahlzeit zur Mittagszeit nicht immer möglich. Deshalb verbreitet sich in vielen Familien mittlerweile die Gewohnheit, die warme Hauptmahlzeit des Tages am Abend zu sich zu nehmen.

Andere Kulturen: In den USA wird mittags lediglich Lunch gegessen: meist warm, besteht aber nur aus Sandwich oder Pizza.

STATION 5. Abendessen

Als Abendessen (auch Abendmahlzeit oder Abendbrot, süddeutsch und schweizerisch Nachtessen, ost-österreichisch Nachtmahl) bezeichnet man eine in den späten Tagesstunden eingenommene Mahlzeit. Zeitpunkt und Umfang dieser Abendmahlzeit hängen von kulturellen Unterschieden und individuellen Gewohnheiten ab.

Deutschland: Die warme Hauptmahlzeit des Tages wird in Deutschland üblicherweise zur Mittagszeit eingenommen, während am Abend gegen 19 Uhr als

letzte Mahlzeit des Tages Brot mit Käse oder Wurst üblich sind, das typische Abendbrot.

Da aber im heutigen Arbeitsleben nicht immer eine Kantine zur Verfügung steht, ist Versorgung mit einer warmen Hauptmahlzeit zur Mittagszeit nicht immer möglich. Deshalb verbreitet sich in vielen Familien mittlerweile die Gewohnheit, die warme Hauptmahlzeit des Tages am Abend zu sich zu nehmen.

Bis in die sechziger Jahre hinein war es auch in Deutschland üblich, dass der berufstätige Mann zum Mittagessen nach Hause ging, um dort im Kreis der ganzen Familie seine Mahlzeit zu sich zu nehmen. Heute leisten sich nur noch wenige eine entsprechend lange Mittagspause, meistens zieht man lieber ein früheres Arbeitsende vor.

Andere Kulturen: In vielen Kulturen wird generell die Hauptmahlzeit des Tages am Abend eingenommen. Die Hauptmahlzeit wird abends in der Familie gegessen. Im britischen Sprachgebrauch unterscheidet man zwischen supper [ˈsappə] und dinner. Während supper das Abendessen im Kreis der Familie meint, versteht man ein Essen mit Gästen am Abend als dinner [ˈdɪnə], in größerem Umfang auch als dinner party [ˈpa:ti]. Zu Ehren eines besonderen Gasts kann auch ein Bankett (das Festmahl) ausgerichtet werden. In südlicheren Ländern wie Spanien wird spät abends, gegen 21 Uhr, die warme Hauptmahlzeit gegessen, da in diesen Ländern eine warme Mittagsmahlzeit wegen der Hitze nicht üblich ist.

STATION 6. Zwischenmahlzeiten

In asiatischen Kulturen wird in der Regel wenig oder gar nicht zwischen den Mahlzeiten zu den verschiedenen Tageszeiten unterschieden. So nimmt man in China den Morgenreis, den Mittagsreis oder den Abendreis zu sich. Alle Mahlzeiten sind im Allgemeinen warme Gerichte, wobei aber meistens die erste Mahlzeit des Tages weniger arbeitsaufwändig zubereitet wird.

Eine Zwischenmahlzeit ist eine kleine Mahlzeit zwischen den Hauptmahlzeiten Frühstück, Mittagessen oder Abendessen. Im deutschen Sprachraum existieren für solch eine Mahlzeit zahlreiche verschiedene Ausdrücke. Diese lauten, je nach dem in welcher Region man sich befindet, Vesper, Brotzeit, Jause und Gabelfrühstück. Je nach Region unterscheiden sich auch die Bestandteile einer Zwischenmahlzeit.

Im Deutschen wird auch der englische Begriff Snack [snæk] verwendet, ebenso wie der deutsche Ausdruck Imbiss. Ein Snack oder Imbiss kann auch ein Ersatz für eine der drei Hauptmahlzeiten des Tages sein, der traditionell an keine bestimmte Tageszeit gebunden ist. Die Bezeichnung Brotzeit kommt ursprünglich aus Bayern. Sie wurde früher von Bauern, Hirten und Handwerkern als Zwischenmahlzeit eingenommen und ist auch heute noch beliebt. Eine Brotzeit besteht aus einigen Scheiben Brot, verschiedenen Käse- und deftigen Wurstsorten oder Schinken. Pausenbrot ist eine Zwischenmahlzeit, die in der Regel aus einem belegten Brot mit weiteren Snacks besteht, die vor allem Schüler oder auch Arbeitende verpackt mit in die Schule/zum Arbeitsplatz nehmen, um es in einer Pause als Zwischenmahlzeit zu sich zu nehmen.

STATION 7. Kaffee und Kuchen

Kaffee und Kuchen oder Kaffeetrinken ist eine traditionelle Mahlzeit zwischen Mittagessen und Abendessen in Deutschland und anderen Ländern (z. B. Österreich, Finnland, Luxemburg). Heute ist diese Mahlzeit wegen häufiger Berufstätigkeit und Zeitmangels oft für den Sonntag reserviert. Man deckt sorgfältig den Tisch und lädt oft Gäste zum Kaffeeklatsch ein. In Deutschland wird zum Sonntagskaffee in der Regel Kuchen, Torte oder Gebäck gereicht. Tea Time [ˈti:taim] bedeutet auf Deutsch „Teezeit“. Das ist eine Tradition in Großbritannien. Traditionell in der Zeit zwischen vier und fünf Uhr nachmittags, wird in England Tee getrunken (der Five-o-clock-tea heißt so, weil er bis fünf Uhr beendet sein sollte). Der „Tee“ ist in der englischen Küche in Wahrheit eine Zwischenmahlzeit. Zum Schwarztee (der in England mit einem Schluck Milch oder Zitronensaft getrunken wird) wird verschiedenes Gebäck sowie Toast mit Butter und Marmelade gereicht. Traditionell beliebt sind zu diesem Anlass Ei- oder Gurkensandwiches [ˈzentvɪʃ], die mit Toastbrot zubereitet werden. Bei der jüngeren Generation geht diese Tradition aber mehr und mehr verloren und es wird zunehmend Kaffee statt Tee getrunken. Letzterer ist meist nur einfacher Beuteltee.

STATION 8. Büffet [by'fe:]/Frühstücksbüffet

Das Büffet ist eine besondere Art der Speisenpräsentation. Statt der gewöhnlichen Menüfolge (z.B. Vorspeise, Hauptgericht, Dessert) werden bei einem Büffet alle Speisen gleichzeitig aufgetragen und den Gästen angeboten, und der Gast kann sich seinen Vorlieben entsprechend selbst bedienen. Man unterscheidet zwischen kalten Büffets, auf denen hauptsächlich Käse-, Wurst- und Fischplatten, Salate, Backwaren und Butter, sowie kleinere kalte Speisen und verschiedene Desserts angeboten werden, und warmen Büffets, die neben den genannten Bestandteilen auch Suppen, verschiedene Fleisch- und Fischgerichte, sowie unterschiedliche Beilagen anbieten. Mittlerweile haben sich Büffets zu einer sehr beliebten Frühstücksform in Restaurants entwickelt.

Arbeitsblatt zu den Stationen

1. Lesen Sie den Text in Einzelarbeit.

2. Besprechen Sie in der Gruppe den Wortschatz des Textes. Sind Ihnen alle Wörter bekannt und verständlich?

3. Besprechen Sie kurz den Inhalt des Textes.

a) Welche Informationen waren für Sie neu? b) Was haben Sie bereits früher gewusst? c) Was hat sie überrascht? d) Was ist in Ihrem Land genauso/anders? e) Was wissen Sie noch zum Thema?

4. Formulieren Sie in der Gruppe eine Frage zum Inhalt des Textes. (Achten Sie bitte darauf, dass sich die Fragen nicht wiederholen dürfen!) Antworten Sie auf diese Fragen.

5. Antworten Sie auf die Fragen, die von anderen Gruppen formuliert sind (falls schon Fragen auf dem Arbeitsblatt stehen).

6. Gehen Sie zu einer weiteren Station.

b) Sprechen Sie zu den Themen.

1. Mahlzeiten in Ihrem Land.
2. Mahlzeiten und Essgewohnheiten in Ihrer Familie.

Aufgabe 9. Mahlzeiten am Wochenende

a) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

Маленький праздник: завтрак утром в воскресенье

Воскресное утро: сначала нужно хорошенько выспаться! Поздний завтрак идеально подходит соням. Кто не хочет тратить много времени на кухне, может воспользоваться моим рецептом: приготовьте горячий чай или кофе. Я предпочитаю черный кофе без сахара, но с молоком. Запах горячего кофе пробуждает аппетит. Сделайте себе горячий тост из белого хлеба с медом и орехами, шоколадной пастой или просто вареньем. Многие любят на завтрак бутерброды из белого или черного хлеба с ветчиной или сыром, ломтиком помидора и зеленым салатом. Я же предпочитаю фруктовый йогурт или фруктовый салат из бананов, киви, яблок и винограда. Это очень вкусно и полезно. Важно завтракать не спеша. Легкая музыка во время завтрака повысит настроение и даст заряд положительной энергии на весь день.

b) Erzählen Sie.

1. Wie verläuft Ihr Sonntagsfrühstück? Unterscheidet es sich vom gewöhnlichen Frühstück?
2. Unterscheiden sich Ihre anderen Mahlzeiten am Wochenende von den alltäglichen? Wodurch?

Aufgabe 10. Tauschbörse der Meinungen

a) Entscheiden Sie sich für ein Sprichwort und bereiten Sie sich auf das Besprechen in der Tauschbörse vor.

1. Was bedeutet dieses Sprichwort?
2. Sind Sie damit einverstanden bzw. nicht einverstanden? Warum?
3. Können Sie das Sprichwort an einem Beispiel veranschaulichen?

1. Essen ist ein Bedürfnis, genießen ist eine Kunst. (Duc de La Rochefoucauld, Diplomat, Schriftsteller) 2. Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen. (Sokrates, Philosoph) 3. Der Hungrige findet alles Essen gut, der Durstige jedes Getränk. (Aus China) 4. Abwechslung in den Speisen mehrt den Appetit. (Pietro Aretino, Schriftsteller) 5. Manche halten es für besser, nach dem Essen zu suchen, als nach dem Appetit. (Aus Irland)

b) Spielen Sie Tauschbörse.

EINZELNE MAHLZEITEN

THEMENBEREICH 2

WAS BIETET DEUTSCHE KÜCHE AN?

Aktiver Wortschatz

1	der Geschmack, -(e)s, Geschmäcke nach seinem Geschmack Über den Geschmack lässt sich nicht streiten.	вкус по своему вкусу О вкусах не спорят.
2	mögen (mochte, gemocht), h etw. Akk. Ich mag Fisch. Syn.: gern essen (aß, gegessen), h etw. Akk.	нравиться (о еде), любить есть что-л. Я люблю рыбу.
3	schmecken (te, t), h 1) schmecken etw. Akk. Syn.: probieren (te, t), h etw. Akk./kosten (te, t), h etw. Akk. 2) schmecken nach etw. Dat. 3) schmecken j-m Dat. Lass dir's schmecken! Syn.: Greif zu!	1) пробовать (на вкус), отведывать что-л. 2) иметь вкус (чего-л.)/быть по вкусу каким-л. 3) нравиться (по вкусу) кому-л. Угощайся!
4	lecker Syn.: schmackhaft	вкусный
5	süß bitter sauer Die Speise schmeckt süß, aber nicht bitter.	сладкий горький кислый Это блюдо имеет сладковатый, но не горький вкус.
6	riechen (roch, gerochen), h nach etw. Dat. der Geruch, -(e)s, Gerüche	пахнуть чем-л. запах
7	der Koch, -es, Köche das Kochbuch, -(e)s, die Kochbücher	повар поваренная книга
8	kochen (te, t), h etw. Akk. Fisch, Fleisch, Gemüse kochen Das Wasser kocht.	варить/готовить что-л. варить рыбу, мясо, овощи Вода кипит.
9	zubereiten (te, t), h etw. Akk. das Essen, (einen) Kaffee zubereiten Syn.: bereiten (te, t), h etw. Akk./	готовить что-л. готовить еду, кофе

	kochen (te, t), h etw. Akk. die Zubereitung, -, -en	приготовление
10	das Rezept, -(e)s, -e ein Rezept ausprobieren (te, t), h nach Rezept kochen (te, t), h	рецепт испробовать рецепт готовить по рецепту
11	schälen (te, t), h etw. Akk. mit etw. Dat. rohe Kartoffeln, Früchte schälen	чистить что-л. чем-л. чистить сырой картофель, фрукты
12	pellen (te, t), h etw. Akk. gekochte Kartoffeln, ein Ei pellen	снимать кожицу/кожуру чистить вареный картофель, яйцо
13	braten (briet, gebraten), h etw. Akk. gebraten gebratene Kartoffeln	жарить что-л. жареный жареный картофель
14	schmoren (te, t), h etw. Akk. geschmort geschmorte Kartoffeln	тушить что-л. тушеный тушеный картофель
15	dünsten (te, t), h etw. Akk. gedünstet gedünstetes Gemüse	варить на пару приготовленный на пару овощи, вареные на пару
16	roh Ant: gar halbgar	сырой готовый полуготовый
17	schneiden (schnitt, geschnitten), h etw. Akk. in etw. Akk. mit etw. Dat. in Scheiben, in Stücke, in Würfel, in Streifen, in zwei Hälften, in Ringe schneiden	резать что-л. как-л. чем-л. нарезать кружками, кусочками, кубиками, полосками, пополам, кольцами
18	reiben (rieb, gerieben), h etw. Akk. Kartoffeln, Käse, Nüsse, Mandeln reiben	тереть что-л. тереть картофель, сыр, орехи, миндаль
19	schütten (te, t), h etw. Akk. aus etw. Dat. in etw. Akk. Mehl, Wasser schütten	высыпать, налить что-л. из чего-л. во что-л. пересыпать муку, налить воду
20	der Mixer, -s, - im/mit dem Mixer	миксер в миксере/миксером
21	rühren (te, t), h etw. Akk. die Soße, den flüssigen Teig rühren	помешивать что-л. мешать соус, жидкое тесто
22	schlagen (schlug, geschlagen), h etw. Akk. Sahne schlagen	взбивать что-л. взбивать сливки
23	mischen (te, t), h etw. Akk. aus etw. Dat. Milch und gequirlte Eier mischen	смешивать что-л. смешивать молоко и взбитые яйца

24	bestreuen (te, t), h etw. Akk. mit etw. Dat. den Kuchen mit Schokolade bestreuen	посыпать что-л. чем-л. посыпать пирог шоколадом
25	würzen (te, t), h etw. Akk. mit etw. Dat. mit Pfeffer, Muskatnuss würzen das Gewürz, -es, -e der Zimt, -es, -e die Nuss, -es, Nüsse	приправлять что-л. чем-л. приправлять перцем, корицей, мускатным орехом пряности/приправа корица орех
26	salzen (salzte, gesalzen/gesalzt), h etw. Akk. das Salz, -es, -e der Salzstreuer, -s, - salzig	солить что-л. соль солонка соленый
27	pfeffern (te, t), h etw. Akk. der Pfeffer, -s, - die Pfefferdose, -, -n würzig scharf mild	перчить что-л. перец перечница пряный острый мягкий, нерезкий
28	abschmecken (te, t), h etw. Akk. mit etw. Dat. die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken	добавлять по вкусу, заправлять что-л. чем-л. добавлять в суп соль и перец по вкусу
29	anmachen (te, t), h etw. Akk. mit etw. Dat. den Salat mit Olivenöl/Pflanzenöl, Mayonnaise anmachen	заправить что-л. чем-л. заправить салат оливковым/растительным маслом, майонезом
30	die Zutat, -, -en (meist Pl.) für etw. Akk. die Zutaten für den Kuchen	состав, ингредиент для чего-л. ингредиенты для пирога
31	die Soße, -, -n die Mayonnaise, -, -n [maj'ɔ'nɛzə] das Öl, -es, -e der Senf, -es, -e der/das Ketchup ['kɛtʃəp/'kɛtʃəp], -s, -s der/das Curry ['kœri/'kari], -s, -s	соус майонез масло (растительное) горчица кетчуп соус карри
32	erhitzen (te, t), h etw. Akk. Syn.: warm machen (te, t), h etw. Akk. Ant.: abkühlen (te, t), h etw. Akk.	нагревать что-л. давать чему-л. нагреться остужать

	abkühlen lassen (ließ, gelassen), h etw. Akk.	давать чему-л. остыть
33	der Herd, -es, -e den Gasherd anzünden (te, t), h den Elektroherd anmachen (te, t), h/ anschalten (te, t), h der Backofen, -s, -öfen die Mikrowelle, -, -n	плита зажечь газовую плиту включить электрическую плиту духовая печь микроволновая печь
34	die Pfanne, -, -n der Kochtopf, -(e)s, -töpfe die Pfanne auf den Herd stellen (te,t), h <i>Ant.: vom Herd nehmen (nahm, genommen), h</i>	сковорода кастрюля поставить сковороду на плиту снять с плиты
35	die Schüssel, -, -n die Salatschüssel, die Teigschüssel	миска салатная миска, миска для теста
36	die Spezialität, -, -en eine Spezialität der Großmutter eine Spezialität des Landes	фирменное, коронное блюдо фирменное блюдо бабушки национальное блюдо
37	die Delikatesse, -, -n <i>Syn.: der Leckerbissen, -s, -</i>	лакомство, деликатес
38	das Kompott, -(e)s, -e (gekochtes Obst, das als Nachtisch gegessen wird) Apfelkompott, Erdbeerkompott	компот компот из яблок, из клубники
39	servieren (te, t), h etw. Akk. in etw. Dat. Suppe in tiefen Suppentellern, Eis in Eisschalen, Kaffee in Porzellantassen servieren	подавать к столу, сервировать что-л. в чем-л. подавать суп в глубоких тарелках, мороженое в вазочках, кофе в фарфоровых чашках
40	fett <i>Ant: mager</i>	жирный постный
41	zäh saftig	жесткий сочный
42	knusprig	хрустящий

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Миска, состав, масло оливковое, вкус, деликатес, запах, рецепт, компот, кастрюля, фирменное блюдо, горчица, соус, сковорода, ингредиент,

WAS BIETET DEUTSCHE KÜCHE AN?

приготовление, повар, плита, кетчуп, поваренная книга, миксер, микроволновая печь, майонез, масло (растительное), соус карри.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Пробовать, перчить, чистить, нравиться, остужать, тереть, взбивать, жарить, заправлять, давать нагреться, пахнуть, солить, готовить, тушить, помешивать, варить на пару, размешать, варить, нарезать, наливать, смешивать, посыпать, приправлять, нагревать, давать остыть, сервировать.

Aufgabe 3. Setzen Sie Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Den Salat habe ich ... Mayonnaise angemacht. 2. Hier kann man etwas ... seinem Geschmack finden. 3. Eiweiß und Zucker schlägt man ... Mixer. 4. ... Geschmack lässt sich nicht streiten. 5. Den Kuchen habe ich ... deinem Rezept gebacken. 6. Der Wein riecht ... Mandeln. 7. Ich kann leckere Cocktails ... verschiedenen Zutaten mischen. 8. Der Brei schmeckt ... Fisch. 9. Dann habe ich die Pfanne ... Herd gestellt. 10. Nimm den Kochtopf ... Herd! 11. Rohe Kartoffeln lassen sich leicht ... speziellen Messer schälen. 12. Suppen serviert man ... tiefen Suppentellern. 13. In Italien schüttet man oft Wasser ... Wein. 14. Ich habe Wurst ... Streifen geschnitten. 15. Torten kann man ... geriebenen Mandeln bestreuen. 16. Suppen muss man ... Salz abschmecken.

Aufgabe 4. Ersetzen Sie die markierten Wörter und Wendungen durch Synonyme.

1. Ich esse *gern* Fleischspeisen. 2. Hast du schon den Gemüsesalat *probiert*? 3. *Lass es dir schmecken*! 4. Hast du den Herd bereits *angezündet*? 5. Was hat sie heute zum Mittagessen *zubereitet*? 6. Da stand eine Platte mit *Leckerbissen*. 7. Wann soll ich den Backofen *anmachen*? 8. Vor dem Servieren muss man den Salat *mit Salz und Pfeffer abschmecken*. 9. Das Fleisch ist *nicht recht gar*.

Aufgabe 5. Ersetzen Sie die markierten Wörter und Wendungen durch Antonyme.

1. *Stell* den Schnellkochtopf *auf den Herd*. 2. Das Fleisch ist *gar*. 3. Wasser muss man *warm machen*. 4. Dieses Fleisch ist zu *fett*. 5. Die Speise ist zu *süß*.

Aufgabe 6. Schmecken, mögen oder gefallen?

a) Setzen Sie Verben in der richtigen Form ein und formulieren Sie die Regel zum Gebrauch von diesen Verben.

1. Die Suppe ... ihm gut. (schmecken) 2. Ich ... keinen Fisch. (mögen) 3. ... du Eis? (mögen) 4. Die Besucher dieses Cafés ... mir überhaupt nicht. (gefallen) 5. Die Torte ... nach nichts. (schmecken) 6. ... dir die Bedienung hier? (gefallen) 7. Ich ... Pfannkuchen mit Marmelade. (mögen) 8. Das Essen ... heute süß. (schmecken)

b) Setzen Sie die Verben „schmecken, mögen, gefallen“ richtig ein.

1. Ich ... verschiedene Gewürze im Essen. 2. Er ... Rinderbraten. 3. Das Essen ... heute besonders gut. 4. Die Suppe ... heute nach gar nichts. 5. Der Kuchen ... nach Zimt und Rosinen. 6. Das Bild ... mir. 7. Der Film hat mir gut ... 8. Ich ... keinen Rotwein. 9. Ich ... Rotwein, aber der Rotwein ... mir nicht. 10. Danke, das Essen hat mir ... 11. Niemand ... ihn. 12. Die Sache ... mir nicht. 13. ... es? 14. Lass es dir ... 15. Sie ... klassische Musik und Rosen. 16. Es ... ihm, andere zu ärgern.

c) Übersetzen Sie ins Deutsche.

1. Мне нравится черный хлеб. 2. Ты любишь омлет, яичницу-глазунью или яичницу-болтунью? – Я люблю омлет, но сегодня мне омлет не нравится. 3. Белый хлеб мне сегодня не понравился. 4. Я люблю жареную рыбу. 5. Это жаркое мне нравится. 6. Он не любит картофель фри. 7. Картофель фри мне сегодня нравится. 8. Я люблю пить минеральную воду. 9. Тебе нравится минеральная вода в твоём стакане? 10. Вам нравятся сваренные на пару овощи? – Я люблю сваренные на пару овощи, но сегодня в столовой овощи мне не понравились.

d) Bilden Sie kurze Sätze mit den Verben „schmecken, mögen, gefallen“ und lassen Sie Ihre Mitstudenten die Sätze ins Deutsche übersetzen.

Aufgabe 7. Nennen Sie passende Attribute zu den folgenden Substantiven und übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie mit den Wortverbindungen kurze Sätze.

Geschmack, Salat, Gemüse, Kartoffeln, Essen, Rezept, Zutaten, Eier, Teig, Sahne, Suppe, Fleisch, Braten, Obst, Soße, Speise.

Aufgabe 8. Nennen Sie passende Objekte zu den Verben und übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie mit den Wortverbindungen kurze Sätze.

... probieren, nach ... schmecken, ... mögen, nach ... riechen, ... mit ... schälen, ... pellen, ... braten, ... schmoren, ... dünsten, ... mit ... anmachen, ... zubereiten, ... im ... rühren, ... schlagen, ... in ... schneiden, ... reiben, ... mit ... bestreuen, ... mit ... würzen, ... abkühlen lassen, ... warm machen, ... mit ... abschmecken.

Aufgabe 9. Nennen Sie möglichst viele Komposita mit den Substantiven. Bilden Sie mit 7 Komposita kurze Sätze.

Kompott, Herd, Ofen, Topf, Schüssel, Soße, Suppe, Kartoffel, Brot.

Aufgabe 10. Lass mal die anderen was tun!

a) Bilden Sie Sätze nach dem Muster.

M u s t e r: die Suppe abkühlen/der Koch:

– Lass den Koch die Suppe abkühlen!

– Ich kühle die Suppe selbst ab.

1) das Frühstück zubereiten/der Mann; 2) den Wein kalt stellen/der Kellner; 3) starken Tee bereiten/die Mutter; 4) den Herd anzünden/der Koch; 5) die Kranke mit Brei nähren/die Krankenschwester; 6) den Kochtopf vom Herd nehmen/der Sohn; 7) die Gläser mit Sekt füllen/der Kellner; 8) das Rührei zubereiten/die Tochter; 9) Milch warm machen/der Vater.

b) Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche:

1. Пусть твой помощник посолит суп! 2. Мама велела дочери заправить салат майонезом. 3. Давай приготовим это блюдо по его рецепту! 4. Мы попросили повара подогреть молоко. Пусть они поставят сок охлаждаться! 5. 6. Вели ему нарезать колбасу кружками! 7. Пусть молоко закипит! 8. Позволь мне взбить белки в миксере! 9. Угощайтесь! 10. Давай пожарим на обед рыбу.

c) Wen lassen Sie was tun? Bilden Sie 5 Sätze mit dem Verb „lassen“ in dieser Bedeutung.

Aufgabe 11. Vervollständigen Sie die Sätze.

1. Im Mixer ... 2. Die Zutaten für ... 3. Nach Rezept ... 4. Auf den Herd ... 5. Mir schmeckt ... 6. Ich mag ... 7. ... mit Schokolade ... 8. ... im Mixer ... 9. Mit Öl ... 10. Über den Geschmack ... 11. ... die Zutaten für ...

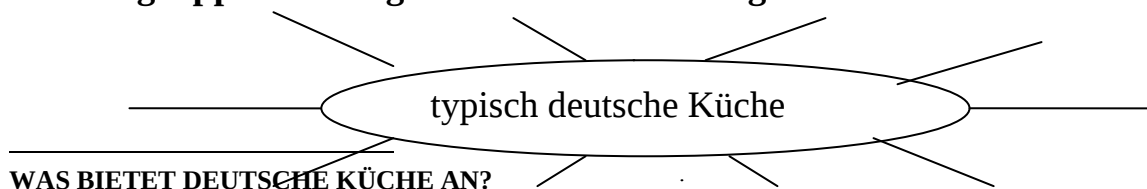
Aufgabe 12. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. Пусть он почистит отварной картофель! 2. Это блюдо странно пахнет рыбой? 3. Я очень люблю овощи, сваренные на пару. Но в этот раз они мне не нравятся. 4. Заправь салат маслом, посоли и добавь по вкусу специи. 5. Я не очень люблю специи, а моему другу очень нравятся сильно приправленные блюда. О вкусах не спорят! 6. Насыпь в миску для теста муку и сахар. 8. Мясо еще не готово! Оно должно вариться еще около получаса. 9. Тушеную рыбу с овощами можно быстро приготовить в микроволновой печи. 10. Все ингредиенты для соуса необходимо тщательно перемешать, затем добавить сахар и чуть-чуть гвоздики. Это очень вкусно. 7. Приготовь мне, пожалуйста, чашечку кофе! 11. Давай я приготовлю тебе чашку кофе! 12. Какие ингредиенты нужны для крем-супа? 13. Угощайся! Я приготовила вареную на пару рыбу и тушеные овощи по твоему рецепту.

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenzen

Aufgabe 1. Was bietet deutsche Küche?

a) Welche Assoziationen haben Sie mit typisch deutscher Küche? Arbeiten Sie in Kleingruppen und ergänzen Sie das Assoziagramm.



b) Besprechen Sie Ihre Assoziogramme im Plenum und erstellen Sie ein gemeinsames Assoziogramm.

c) Welche deutschen Gerichte können Sie im Text finden? Lesen Sie den Text und füllen Sie beim Lesen die Tabelle stichpunktartig aus. (*Finden Sie nähere Informationen zu den Gerichten im Internet).

Gericht	Zutaten	Womit wird es gegessen?	Zu welcher Region gehört es?

Die deutsche Küche hat mehr zu bieten als „Schnitzel mit Pommes und Salat“. Es gibt eine erstaunliche Vielfalt von Speisen, von Region zu Region unterschiedlich. Ein in vielen Ländern unbekanntes Gericht ist der Eintopf. Er wird in vielen Formen zubereitet: mit Schweine-, Rind- oder Hammelfleisch, mit Kartoffeln, Teigwaren, Reis und mit verschiedenen Gemüsearten. So gibt es Nudeleintopf, Reiseintopf, Möhreneintopf. Da alles in einem Topf gekocht wird, haben diese Gerichte die Bezeichnung „Eintopf“ erhalten. Wenn Sie über dieses Gericht mehr erfahren möchten, geben Sie im Internet als Suchbegriff „Eintopf“ an. Ungewohnt für Ausländer ist noch ein Gericht: Es ist durch den Fleischwolf gedrehtes rohes Schweine- oder Rindfleisch. Ins Hackfleisch tut man je nach Geschmack Salz, Pfeffer, Zwiebeln und Knoblauch und mengt die Masse durch. Dann isst man es mit Brot. Rohes Schweinefleisch nennt man Hackepeter und rohes Rindfleisch heißt Tatar. Möchten Sie sehen, wie die Gerichte aussehen, finden Sie im Internet Informationen unter „Hackepeter“ und „Tatar“. Die Berliner haben eine Vorliebe für Sauerkraut und Buletten (gebratene Klopse aus Hackfleisch, Brötchen, Eiern und Zwiebel), die warm und kalt gegessen werden. Wenn Sie über diese Gerichte erfahren möchten, suchen Sie im Internet „Sauerkraut“ oder „Buletten“. Der Süden ist traditionell das Land der Mehlspeisen: Spätzle (kleine Nudeln aus Mehl, Eiern, Wasser und Salz) oder Maultaschen (eine Art Ravioli) isst man in Schwaben. Palatschinken (dünne Pfannkuchen mit süßer Füllung) sind eine Spezialität in Österreich. Die Österreicher haben auch eine besondere Vorliebe für Knödel (Semmelknödel, Obstknödel) und Torten. Wer nach München kommt, muss Weißwurst mit süßem Senf, knusprige Brezeln und das bayrische Bier probieren. Wenn Deutsche schnell zwischendurch was essen wollen, beißen sie am liebsten in die Wurst. Curry-Wurst z.B. ist eine gebratene Wurst mit einer Spezialsoße, scharf oder extra-scharf. Dazu gibt es Pommes rot (mit Ketchup) oder Pommes weiß (mit Mayonnaise). Hauptsache man kann aus der Hand oder im Stehen essen.

d) Besprechen Sie in Kleingruppen, was Sie über deutsche Küche erfahren haben. Benutzen Sie dabei die Tabelle mit Ihren Notizen.

e) Besprechen Sie im Plenum, ob es ähnliche Gerichte auch in Ihrem Land gibt.

Aufgabe 2. Eine kulinarische Reise durch Deutschland

a) Setzen Sie richtige Artikel im Rezept „Lebkuchen“ ein.

<i>Zutaten:</i>		<i>zum Verzieren:</i>
250 g Zucker	15 g Kakao	1 Eiweiß
1 Prise Salz	250 g Margarine	40 g Puderzucker
500 g Honig	2 Eier	viele bunte Süßigkeiten
1 Päckchen	1 kg Mehl	
Lebkuchengewürz	1 Päckchen Backpulver	

Zuerst ... Honig, ... Zucker, ... Salz, ... Lebkuchengewürz und ... Kakao in ... Kochtopf vermischen. ... Margarine in ... kleine Stücke schneiden und dazugeben. Dann ... Zutaten auf ... Herd erhitzen, so lange rühren, bis sich ... Zucker aufgelöst hat. Dann ... Honigmasse auskühlen lassen. ... Eier schlagen und dazugeben. In dieser Zeit ... Arbeitsplatte bemehlen. Nun ... Mehl und ... Backpulver in ... große Rührschüssel geben, ... zähflüssige Honigmischung dazu gießen, ... Zutaten mit ... Kochlöffel gut verrühren. Dann mit beiden Händen fest kneten, bis sich ... Teig zu ... Kugel formen lässt. ... Teigkugel in ... Alufolie einrollen und für ... 2 Stunden in ... Kühlschrank legen. Jetzt wird es spannend. ... Teig auf ... Arbeitsplatte dünn ausrollen und ... Figuren ausschneiden. ... Figuren vorsichtig anheben und auf ... Backblech legen. Mit ... Eiweiß-Klebmasse bestreichen (s. unten) und dann mit ... Süßigkeiten und ... Zuckerstreuseln verzieren. ... Gewürze, z.B. ... Nelken, sehen als ... Verzierung auch sehr gut aus. Nun ... Backblech auf ... mittleren Schiene in ... Ofen schieben und ihn auf 180 Grad einstellen. Nach 25 Minuten ... Backzeit sind ... Lebkuchen-Figuren fertig! *Eiweiß-Klebmasse:* ... Eiweiß und 40 g ... Puderzucker in ... Rührschüssel vermischen, dann ... Masse mit ... Mixer steif schlagen.

b) Vergleichen Sie Ihre Ergebnisse im Plenum.

c) Interessante Rezepte aus Deutschland.

- Finden Sie interessante Rezepte und erstellen Sie ähnliche Lückentexte mit Lösungsblättern.
- Lassen Sie Ihre Mitstudenten richtige Artikelformen einsetzen und sich mit dem Lösungsblatt überprüfen.
- Welches der Rezepte würden Sie gerne ausprobieren? Warum?

c) Lesen Sie das Interview mit einem Norddeutschen und finden Sie Gerichte/Getränke, die der Interviewte als typisch für Norddeutschland nennt.

Interview mit einem Norddeutschen

Interviewer. Welche Nationalgerichte gibt es in Deutschland?

Martin. Das ist eine unendliche Geschichte, denn diese Nationalgerichte entstammen regionalen Bedingungen, auch der Bedingung der bäuerlichen Tradition, denn man brachte auf den Tisch, was die eigene Landwirtschaft hergab.

Interviewer. Was ist denn für deine Region typisch?

Martin. Man muss dabei ein wenig nach den Jahreszeiten unterscheiden. Die häufigsten Gerichte werden übers Jahr mit Rindfleisch, Schweinefleisch oder Geflügel zubereitet. Beliebt sind Suppen, wie z.B. die Erbsensuppe mit Kartoffeln und Wurststücken. Eine andere beliebte Suppe ist die so genannte Hochzeitssuppe, in der man Hühner- oder Rindfleischstücke, kleine Mettbällchen und Eierstich findet. Es ist ein altes Hochzeitsgericht auf den bäuerlichen Hochzeiten, deswegen nannte man diese Hochzeiten Suppenhochzeiten. Ansonsten wird hier an der Küste Fisch gegessen in allen möglichen Variationen. Echt typisch für die Küste sind Krabbengerichte, zum Beispiel Krabbentrost, das heißt, Schwarzbrot mit Butter und Krabben belegt, und oft Spiegel- oder Rührei dazu.

Interviewer. Und für den Winter?

Martin. Für den Winter ab November nach dem ersten Frost wird der Grünkohl serviert, das Gericht heißt „Kohl und Pinkel“. Pinkel ist eine besondere Wurstsorte. Ansonsten werden zum Kohl verschiedene andere Fleischsorten gereicht, die meist mit Kohl gekocht werden. Dazu gehört ein herbes Bier. Und zum Abschluss ein Korn. Dieses Essen wird gerne gesellig in Klubs und Vereinen eingenommen.

Interviewer. Welche Gerichte sind eher für die sommerliche Zeit?

Martin. Ein Nachtisch aus der bäuerlichen Küche ist rote Grütze, eine geleeartige süße Speise aus Erdbeeren, Stachelbeeren, Kirschen, Johannisbeeren, rot und schwarz, je nach Angebot aus dem eigenen Gemüsegarten. Rote Grütze wird oft mit Vanillesoße serviert.

Interviewer. Und gibt es typische Getränke für die nördlichen Regionen Deutschlands?

Martin. Ostfriesland ist bekannt für Tee. Ostfriesen sind Teetrinker, in der Regel ist es schwarzer Tee mit süßer Sahne und Rohrzucker, in dieser Region Kandis genannt. Und im Winter gegen die Kälte Grog: ein Getränk aus Rum, heißem Wasser und Zucker. Typisch für den Norden sind auch die vielen Fisch- und Kartoffelgerichte.

e) Vergleichen Sie in Kleingruppen, was Sie unterstrichen haben. Besprechen Sie auch die Fragen.

1. Welche Gerichte/Getränke waren Ihnen auch früher bekannt, welche waren neu?
2. Was haben Sie bereits probiert? Hat es Ihnen geschmeckt?
3. Was würden Sie gerne probieren? Warum?

f) Lesen Sie den Text unten und überlegen Sie Antworten auf die folgenden Fragen.

1. Warum heißt der Text so?
2. Welche typischen Gerichte der deutschen Küche sind hier genannt? Zählen Sie auf.
3. Welche Gerichte sind belarussischen

Gerichten ähnlich? Warum? 4. Kann man an den Gerichten die Wirkung der geografischen Lage der Bundesländer sehen? Woran merkt man das? 5. Welche Gerichte haben Sie schon selber probiert? Wie bereitet man diese Gerichte zu? 6. Welches Gericht möchten Sie probieren? Wie wird es zubereitet?

Типично по-немецки: кулинарное путешествие

Что Вы знаете о типично немецкой кухне? Многие думают, что немецкая кухня ограничивается только лишь пивом и колбасками, но на самом деле это не так. В немецкой кухне много интересных блюд, процесс их приготовления доставляет столько же удовольствия, сколько и их вкус. Не хотите ли Вы совершить небольшое кулинарное путешествие по Федеративной Республике Германии? Уверяю Вас, это дело стоящее. Начнем с севера Республики.

Шлезвиг-Гольштейн. Лабскаус – настоящее североморское блюдо. Блюдо моряков. Для его приготовления необходимы свекла, солонина, соленые огурцы – все это можно долго хранить в плавлении. Все пропустить через мясорубку. Почему нужно все компоненты превращать в кашу? Это, вероятно, секрет корабельного повара. Нетронутой остается лишь яичница-глазунья. Невероятно, но лабскаус очень вкусное блюдо.

Гамбург. Здесь любят рыбу. Повара знают много секретов приготовления блюд из рыбы. Например, настоящим деликатесом уха становится благодаря пряностям и сливкам.

Бремен предлагает сытное блюдо – грюнколь с вареной колбасой.

Северный Рейн-Вестфалия. Груши, фасоль и корейка – к смеси таких ингредиентов сначала нужно привыкнуть. Если Вам это удалось, то Вы подтвердите: это вкусно!

Гессен. Квашеную капусту любят во всей Германии, она относится к стереотипам немецкой жизни и считается национальным блюдом. Однако в Гессене ее готовят по особому рецепту и подают на стол с солониной из свинины.

Нижняя Саксония. Настоящим праздничным блюдом считается блюдо из мяса молодых барашков. На гарнир обычно подают отварной картофель, спаржу, помидоры или другие овощи. Ни в коем случае не забыть приготовить соус. У блюда совершенно особенный вкус.

Баден-Вюртемберг. Всем известна домашняя лапша по-швабски – шпетцле, из которой можно приготовить запеканку с сыром и овощами.

Земля Саар. Влияние соседней Франции заметно и на еде. Однако местный луковый суп приготовить намного проще, чем луковый суп по-французски. Лук нарезать, обжарить, залить бульоном, посолить, поперчить по вкусу, добавить зелень – можно разливать по тарелкам. Приятного аппетита!

Бавария. Клецки по-баварски также известны во всем мире, как и баварское пиво. Этот сытный гарнир подается ко многим мясным блюдам.

Рейнланд-Пфальц. Картофельный суп едят во многих странах. Но фирменное блюдо здесь – кислый картофельный суп. Он заправляется уксусом или сметаной. Вы уже пробовали такой суп?

g) Tauschen Sie im Plenum aus.

In welchen Bundesländern waren Sie? Was haben Sie dort probiert? Wie hat es Ihnen geschmeckt?

Aufgabe 3. Schreiben Sie kurze Situationen zu den Sprichwörtern (10-15 Sätze) im Rahmen des Themas „Was bietet deutsche Küche?“

1. Was bedeutet dieses Sprichwort? 2. Sind Sie damit einverstanden bzw. nicht einverstanden? Warum? 3. Können Sie das Sprichwort an einem Beispiel veranschaulichen?

1. Über den Geschmack lässt sich nicht streiten. 2. Auch jenseits des Baches isst man Brot. 3. Am Geschmack erkennt man den Wein. 4. Arbeit gibt den Speisen guten Geschmack. 5. Das schmeckt wie Nessel mit Meerrettich. 6. Jeder Geschmack ist ein Geschmack. 7. Der Koch muss den Geschmack des Herrn haben. 8. Das ist Geschmackssache. 9. Des fremden Hofes Schwarzbrot hat den Geschmack von Weißbrot.

Aufgabe 4. Welche Tendenzen gibt es heute in der deutschen Küche?

a) Lesen Sie den Text durch und formulieren Sie die Tendenzen schriftlich.

(*Achten Sie bitte darauf, dass die Formulierungen möglichst kurz sein müssen.)

Tendenz heute

In den letzten Jahren haben sich außerdem ausländische Einflüsse auf die deutschen Essgewohnheiten ausgewirkt. Durch den Massentourismus haben Millionen von Deutschen südeuropäische und asiatische Kochkunst kennen und schätzen gelernt. Außerdem haben die in Deutschland lebenden Ausländer viel zu einer Erweiterung der Ernährung beigetragen: italienische, griechische, türkische und chinesische Spezialitätengeschäfte und Restaurants. Daneben haben sich auch amerikanische Einflüsse bemerkbar gemacht: Fast-Food-Restaurants sind sogar in deutschen Kleinstädten zu finden und stellen besonders für Jugendliche eine Alternative zur traditionellen „gutbürgerlichen“ Küche dar.

b) Vergleichen Sie im Plenum.

1. Welche Tendenzen haben Sie festgestellt? 2. Welche Ursachen haben diese Tendenzen? 3. Finden Sie die Tendenzen positiv oder negativ? Begründen Sie Ihre Meinung. 4. Können Sie die Tendenzen mit Beispielen aus Ihrer eigenen Erfahrung veranschaulichen?

c) Zusätzliche Informationen über neuere Tendenzen in der deutschen Küche können Sie im Internet finden, indem Sie als Suchbegriff „deutsche Küche“ angeben.

d) Fassen Sie die gelesenen Informationen in 3-5 Sätzen schriftlich zusammen und präsentieren Sie diese im Plenum.

Aufgabe 5. Internetprojekt: Kochbuch „Deutsche Küche“ (*Projektarbeit)

Aufgabe 6. Erzählen Sie über Spezialitäten unseres Landes, regionale Unterschiede und Tendenzen heutzutage.

THEMENBEREICH 3

GESUND ESSEN

Aktiver Wortschatz

1	die Kost, -, (ohne Pl.) Syn.: die Nahrung, -, (ohne Pl.) einseitige, feste, flüssige, tierische, pflanzliche Kost/Nahrung Nahrung zu sich (Dat.) nehmen (nahm, genommen), h die Frischkost die Rohkost die Naturkost die Mischkost	пища, питание однообразная, твердая, жидкая, животная, растительная пища принимать пищу пища из сырых продуктов (гл. образом из свежих овощей и фруктов) сырая (растительная) пища натуральная пища смешанное питание (<i>сочетающее в себе продукты животного и растительного происхождения</i>)
2	bekömmlich Die Speise ist leicht bekömmlich.	легко усваиваемый Пища легко усваивается.
3	gesund Ant.: schädlich/gesundheitsschädlich	здоровый, полезный (для здоровья) вредный (для здоровья)
4	nahrhaft	питательный
5	ausgewogen	сбалансированный
6	die Abwechslung, -, -en abwechslungsreich Ant.: einseitig	разнообразие разнообразный однообразный
7	das Produkt, -es, -e Milchprodukte	продукт молочные продукты
8	das Nahrungsmittel, -s, - (häufig Pl.) Syn.: das Lebensmittel, -s, - (häufig Pl.)	продукты питания
9	nähren (te, t), h j-n Akk. mit etw. Dat. Syn.: ernähren (te, t), h j-n Akk. das Kind mit Brei nähren	питать, кормить кого-л. кормить ребенка кашей
10	sich ernähren (te, t), h mit etw. Dat. sich mit vegetarischer Kost ernähren sich falsch, einseitig ernähren	питаться питаться вегетарианской пищей, питаться неправильно, однообразно
11	füttern (te, t), h j-n Akk. mit etw. Dat.	кормить (животных)

12	fett <i>Ant.: mager</i>	жирный постный
13	fettarm <i>Ant.: fettreich</i>	с низким содержанием жира с чрезмерным содержанием жира
14	vitaminarm <i>Ant.: vitaminreich</i>	бедный витаминами богатый витаминами
15	die Kalorie, -, -n kalorienarm <i>Ant.: kalorienreich</i>	калория низкокалорийный высококалорийный
16	reich sein (war, gewesen), s an etw. Dat. <i>Ant.: arm sein an etw. Dat.</i>	быть богатым чем-л. не хватать чего-л., быть бедным на что-л.
17	der Stoff, -es, -e Ballaststoffe Schadstoffe	вещество балластные вещества вредные вещества
18	das Kohlehydrat, -(e)s, -e	углевод
19	das Eiweiß, -(e)s, -e	белок, протеин
20	das Fett, -(e)s, -e	жир
21	das Grün, -s (nur Sg.)	зелень
22	der Auflauf, -(e)s, -läufe	запеканка
23	der Nachschlag, -(e)s, -schläge	добавка, прибавка (о еде)
24	zunehmen (nahm zu, zugenommen), h <i>Ant.: abnehmen (nahm ab, abgenommen), h</i>	прибавлять в весе, полнеть худеть, терять в весе
25	das Gewicht, -(e)s, -e das Übergewicht, -(e)s, -e das Untergewicht, -(e)s, -e	вес вес выше нормы вес ниже нормы
26	die Magersucht, -, (ohne Pl.)	истощение, исхудание
27	der Vegetarismus, -, (ohne Pl.) der Vegetarier, -s, - vegetarisch vegetarische Ernährung	вегетарианство вегетарианец вегетарианский вегетарианское питание
28	die Diät, -, -en Diät halten (hielt, gehalten), h Syn.: auf Diät sein Sie muss eine strenge Diät halten. auf Diät setzen (te, t), h j-n Akk.	диета соблюдать диету Она должна соблюдать строгую диету. посадить кого-л. на диету
29	die Mäßigkeit, -, (ohne Pl.) in etw. Dat. Mäßigkeit im Essen mäßig <i>Ant.: übermäßig</i>	воздержание, умеренность умеренность в еде умеренный, воздержанный чрезмерный

30	fasten (te, t), h das Fasten, -s, (ohne Pl.)	поститься, соблюдать пост соблюдение поста
31	vermeiden (vermied, vermieden), h etw. Akk.	избегать чего-л.
32	verzichten (te, t), h auf etw. Akk. der Verzicht, -(e)s, -e auf etw. Akk.	отказываться от чего-л. отказ от чего-л.
33	verbieten (verbot, verboten) j-m Dat. etw. Akk.	запрещать кому-л. что-л.
34	ethisch <i>Ant.: unethisch</i>	этичный неэтичный
35	sich ekeln (te, t), h vor j-m/etw. Dat.	испытывать отвращение к чему-л.

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Пицца, зелень, продукты питания, запеканка, пицца из сырых продуктов, натуральная пицца, вес, разнообразная пицца, диета, разнообразие, углеводов, белок, жир, отказ, калория, добавка, соблюдение поста, вес выше нормы, вес ниже нормы, воздержание.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie die Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Посадить кого-л. на диету, быть богатым чем-л., полнеть, отказываться, не хватать чего-л., избегать чего-л., худеть, принимать пищу, питаться, кормить (животных), соблюдать диету, поститься, кормить.

Aufgabe 3. Nennen Sie möglichst viele Komposita mit den Substantiven und übersetzen Sie diese ins Russische. Bilden Sie mit 7 Komposita kurze Sätze.

Die Kost, das Gewicht, die Sucht, das Mittel, arm, reich, das Fasten, der Brei.

Aufgabe 4. Welche Kombinationen „Attribut + Substantiv“ sind möglich? Ordnen Sie die Adjektive den Substantiven zu und übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische.

die Nahrung	die Speise	die Kost	die Lebensmittel	das Fasten	die Diät

1) geistig; 2) menschlich; 3) tierisch; 4) pflanzlich; 5) süß; 6) einseitig; 7) kärglich; 8) mager; 9) knapp; 10) streng; 11) lebensnotwendig; 12) vegetarisch; 13) verboten; 14) ausgewogen; 15) therapeutisch; 16) abwechslungsreich; 17) gesund; 18) gesundheitsschädlich.

Aufgabe 5. Ersetzen Sie die markierten Wörter und Wendungen durch Synonyme.

1. Ich bevorzuge pflanzliche *Nahrung*. 2. Wegen Probleme mit dem Gewicht muss sie zurzeit Diät *halten*. 3. Solche *Kost* ist *schädlich*. 4. Solche Gerichte *enthalten wenig Fett*. 5. Welche *Nahrungsmittel* kaufst du in diesem Supermarkt? 6. Sie weiß nicht, mit welcher *Kost* sie das Kind *nähren* soll? 7. Limonaden enthalten *wenig Vitamine*. 8. Dieses Gericht hat *wenig Kalorien*.

Aufgabe 6. Ersetzen Sie die markierten Wörter und Wendungen durch Antonyme.

1. Was zählt man zur *festen* Nahrung? 2. Obst ist *ungesund*. 3. Sie bekommt *einseitige* Ernährung. 4. Was gehört zur *flüssigen* Nahrung? 5. Dieses Fleisch ist *fett*. 6. *Vitaminreiche* Kost ist oft ungesund. 7. Diese Nahrung ist *reich an Vitaminen*. 8. Sie hat vor, 5 Kilo *zunehmen*. 9. *Nicht-Vegetarier* verzichten auf *pflanzliche* Nahrung. 10. Meine Freundin hat 10 Kilo *Übergewicht*. 11. Zu fettes Essen *schadet der Gesundheit*.

Aufgabe 7. Ergänzen Sie die Verben durch passende Objekte, bilden Sie kurze Sätze mit den Wortverbindungen.

... mit ... *nähren*, ... *halten*, ... *einhalten*, ... *reich sein*, ... *arm sein*, ... *sich ernähren*, ... *nehmen*.

Aufgabe 8. Vervollständigen Sie die Sätze.

1. ... auf Diät ... 2. ... eine Diät ... 3. Der Verzicht auf ... 4. Ich ernähre mich ... 5. Man verzichtet auf ... 6. ... mit Brei ... 7. Eine abwechslungsreiche Kost ... 8. Zur Frischkost ... 9. Magersucht ist ... 10. Ich habe ... abgenommen. 11. Ich ekele mich ... 12. Vegetarische Nahrung ...

Aufgabe 9. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. В последнее время я похудела на 10 килограммов: я ем только растительную пищу, пью свежевыжатые соки и занимаюсь спортом. 2. Не нужно соблюдать диету, если у Вас проблемы со здоровьем. Это опасно для здоровья! 3. Врач порекомендовал больной сбалансированную диету. 4. Каждый день нужно есть жидкую пищу. Этот полезно для здоровья. 5. Соблюдать пост очень важно! Это связано не только с религией, но и позволяет соблюдать диету. 6. Не только вес сверх нормы опасен для Вашего здоровья. Вес ниже нормы также может привести к истощению. 7. Нужно принимать сбалансированную пищу. Она должна содержать необходимое количество белков, углеводов и жиров. 8. Вы должны испытывать легкое чувство голода, когда встаете из-за стола. Отказывайтесь от добавки, даже если все было очень вкусно! 9. Сырая растительная пища полезна не только больным. Она способствует улучшению состояния организма у всех.

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenzen

Aufgabe 1. Gesundes Essen: Einzelne Mahlzeiten

a) Besprechen Sie in Kleingruppen, was und wie Sie essen, und ob das gesund ist. Fassen Sie dann das Gespräch kurz zusammen und präsentieren Sie die Zusammenfassung im Plenum.

b) Bilden Sie Dreier-Gruppen und verteilen Sie die drei Textteile untereinander. Lesen Sie Ihren Teil, machen Sie Notizen zu den Punkten.

Mahlzeit	Gerichte/Lebensmittel	Getränke	Tipps

Frühstück: Das gesunde Frühstück soll nicht schon morgens den Körper belasten. Eier, Schinken, Wurst und ähnliche Nahrungsmittel sind in den frühen Morgenstunden schwer zu verdauen. Als Getränk sollte man Milch oder Kräutertee bevorzugen, am besten ungesüßt oder mit Honig. Sehr empfehlenswert ist morgens Obstmüsli. Zur Abwechslung kann man frisches Obst genießen oder frische Obst- und Gemüsesäfte, vor allem Tomatensaft. Auch Müsli kann man geschmacklich abwechslungsreich gestalten, wenn man verschiedene Obstsorten wechselweise verwendet. Essen Sie Vollkornbrot mit Butter, Honig, Gelee oder Marmelade, ungefärbt und ohne Konservierungsstoffe.

Mittagessen: Die Appetitlichkeit einer Mahlzeit hängt nicht nur von der Auswahl der Zutaten und der schmackhaften Zubereitung ab, sondern auch davon, wie sie serviert wird. Das Essen darf man nicht hastig verschlingen und nicht als Nebenbeschäftigung beim Lesen betrachten, sonst kann das beste Essen nicht bekömmlich sein. Das servierte Essen muss Geruchssinn und Auge erfreuen, dann schmeckt es besser. Bestreuen Sie Ihr Essen mit frischem Grün, umranden Sie es mit Gurkenscheiben, Radieschen oder Tomatenschnitzen. Farbenfreudige Gerichte, der schön gedeckte Tisch, Entspannung – alles verhilft zur besseren Verdauung. Beim Zubereiten des Mittagessens muss man sich bemühen, das natürliche Gleichgewicht der Nahrungsmittel zu erreichen. Zu Fleisch oder Fisch soll man nicht Nudeln oder Spätzle reichen, sondern Kartoffeln, Gemüse, grüne Salate, Obst. Die Mahlzeit sollte man mit Rohkost beginnen, dann folgt die gekochte Nahrung.

Abendessen: Das Abendessen soll möglichst leicht sein, um den Nachtschlaf nicht zu stören. Deshalb muss man es zeitig einnehmen. Am besten besteht die Abendmahlzeit aus leichten Quarkgerichten, Getreidebrei oder Auflauf. Im Abendessen soll auch Frischkost vorhanden sein, je nach der Jahreszeit Salate, Gemüse, Obst, Vollkornbrot, Butter, Quark und milde Käsesorten. Und zu Brot gibt man nicht nur Fleischaufschnitt, Käse und Eier, sondern auch Radieschen, Tomaten, Gurken oder andere Rohkost. Der gesundheitliche Wert von frischem Obst ist weit größer als der von Kompott oder erhitztem Obst.

c) Berichten Sie anhand der Tabelle über Ihren Textteil. Füllen Sie beim Hören die Tabelle zu den anderen Teilen aus. (*Methodenkoffer: „aktives Zuhören“)

d) Besprechen Sie anschließend im Plenum die folgenden Fragen.

1. Was versteht man unter gesundem Frühstück? 2. Worauf muss man beim Zubereiten eines gesunden Mittagessens achten? 3. Was sollte man abends zu sich nehmen? 4. Was denken Sie über die Ratschläge im Text? Halten Sie sich daran? 5. Welche Ratschläge können Sie selber geben?

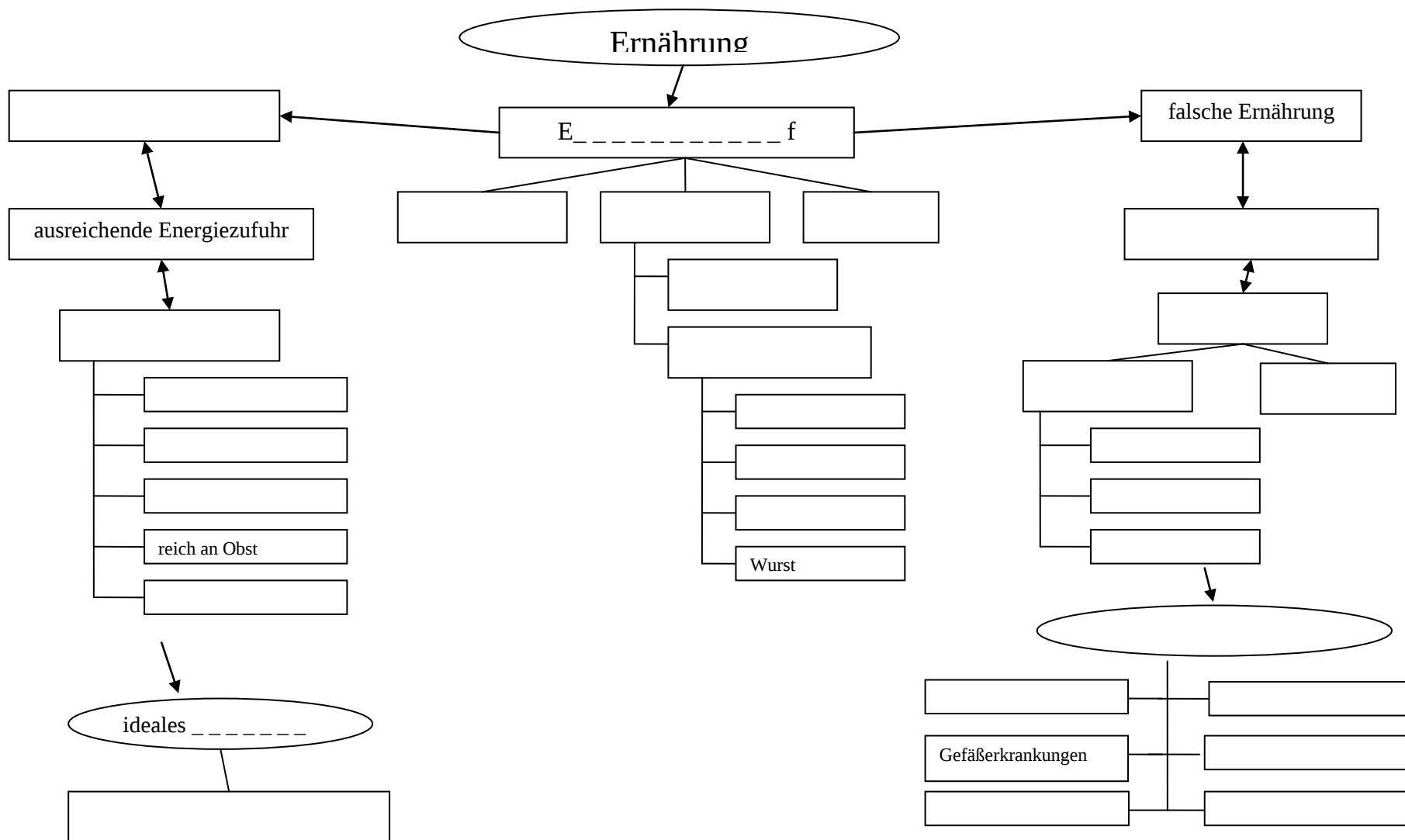
Aufgabe 2. Gesund ernähren

a) Lesen und markieren Sie den Text nach den Markierungsregeln. (*Methodenkoffer)

Gesund ernähren – aber wie?

Unser Körper benötigt vielfältige Nährstoffe in unterschiedlichen Mengen. Etwa die Hälfte des notwendigen Energiebedarfs sollte in Form von Kohlehydraten, die andere Hälfte zu etwa gleichen Teilen aus Eiweißen und Fetten zugeführt werden. Fette sind also durchaus gesund. Nur darf nicht zu viel davon zugeführt werden. In unserer heutigen Nahrung ist der Fettanteil häufig doch viel größer, als wir ihn brauchen. Das liegt nicht nur am Genuss von fettem Fleisch. Vor allem „verborgene Fette“, etwa in Frittiertem, Mayonnaise, Käse, Wurst, tragen dazu bei. Tierisches Fett im Übermaß kann den Cholesterin-Spiegel im Blut so weit steigern, dass es zu Herz- und Kreislauferkrankungen kommt. Zur Gesunderhaltung des Körpers gehört also die richtige Ernährung. Wie ernährt man sich aber richtig? Diese Frage kann nur sehr allgemein beantwortet werden. Eine Ernährung, die für alle Organe gleichzeitig optimal ist, gibt es nicht. Einseitige Kost, in welcher Form auch immer, ist für den Organismus auf Dauer schädlich. Zu dieser Einseitigkeit gehört nicht nur das erwähnte Zuviel an Fett, sondern auch der übermäßige Genuss an Zucker, der in großen Mengen in Süßigkeiten, Limonade, Kuchen und Torten enthalten ist. Dadurch kommt es unter anderem zum Entstehen von Karies. Daher sollte unsere Ernährung möglichst ausgewogen sein: abwechslungsreich, fett- und zuckerarm, reich an verschiedenen Gemüsesorten und Obst. Auf diese Weise lässt sich das Übergewicht vermeiden, denn manche Lebensmittel sättigen, ohne gleich dick zu machen. Das gilt vor allem für jene Nahrungsmittel, die reich an Ballaststoffen sind, also an Stoffen, die unverdaulich sind und deshalb dem Körper keine Energie zuführen. Viele lebensgefährliche Erkrankungen werden nämlich durch übermäßige Energiezufuhr und dadurch bedingtes Übergewicht hervorgerufen: z. B. Herz-, Gefäßerkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes. Bei 50% Übergewicht sinkt die durchschnittliche Lebenserwartung um mehr als zehn Jahre. Was tun? Regelmäßiger Verzehr von ballastreichen Nahrungsmitteln, z.B. Vollkornbrot, regt die Darmtätigkeit an und hilft dabei Übergewicht zu vermeiden. Als Idealgewicht gilt: „Körpergröße in Zentimeter minus 100 minus 10%“.

b) Füllen Sie mit den markierten Schlüsselinformationen die Mindmap aus.



c) Erzählen Sie den Text „Gesund ernähren – aber wie?“ anhand der Mindmap nach. Ergänzen Sie sich gegenseitig.

d) Erstellen Sie einen Dialog zum Thema „Gesundes Essen“ und präsentieren Sie den Dialog im Plenum.

Aufgabe 3. Probleme mit dem Gewicht

a) Was sehen Sie auf dem Bild? Beschreiben Sie das Bild im Plenum.



b) Worüber denkt die Frau nach? Füllen Sie die Sprechblase mit Gedanken der Frau aus. Präsentieren Sie dann Ihre Vorschläge im Plenum.

c) Besprechen Sie im Plenum die Fragen.

1. Um welches Problem handelt es sich auf diesem Bild? 2. Wie aktuell ist dieses Problem in Ihrem Freundeskreis/in Ihrem Land/in der Welt?

Aufgabe 4. Tipps für Idealgewicht

a) Lesen Sie die Tipps und machen Sie in Einzelarbeit stichwortartige Notizen zu jedem Tipp.

1. Wie finden Sie diese Tipps? Welche Tipps sind hilfreich? Welche Tipps finden Sie unsinnig? 2. Welche Gefahren sehen Sie dabei? 3. An welche Tipps würden Sie sich halten? An welche nicht?

Tipp	Notizen
1. Besorgen Sie sich eine Kalorien-Tabelle, dann können Sie sich Ihre Mahlzeiten richtig zusammenstellen!	
2. Falls Sie bisher täglich stark fett- und kohlenhydratreiches Essen zu sich genommen haben, brauchen Sie eine Kur.	
3. Treiben Sie Sport und Gymnastik. So werden mehr Kalorien verbrannt, als Sie zu sich nehmen. Ihr Körper beginnt Fett abzubauen.	
4. Ihre Nahrung darf nur ein Drittel des normalen Tagesbedarfs an Fetten enthalten.	
5. Pro Tag müssen zwei Portionen aus der Milchgruppe, Eier, Fisch und Geflügel eingeschlossen werden.	
6. Pro Tag müssen vier Portionen aus der Gemüse-Obst-Gruppe und zwei Portionen aus der Brot-Getreide-Gruppe stammen.	
7. Ein Nachschlag, weil es so gut schmeckt, ist verboten!	

b) Besprechen Sie die Tipps im Plenum, halten Sie sich dabei an Ihre Notizen.

c) Welche Tipps können Sie selber geben? Formulieren Sie in Kleingruppen Tipps zum Erreichen/Einhalten des Idealgewichts. Präsentieren Sie dann Ihre Tipps im Plenum.

Aufgabe 5. Kann gesundes Essen ungesund sein?

a) Lesen Sie den Text und finden Sie passende Überschriften für die Abschnitte.

Wenn gesundes Essen krank macht

Kann gesundes Essen ungesund sein? Anscheinend ja. Ernährungsexperten wie Prof. Dr. Gerhard Jahreis von der Universität Jena und Psychologen beobachten eine neue Form der Essstörung, die so genannte Orthorexie.

Der Name „Orthorexie“ leitet sich vom Griechischen „orthos“ = richtig und „orexis“ = Appetit ab. Damit ist eine extreme Beschäftigung mit gesundem, „richtigem“ Essen gemeint. Bislang liegen nur wenige wissenschaftliche Daten über Orthorexie vor, es fehlt sowohl eine präzise Definition, also auch eine systematische Beschreibung. Der Begriff wurde 1997 von Steven Bratmann geprägt.

Menschen, die sich zwanghaft mit gesundem Essen beschäftigen, verbringen viel Zeit mit der Planung ihrer Mahlzeiten, sie berechnen Nährwerte, Mineralstoffe und Vitamingehalte der jeweiligen Lebensmittel. Im Leben der Orthorethiker dreht sich alles ums Essen: Die gesunde Ernährung wird zur Ideologie. Dabei spielt nicht nur die Menge, sondern auch die vermutete Qualität der Nahrung eine Rolle. Betroffen sind

überwiegend Frauen zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr. Sie entwickeln spezifische Essgewohnheiten und legen sich selbst Ernährungsregeln auf. So werden Lebensmittel in „gute“ = gesunde und „schlechte“ = ungesunde eingeteilt. Schritt für Schritt streichen sie die „ungesunden“ Produkte aus dem Kostplan. Durch diese Verbote und die extreme Fixierung auf gesunde Nahrung verlieren die Betroffenen die Fähigkeit des Genusses von Mahlzeiten.

Oft leben solche Leute sozial isoliert, da ein gemeinsames Essen mit Freunden kaum noch möglich ist. Orthoretiker steigern durch das äußerst disziplinierte Essen ihr Selbstwertgefühl, sie fühlen sich anderen, normal essenden Menschen überlegen. Gleichzeitig kann es vorkommen, dass sie sich schuldig und schlecht fühlen, sobald sie den strengen Ernährungsplan nicht eingehalten haben. Als langfristige Folgen der Orthorexie sind neben einem niedrigen Körpergewicht auch soziale Isolation bekannt. Diese zwanghafte Form der Ernährung kann sich unter Umständen auch zur Magersucht entwickeln.

Verhaltenstherapien vermitteln den Orthoretikern einen neuen Zugang zum Essen. Gemeinsam suchen der Therapeut und Betroffene nach einer Balance zwischen einer gesunden Ernährung und dem zwanghaften Gesundessen aus. Dabei ist es wichtig, dass kein Lebensmittel vom Speiseplan gestrichen wird, also alle Lebensmittel in Maßen erlaubt sind. Ziel der Therapie ist es wieder Spaß am Essen zu haben und sich ausgewogen zu ernähren.

Nach Informationen aus dem Internet

b) Besprechen Sie die Überschriften im Plenum. Begründen Sie kurz Ihre Entscheidungen.

c) Lesen Sie den Text noch einmal und finden Sie Antworten auf die Fragen.

1. Was bedeutet Orthorexie? 2. Welche Merkmale hat die Krankheit? 3. Warum leben Orthoretiker sozial isoliert?

d) Besprechen Sie im Plenum.

1. Welche Folgen hat Orthorexie? 2. Welche Therapie kann dabei wirksam sein? 3. Kennen Sie Leute mit solchen Problemen? 4. Warum ist diese Krankheit gefährlich?

Aufgabe 6. Übersetzen Sie ins Deutsche.

Каждый человек, который хочет правильно питаться, должен придерживаться определенного расписания приема пищи. Кроме того, питание должно быть разнообразным, включать в себя растительную и животную пищу, твердые и

жидкие продукты. Если вы голодны как волк, нужно выпить стакан воды перед едой. Это частично утолит голод. Предпочтение нужно отдавать хлебу из муки грубого помола. Избегайте белого хлеба и сладостей. Они вкусны и очень питательны, но они не могут так утолить голод, как наваристый прозрачный куриный бульон с ломтиком ржаного хлеба. На хлеб вы можете намазать немного масла или паштета и положить ломтик ветчины. На второе съешьте рыбу или жаркое с гарниром. Выбор гарниров очень велик. Это может быть вареный, жареный картофель, картофель в мундире, картофельное пюре. Овощной салат очень полезен. Заправьте его растительным маслом и уксусом и поставьте на стол. В обед вы можете побаловать себя бокалом сухого красного вина. На десерт съешьте лучше фруктовый салат, но без взбитых сливок и сахара. Выпейте чашечку крепкого черного кофе или зеленого чая.

Aufgabe 7. Tauschbörse der Meinungen (*Methodenkoffer)

a) Verteilen Sie die Sprichwörter in der Gruppe. Bereiten Sie zu Ihrem Sprichwort eine Mitteilung vor, halten Sie sich dabei an die folgenden Punkte.

1. Was bedeutet dieses Sprichwort? 2. Sind Sie damit einverstanden bzw. nicht einverstanden? Warum? 3. Können Sie das Sprichwort an einem Beispiel veranschaulichen?

1. Essen macht dick. Hunger macht schlank. 2. Mein Wunschplakat: Leben Sie länger! Essen Sie weniger! 3. Von zuviel Essen kann man sterben, von zuviel Fasten kann man sterben. 4. Nicht das viele Essen zwischen Weihnachten und Neujahr macht dick, sondern das zwischen Neujahr und Weihnachten. 5. Chinesische Diät: drei Wochen Hühnerbrühe mit Stäbchen gegessen. 6. Wir leben nicht, um zu essen, sondern wir essen, um zu leben. 7. Diejenigen, die vernünftig essen, sind zehn Jahre jünger als jene, denen diese Wissenschaft fremd ist. 8. Zwischen Essen und Ernähren können Welten liegen. 9. Besser oft und wenig essen, denn sich einmal ganz überfressen. 10. Der Mensch soll aus Gesundheit freudig, aus Überzeugung mäßig und aus Verständnis gut essen. 11. Denke immer daran, daß das Essen, so schmackhaft es auch zubereitet sein mag, nur dann schmeckt, wenn wir Appetit haben. 12. Ein Quentchen Hunger nach dem Essen, ist besser als sich überfressen. 13. Ohne Essen stirbst du, aber das viele Essen verkürzt das Leben. 14. Vom vielen Essen kommen viele Beschwerden.

b) Spielen Sie „Tauschbörse“.

Aufgabe 8. Was ist Vegetarismus?

a) Lesen Sie den Text, schlagen Sie unbekannte Wörter nach, markieren Sie den Text nach den Markierungsregeln. (*Methodenkoffer)

Was bedeutet überhaupt Vegetarier?

Es gibt viele Gründe Vegetarier zu sein: den Tieren zuliebe, weil es ökonomischer ist, wegen der Gesundheit, aufgrund religiöser Einstellung oder einfach, weil einem Fleisch nicht mehr schmeckt. Auf jeden Fall ist es eine sehr persönliche Entscheidung.

Die klare wissenschaftliche Definition für Vegetarismus lautet, „Lebensweise, bei der vollständig auf jegliches Töten von Tieren verzichtet wird“. Ein Vegetarier ist jemand, der keine Lebensmittel isst, die das Töten von Tieren voraussetzen. Er isst also kein Fleisch, Fisch, Geflügel oder Schlachthaus-Nebenprodukte wie zum Beispiel Gelatine. Produkte von lebenden Tieren wie Milch, Milchprodukte (Käse, ...) und Eier werden nicht von allen Vegetariern gegessen. Deshalb gibt es verschiedene Arten von Vegetariern:

- * Ovo-Lacto-Vegetarier essen Milchprodukte und Eier (aus Freilandhaltung). Dies ist die klassische Form der vegetarischen Ernährung und wird von den meisten Vegetariern angewendet.

- * Lacto-Vegetarier essen Milchprodukte, aber keine Eier.

- * Ovo-Vegetarier essen Eier, aber keine Milchprodukte.

- * Veganer essen keine Milchprodukte, keine Eier oder irgendwelche andere tierische Produkte. Manche essen zum Beispiel auch keinen Honig. Häufig benutzen Veganer auch keine Gebrauchsgegenstände, die aus Tierhaut oder ähnlichem gefertigt werden, wie z. B. Leder. Diese Form des strengen Vegetarismus ist aber weniger verbreitet.

Es gibt noch verschiedene Mischformen wie zum Beispiel „Halbvegetarier“, die nur rotes Fleisch meiden und sehr wohl Geflügel und Fisch essen. Oder „Pesci-Vegetarier“, die zwar kein Fleisch und Geflügel, aber Fisch essen. Man warnt übrigens vor der Ernährungsform der sogenannten „Pseudo- oder Puddingvegetarier“. Das sind meistens Kinder, die zum Beispiel aus Tierschutzgründen von einem Tag auf den anderen Fleisch verweigern und deren ratlose Mütter die Fleischspeisen dann ausschließlich durch Mehl- und Süßspeisen (Palatschinken, Pudding etc.) ersetzen.

Einige Leute gehen noch weiter und werden sogenannte Fruitarier und essen nur Früchte, Nüsse und Samen. Fruitarier glauben, dass es falsch ist, eine Pflanze zu töten, indem man sie entwurzelt oder ihre Blätter abreißt. Dies ist allerdings keine ausgewogene Ernährung und wird nicht empfohlen.

Ist Vegetarismus ungesund? Der Aberglaube, dass Vegetarismus ungesund ist und alle Vegetarier bleich und dünn sind, ist heutzutage zum Glück nicht mehr so sehr verbreitet. Tatsache ist, dass eine ausgewogene vegetarische Kost genau mit der empfohlenen Ernährung (wenig Fett, viele Ballaststoffe) übereinstimmt. Medizinische Studien beweisen, dass Vegetarier gesunder leben. Sie haben einen niedrigeren Cholesterinspiegel und aufgrund ihrer Ernährung um 40% weniger Krebsrisiko und um 30% weniger Infarkte. Vegetarier sind erst recht nicht unterernährt, krankheitsdisponiert, infektanfällig oder gar schwächlich. Das beweisen nicht nur

Medizinstudien, sondern auch die berühmten Sportler und Olympiasieger wie Carl Lewis, Dave Scott, Boris Becker, Martina Navratilova und zahlreiche Sportteams.

Nach Informationen im Internet

b) Erstellen Sie anhand der markierten Wörter eine Mindmap zum Text.

c) Arbeiten Sie in Kleingruppen, erzählen Sie den Text anhand der Mindmap nach. Ergänzen Sie sich gegenseitig.

d) Besprechen Sie im Plenum die Fragen, begründen Sie kurz Ihre Antwort.

1. Können Sie es sich vorstellen Vegetarier zu sein? Welcher Typ der Vegetarier können Sie eventuell werden? 2. Kennen Sie selber Vegetarier? Zu welchem Typ gehören sie?

Aufgabe 9. Motive für Vegetarismus

a) Lesen Sie den Text und unterstreichen Sie Motive für Vegetarismus.

Die Gründe für vegetarische Ernährung sind sehr unterschiedlich. Die meisten Vegetarier erklären ihre Lebensweise ethisch (z.B. Tierrechte), bei anderen sind die Motive gesundheitlich, global-ökonomisch, global-ökologisch, religiös oder philosophisch (z.B. Gleichwertigkeit verschiedener Lebensformen). Andere erklären, dass ihnen Fleisch nicht schmeckt oder sie es unästhetisch finden. In asiatischen Kulturen stehen traditionell religiöse Gründe im Vordergrund (z.B. Buddhismus), in westlichen Kulturen wird hauptsächlich ethisch und ökologisch argumentiert.

Nach Informationen im Internet

b) Besprechen Sie im Plenum die Fragen.

1. Aus welchen Gründen wird man Vegetarier? Welche Gruppen werden im Text genannt? 2. Welche Argumente können Sie für jede Gruppe der Gründe im Text finden? Welche Argumente können Sie selber nennen?

c) Entscheiden Sie sich für einen der Textabschnitte, lesen Sie die Informationen und füllen Sie dabei entsprechende Spalten der Tabelle stichwortartig aus.

	Pro-Argumente	Contra-Argumente
Ethische Motivation		
Religiöse Motivation		
Gesundheitliche Motivation		

Ethische Motivation

Als ethische Begründung geben Vegetarier an, dass sie Tiere vor Leid bewahren wollen, oder dass sie nicht möchten, dass Tiere getötet werden. Dabei argumentieren

sie, dass Tiere beim Schlachten starke Schmerzen empfinden. Häufig verweist man in diesem Zusammenhang auch auf die biologische Verwandtschaft zwischen Mensch und Tier und darauf, dass nach heutigem Erkenntnisstand manche Tiere mit Intelligenz ausgestattet sind. Auch gilt als Grund für viele, dass Tiere respektlos behandelt werden und ebenso getötet. Dabei meint man vor allem die Massentierhaltung, aber auch die Vorgänge im Schlachthof. Sie sind der Überzeugung, dass ein Tier ja ebenso lebt wie der Mensch, und wenn es auch nicht gleichwertig ist, man es dennoch nicht von Anfang an schon wie einen toten Gegenstand ansehen sollte.

Religiöse Argumente

Zahlreiche Religionen verbieten einzelne Arten von tierischen Nahrungsmitteln während bestimmter Zeiten oder für bestimmte Personengruppen (Tabu). Im Islam wird das Schwein als unreines Tier betrachtet und daher grundsätzlich nicht verzehrt. Das Christentum kennt den Verzicht auf Fleischspeisen besonders in der Fastenzeit vor Ostern und Weihnachten. Noch relativ weit verbreitet ist der Verzicht auf Fleisch und Wurst am Freitag, traditionell wird statt Fleisch am Freitag Fisch oder ein vegetarisches Gericht gegessen. Dieser Brauch hängt mit dem Glauben zusammen, dass Jesus Christus an einem Freitag gekreuzigt worden war. In außereuropäischen Kulturen ist religiös begründeter Vegetarismus nur in Traditionen indischen Ursprungs anzutreffen, nämlich in einzelnen Richtungen des Hinduismus, bei manchen Buddhisten. Die Motivation ist ihnen allen gemeinsam. Es ist in erster Linie das Gebot der Gewaltlosigkeit, welches im Prinzip das Verletzen und Töten verbietet. Nichtvegetarische Nahrung wird als Anlass zur Entstehung von schlechtem Karma aufgefasst. Außerdem sind diese Traditionen ursprünglich asketisch orientiert: d.h., die Nahrung soll einfach sein und sich auf das unbedingt Notwendige beschränken. Man nimmt auch an, dass manche Nahrungsmittel, besonders Fleisch, unerwünschte Auswirkungen auf das Bewusstsein und den Charakter des Essenden haben. Aus diesen Gründen gilt die Fleischnahrung als Hindernis auf dem Weg zur Reinigung. Milch und Milchprodukte sind hingegen in allen diesen asiatischen Traditionen erlaubt, und zum Teil wird ihr Verzehr sogar ausdrücklich empfohlen.

Gesundheitliche Motivation

Zahlreiche Studien zeigen, dass vegetarische Nahrung einen geringeren Fettanteil und mehr Ballaststoffe hat, was als gesundheitlich vorteilhaft gilt. Vegetarier nehmen auch weniger Schadstoffe auf; so wies zum Beispiel in vielen Studien die Muttermilch von Veganerinnen und Vegetarierinnen deutlich weniger Schadstoffe auf, als die Muttermilch der Frauen, die übliche Mischkost essen, da sich in Tieren einige Schadstoffe in größeren Mengen, als in Pflanzen ansammeln. Ein weiterer Grund ist, dass bei Tier-Krankheiten Erreger auf den Menschen überspringen können. Häufig wechselt man zum Vegetarismus wegen gesundheitlicher Beschwerden, vor allem im Herz-Kreislauf-System oder Hauterkrankungen. In diesen Fällen kann ein Wechsel

zum Vegetarismus symptomlindernde Auswirkungen haben. Ein weiterer Grund für den Verzicht auf Fleisch aus Massentierhaltung sind die dort eingesetzten Medikamente, insbesondere Antibiotika. Dadurch werden Antibiotika bei Menschen immer unwirksamer.

Nach Informationen im Internet

d) Arbeiten Sie zu dritt. Erzählen Sie anhand der erstellten Tabelle über Motivationen für Vegetarismus. Füllen Sie beim Zuhören die anderen Spalten der Tabelle aus.

e) Besprechen Sie in der Gruppe.

1. Welche Motive haben Sie überrascht? 2. Welche Motive finden Sie sehr überzeugend? 3. Welche Motive können Sie dazu bewegen, Vegetarier zu werden?

f) Aus welchen Gründen sind die Leute Vegetarier geworden? Überfliegen Sie den Text und tragen Sie die Informationen in die Tabelle ein.

Name	Alter	Gruppe der Motive	Argumente

Kein Appetit auf Fleisch

Sarah und Laura (14 Jahre alt) essen zu Hause nur Vegetarisches. Sie sind seit ihrem elften Lebensjahr Vegetarier. Früher kam in ihrer Familie fast täglich Fleisch auf den Tisch. Heute essen die Zwillinge lieber Pizza Margarita anstatt Spaghetti Bolognese. Mittags, wenn Sarah und Laura von der Schule kommen, wird zu Hause nur noch vegetarisch gekocht. „Warum wir kein Fleisch mögen? Das fragen uns viele. Oft ekeln wir uns einfach nur davor.“ Sprüche wie „Fleisch ist doch das leckerste, was es gibt“ müssen sie sich immer wieder anhören. Doch das sehen die beiden anders: „Nahrung ist etwas sehr Natürliches. Doch bei Fleisch ist nicht mehr viel davon übrig.“ Fleisch als natürliche Nahrung anzusehen: Das fällt sogar manchem Nicht-Vegetarier schwer. Rinderwahnsinn¹ und Schweinepest², Massentierhaltung und Tiertransportskandale haben vielen den Appetit darauf verdorben.

Astrid Viell (49 Jahre alt) unterrichtet Sarah und Laura in Biologie. Sie spricht ein anderes Problem an: „Viele Tiere werden mit Antibiotika gefüttert. Der Mensch nimmt das mit dem Fleisch auf. Dadurch werden Antibiotika bei Menschen immer unwirksamer.“ An ihrer Schule gibt es ungefähr einen Vegetarier pro Klasse. Hauptsächlich sind es Mädchen, die sich fleischlos ernähren. „Viele sagen, dass sie Tiere lieb haben. Das Schlachten finden sie grausam“, so die Lehrerin.

Nina (15 Jahre alt) isst kein Fleisch mehr, seitdem sie das Schlachten eines Schafes gesehen hat. Bei Ümmihan war es das rituelle Schlachten am moslemischen Opferfest, das sie vor acht Jahren erlebte. Seitdem verzichtet sie wie ihre vier älteren Schwestern auf Fleisch.

Durch das Töten eines Tieres ist auch *Ines* (14 Jahre alt) zu überzeugter Vegetarierin geworden. Ines machte Reiterferien auf einem Bauernhof, als sie dort ein geschlachtetes Rind hängen sah. „Darunter konnte man noch Blut sehen“, erinnert sie sich. In diesem Augenblick wurde ihr bewusst, was sie eigentlich aß. Ihre ältere Schwester *Denise* (15 Jahre alt), wie Ines eine leidenschaftliche Reiterin, isst ebenfalls kein Fleisch.

Auch wenn sich viele über das Töten von Tieren aufregen, ziehen die Konsequenzen nur wenige. So sieht es jedenfalls *Jennifer* (12 Jahre alt): „Die meisten Jugendlichen machen sich keine Gedanken, wenn sie mal wieder zum Hamburger greifen.“ Ihren eigenen Fleischverzicht sieht sie auch als Anstoß für andere. „Es ist gut zu wissen, dass man es tut“, meint Jennifer.

Katja (15 Jahre alt) hatte gesundheitliche Probleme, als sie Vegetarierin wurde. Darum aß sie Fisch und Sojafleisch. Sie ist überzeugt, dass sie damit den Tieren helfen kann: „Wenn es viele Menschen machen, schadet das der Fleischindustrie.“

Für *Yasmin* (14 Jahre alt) war es zunächst eine reine Mitmach-Aktion, wenn ihre Freundin aus gesundheitlichen Gründen auf Fleisch verzichtete. Yasmin wollte sehen, ob sie es auch schafft. „Durch den Eiweißentzug bekam ich Kreislaufprobleme. Zum Ausgleich aß ich mehr Fisch und Sojafleisch.“ Heute glaubt sie, dass sie sich gesünder als früher ernährt. Anstatt Süßigkeiten isst sie mehr Obst und Gemüse. Gewichtsprobleme kennt sie nicht.

Lisa (11 Jahre alt) hat verschiedene Haustiere, die sie sehr liebt. Das ist der Grund, warum sie kein Fleisch isst. Lisa möchte am liebsten Veganerin sein, aber ihre Mutter sorgt sich um ihre Gesundheit. Deshalb hat sie versprochen, einmal pro Woche Eier und Fisch zu essen. Legebatterien³ mit Hühnern lehnt Lisa ab. Darum kauft ihre Mutter jetzt nur noch Eier beim Bauern. Zu Hause kümmert sie sich liebevoll um ihre Haustiere. Und die Haustiere will man ja auch nicht schlachten und essen!

Nach Informationen aus dem Internet

¹ der Rinderwahnsinn (tödliche Krankheit von Rindern, die über das Essen von Fleisch auch auf Menschen übertragbar ist) – коровье бешенство

² die Schweinepest (tödliche Krankheit von Schweinen, für Menschen nicht gefährlich) – свиная чума

³ die Legebatterie (ein Stall mit meist tausenden von kleinen Käfigen, in denen Hühner zur Eierproduktion gehalten werden)

g) Warum wird man Vegetarier? Fassen Sie das Gelesene zusammen.

Aufgabe 10. Warum wird man Vegetarier?

a) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

С каждым годом все больше людей по всему миру становятся вегетарианцами. Для этого существует много причин. Многие отказываются от мяса по

этическим причинам, потому что считают, что животные также обладают интеллектом и с ними необходимо соответственно обращаться. Животных, по мнению таких вегетарианцев, нельзя убивать только ради еды. Некоторые принимают такое решение, потому что по состоянию здоровья не могут принимать в пищу мясные продукты. Многие становятся вегетарианцами на определенное время, например, по религиозным причинам на время поста. Существуют различные типы вегетарианцев: некоторые отказываются только от мясных блюд, другие также от молочных продуктов, третьи вообще отказываются от всех продуктов питания животного происхождения. Существуют различные точки зрения о пользе и вреде вегетарианства.

b) Interview mit einem Vegetarier.

- Bereiten Sie Fragen für das Interview mit einem Vegetarier vor.
- Bereiten Sie das Interview zum Präsentieren vor.
- Präsentieren Sie das Interview im Plenum.

c) Äußern Sie Ihre Meinung zum Thema „Vegetarismus“.

Aufgabe 11. Geschichten schreiben

a) Verteilen Sie die Sprichwörter in der Gruppe. Bereiten Sie zu Ihrem Sprichwort eine interessante und lehrreiche Geschichte vor, in der man das Sprichwort sinngemäß gebrauchen kann.

1. Ich glaube, dass die Vegetarier mit ihrer Vorschrift, weniger und einfacher zu essen, mehr genutzt haben, als alle unsere Moralsysteme zusammengenommen. 2. Es gibt Menschen, die rauchen nicht, trinken nicht, essen nur Gemüse und meiden auch sonst jeden Genuss. Zur Strafe werden sie 100 Jahre alt. 3. Vegetarier leben länger. Aber wie! 4. Nicht jeder, der für junges Gemüse schwärmt, ist ein Vegetarier. 5. Vegetarier leben nicht länger, Sie sehen nur älter aus! 6. Vor kurzem war ich bei einem Kochkurs. Seit dieser Zeit bin ich Vegetarier. 7. Nicht jeder, der Tiere mag, ist ein Tierfreund, sagte der Vegetarier. 8. Vegetarier essen keine Tiere, aber sie fressen ihnen das Futter weg.

b) Präsentieren Sie Ihre Geschichte in Ihrer Kleingruppe. Wählen Sie dann die schönste Geschichte, die im Plenum präsentiert wird.

THEMENBEREICH 4 WIE STUDENTEN ESSEN

Aktiver Wortschatz

1	das Restaurant [rɛstorã:], -s, -s das Lokal, -s, -e die Gaststätte, -, -n die Mensa, -, Mensen die Cafeteria, -, Cafeterien die Kantine, -, -n	ресторан ресторан, кафе ресторан, кафе студенческая столовая кафетерий (на предприятии) столовая, буфет (на предприятии)
2	der Stand, -es, Stände Syn.: der Verkaufsstand der Imbissstand der Wurststand	открытый прилавок, ларек, киоск, палатка по продаже чего-л. ларек, в котором продают продукты быстрого питания и напитки киоск по продаже сосисок, бутербродов с колбасой и т.п.
3	die Bar, -, -s die Salatbar, die Kaffeebar	бар салат-бар, кофе-бар
4	die Theke, -, -n	стойка
5	der Snack, -s, -s [snɛk] Syn.: der Imbiss, -es, e	продукт быстрого питания (еда наскоро)
6	das Fastfood, -s, -s ['fa:stfu:d] Syn.: der Schnellimbiss, -es, -e das Fastfood-Restaurant, -s, -s sich von Fastfood ernähren	быстрое питание, фаст-фуд ресторан быстрого питания питаться фаст-фудом
7	(an)bieten (bot, geboten), h j-m Dat. etw. Akk. das Angebot, -s, -e an/von etw. Dat.	предлагать кому-л. что-л. предложение
8	wählen (te, t) h etw. Akk. die Wahl, -, (ohne Pl.) zur Wahl stehen (stand, gestanden), h	выбирать что-л. выбор предлагаться на выбор
9	die Auswahl, -, (ohne Pl.) an/von etw. Dat. eine große Auswahl an Speisen und Getränken (an)bieten zur Auswahl bieten etw. Akk.	выбор чего-л. предлагать большой выбор блюд и напитков предлагать что-л. на выбор
10	der Service, -, s	обслуживание, услуги, сервис

11	der Preis, -es, -e ein hoher, niedriger, günstiger Preis kosten (te, t) h j-m Dat. etw. Akk. Was (wie viel) kostet das?	цена, стоимость высокая, низкая, доступная цена стоить (по цене) Сколько это стоит?
12	die Speisekarte, -, en <i>Syn.:</i> der Speisezettel, -s, - die Speisekarte reichen (te, t), h j-m Dat. auf der Speisekarte stehen (stand, gestanden), h die Getränkekarte, -, -n	меню подать меню кому-л. быть в меню карта напитков
13	der Speiseplan, -s, Speisepläne Der Speiseplan für die laufende Woche hängt in der Kantine.	меню (на несколько дней или неделю, обычно в столовой) Меню на эту неделю вывешено в столовой.
14	das Menü, -s, -s 1) Speisenfolge 2) aus mehreren Gängen bestehende Mahlzeit ein festliches Menü aus vier Gängen ein Menü zusammenstellen (te, t), h Das Restaurant bietet Menüs zur Auswahl.	1) меню (подбор блюд) 2) обед, состоящий из нескольких смен блюд праздничное меню из четырех блюд составлять меню Ресторан предлагает комплексные обеды.
15	das Wahlessen, -s, - (<i>in einer Kantine o.Ä. zur Auswahl stehendes Essen</i>) Die Mensa bietet drei Wahlessen an.	обед/меню, состоящее из блюд на выбор (в пункте общественного питания) Столовая предлагает три меню на выбор.
16	das Stammessen, -s, - <i>Syn.:</i> das Stammgericht, -es, -e	стандартный (комплексный) обед
17	ausgeben (gab aus, ausgegeben), h j-m Dat. etw. Akk. die Ausgabetheke, -, -en <i>Syn.:</i> die (Ausgabe)-linie, -, -n an der Linie	выдавать, раздавать расположенные в ряд стойки выдачи/раздачи еды (в столовой) у стойки раздачи еды
18	der Gang, -(e)s, die Gänge als ersten/zweiten Gang ein Essen mit mehreren Gängen dreigängig/viergängig	блюдо (в смысле очередности) на первое/второе обед (ужин) из нескольких блюд состоящий из трех, четырех блюд
19	das Hauptgericht, -es, -e	основное блюдо, «горячее»

20	die Beilage, -, -n Braten mit Beilage	гарнир жаркое с гарниром
21	sich anstellen (te, t), h	вставать в очередь
22	anstehen (stand, gestanden), h Syn.: Reihe stehen, Schlange stehen	стоять в очереди
23	decken (te, t), h etw. Akk. den Tisch decken Ant.: abdecken (te, t), h etw. Akk./ abräumen (te, t), h etw. Akk.	накрывать накрывать на стол убирать (со стола)
24	räumen (te, t), h etw. Akk. Geschirr vom Tisch in die Küche (weg)räumen	убирать убирать посуду со стола на кухню
25	der Teller, -s, - ein flacher, tiefer Teller der Suppenteller, der Pappteller den Teller füllen (te, t), h mit etw. Dat. den Teller auf den Tisch stellen (te, t), h Syn.: aufstellen (te, t), h/platzieren (te, t), h den Teller leer essen (aß, gegessen), h	тарелка мелкая, глубокая тарелка суповая, картонная тарелка наполнить поставить тарелку на стол съесть все на тарелке
26	das Besteck, -(e)s, -e Syn.: das Essbesteck, -(e)s, -e	столовый прибор
27	der Löffel, -s, - der Esslöffel, der Teelöffel	ложка столовая, чайная ложка
28	die Gabel, -, -n	вилка
29	das Messer, -s, -	нож
30	die Serviette, -, -n die Papierserviette, die Stoffserviette die Serviette falten (te, t), h Syn.: die Serviette zusammenlegen (te, t), h	салфетка бумажная салфетка, салфетка из ткани сложить салфетку
31	der Stammgast, -es, -gäste der Stammtisch, -es, -e	завсегдатай, постоянный посетитель стол для постоянных гостей
32	der Kellner, -s, - Syn.: der Ober, -s, -	официант
33	bedienen (te, t), h j-n Akk. seine Kunden, Gäste höflich, aufmerksam bedienen die Bedienung, -, (ohne Pl.) Die Bedienung ist hier vorbildlich.	обслуживать обслуживать клиентов, гостей вежливо, внимательно обслуживание Обслуживание здесь

	die Selbstbedienung, -, (ohne Pl.)	превосходное. самообслуживание
34	bestellen (te, t), h etw. Akk. einen Tee, zwei Kaffee bestellen Wir würden gerne bestellen.	заказывать заказывать чай, два кофе Мы бы хотели сделать заказ.
35	das Tablett, -s, -s/-e ein volles Tablett auf dem Tablett bringen etw. Akk.	поднос полный поднос принести что-л. на подносе
36	einschenken (te, t) h j-m Dat. etw. Akk. Ich schenkte ihr noch eine Tasse Tee ein.	налить кому-л. что-л. Я налил ей еще чашку чая.
37	bezahlen (te, t), h etw. Akk. Ich möchte gerne zahlen. das Essen an der Kasse bezahlen in bar, bargeldlos bezahlen	оплачивать Принесите мне, пожалуйста, счет. оплачивать еду в кассе оплачивать наличными, безналичными (напр. карточкой)
38	das Trinkgeld, -(e)s, (ohne Pl.) Trinkgeld geben Stimmt so, danke!	чаевые давать чаевые Спасибо, сдачи не надо!

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Ложка, кафетерий, поднос, ресторан, быстрое питание, кафе, студенческая столовая, стойка, выбор чего-л., бар, столовая (на предприятии), меню, открытый прилавок, предложение, стандартный обед, чаевые, блюдо (в смысле очередности), гарнир, основное блюдо, тарелка, официант, столовый прибор, салфетка, вилка, нож, самообслуживание, завсегдатай.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Обслуживать, предлагать что-л., заказывать, выбирать, подать меню, оплачивать, налить что-л., быть в меню, составлять меню, выдавать, вставить в очередь, убирать, стоять в очереди, накрывать, сложить салфетку, убирать (со стола), наполнить (тарелку), съесть все на тарелке.

Aufgabe 3. Setzen Sie Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Ich habe heute ... Hauptgericht Fisch und ... Beilage Reis ... Gemüse bestellt.
2. Ich kaufe mir oft Würstchen und Pommes ... Wurststand an der Ecke.
3. Der

Speiseplan ... laufende Woche hängt ... Kantine aus. 4. Das Angebot ... Speisen und Getränken ist ... Restaurant „An der Brücke“ immer reich. 5. Die Gaststätte „Elefant“ bietet eine große Auswahl ... Speisen und Getränken an. 6. ... Ständen können Sie gewöhnlich nur ... bar bezahlen. 7. Hier stehen leckere Gerichte ... Wahl. 8. Das Essen bezahlen Sie ... Kasse. 9. ... Speisekarte stehen heute viele Kartoffelgerichte. 10. ... Ausgabelinie kann man wählen, ... welche Speisen und Getränke man heute Appetit bekommt. 11. Wir haben ein Menü ... mehreren Gerichten zusammengestellt. 12. Das Restaurant bietet mehrere Menüs ... Auswahl. 13. ... ersten Gang nehme ich Erbsensuppe.

Aufgabe 4. Ersetzen Sie die markierten Ausdrücke durch Synonyme.

1. An diesem *Stand* kann man immer etwas Schönes finden. 2. Der *Kellner* brachte die bestellten *Speisen* auf dem Tablett. 3. Wir *bieten* Ihnen verschiedene *Gerichte*. 4. Hast du die Servietten schon *zusammengelegt*? 5. Das Mittagessen besteht heute *aus drei Gängen*. 6. Wir haben für das Essen lange *angestanden*. 7. Die Gastgeberin hat Teller auf den Tisch *gestellt*. 8. Wo liegt das *Besteck*? 9. Viele halten *Fastfood* für ungesund.

Aufgabe 5. Nennen Sie passende Attribute zu den Substantiven und übersetzen Sie diese ins Russische. Bilden Sie kurze Sätze mit den Wortverbindungen.

Teller, Trinkgeld, Gang, Tablett, Bedienung, Auswahl, Kellner, Preis.

Aufgabe 6. Vervollständigen Sie die Sätze.

1. Schenke ... ein. 2. Das Angebot 3. In bar 4. ... zur Wahl 5. Stelle ... kalt! 6. ... auf der Speisekarte 7. ... ein Menü aus 8. ... an der Ausgabetheke 9. ... an der Kasse 10. Als zweiten Gang 11. Iss bitte ... leer! 12. ... auf dem Tablett 13. Füll bitte alle Gläser 14. Als Hauptgericht

Aufgabe 7. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. На первое я часто беру суп. Я очень люблю молочный суп и крем-суп из шампиньонов. 2. Стань в очередь, а я займу для нас столик возле окна. 3. Я не хожу в рестораны быстрого питания. Такая пища вредна для здоровья. 4. Выбор блюд и напитков в этом ресторане всегда очень большой. 5. Нам очень понравилось обслуживание в этом ресторане. 6. Накрывай уже на стол, скоро придут гости. Поставь, пожалуйста, на стол тарелки и положи столовые приборы: вилки, ложки и ножи. Принеси салфетки и положи их рядом с каждой тарелкой. 7. Где я могу оплатить покупки? – В кассе. 8. В этом кафе я завсегда. Здесь можно заказать чашечку горячего кофе и вкусные пирожные. 9. В меню сегодня большой выбор рыбных блюд. 10. Помогите маме убрать посуду со стола! 11. Тебе еще налить сока? 12. Во всех студенческих столовых самообслуживание: это значит, что каждый сам выбирает блюда, ставит их на

поднос и затем оплачивает в кассе. В студенческих столовых нет официантов.
13. Многие студенты питаются исключительно фаст-фудом.

Aufgabe 8. Speisekarte, Menü oder Speiseplan?

a) Setzen Sie „Speisekarte“, „Menü“ oder „Speiseplan“ in der richtigen Form ein. Achten Sie auf den Artikelgebrauch.

1. ... ist ein Verzeichnis der Speisen, die man in einer Gaststätte erhalten kann. Sie sind auf einer Karte, in einer Mappe o.Ä. 2. ... ist eine Speisenfolge für ein Festessen. 3. ... ist eine Mahlzeit, die aus mehreren Gängen besteht. 4. Wir wollten für das Fest ... zusammenstellen. 5. ... ist in Form einer Liste zusammengefasst und hängt in der Mensa. 6. Am Abend kam der Chefkoch, um ... für das Bankett zu besprechen.

b) Finden Sie Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen diesen Begriffen und füllen Sie die Tabelle mit den Merkmalen aus.

	<i>Speisekarte</i>	<i>Menü</i>	<i>Speiseplan</i>
Für wie viele Tage?			
...			

c) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche, achten Sie dabei auf den Unterschied im Gebrauch von „Speisekarte“, „Menü“ oder „Speiseplan“.

1. В столовой всегда вывешивается меню на всю неделю. Это очень удобно, так как можно заранее узнать, какие блюда и напитки будут предложены посетителям. 2. В ресторане меню выглядит как книжечка или папка. Оно часто очень оригинально оформлено, чтобы заинтересовать посетителей. 3. Когда у вас важное мероприятие, например юбилей или свадьба, Вам необходимо составить меню и подумать о закусках, основном блюде, десерте. Вы должны также подумать, когда и в какой последовательности будут подавать эти блюда. 4. Сейчас многие столовые и рестораны предлагают несколько комплексных меню в обеденное время. Каждый комплекс состоит из салата, супа, основного блюда и напитка. 5. В этом ресторане Вы можете заказать блюда, которые не указаны в меню. 6. Сегодня пятница, посмотри в меню, что сегодня предлагается в столовой.

d) Bilden Sie 3 kurze Sätze mit „Speisekarte“, „Menü“ und „Speiseplan“, wo Sie die Bedeutung dieser Begriffe deutlich zeigen.

Aufgabe 9. Einrichtungen, wo man essen kann

a) Setzen Sie die Substantive richtig ein, gebrauchen Sie den bestimmten Artikel.

Restaurant, Café, Kneipe, Imbissstand, Bar, Kantine, Mensa, Gaststätte, Cafeteria

1. ... ist ein Café mit Selbstbedienung. Besonders häufig sind sie in öffentlichen Einrichtungen wie Universitäten oder Krankenhäusern eingerichtet und bieten vor allem Getränke und kleine Imbisse an. 2. ... ist eine Gaststätte, in der Speisen und Getränke angeboten und verzehrt werden. Sie bietet eine Auswahl an Gerichten an und hat separate Tische oder Räume für ihre Gäste. 3. ... ist eine Gaststätte, die dem Verzehr von Bier, aber auch anderen alkoholischen oder nicht-alkoholischen Getränken dient. Da werden häufig auch kleine Speisen angeboten. 4. ... ist ein Lokal, in dem hauptsächlich Getränke an der Theke ausgeschenkt werden. Die meisten sind nur abends und nachts geöffnet, einige aber auch tagsüber. Je nach Ausrichtung wird Bier und eine einfache Auswahl an Modegetränken oder auch eine große Vielfalt an Cocktails angeboten. Es ist ein beliebter Treffpunkt in Hotels oder als Ausgeziel in der Stadt. 5. ... ist eine Gaststätte innerhalb eines Unternehmens oder einer öffentlichen Einrichtung, sie dient der Verköstigung der Mitarbeiter mit warmen Mahlzeiten in der Mittagspause. Im Regelfall ist es nur Mitarbeitern und Besuchern der Firma möglich, dort zu essen. 6. ... ist die Kantine einer Universität bzw. Hochschule. 7. ... ist ursprünglich eine Gaststätte, in der Kaffee oder Tee mit Kuchen, Gebäck und Ähnlichem angeboten werden (deutsch auch Kaffeehaus). 8. ... ist ein gastronomischer Betrieb, in dem Getränke oder Speisen zum sofortigen Verzehr verkauft werden und der auch eine Aufenthaltsmöglichkeit bietet, beispielsweise ein Restaurant, ein Biergarten oder eine Kneipe. 9. ... ist ein Verkaufsstand, Kiosk, an dem man einen kleinen Imbiss einnehmen kann.

b) Finden Sie Bilder (im Internet, Zeitungen, Zeitschriften) mit den oben genannten Esseinrichtungen. Beschreiben Sie diese Bilder.

c) Bilden Sie 2 Mini-Situationen nach dem Muster und lassen Sie Ihre Studienkollegen eine passende Esseinrichtung empfehlen.

M u s t e r: – *Ich habe Hunger, aber sehr wenig Zeit, um zu Mittag zu essen.*

Am liebsten würde ich schnell eine Kleinigkeit essen.

– *Dann kannst du in/zu ... gehen. Dort kannst du ...*

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenzen

Aufgabe 1. Mensen in Deutschland

a) Lesen Sie den Text und finden Sie eine passende Überschrift für jeden Abschnitt. Begründen Sie kurz Ihre Entscheidung.

Eine Mensa (lat. mensa „Tisch, Tafel“) ist die Kantine einer Universität bzw. Hochschule. Mensen sind in erster Linie für Studenten und Universitätsmitarbeiter

bzw. Gäste der Hochschule, aber es dürfen in der Regel auch Auswärtige dort essen. In größeren Universitätsstädten kann es mehrere Mensen geben, die auch von einer anderen Mensa beliefert werden oder nur ein eingeschränktes Angebot haben.

Einige Leute schimpfen auf die Mensa und sagen: „Wer in der Mensa isst, braucht einen gesunden Körper.“ Doch die dargebotenen Speisen sind meist viel besser als ihr Ruf, denn die hygienischen Bestimmungen für eine Mensa sind sehr streng. Dem Vergleich mit den Gerichten, die uns die Mutter zubereitet, halten sie zwar nicht stand, aber für eine Großküche, die täglich mehreren hundert Personen die Bäuche füllt, ist das Niveau recht ordentlich. Geschmack und Qualität der Speisen sind aber von Mensa zu Mensa unterschiedlich.

Früher galt das Mensaessen als eintönig, billig und nicht besonders wohlschmeckend. Das Angebot der Mensen hat sich jedoch in den letzten Jahren deutlich verbessert. Es ist in der ersten Linie damit verbunden, dass das Essen oder die Komponenten oft frei wählbar sind. Gewöhnlich gibt es ein Stammessen und ein oder mehrere Wahlessen. Das Wahlessen können Sie selbst zusammenstellen und unter verschiedenen Komponenten auswählen. Hier werden Ihnen große und kleine Mahlzeiten sowie Snacks für zwischendurch geboten. Es stehen täglich viele Speisen zur Wahl: Vorspeisen, Suppen, Rohkostteller sowie Gemüse, Salate, verschiedene Beilagen und ein breites Angebot an Obst. Vegetarische Kost ist dabei heute auch nicht mehr ungewöhnlich und steht regelmäßig auf dem Speiseplan. Auch eine Salatbar und verschiedene Getränke und Desserts sind erhältlich. Viele Mensen bieten Ihnen auch Bio-Essen. Für diese Gerichte werden nur ökologische Produkte verwendet.

Außerdem halten sich die Preise noch in Grenzen. In der Mensa zu essen ist oft billiger, als selber zu Hause zu kochen. Die Preise für ein Essen in der Mensa liegen zwischen 0,80 und 4,00 Euro. Studenten zahlen im Normalfall den niedrigsten Preis, das Personal etwas mehr und Auswärtige den höchsten Preis. Die niedrigeren Preise für Studenten erklären sich durch Subventionen¹ der Studentenwerke². Hier ist ein Beispiel:

Mensa I (Turmstrasse 3, 11.30 - 14.00 Uhr)

Freitag

Gemüseschnitzel mit Pfeffersauce, Vollkornreis, Salat **2,10 €***

Seelachsfilet in Eihülle, fruchtige Tomatensauce **2,60 €***

Lasagne alla Bolognese **3,30 €***

Petersilienkartoffeln oder Bandnudeln oder Salatbeilage **2,90 €***

**Gäste zahlen auf den Menüpreis einen Aufschlag von 1 €.*

Wenn Sie sich an der Ausgabetheke bedient haben, bezahlen Sie am Ende an der Kasse.

¹ die Subvention – (денежная) помощь; дотация

² das Studentenwerk – общества содействия учащимся высших учебных заведений

b) Erklären Sie die folgenden Begriffe aus dem Text.

1. Mensa; 2. Wahlessen; 3. Stammessen; 4. Snack; 5. Bio-Essen; 6. Aufschlag; 7. Rohkostteller; 8. Auswärtige.

c) Antworten Sie auf die Fragen.

1. Wer darf in der Mensa essen? 2. Warum halten einige Leute nicht viel von der Mensa? 3. Wie hat sich das Angebot in den Mensen geändert? 4. Was hat die Mensa Vegetariern zu bieten? 5. Wie sind die Preise in der Mensa? 6. Wie ist die Bedienung in den Mensen? 7. Was hilft die Qualität der Mensen in Deutschland zu verbessern?

d) Vergleichen Sie die Mensen in Deutschland mit unserer Universitätsmensa.

1. Was ist genauso/anders? 2. Welche Vorteile/Nachteile finden Sie? 3. Was möchten Sie gerne übernehmen?

e) Äußern Sie Ihre Meinung zu den Punkten. Begründen Sie kurz Ihre Meinung.

1. „Wer in der Mensa isst, braucht einen gesunden Körper.“ Sind Sie damit einverstanden? 2. Wie nützlich finden Sie eine Meinungsumfrage zu der Qualität der Mensen? Wie kann das die Qualität der Mensen ändern?

Aufgabe 2. Bargeldlos zahlen in den deutschen Mensen

a) Lesen Sie den Text und ordnen Sie die Überschriften den Absätzen zu. Begründen Sie kurz Ihre Entscheidung.

Information zum bargeldlosen Zahlungsverkehr

Was passiert, wenn die MensaCard defekt ist?

Wie erhalte ich die MensaCard?

Was ist eine Mensa Card?

Was bezahle ich für die MensaCard?

Was passiert, wenn die MensaCard verloren geht?

Wie wird die MensaCard aufgewertet?

Wie bezahle ich mit der Karte?

Wie muss die Chipkarte behandelt werden?

Bargeldlos zahlen mit der MensaCard

Verehrte Gäste! In unseren Mensen geben wir täglich über fünfzehntausend Essen aus. Um Ihnen trotzdem einen schnellen Service bieten zu können, haben wir mit der MensaCard die bargeldlose Zahlung eingeführt. In allen unseren Mensen und Cafeterien können Sie bargeldlos mit der MensaCard bezahlen. Das erleichtert sowohl Ihnen als auch uns das lange Suchen nach Klein- bzw. Wechselgeld und verkürzt die Wartezeiten an den Kassen.



Die MensaCard ist eine Chipkarte, auf der nur der Geldbetrag und die Kartenummer gespeichert sind. Wir speichern keine persönlichen Daten wie Namen, Häufigkeiten der Nutzung oder persönliche Vorlieben für bestimmte Speisen. Darauf geben wir Ihnen unser Wort. Auf den Karten steht aber die Zugehörigkeit zu den unterschiedlichen Benutzergruppen (Studenten, Bedienstete, Hochschulangehörige ohne Ausweis).

Die MensaCard erhalten Sie an den Kassen der Mensen, wenn Sie Ihren Studentenausweis bzw. Dienstaussweis vorzeigen. Studenten und Mitarbeiter der Hochschulen ohne Studentenausweis oder Dienstaussweis können eine gesonderte Karte bekommen und zahlen dann einen etwas höheren Preis für das Essen.

Für die MensaCard zahlen Sie 1,55 € Pfand. Das Pfand erhalten Sie zurück, wenn Sie die Karte zurückgeben. Außerdem empfehlen wir Ihnen, sich die Kartenummer zu merken. Es ist auch hilfreich, den Namen auf die Karte zu schreiben, damit wir verloren gegangene MensaCards zuordnen können.

In den Foyers der Mensen befinden sich Aufwerter-Automaten. Hier können Sie die Karte aufladen: mit Geldscheinen von 5,00 €, 10,00 €, 20,00 € oder 50,00 €. Der neue Betrag wird auf dem Bildschirm gezeigt. Die Karte ist dann aufgeladen. Wenn es keine Aufwerter gibt, können Sie die MensaCard an den Kassen aufladen. Sie können auch am Aufwerter-Automaten überprüfen, wieviel Sie noch auf der MensaCard haben. Bitte prüfen Sie vor der Auswahl Ihres Essens die Höhe Ihres Guthabens auf der MensaCard.

Legen Sie die Karte auf die Lesefläche des Kartenlesers an der Kasse. Das Guthaben wird auf dem Display oben angezeigt. Die Summe, die Sie zahlen, wird im Display unten angezeigt. Nach Abzug der Summe erscheint im Display oben das neue Kartenguthaben.

Wenn Sie Ihre MensaCard verloren haben und uns die Kartenummer nennen können, werden wir diese Karte sperren. Der Guthabenbetrag der verlorenen Karte übertragen wir auf eine neue Karte. Das wird aber nur zentral in der Universitätsmensa gemacht. Wir empfehlen Ihnen, Name, Anschrift oder

Telefonnummer auf den Karten zu vermerken. Da Karten häufig vergessen werden, kann man schnell den Besitzer kontaktieren.

Die Karte darf man nicht knicken oder biegen. In die Karte darf man keine Löcher machen. Die Karte darf man keiner starken Hitze aussetzen, ebenso raten wir Ihnen von einer Reinigung in der Waschmaschine ab.

Defekte Karten kann man direkt in unseren Mensen tauschen. Vorhandenes Guthaben kann man beim Umtausch auf eine neue Karte umbuchen. Auch in anderen Verkaufsstellen ist der Tausch defekter Karten möglich. Weitere Informationen bekommen Sie ggf. auch an den Kassen.

b) Äußern Sie Ihre Meinung zu den Punkten.

1. Wie finden Sie solches Zahlungssystem? 2. Welche Vor- und Nachteile von solchem Zahlungssystem können Sie nennen? 3. Möchten Sie so ein Zahlungssystem in unserer Mensa haben? Warum?

Aufgabe 3. Bestellen und Bezahlen in der Mensa

a) Lesen Sie den Dialog durch.

Alte Mensa	Studenten	Mitarbeiter
Menü A: Schnitzel mit Tomatensoße und Makkaroni	1,69 EUR	3,14 EUR
Menü B: Rindfleisch mit Gemüse und Semmelknödel	2,20 EUR	3,60 EUR
Menü C: Putensteak mit Tomatenratatouille	1,90 EUR	2,71 EUR
Menü D: Reisauflauf (vegetarisch)	1,88 EUR	2,69 EUR
Menü E: Tomatensuppe mit Reis	1,04 EUR	1,49 EUR

Student. Bitte Essen D.

Ausgabe. Das vegetarische Menü?

Student. Oh, nein – natürlich nicht. Ich habe mich vertan. Das Essen mit dem Schnitzel.

Ausgabe. Bitte schön.

Student. Gehört denn kein Nachtisch dazu?

Ausgabe. Heute nicht, leider. Dort drüben können Sie sich etwas aussuchen, müssen aber extra bezahlen.

Student. Nein, danke.

...

Kassiererin. Das ist Essen A und Sie sind Student, oder?

Student. Na klar.

WIE STUDENTEN ESSEN

Kassiererin. Das macht 3,50 Euro.

Student. Bitte schön.

b) Inszenieren

1. Bereiten Sie den Dialog zum Inszenieren vor, wählen Sie dabei zwischen den Varianten „sehr höflich“, „sehr unhöflich“, „zu langsam“, „zu schnell“, „zu leise“, „zu laut“. 2. Passen Sie den Dialog an die gewählte Variante an. 3. Achten Sie besonders auf Gestik, Mimik und Intonation.

c) Besprechen Sie im Plenum.

1. Was ist in unserer Mensa genauso? 2. Wo sehen Sie Unterschiede?

d) Dialog „Bestellen und Bezahlen in unserer Mensa“

1. Überlegen Sie es sich, wie ein Dialog beim Bestellen und Bezahlen in unserer Mensa ablaufen kann. 2. Sammeln Sie Redemittel und erstellen Sie einen Dialog. 3. Präsentieren Sie den erstellten Dialog im Plenum. Achten Sie auf Gestik, Mimik und Intonation.

Aufgabe 4. Wie ist Ihre Meinung über unsere Mensa?

a) Füllen Sie den Fragebogen aus.

1. Wie oft essen Sie durchschnittlich wöchentlich in der Mensa?

2. Geben Sie Ihr Urteil über die von Ihnen überwiegend besuchte Mensa ab. Bewerten Sie die Fragen: „1“ (sehr gut) bis „5“ (schlecht).

• Wie beurteilen sie die Qualität des Angebots?

Geschmack des Essens	Auswahlmöglichkeiten	Portionsgröße	Temperatur der warmen Speisen	Preis

• Service in dieser Mensa insgesamt?

Öffnungszeiten	Ablauf der Essensausgabe	Freundlichkeit des Personals	Sauberkeit	Atmosphäre insgesamt	Service insgesamt

3. Was muss geändert werden, um Sie vom Mensaangebot zu überzeugen? Notieren Sie sich kurz Ihre Meinung zu jedem Punkt.

- längere Öffnungszeiten?
- größeres Angebot?
- bessere Informationen über das Angebot?
- niedrigere Preise?
- höherwertigeres Angebot?

4. Haben Sie noch weiteres an Lob, Kritik oder Anregungen?

b) Vergleichen Sie die ausgefüllten Fragebögen in Kleingruppen und fassen Sie die Ergebnisse im Plenum zusammen.

c) Schreiben Sie an Ihren deutschen Freund und erzählen Sie über unsere Universitätsmensa, achten Sie dabei auf die unten genannten Punkte.

Einrichtung der Mensa	Angebot an Speisen und Getränken
einer Ihrer Mensa-Besuche	Was könnte man ändern?
Atmosphäre und Bedienung in der Mensa	

Aufgabe 4. Cafeterien

a) Lesen Sie den Text und notieren Sie sich Merkmale einer Cafeteria.

Eine Cafeteria ist ein Restaurant mit Selbstbedienung. Besonders häufig sind sie in öffentlichen Einrichtungen wie Universitäten oder Krankenhäusern eingerichtet. Cafeterien bieten vor allem Getränke und kleine Imbisse an. Da findet man etwas für den kleinen Hunger oder etwas zum Trinken zwischendurch. Man bietet Ihnen neben einem großen Angebot an belegten Brötchen auch Salatvariationen aus dem Salatbuffet an. Hier gibt es belegte Semmeln, Würstchen, Leberkäse, Kuchen, Milchprodukte, Süßigkeiten sowie warme und kalte Getränke. Darüber hinaus bieten viele Cafeterien zum Mittagessen oft einen Eintopf, eine Suppe und zwei Hauptessen zur Auswahl, wie zum Beispiel panierten Fisch oder Schnitzel an. Für Naschkatzen gibt es wechselnde leckere Desserts und ein umfangreiches Kuchenangebot. Bezahlen können Sie hier zum Teil mit der Chipkarte, zum Teil mit Bargeld.

Vorspeisen, Suppen, Salate	
Salatbuffet	0.50 €
Bio-Essen, Essen, Tellergericht	
Berliner Currywurst	1.35 €
Hühnerragout mit gerösteten Mandeln und Rosmarin, Gemüse	3.20 €
Paniertes Schweineschnitzel	1.65 €
Gemüsepfanne auf bunten Nudeln und Blattpetersilie	1.85 €
Beilagen	
Pommes frites	0.90 €
Desserts	
Frisches Obst	0.70 €
Pudding	0.80 €
Quarkspeise	0.80 €

b) Besprechen Sie im Plenum die folgenden Fragen.

1. Wodurch unterscheiden sich Mensen von Cafeterien? Nennen Sie Vor- und Nachteile. 2. Gibt es Cafeterien in Ihrer Universität? Wie sieht es dort aus? (Einrichtung, Angebot, Service usw.) 3. Wo essen Sie lieber, in einer Mensa oder in einer Cafeteria? Warum?

Aufgabe 5. Kaffeebars

a) Lesen Sie diese Werbung für eine Espresso-Bar und unterstreichen Sie das Angebot an Speisen und Getränken.

Espresso - Bars

Wer seine freie Zeit zwischendurch lieber bei einer Tasse Capuccino oder Espresso verbringen möchte, kann dies in einer von vier Espresso-Bars tun. Hier gibt es verschiedene Kaffeesorten in vielen beliebten Geschmacksrichtungen. Bezahlen können Sie zum Teil mit der Chipkarte, zum Teil mit Bargeld. Unterhalb des Foyers der Universitätsmensa befindet sich unsere neue Coffeebar mit gemütlicher Terrasse und Internet-Ecke. Dort können Sie bei Kaffee, Espresso, Capuccino oder Latte macciato mit verschiedenen Aromen und mit einer Auswahl an Kuchenspezialitäten die Pausen genießen. Durch die gemütlichen Sitzgruppen ist unsere Coffeebar ein idealer Ort zum Entspannen – vor und nach dem Studium. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Öffnungszeiten: Mo - Fr: 11.00 - 18.00 Uhr.

b) Besprechen Sie im Plenum folgende Fragen.

1. Was bietet man in Kaffeebars an? 2. Wer geht in Kaffeebars? 3. Gibt es Kaffeebars in Ihrer Universität?

Aufgabe 6. Aus der Geschichte von Fastfood

a) Das Wort Fastfood stammt aus dem Englischen und bedeutet „schnelle Nahrung“. Was meinen Sie, wer isst heute besonders oft Fastfood? Warum?

b) Überfliegen Sie den Text. Welche Synonyme werden im Text zu den Wörtern „Fastfood“ und „Fast-Food-Restaurant“ genannt?

Bereits in der Antike waren Vorläufer der Schnellrestaurants weit verbreitet. In größeren Städten gab es an jeder Ecke Läden, in denen man warmes Essen kaufen konnte. Einige Läden, die in ihrer Einrichtung modernen Fastfoodbuden erstaunlich ähnlich waren, wurden in Pompeji ausgegraben. Diese Läden waren für viele einfache Städter die einzige Möglichkeit, warm zu essen, da viele Mietwohnungen keinen Herd besaßen. Vorläufer der modernen mobilen Esskultur lassen sich im 19. Jahrhundert ausmachen, als aus Russland heimgekehrte napoleonische Soldaten in Frankreich gewisse Schnellrestaurants mit dem Fremdwort Bistro (russ.: „быстро“) versahen.

Der Begriff „Fastfood“ entstand in den 50er Jahren in den USA. In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts kam „Fastfood“ auch nach Europa und ist heute in der ganzen Welt verbreitet. Ursprünglich waren es in Amerika vor allem die Hamburger, die als typisches Fastfoodmenü angesehen wurden, weil man sie auch im Gehen verzehren kann. Schon seit sehr langer Zeit gibt es auf Bahnhöfen und Märkten, in Häfen und am Wege Garküchen, fliegende Händler, Wurststände, die den Hungrigen und Durstigen Speis und Trank zum Mitnehmen verkaufen. „Fish and Chips“ bietet man seit langem in England (früher in Zeitungspapier eingehüllt) den eiligen Kunden an. Zur Verbreitung von Fastfood haben auch geänderte Einkaufsgewohnheiten beigetragen: In modernen Einkaufszentren gibt es fast immer neben den Kaufhäusern und Fachgeschäften auch einige Fast-Food-Anbieter, so dass nebenbei ein Snack eingenommen werden kann.

Nach Informationen aus der Wikipedia im Internet

c) Lesen Sie den Text noch einmal. Sind die Aussagen richtig (r) oder falsch (f)?

	r	f
1. Fastfood ist eine Neuerscheinung unseres schnellen Lebenstempos, es entstand erst im 20. Jahrhundert, in der Antike gab es so was nicht.	☐	☐
2. Der Begriff „Fastfood“ kam nach Europa aus Amerika.	☐	☐
3. Früher verkaufte man Fastfood zusammen mit Zeitungen.	☐	☐
4. Hamburger bilden das typische Fastfoodmenü in der ganzen Welt.	☐	☐
5. Fastfood-Anbieter gibt es heute nur neben Kaufhäusern.	☐	☐

Aufgabe 7. Fastfood

a) Lesen Sie den Text und erklären Sie ohne Wörterbuch die folgenden Begriffe aus dem Text. (*Methodenkoffer)

1. Fertigprodukte; 2. Halbfertigprodukte; 3. Tiefkühlware; 4. Konservierungsmittel; 5. Teilzeitkräfte; 6. Familienbetriebe; 7. Übergewicht; 8. Nahrungsmittelzusätze.

Fastfood ist Essen, das für raschen Verzehr zubereitet wird. Die Zeitspanne zwischen Bestellung und Erhalt des Produktes beträgt meist weniger als 10 Minuten. Gemeint sind vor allem stark fett-, salz- oder zuckerhaltige Lebensmittel wie Pommes frites, Kartoffelchips, Süßwaren und Getränke, die industriell hergestellt sind, sowie allgemein Fastfood wie Hamburger, Fertiggerichte und Ähnliches.

Viele interpretieren den Begriff negativ und gebrauchen ihn für Lebensmittel, die meist als minderwertig oder ungesund gelten. Viele der angebotenen Fertigsalate enthalten zudem Konservierungsstoffe und fettreiche Dressings. Kleingeschnittenes Gemüse, das lange lagert, verliert dadurch Vitamine.

Fastfood ist eine Form der Nahrungszubereitung, die auf traditionelles Essverhalten bewusst verzichtet. In der Zubereitung verwendet man Fertigprodukte,

Halbfertigprodukte, meist Kühl- oder Tiefkühlware, die vor Ort schnell und einfach warm gemacht werden. Die Auswahl ist sowohl bei großen Ketten als auch bei kleinen Anbietern in der Regel auf wenige Produkte reduziert. Die meisten Gerichte werden in verschiedenen Portionen angeboten, anders als in Restaurants, in denen einheitlich proportionierte Komplettgerichte serviert werden. Ein weiteres Merkmal ist Zubereitung in Friteuse, Mikrowelle oder auf dem Grill. Typische Imbissgerichte sind etwa: Hähnchen vom Grill, Bratwurst oder Currywurst und Hot Dogs, traditionell englische Fish and Chips, Hamburger, Pommes Frites, Pizzen, Döner, Sandwiches.

Viele Fastfood-Gerichte sind weniger ausgewogen als traditionelle Gerichte, die man mit Gemüsebeilagen isst. Dazu kommt noch, dass Nahrung nicht in Ruhe und langsam aufgenommen wird. Aufgrund der einseitigen und unausgewogenen Ernährung in Verbindung mit schneller Nahrungsaufnahme kann häufiger Fastfood-Genuss zu gesundheitlichen Problemen führen, z.B.: Übergewicht, Diabetes, Stoffwechselprobleme oder Allergien durch Nahrungsmittelzusätze und Konservierungsmittel.

Die Zubereitung von Fastfood erfordert meist keine hohe Qualifikation. Dies hat mehrere Gründe. Zum einen ist die Zubereitung von Fertigprodukten leicht erlernbar. Die Speisekarte ist üblicherweise sehr klein. Dadurch ist das Lohnniveau dort entsprechend niedrig. In den großen Fast-Food-Ketten arbeiten daher oft jugendliche Mitarbeiter, Teilzeitkräfte und Ausländer.

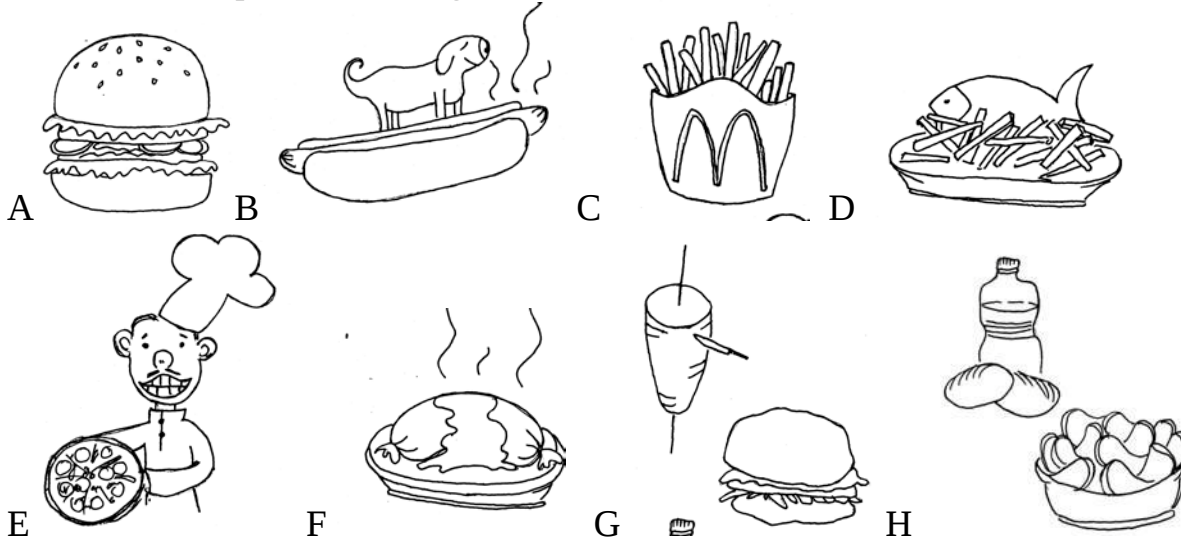
Der Begriff „Fastfood“ umfasst alle Arten von Schnellimbissen. Fastfood wird selten in einem herkömmlichen Gastlokal angeboten, häufig handelt es sich um reine Verkaufsstände, -buden oder -theken, manchmal auch mit einem kleinen Gastraum mit Stehtischen. Oft wird auch in modern eingerichteten restaurantähnlichen Lokalen gegessen. Der Verzehr von Speisen geschieht auch unterwegs im Stehen oder Gehen aus der Hand. In manchen Fällen bieten Drive-in-Restaurants den Verkauf der Produkte über speziell gestaltete Schalter ins Auto an. Als Kennzeichen von Fastfood kann man auch teilweise Lieferservice nennen. Parallel zu den großen multinationalen Konzernen (wie McDonald's, Burger King und Nordsee) gibt es kleine Anbieter: Familienbetriebe und selbständige Einzelpersonen, die im Gegensatz zu den großen Ketten häufig erfolgreich individuelle Spezialitäten aus verschiedenen Kulturbereichen anbieten.

Viele kleine Schnellrestaurants bieten keine Sitzplätze. In Deutschland bedeutet dies eine Kostenersparnis, da bei vorhandenen Sitzplätzen auch eine Toilette zur Verfügung gestellt werden muss. Ein gewünschter Nebeneffekt ist, dass auf Stehplätzen die Gäste kürzer bleiben, was den Durchsatz steigert. Mittlerweile beteiligen sich auch andere Branchen am Fastfood: Es gibt Bäckereien, Fischgeschäfte und Fleischereien, die Imbisse anbieten.

Nach Informationen aus der Wikipedia im Internet

b) Ordnen Sie Gerichte den Bildern zu.

1. Pommes frites; 2. Kartoffelchips; 3. Currywurst; 4. Hot Dogs; 5. Pizza; 6. Döner; 7. Fish and Chips; 8. Hamburger.



c) Welche der Fastfood-Gerichte sind Ihnen bekannt? Welche können Sie noch nennen?

d) Lesen Sie den Text noch einmal und finden Sie Antworten auf die unten stehenden Fragen. Notieren Sie sich die Antworten stichwortartig in der Tabelle.

Begriff „Fastfood“	
Fastfood- Restaurants, Merkmale	
Fastfood-Gerichte	
Gesundheit	
Fastfood und Jugendliche	

1. Was bedeutet der Begriff „Fastfood“? Welche Synonyme zu diesem Wort haben Sie im Text gefunden? 2. Welche Gerichte werden in Fastfood-Restaurants angeboten? Welche Merkmale haben solche Gerichte? 3. Welche Merkmale unterscheiden Fastfood-Restaurants von gewöhnlichen Gaststätten? 4. Warum arbeiten in Schnellrestaurants meistens jugendliche Mitarbeiter, Teilzeitkräfte und Ausländer? 5. Warum gibt es oft in Schnellrestaurants keine Sitzplätze? 6. Warum ist der Begriff „Fastfood“ oft negativ belegt?

e) Arbeiten Sie in Kleingruppen. Berichten Sie anhand der Tabelle über Fastfood und ergänzen Sie sich gegenseitig.

Aufgabe 8. Interview mit einem Deutschen

a) Welche positiven und negativen Seiten von Fastfood und Fastfood-Restaurants nennt der Interviewte? Machen Sie stichwortartige Notizen.

Interviewer. Was hältst du von Fastfood und Fastfood-Restaurants?

Die Qualität der Fastfood-Restaurants, was Fett und Kalorienanteil betrifft, ist in der letzten Zeit besser geworden. Davor war es eine regelrechte Dickmacherei. Heute gibt es mehr Salate auf der Speisekarte. Wie das Wort schon selber sagt, ist es keine gesunde Art von Ernährung. In Ausnahmefällen ist es bestimmt sehr praktisch, aber nicht jeden Tag.

Martin. Sind Fastfood-Ketten nötig?

Ich persönlich könnte ohne diese Fastfood-Ketten leben. Sie zerstören die Esskultur eines Landes und verursachen durch ihre Verpackung unheimlich viel Müll. Der Vorteil ist natürlich, dass sie eine Kleinstmahlzeit bieten, die den Hunger stillt und auch vom Preis her im Bereich des Taschengeldes der Jugendlichen liegt. Aber ohne Fastfood würde es auch nicht gehen. Dazu gehören doch auch die klassischen Würstenstände, weil viele Menschen – auch beruflich bedingt – nicht die Zeit haben, in Ruhe zu essen.

Interviewer. Isst du Fastfood?

Martin. Ja, auch ich esse mal gerne eine klassische Bratwurst mit Kartoffelsalat an einem Imbissstand und würde sie mir nie in einem Restaurant bestellen. Sie gehören eigentlich zu unserem schnelllebigen Leben dazu, man sollte nur einen sinnvollen Gebrauch davon machen.

b) Besprechen Sie in Kleingruppen, welche positiven und negativen Seiten Sie gefunden haben.

c) Und wie ist Ihre Meinung zum Thema „Fastfood“? Tauschen Sie Ihre Erfahrungen und Einstellungen zum Fastfood im Plenum aus.

1. Welche Erfahrung haben Sie mit Fastfood in Ihrem Heimatland/im Ausland?
2. Gehen Sie/Ihre Freunde in Fastfood-Restaurants? Wie oft?
3. Warum gehen Sie/Ihre Freunde in Fastfood-Restaurants?
4. Welche Fastfood-Gerichte essen Sie/Ihre Freunde gern/nicht gern?

Aufgabe 9. www-Recherche „McDonalds: Vor- und Nachteile von Fastfood“ (*Projektarbeit)

Aufgabe 12. Wo essen Studenten?

WIE STUDENTEN ESSEN

a) Lesen Sie den Text und füllen Sie die Tabelle stichwortartig aus.

Name	Alter	Herkunfts- land	Frühstück (Was? Wo? Anders als zu Hause?)	Mittagessen (Was? Wo? Anders als zu Hause?)	Abendbrot (Was? Wo? Anders als zu Hause?)	Besonderes

Wie Studenten in Deutschland essen

Wo, wie und was essen ausländische Studenten in Deutschland? Jörg-Manfred Unger hat am Hochschulort Dresden in Mensen, Cafeterien, Studentenwohnheimen und Privatwohnungen auf die Teller und in die Töpfe geschaut und Studenten aus fünf Ländern über ihre Essgewohnheiten in der Hauptstadt Sachsens befragt.

Scheila, 30, Germanistik-Aufbaustudentin aus Brasilien beim Mittagessen in der „Neuen Mensa“: Auf ihrem Teller ist das vegetarische Gericht "Vollkorn-Spaghetti mit Tomatensoße, geriebenem Käse und Salat“. „Ich frühstücke in der Küche einer 2-Zimmer-Wohnung, die ich mir mit einer Kommilitonin teile. Mein Frühstück besteht in der Regel aus Haferflocken, dazu gibt es Bananenshake. Mittags gehe ich manchmal in die Mensa. Dort gibt es häufig Knödel oder Kartoffeln. Die mag ich gar nicht. Deshalb koche ich mittags oder abends lieber zu Hause, zum Beispiel Reis und Gemüse wie Broccoli, Möhren und Zucchini – am besten alles zusammen als Gemüseeintopf mit viel Knoblauch, Zwiebeln und Pfeffer. In Brasilien habe ich 2-mal täglich warm gegessen. Dafür habe ich hier keine Zeit. Fleisch esse ich selten in Deutschland. Es ist hier teurer und nicht so schmackhaft wie in Brasilien. Dafür ist das Brot besser und die Brotauswahl ist größer. Schwarzbrot und Sonnenblumenbrot mit Marmelade, Quark oder Käse – köstlich! Und erst der Kuchen! Käsekuchen, Apfelkuchen, Kirschkuchen... In den ersten Monaten habe ich in Deutschland 5 Kilo zugenommen – wahrscheinlich, weil ich anfangs alles probiert und Bier getrunken habe. Jetzt trinke ich nur noch selten Alkohol und ich wiege wieder 60 Kilo wie in Brasilien.“

Benoît, 21, Informatikstudent aus Frankreich. Am Frühstückstisch sitzen er und seine Mitbewohner Darcy und Nef. „Ich bin Franzose, aber ich studiere seit einem Jahr in Boston in den USA. In Dresden bin ich für ein Semester. Ich wohne hier in einem Studentenwohnheim und teile mir mit 3 Kommilitonen eine Wohnung. Dort bereite ich mir morgens in der Küche mein Frühstück zu. Selten habe ich dafür länger als 5-10 Minuten Zeit. Ich nehme fertigen Instant-Capuccino, auf den ich nur heißes Wasser schütten muss. Dazu gibt es Cornflakes mit frischer Milch. Sie ist in den USA besser, denn da gibt es spezielle Frühstücksmilch. Nach dem Abitur habe ich ein Jahr lang in Thailand gelebt. Dort gab es morgens zum Frühstück Tintenfischsuppe. Daran muss man sich erst einmal gewöhnen! So gesehen hat mich das Essen in Deutschland wenig überrascht. In Dresden esse ich mittags häufig in der Mensa. Das Essen dort ist

gut und billig. In den USA kostet das gleiche Mensa-Essen 4-mal so viel. Außerdem stehen hier immer wieder typisch deutsche Gerichte auf dem Speiseplan. Ich persönlich finde zum Beispiel Schweinebraten mit Rotkohl und Klößen sehr originell. Oft esse ich auf die Schnelle einen Döner, den man in Dresden für wenig Geld fast an jeder Ecke bekommt. Wenn ich mal ausgehe, dann abends mit Freunden „zum Italiener“. Pizza mag ich nämlich ziemlich gerne! 2-3 mal in der Woche kochen wir übrigens zu viert oder zu fünft gemeinsam im Studentenheim. Gestern gab es scharf gewürztes Huhn auf Reis. Es hat hervorragend geschmeckt! Was mir in Deutschland fehlt? Frisches Baguette wie in Frankreich!“

Adcharawan, 25, Germanistik-Studentin aus Thailand. Adcharawans Freundin Sirinapa ist zu Besuch gekommen. Adcharawan hat für sie und sich Thai-Suppe, Schweinefleisch mit Kokosmilch, Curry, Zwiebeln und Kartoffeln auf Reis gekocht. „Mein Frühstück besteht aus Müsli, Brot, Käse und Pfefferminztee. Mittags steht oft Aufgewärmtes vom Vorabend auf dem Tisch. In meiner Wohnung koche ich nämlich fast jeden Abend selbst, am liebsten thailändisch oder asiatisch – vegetarisch oder mit Hühner- oder Schweinefleisch, Reis, Sojasoße, Kokosmilch, Austernpilzen, Erdnüssen und Zitronengrasblättern. Tagsüber trinke ich zwischendurch in der Cafeteria der Uni Tee oder Kakao und ich esse ein Käsebrötchen mit Tomaten oder einen Salat dazu. Kartoffeln und Klöße mag ich nicht so gerne, dafür habe ich in Deutschland meine Liebe zu Schokolade entdeckt. Leider ist das meiner Figur gar nicht gut bekommen, so dass ich jetzt auf die Kalorien achte. Ich bin viel in Deutschland herumgereist und habe dabei überall andere Spezialitäten entdeckt: Weißwurst in Bayern, Krabbenbrötchen in Norddeutschland, Spätzle in Schwaben ... Klar, dass ich alles probiert habe! Vom deutschen Sprichwort „Was der Bauer nicht kennt, das isst er nicht“ halte ich nämlich nicht viel. Deutsche Tischsitten finde ich teilweise sehr anstrengend, zum Beispiel soll man die Kartoffeln auf dem Teller nicht mit dem Messer schneiden. In Thailand nehmen wir uns mehr Zeit zum Essen und wir genießen das Essen mehr.“

Natascha, 29, Deutsch-als-Fremdsprache-Doktorandin aus Belarus. Natascha mit den Maschinenbau-Studenten Zura und Giga aus Georgien im Garten der „Alten Mensa“. Sie haben sich ihren Imbiss an der Selbstbedienungstheke geholt. „Ich sitze hier mit Giga und Zura aus Georgien im Garten der „Alten Mensa“. Giga studiert Jura und Zura Maschinenbau. Sie nehmen an einem Austauschprogramm teil. Wir haben uns an der Selbstbedienungstheke der Mensa einen gemischten Salat mit Schafskäse, russischen Zupfkuchen mit Quark und Schokolade und ein Brötchen mit Putenbrust geholt. Es ist mit Gurke, Petersilie und Paprika garniert. Meine Essgewohnheiten haben sich in den 7 Jahren, in denen ich schon in Deutschland bin, sehr verändert: Ich habe mich daran gewöhnt, viele belegte Brötchen und oft Salat zu essen. In meiner Heimat habe ich dagegen 3-mal täglich warm gegessen. In Dresden nehme ich nur einmal am Tag eine warme Mahlzeit zu mir, meistens mittags. Hinzu kommt der Uni-

Stress, so dass ich in Deutschland bis jetzt 5 Kilo abgenommen habe. Was ich in Deutschland toll finde, ist die große Auswahl ausländischer Spezialitäten-Restaurants. Man kann hier problemlos spanisch, französisch, italienisch, chinesisch, türkisch oder griechisch essen. Was mir fehlt, sind Buchweizen und russische Pelmeni (Teigtaschen mit Fleischfüllung), die ich in meiner Heimat so gerne esse. Dafür gibt es hier Linsen und Wiener Würstchen. Kein schlechter Ersatz!“

Sascha, 19, Ökonomie-Studentin aus der Ukraine. Heute isst Sascha im Wohnzimmer ihrer Gastfamilie zu Mittag. Es gibt Saschas Lieblingessen: Maultaschen. „Ich studiere „Internationale Wirtschaft“ in Kiew. Zurzeit bin ich für ein Jahr lang Aupair-Mädchen in einer deutschen Familie, die sehr nett ist, und gleichzeitig Gaststudentin an der Technischen Universität Dresden. Ich frühstücke meistens mit meiner Gastmutter Christiane und den Kindern Kathrin und Stefan im Wohnzimmer. Dann trinke ich Tee und ich esse Knäckebrot mit Frischkäse. Hinterher gibt es einen Joghurt. Mein Lieblingessen sind schwäbische Maultaschen, die ich hier entdeckt habe. Meine Gastmutter kommt nämlich aus Ulm. Warmes Essen gibt es in der Regel abends – dann sitzt die ganze Familie am Tisch; mittags mache ich mir schon mal Rührei oder ich esse eine Suppe. Gemüse ist in Deutschland nicht so gut wie in der Ukraine. Tomaten und Gurken zum Beispiel riechen nicht nach Tomaten und Gurken und sie schmecken ziemlich fade. Wahrscheinlich kommen sie aus dem Gewächshaus. In einem Restaurant habe ich einmal Gulasch mit Apfelsauce bestellt. Das fand ich ziemlich merkwürdig, weil es eigentlich nicht zusammen passt. Aber es hat ausgezeichnet geschmeckt! Brot esse ich übrigens selten und Süßigkeiten esse ich nie, weil ich Angst habe zuzunehmen. Deshalb jogge ich auch jeden Morgen 40 Minuten und ich esse viel Salat.“

Nach Informationen aus dem Internet

b) Berichten Sie über die Essgewohnheiten der Studenten in Deutschland anhand der ausgefüllten Tabelle. Ergänzen Sie sich gegenseitig.

c) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

До обеда у нас занятия, а после обеда я остаюсь готовиться к занятиям на следующий день в кабинете немецкого языка или в читальном зале. Перед этим мне необходимо подкрепиться. Я часто обедаю в университетской столовой. Здесь всегда большой выбор блюд и напитков на любой вкус. Сегодня особенно большой выбор мясных блюд: котлеты, шницель, куриное филе. На гарнир можно взять жареный картофель, картофельное пюре, рис. Но я не ем мяса, я вегетарианец уже несколько лет, поэтому я иду дальше и останавливаюсь возле овощных блюд. Я очень люблю овощную лазанью, но ее сегодня нет в меню, и я беру голубцы с начинкой из овощей. Также мне сегодня захотелось салата из свежих помидоров с оливковым маслом. Напитки можно выбрать в самом конце

раздаточной линии. Я беру зеленый чай без сахара. На кассе я рассчитываюсь. Здесь же можно взять столовые приборы. Свободных мест не очень много, в это время у многих студентов перерыв, но я довольно быстро нахожу свободный столик в центре зала. После обеда с новыми силами я смогу взяться за подготовку домашнего задания.

d) Arbeiten Sie in Kleingruppen, fragen Sie einander nach Ihren Essgewohnheiten. Tragen Sie die Antworten stichwortartig in die Tabelle ein.

Name	Alter	Frühstück (was? wo?)	Mittagessen (was? wo?)	Abendbrot (was? wo?)	Besonderes

e) Erzählen Sie über die Essgewohnheiten Ihrer Studienkollegen anhand der Tabelle.

f) Bilden Sie einen Dialog zwischen einem belarussischen und einem deutschen Studenten zum Thema „Essensmöglichkeiten an der Universität“.

1. Welche Gemeinsamkeiten und Unterschiede gibt es in Bezug auf Essgewohnheiten der Studenten in Deutschland und Belarus? 2. Welche Ratschläge/Tipps können Sie einander bezüglich Ihrer Ernährung geben?

g) Wählen Sie eines der Sprichwörter und bereiten Sie zu Ihrem Sprichwort eine interessante und lehrreiche Geschichte vor, in der man das Sprichwort sinngemäß gebrauchen kann.

1. Der Appetit kommt beim Essen. 2. Wer die Wahl hat, hat die Qual.

THEMENBEREICH 5 VERHALTENSREGELN

Aktiver Wortschatz

1	die Verhaltensregeln (nur Pl.) sich an die Verhaltensregeln halten	правила поведения придерживаться правил поведения
2	sich benehmen (benahm, benommen), h gegen j-n Akk. Benimm dich! Syn.: sich verhalten (verhielt, verhalten), h zu j-m Dat./gegenüber j-m Dat. das Benehmen, -s, (ohne Pl.) Das ist kein (gutes) Benehmen.	вести себя, держаться по отношению к кому-л. Веди себя прилично! поведение Нельзя так вести себя.
3	umgehen (ging um, umgegangen), s mit j-m Dat. der Umgang, -s mit j-m Dat. der richtige Umgang	общаться, обращаться с кем-л., чем-л. общение, обращение с кем-л. правильное обращение
4	das Gegenüber, -s, -	стоящий/сидящий напротив
5	der Gesprächspartner, -s, -	собеседник
6	vermeiden (vermied, vermieden), h etw. Akk. Tabu-Themen vermeiden	избегать чего-л. избегать запретных тем
7	erlauben (te, t), h j-m Dat. etw. Akk. Syn.: die Erlaubnis geben j-m Dat die Erlaubnis, -, (ohne Pl.) ohne Erlaubnis	разрешать кому-л. что-л. разрешение без разрешения
8	die Geste, -, -n ['ge:stɛ] gestikulieren (-te, -t), h	жест жестикулировать
9	höflich Ant.: unhöflich	вежливый, учтивый невежливый
10	angemessen Das ist den Umständen angemessen. Ant.: unangemessen	подобающий, уместный Это соответствует обстоятельствам. неподобающий, неуместный
11	rülpfen (te, t), h das Rülpsen, -s, (ohne Pl.)	(громко) отрыгивать отрыжка
12	sich (Dat.) die Nase putzen (te, t), h	сморкаться

13	schmatzen (-te, -t), h	чавкать
14	schlürfen (te, t), h	(громко) хлебать (напр. суп)
15	nachfüllen (te, t), h j-m Dat. etw. Akk.	доливать, заново наполнять; подкладывать (на блюдо)
16	nachschenken (te, t), h j-m Dat. etw. Akk. dem Gast Wein nachschenken	доливать кому-л. что-л., подливать долить гостю вина
17	der Wein, -(e)s, -e Wein kalt stellen, einschenken	вино охладить, налить вино
18	üblich Das ist üblich in dieser Region. <i>Ant.:</i> unüblich	обычный, общепринятый В этом регионе так принято. непринятый, неупотребительный
19	der Toast, -(e)s, -e/-s ['to:st] <i>Syn.:</i> der Trinkspruch, -es, -sprüche toasten (-te, -t), h	тост произносить тост
20	ablehnen (te, t), h etw. Akk. ein Geschenk ablehnen	отклонять, отвергать не принять подарка
21	der Gast, -es, Gäste der Ehrengast der Gastgeber, -s, - die Gastgeberin, -, -nen	гость почетный гость хозяин; принимающий гостей
22	der Knigge, -s, - j-m Dat. einen Knigge empfehlen	книга/правила хорошего тона (по имени автора Книгге, 1752-1796) рекомендовать кому-л. ознакомиться с правилами хорошего тона
23	die Hand reichen (te, t), h j-m Dat. die Hand drücken (te, t), h j-m Dat.	подать/протянуть руку кому-л. пожать руку кому-л.
24	das Mitbringsel, -s, - das Mitbringsel annehmen (nahm an, angenommen), h	подарок; то, что приносят с собой в качестве подарка принять подарок
25	der Anlass, -es, Anlässe zu etw. Dat. aus Anlass etw. Gen. bei feierlichen Anlässen ohne Anlass	причина, повод к чему-л. по поводу чего-л. в торжественных случаях без повода
26	sich bedienen (te, t), h Bitte, bedient euch!	брать угощение, угощаться Угощайтесь! (обращение к гостям за столом)

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Правила/нормы поведения, тост, обращение, стоящий/сидящий напротив, собеседник, разрешение, жест, отрывка, гость, повод к чему-л., книга/правила хорошего тона, подарок/то, что приносят с собой в качестве подарка, поведение, принимающий гостей.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

(громко) хлебать, принять подарок, вести себя, жестикулировать, произносить тост, избегать чего-л., чавкать, доливать, пожать (руку), держаться (по отношению к кому-л.), общаться, сморкаться, разрешать, (громко) отрывивать, отвергать, подкладывать (на блюдо), угощаться, подать (руку).

Aufgabe 3. Setzen Sie Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. ... Anlass seines 50. Geburtstages ist ein Festessen geplant. 2. ... Gästen verhielt er sich vorsichtig. 3. Man darf nicht ... unseren Liebsten grob umgehen. 4. Du musst dich ... Verhaltensregeln halten. 5. ... jeden Anlass schrie er den Gast an. 6. Er benimmt sich sehr unhöflich ... alten Frau. 7. Er hatte nur ... wenigen Menschen Umgang. 8. ... besonderen Anlässen deckte sie den Tisch feierlich. 9. Er ging ... Erlaubnis.

Aufgabe 4. Nennen Sie passende Objekte zu den Verben und übersetzen Sie die Wortgruppen ins Russische. Bilden Sie kurze Sätze mit den Wortverbindungen.

Sich verhalten, ablehnen, annehmen, drücken, reichen, einschenken, umgehen, vermeiden, erlauben, nachfüllen.

Aufgabe 5. Vervollständigen Sie die Sätze.

1. ... ohne Erlaubnis 2. ... an die Verhaltensregeln 3. Ein richtiger Umgang 4. Aus Anlass 5. Bei feierlichen Anlässen 6. ... an den Gesprächspartner 7. ... zu seinem Gegenüber 8. ... gegenüber dem Ehrengast 9. ... für das Mitbringsel 10. ... die Hand 11. Es ist unüblich, ... (zu) 12. Es ist nicht angemessen, ... (zu) 13. Schenk ... nach! 14. ... einen Knigge

Aufgabe 6. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. Уже в детстве необходимо прививать правила хорошего поведения детям. 2. В нашей стране не принято отказываться от подарка. Это обидит гостя. 3. В каждой стране есть свои запретные темы. Таких тем нужно избегать. 4. Может

ли гость сам себе положить добавки? 5. Принято ли у Вас приносить с собой небольшие подарки? 6. Не жестикулируй так сильно! В нашей стране это не принято и может мешать собеседникам. 7. Не чавкай за столом и не хлебай громко! Я тебе много раз говорила, что это против правил поведения. 8. Кто кому должен подать руку при знакомстве? 9. В торжественных случаях правила поведения еще строже. 10. Дорогие гости, угощайтесь!

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenzen

Aufgabe 1. Wie benimmt man sich am Esstisch?

a) Ordnen Sie die Bilder den Aussagen zu.



1. Sie haben die Bratgabel behalten. Es empfiehlt sich, sie unauffällig zurück zu legen. 2. Das wollen wir nicht mehr sehen. Beim Essen gehören die beiden Hände auf den Tisch. 3. Falsch, die Kartoffel gehört auf die Gabel.

b) Ordnen Sie die Substantive den Beschreibungen zu.

1. Brötchen. 2. Butter. 3. Bratenstücke. 4. Fleischgerichte. 5. Soße. 6. Gläser. 7. Kaffee, Tee. 8. Fleisch-/Fischspieß. 9. Spagetti.

- a) ... nimmt man mit der Vorlegegabel auf den Teller und isst mit dem Besteck.
- b) ... wird nicht über Beilage, sondern auf Fleisch gegossen.
- c) ... nimmt man nicht mit dem eigenen Messer, sondern mit einem Extra-Messer und legt auf den Tellerrand.
- d) ... isst man mit der Hand.
- e) ... trinkt man nicht mit dem Löffel aus der Tasse.
- f) ... werden mit einem Extra-Löffel oder -Gabel gegessen.
- g) ... mit Stiel sollten Sie auch am Stiel anfassen. Es ist stilllos, Wein-, Sekt- oder Cocktailgläser am Kelch zu packen. Haben Gläser keinen Stiel, halten Sie diese in der linken Hand. Sie vermeiden dadurch, dass Ihr Gegenüber bei der Begrüßung eine kalte, klamme Hand schütteln muss!
- h) ... werden mit Gabel und ggf. Löffel gegessen. Können Sie nur mit der Gabel auf: zwei bis drei mit den Zinken der Gabel aufnehmen, die Zinken gegen den Tellerrand halten und langsam drehen, bis die ... aufgewickelt sind. Hierbei kann auch der Löffel zur Hilfe genommen werden (statt des Tellerrandes werden die Zinken der Gabel gegen den Löffel gehalten).

i) Fassen Sie den ... mit der linken Hand, setzen Sie das Ende auf dem Teller auf und schieben Sie mit der Gabel die Fleischteile vorsichtig nacheinander vom Spieß.

c) Was wissen Sie noch über Verhaltensregeln am Tisch? Bereiten Sie 2-3 Verhaltensregeln vor und präsentieren Sie diese im Plenum.

Aufgabe 2. Verhaltensregeln beim Essen: interkulturelle Besonderheiten

a) Lesen Sie die Aussagen. Was meinen Sie, stimmen diese Aussagen für Deutschland oder eher nicht? (*Wenn Sie keine Antwort wissen, äußern Sie Ihre Vermutungen.)

Aussage	Stimmt das für Deutschland?	
	eher ja	eher nein
1. Zum Essen gehören Brot und Wasser.		
2. Man benutzt Messer und Gabel zum Essen.		
3. Ein Gast bekommt extra große Stücke.		
4. Das Familienoberhaupt bekommt die erste Portion.		
5. Es ist üblich den Teller leer zu essen.		
6. Vor oder nach dem Essen bedanken sich alle.		
7. Vor dem Essen sagt man immer etwas wie „Guten Appetit!“		
8. Mit Geräuschen essen (Schmatzen) heißt, dass es schmeckt.		
9. Es ist unhöflich, Nachfüllen abzulehnen.		
10. Es wird viel und gern getoastet.		
11. Es gibt bei offiziellen Essen eine hierarchische Sitzordnung bzw. Ehrenplätze.		
12. Bei der Tischplatzierung setzt man Ehepaare zusammen.		

b) Vergleichen Sie Ihre Antworten in Kleingruppen. Erklären Sie kurz Ihre Entscheidung.

c) Lesen Sie die Informationen zu den obigen Aussagen. Vergleichen Sie mit Ihrer Meinung.

1. Eigentlich nicht, auch in Restaurants wird Wasser nicht ohne ausdrückliche Bestellung gereicht. Zu Hause trinkt man statt Wasser eher Mineralwasser u.Ä., die Antwort ist also „eher nein“. Brot wird in Restaurants (vor allem ausländischen, zunehmend aber auch in deutschen) zum Essen gereicht, mit und ohne Aufpreis.

2. „Eher ja“, es gibt nur sehr wenige Speisen, die man mit den Fingern essen kann, z.B. feste Kuchenstücke, belegte Brote, unter Umständen auch Würstchen, Buletten oder Hähnchenschenkel. Nicht mit dem Messer geschnitten wurden früher Kartoffeln gegessen.

3. Ein Gast hat in deutschsprachigen Ländern nicht den hohen Stellenwert, der ihm in manchen anderen Kulturkreisen zukommt. Jedoch bemüht man sich, einem Gast ein besonders schönes Stück zu reichen, besonders wenn die Bewirtung zu Hause stattfindet. (Antwort also sowohl „Ja“ als auch „Nein“)
4. Diese Haltung gibt es wohl noch in manchen Familien, eher auf dem Lande als in der Stadt, wo der Vater als Familienoberhaupt die erste Portion bekommt. Trotzdem „Eher nein“.
5. „Eher ja“, besonders bei Kindern. „Wenn du alles aufisst, gibt es am nächsten Tag schönes Wetter“, sagt man.
6. Man bedankt sich nach dem Essen.
7. Man kann es sagen, es ist jedoch nicht unhöflich, es nicht zu tun („Ja“ und „Nein“).
8. Man isst möglichst „leise“. Schmatzen gilt als grob und unhöflich. Das galt früher, da man befürchtete, der Gastgeber wird ansonsten glauben, sein Essen hat nicht geschmeckt.
9. Heute ist die Ablehnung – geschieht sie höflich und begründet – durchaus akzeptabel, also „Eher nein“.
10. Trifft zu 50% zu: bei besonderen Anlässen wie Hochzeit, Taufe, bestandener Prüfung etc. sind Toasts üblich.
11. Nur bei besonderen Essen spiegelt die Tischordnung die hierarchische Rangfolge: Neben dem Gastgeber/der Gastgeberin sitzt der Ehrengast („Ja“ und „Nein“).
12. Erst in letzter Zeit setzt sich die Art durch, Ehepaare zu trennen.

d) Sprechen Sie zu den Fragen.

1. Stimmen die Aussagen für Ihr Land? 2. Wie war es früher? Hat sich in der letzten Zeit etwas geändert? 3. Wo gibt es Unterschiede? 4. Warum sind manche Verhaltensregeln genauso wie in Deutschland?

e) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

В нашем университете уже несколько месяцев работает г-н Шнайдер. Он приехал из Австрии на один семестр. Я решил пригласить его к себе в гости, чтобы угостить национальными блюдами русской кухни. Мы договорились с г-ном Шнайдером на полдевятого вечера. Мы с женой долго советовались, чем особенным мы можем попотчевать нашего гостя. В результате мы остановили свой выбор на блюдах, которые особенно хорошо готовит моя жена. Среди холодных закусок мы предпочли салат из курицы с отварным картофелем, свежими огурцами и помидорами и майонезом, заливной язык, селедку с луком и оливковым маслом. Но оказалось, что наш гость вегетарианец и не ест мясные блюда. Поэтому он отказался и от щей с кислой капустой, запавленных сметаной. На второе моя жена пригготовила драники. Г-н Шнайдер вежливо поинтересовался о составе этого блюда и способе его приготовления и

объяснил, что жареный картофель ему нельзя, так как у него проблемы с желудком и врач не рекомендует ему жареное. Он должен соблюдать особую диету. На десерт моя дочь специально для гостя испекла шоколадный торт с орехами. Но гость отказался и от этого угощения, так как, по его мнению, на ночь такую тяжелую пищу есть нельзя, это вредно для здоровья. Весь вечер наш гость пил минеральную воду и ел фрукты, которые принес с собой.

f) Äußern Sie sich zu den Fragen.

1. Welche Fehler haben die Gastgeber gemacht? 2. Welche Fehler hat der Gast gemacht? 3. Wie konnte man diese Fehler vermeiden? 4. Was muss man beachten, wenn ältere Leute/Vegetarier/Ausländer zu Besuch kommen?

g) Haben Sie selber Situationen erlebt, wo Verhaltensregeln beim Essen verletzt wurden. Erzählen Sie darüber.

Aufgabe 3. Knigge ist in!

a) Lesen Sie den Text. Warum heißt der Text so?

„Benimm dich!“ ist immer in

Der deutsche Schriftsteller Freiherr von Knigge hat sein Buch über den richtigen Umgang mit Menschen schon vor über 200 Jahren geschrieben. Ob beim Restaurantbesuch, bei der Auslandsreise oder dem Fest zu Hause – gewandtes und sicheres Auftreten erleichtert die alltägliche Kommunikation miteinander. Heute gibt es Kurse, die einen auf ungewohnte Situationen gezielt vorbereiten. Und neuerdings gibt es Knigge-Kurse auch schon im Grundschulalter. Kinder lernen hier Dinge, mit denen sie im Leben durchkommen! Auch wenn es für sie zunächst ungewohnt ist, lohnt es sich. Und hinterher können die Kinder ihren Eltern zeigen, wie es geht. Zum Beispiel: Die korrekte Spaghetti-Wickeltechnik!! Und letztendlich bei gutem Benehmen unverzichtbar: Auf den Ton kommt es an – das war schon immer so!

b) Lesen Sie die Verhaltensregeln durch, schlagen Sie unbekannte Wörter nach.

1. Handy am Esstisch – eine schlechte Benimm-Note!!! Stecken lassen! 2. In eine andere Richtung zu sehen, während jemand mit Ihnen spricht, sollten Sie auch vermeiden! Aufmerksamkeit ist eines der größten Komplimente, die Sie einer anderen Person machen können. Zeigen Sie daher durch Blickkontakt Interesse! 3. Ein schlaffer Händedruck vermittelt den Eindruck, dass Sie unsicher und nicht von sich selbst überzeugt sind. Deshalb sollten Sie Ihrem Gegenüber fest die Hand geben. Dies drückt Selbstvertrauen, Herzlichkeit, Offenheit und Aufrichtigkeit aus. Aber Vorsicht: Zerquetschen Sie nicht die Hand Ihres Gegenübers! Dies ist nicht nur ein Zeichen von Dominanz und Unsensibilität, sondern macht auch unbeliebt. 4. In den meisten gesellschaftlichen Räumlichkeiten herrscht mittlerweile Rauchverbot. Daran sollten Sie sich auch halten! Sogar wenn Zigaretten erlaubt sind, Zigarren sind es

meist nicht. Und niemals auf den Boden aschen! 5. Jeder Mensch hat eine Intimzone um sich herum (ca. 50 cm), die auch eingehalten werden sollte. Keiner mag es, wenn ein anderer diese Grenze übertritt, ohne dazu vorher eingeladen zu sein. 6. So lange Ihr Gesprächspartner nicht ein alter Freund von Ihnen ist, ist das Handreichen bei Begrüßung und Verabschiedung die einzige Berührung, die angemessen ist! Berühren Sie Ihr Gegenüber sonst nicht ohne Erlaubnis. Sie denken vielleicht, dass Ihre Geste unschuldig ist, aber andere können sie als anzüglich sehen. 7. Fallen Sie Ihrem Gegenüber nicht ins Wort. Lassen Sie ihn ausreden, bevor Sie antworten. So erscheinen Sie höflich, und auch er kann Ihnen dann besser zuhören. Denn Zuhören ist das Geheimnis guter Kommunikation! 8. Auch sollte man seinen Besuch nicht einfach im Flur stehen lassen, sondern sich um ihn bemühen, die Garderobe abnehmen und ihn in die Räumlichkeiten hinein führen. Solches Benehmen gilt nicht als antiquiert und unangemessen, sondern zeugt von guter Erziehung und erleichtert dem anderen den ersten Schritt in einer ungewohnten Umgebung. Also: Gutes Benehmen beginnt schon an der Tür! 9. Die Serviette gehört beim Essen auf den Schoß, nicht etwa an den Hemdkragen. Sollte man während des Essens aufstehen, wird sie locker auf den Stuhl gelegt (saubere Seite nach oben). Sobald man mit dem Essen fertig ist, wird die Serviette zusammengefaltet auf den Tisch gelegt, Papierservietten dürfen auch auf den Teller. 10. Sollte spezielles Besteck aufgelegt sein oder Sie wissen nicht, was Sie vor sich auf dem Teller haben, oder wie man mit dem „Spezialwerkzeug“ umgeht, zögern Sie nicht, jemanden zu fragen. Es wäre schade, wenn die Köstlichkeiten unberührt auf dem Teller blieben. 11. Darf man nun an den Fingernägeln nabbern, oder nicht? Hier heißt es: Lieber das Kind in uns niederringen und auf seine Marotten verzichten. Also lieber nur zuhause an den Knochen knabbern und sich in Fragen Tischmanieren an den Mitmenschen orientieren.

c) Spielen Sie „Kopfstand-Methode“: Formulieren Sie diese Regeln umgekehrt, d.h. das Gegenteil, und lassen Sie Ihre Studienkollegen Sie korrigieren.

d) Welche Verhaltensregeln kennen Sie noch? Präsentieren Sie diese in Form von Zeichen. Lassen Sie Ihre Studienkollegen raten, was diese Zeichen bedeuten.

Aufgabe 4. Wenn ich in Deutschland zum Essen eingeladen werde

a) Lesen Sie den Text und formulieren Sie die genannten Tipps für die Verhaltensregeln in Deutschland möglichst kurz, geben Sie auch das Thema an.

Thema	Tipps
• Mitbringsel	1. ... 2. ... 3.

Wenn ich zu einem Essen eingeladen werde, dann überlege ich mir als erstes, was ich mitbringen möchte – ein „Mitbringsel“ eben. Klassisch, aber immer gut geeignet, ist eine Flasche Wein. Wahrscheinlich weiß ich vorher, was es zu essen geben wird, denn der/die Gastgeber/in hat mir das schon erzählt. So können die Gastgeber ausschließen, dass sie etwas kochen, das ich nicht mag oder nicht vertrage (Übrigens gibt es recht viele Vegetarier/innen in Deutschland!). Andere „Mitbringsel“: eine Tafel gute (!) Schokolade oder Blumen. Wichtig ist bei all den Dingen, dass sie zu den Gastgebern passen! Wenn das Essen aus Anlass eines Geburtstages oder Ähnlichem gegeben wird, dann bringe ich natürlich ein Geburtstagsgeschenk mit.

Aber gehen wir noch einmal zurück zur Einladung: Das macht man, wie man will – telefonisch, per E-Mail oder als Brief (das ist eher selten und nur noch bei großen Festen wie Hochzeiten oder Jubiläen verbreitet). In der Einladung erbitte ich mir eine Zu- oder Absage, darauf sollte man als Eingeladener auch unbedingt reagieren. Schön ist es, wenn der Gast fragt, ob er etwas zu dem Essen beitragen kann. Und es ist nicht ungewöhnlich, dass man darum gebeten wird Brot zu kaufen, Getränke mitzubringen, einen Nachtschisch vorzubereiten oder Ähnliches. Wenn ich nichts mitbringen soll, dann kommt das oben erwähnte „Mitbringsel“ zum Einsatz.

Am Abend des Essens kommt man unbedingt pünktlich! Das Mitbringsel wird von den Gastgebern dankend angenommen und beiseite gestellt. Ob etwas davon heute geöffnet oder gegessen wird, kann sein oder auch nicht. Mitbringsel sind eher als Geschenk für die Gastgeber und für später gedacht und werden nicht unbedingt am Abend selbst verzehrt. Zur Eröffnung trinken die, die möchten, vielleicht erst einmal einen Aperitif, die Anderen ein Glas Wasser oder Saft. Zum Thema Alkohol: Es ist absolut okay, keinen Alkohol zu trinken. Das sagt man am Anfang einmal und die Gastgeber werden einen nicht mehr danach fragen.

Das Essen selbst wird oft in mehreren Gängen serviert: Klassisch sind zuerst als Vorspeise eine Suppe oder ein Salat, dann das Hauptgericht und dann der Nachtschisch. Wahrscheinlich wird der Gastgeber das Essen auftragen und auf die Teller verteilen. Bei dem Hauptgericht, das aus mehreren Komponenten besteht, ist es auch üblich, dass man die Schüsseln und Platten auf den Tisch stellt und jeder sich selbst bedient. Oft helfen die Gäste auch mit, so dass der Gast, vor dem die Kartoffeln platziert sind, diese für alle verteilt, ein Anderer das Gemüse etc. Dadurch kann man ganz einfach die Gastgeber unterstützen. Andere Möglichkeiten sind z. B. die Teller nach einem Gang zusammenzustellen, abzuräumen, Brot zu schneiden oder Flaschen zu öffnen. Wichtig ist über das Essen, das man nun isst, zu sprechen. Man lobt das Essen und die Zubereitung. Und man sagt, wenn es einem schmeckt. Das kann man auch mehrfach tun! Man fragt nach den Bestandteilen oder auch wie etwas gemacht wurde. Man kann auch um das Rezept bitten, das wird als Lob aufgefasst! Wenn es einem nicht so gut schmeckt, werden es die wahrheitsgetreuen Deutschen leider sehr schnell merken. Das ist natürlich schade, aber okay. Der Gast muss nicht lügen! Er kann einfach

erklären, was ihm an dem Gericht etwas fremd ist, dafür kann er vielleicht ganz schnell etwas anderes loben – die Suppe, eine Beilage. Als Tipp: Taktisch klug aber ehrlich sein! Und was einem nicht schmeckt, muss man nicht aufessen. Aber wenn es einem schmeckt, dann will man noch mehr. Entweder bieten die Gastgeber das an und verteilen weiteres Essen, oder die Gäste nehmen sich einfach selbst. Wenn man nicht mehr essen möchte, dann sagt man „Nein, danke“ und damit ist das Thema beendet. Nein heißt nein. Der Gastgeber fragt dann auch nicht noch einmal nach. Das würde als Bedrängung aufgefasst werden und das macht man nicht.

Ähnlich ist es mit den alkoholischen Getränken, die zum Essen gereicht werden: Wein oder Bier. Der Gastgeber schenkt nach oder die Gäste schenken sich selbst nach – da gibt es keine feste Regel. Es kann auch immer eine andere Person sein, die nachschenkt. Meist schenkt derjenige Getränke nach, dessen Glas leer ist (erst die anderen Gläser, dann das eigene). Vor dem Nachschenken sollte man aber fragen, ob die Person noch etwas möchte. Wenn jemand nicht mehr möchte, dann wird die Person auch nicht mehr gefragt. Zum Abschluss wird es wahrscheinlich einen Kaffee (Espresso) oder Tee geben (oft wird der Kaffee auch schon zum Dessert gereicht). Nach dem Essen sitzt man noch weiter zusammen (oft bleibt man an dem Esstisch sitzen). Man bietet noch seine Hilfe beim Ab- und Aufräumen an, oft wird das aber abgelehnt, denn man möchte nicht, dass die Gäste arbeiten. Sie sollen sich wohl fühlen und entspannen. Das sollten aber auch die Gastgeber. Jeder geht, wenn er gehen möchte, aber spätestens, wenn man bemerkt, dass die Gastgeber müde sind, sollte man sich verabschieden. Man bedankt sich, lobt noch einmal alles, was zu loben war und geht. Nicht mehr so üblich, aber eine schöne Geste ist es, wenn man sich vielleicht am Tag danach noch einmal für den schönen Abend bedankt (ich schreibe zum Beispiel ganz einfach eine SMS). Der schönste Dank ist aber, wenn man bald selbst ein Essen gibt, zu dem man neben anderen Gästen auch die Gastgeber einlädt und ihnen einen ähnlich schönen Abend verschafft, wie man ihn selbst hatte.

b) Und wie ist es in Ihrem Land? Lesen Sie alle Tipps noch einmal durch und besprechen Sie die Ergebnisse im Plenum, achten Sie auf die folgenden Punkte.

1. Was ist in Ihrem Land genauso? 2. Wo finden Sie Unterschiede? 3. Wodurch sind diese Unterschiede zu erklären?

c) Formulieren Sie Tipps für Ausländer, die in Ihrem Land zum Essen gehen.

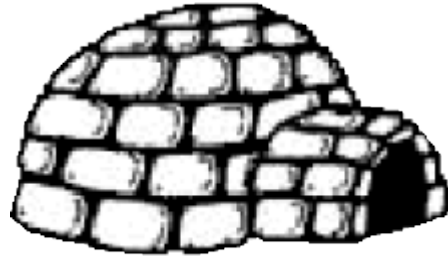
d) Erstellen Sie einen Dialog „Wenn ich zum Essen eingeladen bin“ zwischen einem Deutschen und einem Belarussen vor. Präsentieren Sie diesen im Plenum.

Aufgabe 5. Projekt „Verhaltensregeln international“ (*Projektarbeit)

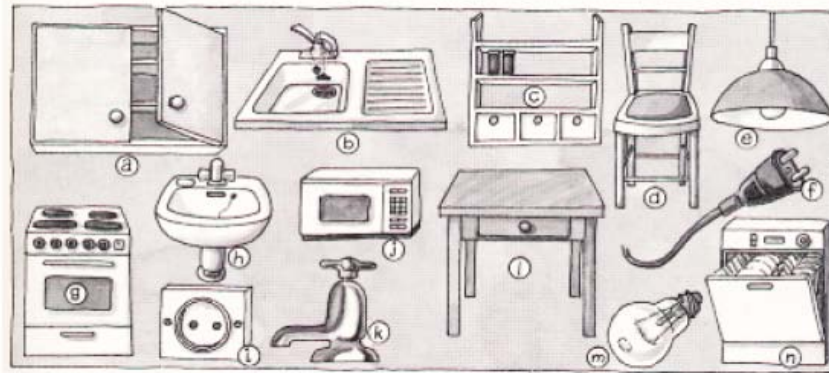
THEMENKREIS VII

WOHNEN

Themenbereich 1. Häusertypen



Themenbereich 2. Wohnungen und Wohnungseinrichtungen



Themenbereich 3. Wie Studenten wohnen



THEMENBEREICH II HÄUSERTYPEN

Aktiver Wortschatz

1	das Haus, -es, Häuser das Zuhause hausen (te, t), h	дом родной дом, домашний очаг ютиться, жить в плохих условиях
2	der Bau, -s, Bauten ein gotischer, barocker, prächtiger, ländlicher Bau alte, neue Bauten/Alt-, Neubauten Ich wohne in einem Neubau. der Plattenbau, -s, -bauten	постройка, строение готическая, в стиле барокко, великолепная, сельская постройка старые, новые постройки Я живу в новом доме. панельная постройка/панельный дом
3	das Gebäude, -s, - das Wohngebäude, -s, - Syn.: der Wohnbau, -(e)s, -ten ein mehrstöckiges Gebäude	здание, строение, сооружение жилое строение, жилой дом многоэтажное здание
4	der Haustyp, -(e)s, -en das Wohnhaus, -es, -häuser das Fachwerkhaus, -es, -häuser das Einfamilienhaus, -es, -häuser das Mehrfamilienhaus, -es, -häuser das Reihenhaus, -es, -häuser das Bauernhaus, -es, -häuser das Hochhaus, -es, -häuser der Wolkenkratzer, -s, - das Hausboot, -(e)s, -e der Bungalow, -s, -s	тип дома жилой дом фахверковый дом особняк/дом для одной семьи многоквартирный дом секционный дом (рядовой застройки) постройка сельского типа многоэтажный дом, высотное здание небоскреб жилое судно, баржа для жилья бунгало
5	die Höhle, -, -n	пещера
6	die Burg, -, -en	замок, крепость
7	wohnen (te, t), h in/auf etw. Dat. im 4. Stock, in der oberen Etage wohnen bewohnen (te, t) etw. Akk. Er bewohnt die ganze untere Etage. der Bewohner, -s, - die Bewohnerin, -, -nen	жить, проживать где-л. жить на пятом, на последнем этаже жить, обитать, населять Он занимает весь нижний этаж. житель/желец жильница
8	leben (te, t), h glücklich, wie Hund und Katze leben	жить; быть, существовать жить счастливо, как кошка с собакой

9	die Wohnung, -, -en eine gemütliche, eigene, sonnige, elterliche Wohnung eine Dreizimmerwohnung, eine Neubauwohnung, eine Eigentumswohnung eine Wohnung suchen (te, t), h Syn.: sich nach einer Wohnung umsehen (sah um, umgesehen), h	квартира уютная, собственная, солнечная, родительская квартира трехкомнатная квартира, квартира в новом доме, квартира, принадлежащая лицу на правах собственности искать, присматривать квартиру
10	eng 1) Syn.: schmal ein schmaler/enger Weg 2) Syn.: nah Die Häuser stehen eng beieinander. enge Verwandte	1) узкий узкая дорога 2) тесный, близкий Дома стоят очень близко. близкие родственники
11	bestreichen (bestrich, bestrichen), h etw. Akk. mit etw. Dat. Syn.: streichen (strich, gestrichen), h etw. Akk. mit etw. Dat. bemalen (te, t), h etw. Akk. tapezieren (te, t), h etw. Akk.	окрашивать, обмазывать окрашивать, красить окрашивать, расписывать оклеивать обоями
12	witterungsbeständig witterungsbeständige Holzarten	стойкий к атмосферным воздействиям породы деревьев, стойкие к атмосферным воздействиям
13	feuerbeständig Syn.: feuerfest	несгораемый, огнеупорный
14	das Dach, -(e)s, Dächer ein französisches Dach Syn.: ein ausgebautes Dach ein flaches Dach Syn.: das Flachdach, -(e)s, -dächer Ant.: ein spitzes Dach	крыша мансардная крыша, крыша с мансардой плоская крыша острая, остроконечная крыша
15	der Stock, -s, Stockwerke Syn.: die Etage, -, -n/das Stockwerk, -es, -e/das Geschoss, -es, -e das Erdgeschoss, -es, -e vom Erdgeschoss bis zur obersten Etage	этаж первый этаж с первого до последнего этажа

	das Dachgeschoss Das Haus hat 5 Stockwerke. ein sechsstöckiges Haus	мансардный этаж В доме 5 этажей. шестиэтажный дом
16	die Aufteilung, -, -en die Aufteilung der Wohnung	планировка планировка квартиры
17	das Zimmer, -s, - ein winziges, möbliertes, leeres Zimmer das Durchgangszimmer das Nebenzimmer das Wohnzimmer das Gastzimmer Das Zimmer ist 15 Quadratmeter groß.	комната крошечная, обставленная мебелью, пустая комната проходная комната, соседняя комната, жилая комната, комната для гостей/гостевая комната Комната размером в 15 м².
18	der Raum, -(e)s, Räume der Vorratsraum der Hobbyraum der Wohnraum	помещение, комната кладовая/кладовка комната для занятий в свободное время жилая площадь
19	einrichten (te, t), h etw. Akk. Syn.: ausstatten (te, t), h etw. Akk. Syn.: möblieren (te, t), h etw. Akk. die Wohnung nach jmds Geschmack einrichten/möblieren die Ausstattung, -, -en Syn.: die Einrichtung, -, -en	1) устраивать, оборудовать 2) обставлять (квартиру) обставлять квартиру по чьему-л. вкусу обстановка (квартиры), отделка, оформление (квартиры)
20	die Treppe, -, n eine schmale, breite, steile Treppe eine Treppe höher/tiefer wohnen die Treppe hinauf-, hinuntergehen (ging, gegangen), s/hinauf-, hinuntersteigen (stieg, gestiegen), s das Treppenhaus, -es, -häuser	лестница узкая, широкая, крутая лестница жить этажом выше/ниже идти вверх, вниз по лестнице (подниматься, спускаться по лестнице) лестничная клетка
21	der Keller, -s, - ein geräumiger, feuchter, tiefer Keller in einem Kellerraum hausen (te, t), h	подвал просторный, сырой, глубокий подвал ютиться в подвальном помещении
22	der Anschluss, -es, Anschlüsse der Hausanschluss, -es, -anschlüsse	подключение, связь подключение дома (к электрической, газовой, водопроводной сетям)
23	die Heizung, -, -en die Zentralheizung, -, -en	отопление центральное отопление

24	der Fahrstuhl, -s, -stühle Syn.: der Aufzug, -(e)s, -züge/ der Lift, -(e)s, -e Der Fahrstuhl ist außer Betrieb. mit dem/im Lift nach unten fahren den Fahrstuhl benutzen (te, t), h in den Fahrstuhl einsteigen (stieg ein, eingestiegen), s Ant.: aus dem Lift aussteigen	лифт Лифт не работает. ехать в лифте вниз пользоваться лифтом войти в лифт, выйти из лифта
25	die (Gegen)Sprechanlage, -, -n	домофон
26	der Aufgang, -(e)s, -gänge	подъезд
27	die Schwelle, -, -n auf der Schwelle des Hauses stehen über die Schwelle des Hauses treten (trat, getreten), s Syn.: die Schwelle des Hauses betreten (betrat, betreten), h	порог стоять на пороге дома перешагнуть порог дома
28	der Komfort, -(e)s, (ohne Pl.) Syn.: die Bequemlichkeit, -, -en/ die Annehmlichkeit, -, -en mit allem Komfort ausgestattet sein/ allen Komfort haben komfortabel eine komfortable Wohnung	удобство быть со всеми удобствами/иметь все удобства комфортабельный, удобный комфортабельная квартира
29	der Müll, -(e)s, (ohne Pl.) den Müll wegwerfen (warf weg, weggeworfen), h der Müllschlucker, -s, - die Mülltonne, -, -n	мусор, сор, отбросы выбрасывать мусор мусоропровод мусорный бак
30	die Aussicht, -, -en auf etw. Akk.	вид на что-л.
31	gehen (ging, gegangen), s auf etw. Akk./in etw. Akk./nach etw. Dat. Das Fenster geht auf die Straße/nach (dem) Norden/in den Garten.	выходить на/в (напр., об окнах) Окно выходит на улицу/на север/в сад.
32	die Wohnlage, -, -n verkehrsgünstig Ant.: verkehrsentlegen in einer ruhigen, verkehrsgünstigen Gegend liegen	месторасположение жилья удобно расположенный (относительно транспорта) удаленный от транспорта находиться в тихом, удобно расположенном месте

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Пещера, квартира в новом доме, отопление, родной дом, жилое судно, жилое строение, крыша, этаж, удобство, лестница, порог, обстановка, лестничная клетка, дом, крепость, небоскреб, месторасположение жилья, здание, тип дома, панельный дом, мансардный этаж, гостевая комната, помещение, лифт, подъезд, бунгало, мусорный бак, подвал, вид (на что-л.), строение, квартира, кладовка, подключение, проходная комната, многоквартирный дом, первый этаж.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Оборудовать, ютиться, выходить (об окнах), жить (проживать), окрашивать, населять, выбрасывать, ремонтировать, подниматься (по лестнице), раскрашивать, перешагнуть (порог), спускаться (по лестнице).

Aufgabe 3. „Wohnen“, „bewohnen“, „leben“ oder „hausen“? Setzen Sie passende Verben in der richtigen Form ein.

1. Die Lappen ... ein Gebiet, das teils zu Norwegen, teils zu Schweden und Finnland gehört. 2. Die Truppen haben in der Stadt übel 3. Die ersten Menschen ... in Höhlen. 4. Wer ... dieses Haus? 5. In Rom ... in den früheren Jahren des Christentums viele Gläubige in unterirdischen Räumen. 6. In diesem Schloss ... früher die königliche Familie, heute wird es vom Präsidenten ... (Part. II). 7. Die Flüchtlinge mussten in einer Baracke 8. Die Insel wird seit 50 Jahren nicht mehr ... (Part. II). 9. Das Ehepaar ... zur Untermiete bei entfernten Verwandten. 10. Sie ... wie Hund und Katze. 11. Ich will nicht in Angst 12. Hier lässt es sich gut 13. Viele denken: „Man ... nur einmal!“ 14. Meine Kusine ... Puschkinstraße 40, Wohnung 28.

Aufgabe 4. Setzen Sie in die Lücken fehlende Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Sie hat die Wohnung ... ihrem Geschmack möbliert. 2. Meine Tochter wird bald ... Universität ... Grodno studieren, und wir wollen uns ... Wohnung umsehen. 3. Sie wohnt ... winzigen Zimmer. 4. Diese Familie bewohnt ... ganze obere Stockwerk. 5. Dieter wohnt ... Altbau, seine Wohnung ist aber ... allem Nötigen ausgestattet. 6. Unsere Wohnung ist ... allem Komfort ausgestattet: Zentralheizung, Wasserleitung, Gas, Telefon. 7. Wenn der Fahrstuhl ... Betrieb ist, muss man die Treppe ... Fuß hinaufsteigen. 8. ... vielen Jahren trat er ... Schwelle des Hauses seiner Eltern. 9. Dieses Haus wird ... Erdgeschoss ... obersten Etage renoviert. 10. Sie stieg ... Lift ein und fuhr ... oben.

Aufgabe 5. Ersetzen Sie die kursiv gedruckten Vokabeln durch Synonyme.

1. In dieser Straße sind nur *Wohngebäude*. 2. In welchem *Stock* wohnst du? 3. Seine Wohnung ist modern *ausgestattet*. 4. Du kannst hier nicht parken, das ist eine *enge* Straße. 5. Das sind *feuerbeständige* Ziegelsteine. 6. Wir wohnen in einem Haus mit *französischem* Dach. 7. Sie *steigt* die Treppe *hinauf* und klingelt an die Tür. 8. Wir benutzen *den Fahrstuhl* nicht, denn wir wohnen in der *ersten Etage*. 9. Die *Flachdächer* erhitzen sich im Sommer. 10. Dieses Haus *ist mit allem Komfort*.

Aufgabe 6. Bilden Sie möglichst viele Komposita mit den folgenden Grundwörtern.

-haus, -zimmer, -raum, -bau, -wohnung, -geschoss.

Aufgabe 7. Stockwerke

a) Übersetzen Sie ins Deutsche.

Подвальный этаж, первый этаж, второй этаж, второй этаж в двухэтажном доме, третий этаж, шестнадцатый этаж, мансардный этаж, верхний этаж.

b) Bilden Sie damit kurze Beispielsätze auf Russisch und lassen Sie Ihre Studienkollegen diese ins Deutsche übersetzen.

Aufgabe 8. Ergänzen Sie die Verben durch passende Objekte. Übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie Sätze mit erzielten Wortgruppen.

... streichen, ... betreten, sich nach ... umsehen, ... benutzen, ... tapezieren, ... bewohnen, ... einrichten, ... hinuntersteigen, ... wegwerfen, ... suchen, ... mit ... bemalen, in/nach/auf ... gehen.

Aufgabe 9. Ergänzen Sie die Substantive durch passende Attribute, übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie damit Sätze.

Wohnung, Bau, Treppe, Zimmer, Keller, Höhle, Haus.

Aufgabe 10. Bilden Sie Beispielsätze mit den folgenden Wortpaaren.

1. Wohnung, Zimmer. 2. Treppe, Fahrstuhl. 3. Eigentums- und Mietwohnung. 4. Keller, Anschluss. 5. Wolkenkratzer, Zimmer. 6. Dachgeschoss, Familie. 7. Einfamilienhaus, Komfort. 8. Hausboot, Fluss. 9. Einrichtung, Fachwerkhaus. 10. Stockwerk, Erdgeschoss. 11. Haustyp, Gebäude. 12. Burg, Raum. 13. Bungalow, Sommer.

Aufgabe 11. „Schmal“ oder „eng“?

a) Setzen Sie das passende Adjektiv in der richtigen Form ein.

1. Sie wohnen in ... Verhältnissen. 2. Die Großmutter wollte ihren 70. Geburtstag im ... Kreis feiern. 3. Sie hatte ein ... Gesicht, weil sie sich mit ... Kost ernährte. 4. Dieser

Student hat einen ... Horizont, er kennt sich auf dem Gebiet der Medizin nicht gut aus.
 5. Ich habe ein schlechtes Vorgefühl: Es ist mir ... ums Herz.

b) Finden Sie andere Wortverbindungen mit „schmal“ und „eng“. Bilden Sie 5 Sätze damit.

Aufgabe 12. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. Мать всю жизнь прожила в деревянном одноэтажном доме и небоскребы видела только по телевизору. 2. Ты мечтаешь о доме с видом на море? 3. Это здание в готическом стиле было построено в 30-е годы 15 века. 4. В Минске довольно много пятиэтажных домов, и в них нет лифтов, поэтому жильцы верхних этажей должны подниматься по лестнице. 5. Наша трехкомнатная квартира находится в старом доме, две комнаты мы будем ремонтировать уже в этом году. 6. Наши предки жили в пещерах, и лишь через несколько веков они стали строить атмосферостойкие и огнеупорные дома. 7. Мы живем в высотном доме со всеми удобствами. У нас есть мусоропровод на каждой лестничной площадке. 8. В этом особняке есть просторный подвал и мансардный этаж. 9. Почему мы должны ютиться в этой крошечной комнате? Давай поищем недорогую квартиру в панельном доме! 10. Жена хочет обставить новую квартиру по своему вкусу. 11. Они хотят купить этот особняк, так как он находится в тихой местности, удобно расположенной относительно общественного транспорта.

Aufgabe 13. Finden Sie 18 Wörter aus dem aktiven Wortschatz und bilden Sie eine Situation mit 5 von den erratenen Wörtern.

Q	U	P	B	E	S	T	R	E	I	C	H	E	N	U
W	O	R	T	Y	C	A	A	X	H	O	A	E	A	P
O	R	T	I	P	H	K	B	S	O	O	R	I	D	D
L	X	R	B	Q	M	L	E	T	C	L	A	N	A	A
K	N	E	U	B	A	U	W	O	H	N	U	O	G	C
E	Y	P	R	K	L	B	O	C	H	A	M	I	E	H
N	L	P	G	R	U	T	H	K	A	H	A	C	S	G
K	N	E	U	B	A	U	N	E	U	M	S	H	C	E
R	A	N	K	E	L	L	E	R	S	E	T	T	H	S
A	T	H	L	E	T	N	N	U	W	P	L	E	O	C
T	E	A	T	A	P	E	Z	I	E	R	E	N	S	H
Z	E	U	F	E	L	T	A	N	A	R	R	E	S	O
E	U	S	E	E	I	A	N	S	H	C	L	U	S	S
R	L	U	S	T	S	G	L	O	B	U	S	E	U	S
N	E	S	A	A	T	E	E	N	A	G	E	R	O	N

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenz

Aufgabe 1. Wie die Menschen wohnten

a) Wo wohnten die Menschen früher? Was wissen Sie darüber?

b) Lesen Sie den folgenden Text durch und ordnen Sie die Bilder den Texten zu.

A



B



C



D



E



F



1. Für uns ist es heute selbstverständlich, dass wir in einem Haus wohnen und vor Wind und Wetter geschützt sind. Früher, vor langer, langer Zeit, lebten die Menschen

HÄUSERTYPEN

von der Jagd. Schutz vor schlechtem Wetter und vor wilden Tieren suchten sie in Höhlen. Von den Felsmalereien, die in diesen Höhlen gefunden wurden, wissen wir einiges über das Leben dieser Menschen. Wenn es keine Höhlen gab, gruben sie sich Wohngruben oder sie flochten Wände aus Zweigen und bestrichen sie mit Ton¹.

2. Als dann die Menschen lernten Ackerbau zu betreiben, wurden sie sesshaft. Es bildeten sich kleine Dorfgemeinschaften. Das Material für ihre Behausungen nahmen sie aus ihrer Umgebung: Lehm^{*}, Erde, Holz und Steine.

3. An verschiedenen Seen bauten die Menschen Holzhäuser auf Pfählen², sogenannte Pfahlbauten im See. Dort waren sie vor wilden Tieren und Feinden sicher.

4. Im Mittelalter vor etwa 700 Jahren bauten die Ritter ihre Burgen auf steilen Felsen. Die armen Bauern dagegen lebten unten in kleinen Häusern aus Holz und Lehm.

5. In den Städten bauten sich die Leute Fachwerkhäuser. Dort gab es aber nur wenig Platz, daher waren diese Fachwerkhäuser schmal und hoch mit vielen Erkern und Türmchen. Auch heute findest du noch solche Häuser in verschiedenen Städten. Seit damals haben die Menschen gelernt, aus Tonziegeln³ Häuser zu bauen und sie mit gebrannten Dachziegeln zu decken.

6. Erst die Erfindung des Betons machte den Bau von Hochhäusern und Wolkenkratzer möglich.

¹ der Ton, -es, -e/der Lehm, -(e)s, -e – (песчаная) глина, суглинок

² der Pfahl, -(e)s, Pfähle – свая, столб

³ der Tonziegel, -(e)s, - – необожженный кирпич

c) Beantworten Sie die Fragen zum Text.

1. Was diente den Urmenschen als Haus? 2. Welche Besonderheiten beim Häuserbau hatten die Menschen, die an Seen wohnten? 3. Warum begann man in den Städten Fachhäuser und später Hochhäuser zu bauen? 4. Wo wohnten die Menschen im Mittelalter? 5. Welche Baumaterialien haben die Leute im Laufe der Geschichte für ihre Häuser benutzt?

d) Vor- und Nachteile der genannten Wohnbauten.

- Besprechen Sie in Kleingruppen Vor- und Nachteile der Wohnbauten.
- Wo würden Sie gerne wohnen? Begründen Sie Ihre Entscheidung.

Aufgabe 2. Haustypen

a) Lesen Sie die folgenden Texte durch und füllen Sie die Tabelle aus.

Haustyp	zeitlicher Abschnitt	Land/Region	Baumaterial	besondere Merkmale

Das Fachwerkhaus

Die Fachwerkhäuser waren die bekannteste Form des Hochbaues zwischen dem Mittelalter und dem 19. Jahrhundert. Sie waren von England bis zu den Alpen bekannt. Ein Fachwerkhaus oder Riegelhaus findet seine Ursprünge im 9. Jahrhundert. Im 15. und 16. Jahrhundert wurden die Gefache¹ mit Holz und Lehm verfüllt.

Das Fachwerkhaus hat ein Skelett aus Holz. Die Hölzer verlaufen senkrecht, waagrecht und schräg. Es mussten witterungsbeständige Holzarten verwendet werden wie z.B. Eiche und Tanne. Zwischen den Hölzern befinden sich sogenannte „Fächer“. Die „Fächer“ werden mit Ziegeln ausgefüllt. Die Wände sind weiß, und die Hölzer hat man bunt bemalt.

Bauernhäuser, Stadthäuser, aber auch Burgen hat man im Mittelalter mit Fachwerk gebaut. Auch heute noch lebt man in Fachwerkhäusern. Sie sind manchmal über 700 Jahre alt. Fachwerkhäuser findet man heute vor allem noch in Kleinstädten oder auf dem Dorf.

Das Hausboot

Ein Hausboot ist ein Schiff oder Boot, auf dem Menschen dauerhaft leben können.

In Nordeuropa gibt es viele Flüsse und Wasserstraßen. Auf den Wasserstraßen fahren Schiffe und transportieren Waren. Die Schiffer und ihre Familien leben auch auf den Schiffen. Sie wohnen, essen und schlafen an Bord. Sie sind immer auf dem Wasser unterwegs.

Viele Leute leben auch in Hausbooten und bleiben fest an einem Platz. Sie haben ihr Hausboot am Ufer festgemacht und wohnen in einem Haus auf dem Wasser. Vor allem in den Inselwelten Südasiens sind Hausboote auch heute noch für viele Menschen ein ständiges Zuhause.

In Europa werden Hausboote meistens als Urlaubsdomizil² gebraucht.

Das Alpenbauernhaus

Die Bauernhäuser in den Alpen sind ziemlich groß, weil man das Futter und im Winter auch die Tiere ins Haus brachte.

Die Häuser haben Holzdächer. Die Dächer sind oben spitz und gehen weit über die Wände hinaus. Sie sind ein Wetterschutz und schützen das Haus bei Schnee, Regen, Sturm und Wind. Ein Balkon geht um das Haus herum. Über den Balkon kommt man in die Zimmer.

Der Bungalow

Oftmals wird der Bungalow als eingeschossiges Haus mit Flachdach bezeichnet, was allerdings nur begrenzt stimmt. Denn ein Bungalow kann ebenso mit einem Dachgeschoss ausgestattet sein, welches allerdings kein Vollgeschoss sein darf. Oft werden Bungalows auch mit Keller gebaut. Diese nutzt man häufig, um die Hausanschlüsse und die Heizung aus dem Wohnraum fernzuhalten. Ein besonderes Merkmal von Bungalows ist auch, dass sie direkt auf dem Boden gebaut werden, also keine Treppe vor der Tür nötig wird.

Das Einfamilienhaus

In einem Einfamilienhaus lebt nur eine Familie. Das Einfamilienhaus hat entweder nur ein Geschoss wie der Bungalow oder es hat noch 2-3 Stockwerke. Einfamilienhäuser liegen fast immer in Vororten. Meistens haben Einfamilienhäuser einen Garten und einen Keller. Wenn das Haus einen Keller hat, wird es nicht so schnell kalt und feucht. Im Keller sind ein Vorratsraum, eine Waschküche und oft auch ein Hobbyraum.

Das Mehrfamilienhaus

Ein Mehrfamilienhaus ist ein Wohngebäude, beziehungsweise Wohnhaus, in dem mehrere Familien leben.

Die Bewohner leben in Wohnungen. Meistens haben sie die Wohnungen gemietet. Das Haus hat mehrere Stockwerke. Häuser mit mehr als fünf Stockwerken haben heute meistens einen Fahrstuhl.

Die einzelnen Wohnungen eines Mehrfamilienhauses sind in der Regel auf mehrere Geschosse verteilt. Mehrfamilienhäuser werden insofern zum Geschosswohnungsbau gezählt.

Das Reihenhaus

Mit einem Reihenhaus lässt sich für viele Menschen insbesondere im städtischen Umland der Traum vom eigenen Haus erfüllen. Das Reihenhaus stellt sich als Alternative zwischen Eigentumswohnung und Einfamilienhaus dar, es hat zumeist einen kleinen Garten und ist billiger als ein Einfamilienhaus. Als Reihenhaus bezeichnet man im Bauwesen eines von mindestens drei oder mehr aneinander gebauten Wohngebäuden. Das erste und das letzte Haus einer solchen Zeile nennt man Reihenhaus. Zwischen den Reihenhäusern bestehen keine Zwischenräume. Trotzdem haben sie keine gemeinsamen Wände. Wegen Schalldämmung und Feuerschutz hat jedes Haus eine eigene Wand, und diese Wände sind nur durch eine dünne Isolierschicht voneinander getrennt.

Oftmals handelt es sich bei kleineren Reihenhäusern um eine Abfolge von baugleichen Typenhäusern. Diese Bautypen haben meist einen eigenen Garten hinter dem Haus.

Das Hochhaus

Der Begriff Hochhaus bezeichnet im deutschsprachigen Raum ursprünglich alle Gebäude, die mehr als sieben Stockwerke haben.

Hochhäuser liegen oft im Zentrum von Großstädten. Weil es dort wenig Platz gibt und die Bauplätze sehr teuer sind, baut man in Großstädten Häuser mit sehr vielen Stockwerken.

Im Zusammenhang mit Hochhäusern werden oft solche Begriffe wie Plattenbau oder Siedlungen³ erwähnt.

In Japan und China gelten erst mehr als 100 Meter hohe Gebäude als Hochhäuser.

Der Wolkenkratzer

Als Wolkenkratzer bezeichnet man hohe Hochhäuser (üblicherweise ab 150 m Höhe), die als Wohn- oder Bürogebäude benutzt werden. Solche Hochhäuser werden meist in Form eines Turms gebaut.

Wolkenkratzer symbolisieren wirtschaftliche Macht und das Streben nach Wachstum, sie sind Symbole des Stolzes ihrer Erbauer und Besitzer.

Dem Begriff „Wolkenkratzer“ (englisch „skyscraper“) kommt das in den 20er Jahren des 19. Jahrhunderts im deutschen Sprachraum gebräuchliche „Turmhaus“ nahe.

¹das Gefach, -s, -e – das Gefüge von Fächern, Fachwerk

²das Domizil, -s, -e – der Wohnsitz (bei Wechseln)

³die Siedlung, -, -en – Gruppe gleichartiger, kleiner Wohnhäuser mit Garten am Rand einer Stadt

b) Vergleichen Sie.

Welche Häuser haben ... ?

flaches Dach	spitzes Dach
eine Treppe	keine Treppe
einen Keller	keinen Keller
ein Stockwerk	einige Stockwerke
einen Garten	keinen Garten

c) Geben Sie kurze und prägnante Definitionen der genannten Häusertypen. Benutzen Sie die Infos aus der Tabelle.

M u s t e r: *Ein Hochhaus ist ein Haus, das mehr als sieben Stockwerke hoch ist.*

d) Beantworten Sie die Fragen.

1. Warum wurden die Fachwerkhäuser so genannt? 2. Wodurch unterscheiden sich Fischerboote von den Hausbooten? 3. Welche Besonderheiten haben Alpenbauernhäuser? 4. Wozu wird der Keller in einem Bungalow und in einem Einfamilienhaus genutzt? 5. Warum werden Mehrfamilienhäuser zum

Geschosswohnungsbau gezählt? 6. Wie sieht ein Reihenhaus von der Stirnseite (топей) aus? 7. Warum werden oft im Zusammenhang mit Hochhäusern solche Begriffe wie Plattenbau oder Siedlungen erwähnt? 8. In welchem Land gibt es die meisten Wolkenkratzer? Was meinen Sie, warum?

e) Welche Haustypen sind das? Woran haben Sie das erkannt?



A



B



C



D



E



F



G



H



I



J



K



L



M



N

HÄUSERTYPEN

O



P

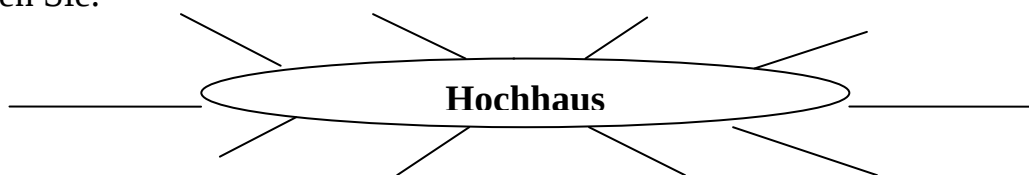


f) Sprechen Sie zum Thema „Häusertypen in Belarus“.

1. Welche Häusertypen gibt es in Belarus? 2. Welche Häusertypen kann man sich in Belarus schlecht vorstellen? Warum? 3. In welchem Haus würden Sie gerne wohnen? Warum?

Aufgabe 3. Einstieg in das Thema

In Großstädten wohnen die meisten Menschen in Hochhäusern. Was kann zu dem Leben in Hochhäusern gehören und was kann diesen Begriff anschaulich machen? Ergänzen Sie.



Aufgabe 4. Hochhaus mit verschiedenen Schlüsseln

a) Der Text heißt „Hochhaus (der Schlüssel)“. Was meinen Sie, worum geht es in diesem Text?

b) Lesen Sie den Text durch und markieren Sie die Merkmale von Hochhäusern.
Hochhaus (der Schlüssel)

Herr Castorp ist froh, dass die Hochhäuser der Stadt wenigstens verschiedene Schlüssel haben. Sonst würde er vielleicht, wenn er eines Tages müde von der Arbeit kommt, die Haustür aufschließen, mit dem Aufzug, dessen Leuchtziffern endlich einmal alle in Ordnung sind, in den sechsten Stock fahren, rechts die zweite Wohnungstür aufschließen, verwundert, da er doch noch nie etwas auf dem Kopf getragen hat, einen Hut am Garderobenhaken bemerken, die Wohnzimmertür öffnen und in das Gesicht einer Frau blicken, die gellend¹ um Hilfe schreit.

R.O.P. Tabbert

¹gellend – резкий, пронзительный (о звуке)

c) Wie stellen Sie sich die Straße, in der Herr Castorp wohnt, vor? Halten Sie sich an den Raster und erstellen Sie eine Beschreibung der Umgebung.

<i>die Häuser</i>	<i>die unmittelbare Umgebung</i>	<i>die Straße</i>
Höhe, Breite, Material, Anordnung der Fenster, ...	Gärten, Spielplätze, Bürgersteige, Bäume, ...	Breite, Lärm, Luft, Verkehr, ...

d) Präsentieren Sie Ihre Beschreibung im Plenum. Achten Sie beim Zuhören auf folgende Punkte.

1. Welche Unterschiede und Gemeinsamkeiten können Sie in den Meinungen feststellen? Warum? 2. Wie fühlt sich Herr Castorp in solcher Wohnumgebung?

e) Der Autor erwähnt, dass die Leuchtziffern des Aufzugs oft nicht in Ordnung sind. Welche Erklärungen halten Sie für richtig?

<i>die technischen Einrichtungen</i>	<i>die Menschen</i>
(nicht) funktionieren, sich abnutzen, in Ordnung halten, modernisieren	kein Interesse haben an (Dat.), im Laufe der Zeit, regelmäßig fahren, barbarisch benutzen

f) Wählen Sie eine der 5 Situationen und schreiben Sie eine ähnliche Geschichte.

	<i>Situation 1</i>	<i>Situation 2</i>	<i>Situation 3</i>	<i>Situation 4</i>	<i>Situation 5</i>
<i>Zeitpunkt</i>	um 8 Uhr abends, nach einer Party	nach Mitternacht, nach der Rückkehr vom Gasthaus	gegen Mittag, nach einem Spaziergang	vor 7 Uhr morgens, nach einem Trimm-dich-Lauf	am späten Nachmittag, nach dem Büroschluss
<i>Begleitung</i>	mit seiner Freundin	mit 2 alten Freunden	mit seinen vier Kindern	mit seinem Hund	mit seinem Chef
<i>Bekleidung</i>	im neuen Anzug	Wintermantel und schmutzige Schuhe	Strohhut und Sonnenbrille	Turnhose und Unterhemd	im weißen Hemd und mit einer Krawatte
<i>Zustand</i>	fröhlich	betrunken	müde	schwitzend	ahnungslos
<i>Opfer</i>	Frau Müller, hübsch	Ehepaar Schmidt, im Schlaf	Herr Trost, schwerhörig	Student Otto, beim Lernen	Frau Meyer, alt, am Klavier
<i>Reaktion</i>	in Erstaunen versetzen	in Angst und Schrecken versetzen	verblüffen	zum Lachen bringen	überraschen

g) An welchen Film erinnert Sie diese Geschichte? Geben Sie den Inhalt des Filmes kurz wieder.

h) Kennen Sie ähnliche Geschichten? Berichten Sie im Plenum.

Aufgabe 5. Hochhaus als Kalender

a) Lesen Sie den Text durch und erfüllen Sie die dazu gehörenden Aufgaben.

Hochhaus (August)

Stefan stellt sich vor, das Hochhaus ist ein Kalender, jedes Stockwerk ein Monat, jede Wohnung eine Woche und jeder Raum ein Tag. Mit Januar, der ist ja sowieso nicht wichtig, muss man im Keller anfangen. Sein Geburtstag ist dann in der Küche von Frau Blum, das gefällt ihm nicht. Und Weihnachten irgendwo auf dem Dach, das gefällt ihm auch nicht. Und die großen Ferien, ja, da würde er mittendrin wohnen, das gefällt ihm. Er nimmt sich vor, wenn er einmal gefragt wird, wo er wohnt, zu sagen: im August.

Nach R.O.P. Tabbert

b) Skizzieren Sie das Haus so, wie Stefan es sich vorstellt.

c) Äußern Sie Ihre Meinung.

1. Wie alt ist Stefan? 2. Warum beschäftigt sich Stefan mit solchen Gedanken? 3. Warum gefallen ihm der Keller und das Dach nicht? 4. Warum gefällt es ihm, „mittendrin“ zu wohnen? 5. Wie werden die Leute reagieren, wenn sie hören, dass Stefan im August wohnt?

d) Wo möchten Sie in Stefans Haus wohnen? Warum?

Aufgabe 6. Hochhaus als Comics

a) Lesen Sie den Text und erfüllen Sie die dazu gehörenden Aufgaben.

Hochhaus (Comics)

Auf die Wände des Hochhauses kann man Comics malen. Die Sprechblasen, die aus den Fenstern hängen, werden von den Bewohnern immer wieder ausgewechselt, so dass jede Bildgeschichte unendlich viele Lesearten¹ haben kann.

Nach R.O.P. Tabbert

¹ die Leseart, - , -en – (hier) eine Variation (Abänderung) des Textes

b) Welche Sprechblasen können es noch sein? Ergänzen Sie die Tabelle mit Ihren Ideen.

Wer?	Was? Welche Informationen?	Wie?
Kinder ...	Unterhaltung ...	lustig ...

c) Welche anderen Möglichkeiten, ein Hochhaus (von außen oder drinnen) interessant zu machen, fallen Ihnen ein? Präsentieren Sie Ihre Ideen.

Aufgabe 7. Hochhaus live

a) Lesen Sie den Text und erfüllen Sie die dazu gehörenden Aufgaben.

Hochhaus (Live)

Wer seine Freundin nachts zum Hochhaus zurückbringt, sollte nicht mit ihr im Hauseingang stehen bleiben. Sechsenddreißig Parteien¹ könnten die Sprechanlage einschalten und alles mithören. Im Rundfunk und Fernsehen nennt man solch eine Sendung live².

R.O.P. Tabbert

¹die Partei, -, -en – (hier) Mieter einer Wohnung, in einem Miethaus

²live (engl.) – direkt, unmittelbar

b) Beantworten Sie die Fragen.

1. Vor welchen unangenehmen Erfahrungen warnt der Autor? 2. Wie viele Stockwerke hat das Haus und wie viele Wohnungen sind in jeder Etage? 3. Warum wird die Unterhaltung am Hauseingang mit einer Fernsehsendung verglichen?

c) Haben Sie ähnliche Erfahrungen?

Aufgabe 8. Lebensräume

a) Geben Sie den Inhalt des Gedichts von Werner Gerlach in Form eines ausführlicheren Textes wieder.

Lebensräume

Ich wohne im Hochhaus
von der Ferne geheizt
in sauberen Zimmern
vom Schmutz befreit
im Hydrotopf
Grünpflanzen
sehr pflegeleicht
ein Kanarienvogel im
Bauer,
der fröhlich pfeift.

Werner Gerlach

b) Wie gefällt Ihnen die im Gedicht beschriebene Wohnsituation?

c) Ergänzen Sie die Fragen des Interviewers.

Interviewer. ... ?

Herr Lembke. Ja, das Haus ist mein Geburtshaus und meine Familie wohnt hier schon mehrere Generationen. Gemeinsam wohnen wir hier seit 1965, seit unserer Hochzeit.

Interviewer. ... ?

Herr Lembke. Äh, ja, dieses Haus hat 2 Stockwerke. Hier im 1. Stock, wo wir sitzen, haben wir den Salon und mehrere Zimmer, das Wohnzimmer und das Esszimmer und dann haben wir noch die Wirtschaftsräume im Keller und oben haben wir unsere Schlafräume und das Zimmer unserer Tochter. Ja, dann gibt's einen Garten, der sehr groß ist, wie Sie sehen können. Dort haben wir auch einen Swimmingpool. Im Keller muss ich noch dazu sagen, haben wir eine kleine Sauna, wo wir öfter Freunde aus der Umgebung zu einem gemeinsamen Saunabesuch einladen.

Interviewer. ... ?

Herr Lembke. Ja, das kann man sagen, es ist hier sehr angenehm, sehr ruhig und gute Luft, angenehme Nachbarn, die wir seit Jahren kennen ... Ins Geschäft haben wir nicht sehr weit, mit dem Auto bin ich gleich in der Stadt.

Interviewer. Danke.

d) Wie/was gefällt Ihnen das Haus/im Haus der Familie Lembke?

e) Übersetzen Sie den folgenden Text ins Deutsche.

Высотный дом – это здание, которое имеет более 5 этажей. Высотные дома строят чаще всего в больших городах, так как там мало места, а строительные площади дорогие. На первых этажах размещаются магазины, кафе, библиотеки и т.п. Во дворах предусмотрены детские площадки и места для парковки автомобилей. В высотных домах, как правило, несколько подъездов. Входные двери оснащены домофонами. Благодаря этому устройству через порог Вашего дома перешагнут только желанные гости. Это также позволяет содержать лестничные клетки в порядке и не нарушать покой жильцов. Невозможно представить себе высотный дом без лифта. Но когда он не работает, приходится подниматься по лестнице. К удобствам в высотном доме относится также мусоропровод, поэтому жильцам не нужно выносить мусор на улицу в мусорные баки. В высотных домах расположены квартиры от одно- до четырехкомнатных. Из квартир верхних этажей открывается прекрасный вид на город. Однако квартиры на верхних этажах имеют свои недостатки: из-за плоской крыши там очень жарко летом, отопление слабее, а водоснабжение (die Wasserversorgung) не всегда регулярное, как на нижних этажах.

f) Sind Sie mit allen Behauptungen aus der Übersetzung einverstanden? Oder können Sie einige davon widerlegen? Führen Sie Beispiele an.

M u s t e r: Ein Hochhaus ist ein Gebäude, das mehr als 5 Stockwerke hoch ist.

– Im deutschsprachigen Raum bezeichnet der Begriff Hochhaus alle Gebäude, die mehr als sieben Stockwerke haben. Und in Japan und China gelten erst mehr als 100 Meter hohe Gebäude als Hochhäuser.

g) Und welche Erfahrungen haben Sie mit Hochhäusern?

- ✓ Sammeln Sie Ihre positiven/negativen Erfahrungen über das Wohnen in einem Hochhaus.
- ✓ Bilden Sie zwei Gruppen, die für oder gegen Hochhäuser plädieren.
- ✓ Diskutieren Sie darüber, indem Sie Ihre Argumente der Reihe nach nennen.

Aufgabe 9. Einfamilienhaus

a) Einstieg in das Thema.

Viele Leute wohnen gerne in einem Einfamilienhaus. Sehen Sie sich den Wortigel an und ergänzen Sie: „Was gehört zum Leben in Einfamilienhäusern, und was kann diesen Begriff anschaulich machen?“



b) Ordnen Sie die Repliken in dem folgenden Interview.

Muster: p, g, ...

- a) *Interviewer.* Wohnen Sie dort mit Ihrer Familie?
- b) *Interviewer.* Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Wohnsituation?
- c) *Interviewer.* Arbeiten Sie?
- d) *Interviewer.* Was gefällt Ihnen nicht?
- e) *Frau Schneider.* Teilweise, halbtags.
- f) *Interviewer.* Wo würden Sie gerne wohnen?
- g) *Frau Schneider.* Im 21. Wiener Gemeindebezirk, in der Großfeldsiedlung.
- h) *Interviewer.* Seit wann wohnen Sie dort?
- i) *Frau Schneider.* Es gibt teilweise Schwierigkeiten mit dem Aufzug, die Kinder machen relativ viel Lärm, da die sozialen Einrichtungen, sprich: Kinderspielplätze oder Grünflächen noch fehlen. Es ist alles im Aufbau begriffen und dadurch sind die Kinder gezwungen, in der Wohnung zu spielen.
- j) *Frau Schneider.* Eigentlich nur mit der einen neben mir, da sie ein Kind hat, das genauso alt ist wie meines, nämlich drei Jahre.
- k) *Interviewer.* Was ist das für eine Siedlung?
- l) *Frau Schneider.* Mit der Wohnung an sich schon, sie ist sehr groß, mit der Wohnsituation im Allgemeinen weniger ...
- m) *Interviewer.* Haben Sie viel Kontakt mit den Nachbarn?
- n) *Frau Schneider.* Eher mehr am Stadtrand von Wien oder außerhalb von Wien, wo man aber doch gute Verbindungsmöglichkeiten hat.
- o) *Frau Schneider.* Eine Siedlung mit ziemlich vielen Hochhäusern, durchwegs 10 bis 12 oder 10 bis 13 Stockwerke.

- p) *Interviewer.* Wo wohnen Sie?
 q) *Frau Schneider.* Ja, ich habe einen Mann und zwei kleine Kinder, das eine ist drei Jahre alt, das andere eineinhalb.
 r) *Frau Schneider.* Seit ca. 4 Jahren.

c) **Welche Vor- und Nachteile der beiden Wohnmöglichkeiten nennt Frau Schneider?**

d) **Bilden Sie einen ähnlichen Dialog, in dem Sie Vor- und Nachteile der beiden Wohnmöglichkeiten besprechen.**

Aufgabe 10. Ein Einfamilienhaus kaufen

a) **Lesen Sie die Werbeanzeigen durch und finden Sie heraus, was die folgenden Abkürzungen bedeuten.**

<i>Abkürzung</i>	<i>Bedeutung</i>
EG	
DG	
QM	
WC	
HWR	

b) **Lesen Sie die Werbeanzeigen noch einmal und bestimmen Sie, welches Haus Familie Pfister Ihrer Meinung nach wählen wird.**

Familie Pfister besteht aus vier Personen: Herr Pfister, 44 Jahre alt, Programmierer, arbeitet viel zu Hause; Frau Pfister, 35 Jahre alt, Hausfrau, leidenschaftliche Sportlerin; Tochter, 12 Jahre alt, Schülerin, will Landschaftsdesignerin werden; Sohn, 5 Jahre alt, spielt gerne Tennis.

Einfamilienhaus 1

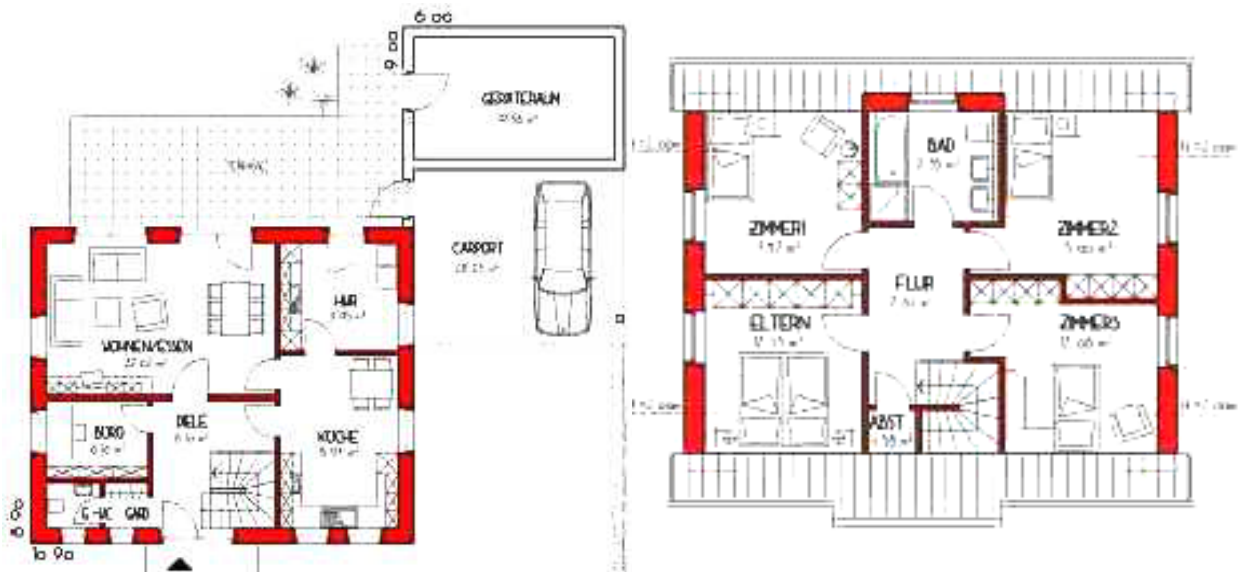


Wohnfläche 135 m²

EG. HWR (Hauswirtschaftsraum), Küche, Esszimmer, Wohnzimmer, Flur, Büro, Carport¹

DG. 3 Kinderzimmer, Elternschlafzimmer, Bad

Wohnlage: ruhig, verkehrsentlegen



¹der Carport, -(e)s, -s – ein überdachter Abstellplatz für Autos

Einfamilienhaus 2



Wohnfläche 159 m²

EG. HWR, Küche, Esszimmer, Wohnzimmer, WC, Flur, Büro, Diele, Garage

DG. 2 Kinderzimmer, Elternschlafzimmer, Bad, Abstellraum

Wohnlage: ruhig, verkehrsgünstig (100 m von der Bushaltestelle)



Einfamilienhaus 3



Wohnfläche 216 m²

EG. HWR, Küche, Esszimmer, Wohnzimmer, Schlafzimmer, WC, Flur, Büro, Diele, Abstellraum, Garage

Einliegerw. WC, Bad, Diele

DG. 3 Kinderzimmer, Elternschlafzimmer, Bad, Abstellraum

DG. Esszimmer, Wohnzimmer



Einfamilienhaus 4



Wohnfläche 140 m²

EG. HWR, Küche, Esszimmer, Wohnzimmer, WC, Flur, Vorratsraum, Diele

DG. 2 Kinderzimmer, Elternschlafzimmer, Abstellraum, Bad

Wohnlage: ruhig, verkehrsgünstig



Einfamilienhaus mit Wintergarten 5



Wohnfläche 140 m² davon 17,5 m²

Wintergarten

EG. HWR, Küche, Esszimmer,
Wohnzimmer, WC, Flur, Carport

DG. 2 Kinderzimmer, Elternschlafzimmer,
Bad, Abstellraum



c) Für welches Haus haben Sie sich entschieden? Warum?

d) Ein Brief

Stellen Sie sich vor: Sie haben schon Ihre eigene Familie und wohnen in dem Haus, für das Sie sich entschieden haben (Aufgabe 2). Schreiben Sie davon Ihren Verwandten, die Sie lange nicht gesehen haben und die in einer anderen Stadt/einem anderen Land wohnen.

e) Zwei Hausfrauen

Zwei ehemalige Studienkolleginnen treffen sich und beklagen sich über ihr Leben. Die eine wohnt in einem Hochhaus, die andere – in ihrem eigenen Einfamilienhaus. Bilden Sie einen Dialog, indem Sie die Vor- und Nachteile jedes Haustyps nennen.

Aufgabe 11. Projekt „Wohnen international“ (*Projektarbeit)

THEMENBEREICH 2

WOHNUNGEN UND WOHNUNGSEINRICHTUNGEN

Aktiver Wortschatz

1	der Einzug, -s, -züge den Einzug feiern die Einzugsfeier, -, (ohne Pl.) Syn.: das Einzugsfest, -(e)s, (ohne Pl.) j-n Akk. zum Einzugsfest/zur Einzugsfeier einladen (u, a), h der Umzug, -s, -züge Syn.: der Wohnungswechsel, -s, -	въезд/переезд (в квартиру/дом) праздновать новоселье новоселье пригласить кого-л. на новоселье переезд (на другую квартиру)
2	sich befinden (befand sich, sich befunden), h Syn.: liegen (lag, gelegen), h Unser Haus befindet sich/liegt im Vorort, am Stadtrand, in der Innenstadt/im Stadtzentrum.	находиться, располагаться Наш дом находится/расположен в пригороде, на окраине города, в центре города.
3	mieten (te, t), h etw. Akk Syn.: zur Miete wohnen (te, t), h	арендовать, снимать (комнату, квартиру)
4	der Vorraum, -es, -räume Syn.: die Diele, -, -n/der Flur, -s, -e ein geräumiger, enger Vorraum in der Diele den Mantel ablegen (te, t), h auf dem gleichen Flur wohnen	прихожая, передняя просторная, тесная прихожая раздеться, оставить пальто в прихожей жить на одной лестничной площадке
5	die Stube, -, n (veraltet) Syn.: die Kammer, -, -n	комната комнатка, каморка, чулан, кладовая
6	unterbringen (brachte unter, untergebracht), h etw./j-n Akk. in etw. Dat. Im Abstellraum sind alte Klamotten/ist der alte Kram untergebracht.	размещать, укладывать, помещать (вещи), устраивать (людей) В кладовке лежат (размещены) старые вещи (старая одежда)/старье (хлам).
7	die Flurgarderobe, -, -n Syn.: die Garderobenablage, -, -n die Hutablage, -, -n	вешалка в прихожей полка для шляп

	der (Kleider)haken, -s, - den Mantel an den Kleiderhaken hängen der Kleiderbügel, -s, -	крючок/вешалка вешать пальто на крючок плечики (<i>разг.</i>)
8	die Küche, -, -n eine kleine, saubere, gekachelte Küche eine Küche mit Elektroherd, Gasherd ausstatten die Durchreiche, -, -n (<i>Öffnung zum Durchreichen von Geschirr und Speisen</i>) die Spüle, -, -n	кухня маленькая, чистая, выложенная кафелем кухня оборудовать кухню электроплитой, газовой плитой кухонный проем, через который подается еда в комнату раковина, мойка
9	das Bad, -es, -Bäder 1) Syn.: das Badezimmer, -s, - ein gekacheltes, geräumiges Bad 2) die Badewanne, -, -n ein Bad nehmen (nahm, genommen), h das Waschbecken, -s, -	1) ванная комната выложенная кафелем, просторная ванная комната 2) ванна принимать ванну умывальник
10	die Toilette, -, -n Syn.: das Klo, -s, -s Syn.: das WC, -s, -s das Klosettbecken, -s, - das Bidet, -s, -s	туалет, уборная (в квартире, доме) туалет (в учреждении) унитаз биде
11	der Balkon, -s, -s/-e auf dem Balkon die Loggia, -, Loggien	балкон на балконе лоджия
12	die (Zimmer)decke, -, - n eine hohe, niedrige Zimmerdecke einen Kronleuchter an der Decke anbringen die Decke tünchen (te, t), h, streichen (strich, gestrichen), h	потолок высокий, низкий потолок подвесить люстру к потолку (по)белить, покрасить потолок
13	die Wand, -, Wände ein Bild an die Wand hängen (te, t), h	стена повесить картину на стену
14	tapezieren (te, t), h etw. Akk. die Tapete, -, -n Die Tapete in diesem Zimmer ist mit Blumen gemustert/hat ein Blumenmuster.	оклеивать обоями обои Обои в этой комнате с цветочным рисунком.
15	der Fußboden, -s, -, Fußböden den Fußboden fegen (te, t), h, aufwischen	пол подметать, мыть пол

	(te, t), h mit einem Teppich belegen (te, t), h	покрывать пол ковром
16	der Teppich, -s, -e den Teppich vor das Bett legen (te, t), h den Teppich (staub)saugen (te, t), h Syn.: mit dem Staubsauger reinigen der Läufer, -s, -	ковер положить ковер перед кроватью пропылесосить ковер ковровая дорожка
17	das Möbelstück, -(e)s, -e die Möbel (meistens im Pl.) antike, moderne, gepolsterte, rustikale, bequeme Möbel die Möbel aufstellen, rücken, umstellen Anbau-, Einbau-, Polster-, Campingmöbel	предмет мебельного гарнитура (мебели) мебель старинная, современная, мягкая, грубая, удобная мебель расставить, подвинуть, переставлять мебель секционная, встроенная, мягкая мебель, мебель для отдыха
18	der Tisch, -es, -e der Ess-, der Klub-/der Couch-, der Schreibtisch das Schreibpult, -(e)s, -e das Nachttischchen, -(e)s, -	стол обеденный, низкий/журнальный, письменный стол школьная парта тумбочка
19	der Stuhl, -s, Stühle der Schaukelstuhl, -s, -stühle der Hocker, -s, - der Polsterhocker, -s, -	стул кресло-качалка табуретка банкетка
20	der Sessel, -s, - im Polstersessel sitzen (saß, gesessen), h	кресло сидеть в мягком кресле
21	das Sofa, -s-, -s die Couch, -, -es sich auf das Sofa/auf die Couch setzen (te, t), h	диван, софа кушетка (с низкой спинкой) садиться на диван/кушетку
22	das Bett, -es, -en das Einzel-, das Doppel-, das Ehe-, das Stockbett sich ins Bett legen (te, t), h	кровать односпальная, двуспальная, супружеская, двухэтажная кровать ложиться в кровать (спать)
23	der Schrank, -es, Schränke der Wäsche-, der Kleider-, der Eck-, der Bücherschrank der Mehrzweck-, der Hänge-, der	шкаф бельевой, платяной, угловой, книжный шкаф многофункциональный

	Einbauschränk der Anbauschränk/die Schrankwand der Kühlschrank	настенный, встроенный шкаф секционный шкаф холодильник
24	die Anrichte, -, -n	сервант
25	das Regal, -s, -e das Bücherregal Bücher in/auf das Bücherregal stellen (te, t), h	полка книжная полка ставить книги на полку
26	die Lampe, -, -n Syn.: die Leuchte, -, -n die Deckenlampe/-leuchte die Tisch-/die Leselampe/-leuchte die Wand-, die Stehlampe/-leuchte die Pendelleuchte/-lampe die Außenleuchte/-lampe der Kronleuchter, -s, -	лампа потолочная/плафонная лампа настольная лампа бра, торшер лампа на длинном шнуре светильник уличного освещения люстра
27	der Vorhang, -s, -hänge die Gardine, -, -n Gardinen an das Fenster hängen (te, t), h die Jalousie, -, -n	занавес гардина вешать гардины на окно жалюзи
28	der Fernseher, -s, - Syn.: das Fernsehgerät, (e)s, -e/ der Fernsehapparat, (e)s, -e Vor kurzem haben wir einen LCD-Fernseher gekauft. fernsehen (sah fern, ferngesehen), h	телевизор Недавно мы купили телевизор с ЖКИ-экраном. смотреть телепередачу
29	der Spiegel, -s, - in den Spiegel schauen (te, t), h sich vor dem Spiegel kämmen (te, t), h	зеркало смотреть(ся) в зеркало, причесываться перед зеркалом
30	das Fensterbrett, -(e)s, -er Auf den Fensterbrettern stehen Blumentöpfe mit Zimmerpflanzen.	подоконник На подоконниках стоят горшки с комнатными растениями.
31	ordnen (te, t), h etw. Akk. das Zimmer in Ordnung bringen (brachte, gebracht), h Fenster putzen (te, t), h den Staub abwischen (te, t), h/Staub wischen den Staub von den Möbeln wischen	приводить что-л. в порядок приводить комнату в порядок/ убрать в комнате мыть окна вытирать пыль вытирать пыль с мебели
32	das Design, -s, -s	дизайн

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Новоселье, кухня, унитаз, тумбочка, зеркало, переезд, прихожая, ковер, мебель, полка, шкаф, жалюзи, диван, гардина, крючок, обои, дизайн, плечики, табуретка, сервант, пол, (кухонный) проем, телевизор, балкон, пригород, раковина, потолок, биде, кровать, умывальник, люстра, лоджия, дорожка, лампа, (школьная) парта, полка (для шляп), центр (города), занавес.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Обставлять, оклеивать (обоями), смотреть(ся), расчесываться, вешать, класть, подметать, расставлять, праздновать, чистить, белить, ставить, сидеть, смотреть (телепередачу), подвинуть, ложиться, переставлять, размещать, арендовать, располагаться, повесить (к потолку), раздеться (снять верхнюю одежду).

Aufgabe 3. Setzen Sie in die Lücken fehlende Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Sie kämmt sich immer ... Spiegel. 2. Legen Sie ... Diele ab und treten Sie ... Wohnzimmer ein. 3. Wir wohnen ... Miete, denn wir haben kein Geld ... eigene Wohnung. 4. Meine Bekannten laden mich ... diesem Sonnabend ... Einzugsfeier ein. 5. Bringe den Kronleuchter ... Decke an! 6. Er setzte sich ... Polstersessel und blätterte ... Zeitschrift. 7. Stell bitte das Buch ... Bücherregal! 8. Ich trete ... Diele ein und hänge den Mantel ... Kleiderhaken. 9. Das Haus meiner Eltern liegt ... Stadtrand. 10. ... Decke im Wohnzimmer hängt ein antiker Kronleuchter. 11. ... Schrankwand sind Bücher, Geschirr, Wäsche, Kleidung und andere Sachen untergebracht. 12. Wir sind mit den Nachbarn, die ... gleich(...) Flur wohnen, befreundet.

Aufgabe 4. Ersetzen Sie die kursiv gedruckten Vokabeln durch Synonyme.

1. Wen hast du *zur Einzugsfeier* eingeladen? 2. Er setzt sich auf *das Sofa* und schaltet den Fernseher ein. 3. In *welchem Stock* befindet sich ihre Wohnung? 4. Meine Kusine *mietet eine Wohnung*. 5. *Im Flur* befindet sich eine *Flurgarderobe*. 6. Gehst du ins *Bad*? 7. Wer ist *im WC*? 8. Ich möchte heute die Wohnung aufräumen, deshalb *sauge* ich sie. 9. *Fernseher* gehören nicht ins Kinderzimmer!

Aufgabe 5. Finden Sie das richtige Paar.

a) Ausgang – Eingang, Tür – ... ; b) Keller – Erdgeschoss, Stockwerk – ... ; c) Haus – Dach, Zimmer – ... ; d) Wohnung – Zimmer, Haus – ... ; e) Badezimmer – Badewanne, Toilette –

Aufgabe 6. Füllen Sie die Tabelle aus.

Wohnlage	feste Teile des Hauses	Räume im Haus	Möbelstücke

a) Esszimmer, b) Couch, c) Schaukelstuhl, d) Zimmerdecke, e) Fitnessraum, f) Regal, g) Wand, h) Treppe, i) Vorort, j) Gästezimmer, k) Dach, l) Innenstadt, m) Stadtrand, n) Toilette, o) Sessel, p) Klubtisch, q) Eingangstür, r) an einer Hauptverkehrsstraße.

Aufgabe 7. Ergänzen Sie die Verben durch passende Objekte. Übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie Sätze mit diesen Wortgruppen.

... abwischen, ... ordnen, ... hängen, ... anbringen, ... putzen, ... umstellen, ... mieten, ... in ... bringen, ... reinigen, ... feiern, ... stellen, ... streichen, ... zu ... einladen, ... in ... unterbringen, ... abwischen, sich vor ... kämmen, ... mit ... belegen, ... mit ... ausstatten.

Aufgabe 8. Wortfamilie „ziehen“

a) Mit welchen Präfixen kann das Verb „ziehen“ gebraucht werden?

Ab- an- auf- aus- bei- ein- um- vor- wider-

b) Bilden Sie Substantive von diesen Verben und übersetzen Sie diese ins Russische.

c) Setzen Sie in die folgenden Sätze passende Substantive aus der Aufgabe 8b) ein.

1. Ich laufe die Treppe hoch, du kannst aber mit dem ... fahren. 2. Wann werden wir den ... in eure neue Wohnung feiern? 3. Ich gebe diesem Bewerber den 4. Seit unserem ... aus diesem Haus sind schon zwei Monate vergangen. 5. Der ... ist zu eng, geben Sie mir bitte einen anderen, Größe 44! 6. Die Verwandten meines Mannes haben mir beim ... sehr viel geholfen. 7. ... ist verstopft, er muss gereinigt werden.

Aufgabe 9. Ergänzen Sie die Substantive durch passende Attribute, übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie Sätze mit erzielten Wortgruppen.

Möbel, Diele, Teppich, Couch, Tapete, Küche, Tisch, Desing, Jalousie, Bad.

Aufgabe 10. Was passt nicht in die Reihe?

- a) Bad: modern, schwer, klein, groß;
- b) Fenster: hoch, breit, oval, gemütlich;
- c) Fußboden: kurz, kalt, glatt, hart;

- d) Heizung: modern, neu, sympathisch, praktisch;
- e) Keller: kalt, feucht, dunkel, schräg;
- f) Zimmer: leicht, hell, freundlich, modern eingerichtet;
- g) Treppe: steil, schmal, weich, hoch;
- h) Wand: hoch, niedrig, dick, fett;
- i) Küche: gekachelt, schmackhaft, gefliest, tapeziert;
- j) Gasherd: heiß, teuer, gemütlich, oval;
- k) Balkon: rund, verglast, eng, vergittert.

Aufgabe 11. Bilden Sie Beispielsätze mit den folgenden Wortpaaren.

1. Möbel, Wohnung. 2. Fußboden, Teppich. 3. Anrichte, Gästezimmer. 4. Klubtisch, Sessel. 5. Kinderzimmer, Stockbett. 6. Läufer, Flur. 7. Gardine, Fenster. 8. Spiegel, Bad. 9. Passant, Außenleuchte. 10. Couch, Anbauschrank. 11. Design, Bücherregal. 12. Hängeschränk, Küche. 13. Balkon, Loggia.

Aufgabe 12. Möbelstücke

a) Welche Möbelstücke gibt es nicht?

Stuhl	Bett	Schrank	Tisch
Korb-	Kranken-	Geld-	Stamm-
Dreh-	Gitter-	Fenster-	Raucher-
Roll-	Prokrustes-	Vorrats-	Redaktions-
Klavier-	Gäste-	Schalt-	Fensterbrett-
Präsidenten-	Couch-	Wand-	Skat-
Melk-	Sitz-	Schiebetüren-	Operations-
Tisch-	Wasser-	Roll-	Spiegel-

b) Definieren Sie die Möbelstücke, die es gibt.

M u s t e r: *Das Krankenbett ist das Bett, auf dem ein Kranker liegt.*

Aufgabe 13. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. На пол в прихожую мы положили дорожку, на стену повесили овальное зеркало. 2. Я живу на пятнадцатом этаже, поэтому мне не нужны гардины на окна, так как вблизи нет ни одного многоэтажного дома. 3. Мы решили купить новый унитаз в туалет. 4. Поставь журнальный столик между креслами в передней! 5. В нашей комнате низкий потолок, нам не подходит лампа на длинном шнуре, поэтому мы повесим на потолок плафонную лампу. 6. У моей двоюродной сестры очень современная ванная комната: кроме джакузи (der Jacuzzi) там есть еще два умывальника, унитаз и биде. 7. Квартира сияет чистотой: я почистила пылесосом ковры, помыла окна и протерла пыль. 8. Потолки в этой комнате мы побелили, а стены оклеили обоями с цветочным

орнаментом. 9. Встроенная мебель экономит пространство. 10. Мы соединили кухню с жилой комнатой кухонным проемом. 11. Сервант не является самым модным предметом мебели, но он делает нашу гостиную уютной. 12. На балкон мы поставили деревянную мебель для отдыха.

Aufgabe 14. Wortschatzspiel

An der Tafel sind 14 Wörter aus dem aktiven Wortschatz geschrieben. Die Studenten schreiben 7 davon in ihre Hefte. Der Lektor liest eine Definition der an der Tafel stehenden Wörter in beliebiger Reihenfolge vor. Wer eines der definierten Wörter auf seiner Liste hat, streicht es durch. Wer alle Wörter gestrichen hat, ruft: „Bingo!“ und hat gewonnen.

Aufgaben zur Entwicklung lexikalischer Kompetenz

Aufgabe 1. Was braucht der Mensch zum Wohnen?

a) Wie können Sie diese Frage beantworten? Füllen Sie die Tabelle aus.

die Möbel, die notwendig sind	die Möbel, die nicht notwendig sind

b) Vergleichen Sie Ihre Tabellen in Kleingruppen, begründen Sie Ihre Entscheidung.

c) Lesen Sie den folgenden Text durch. Welche Möbelstücke sind nach der Meinung des Autors wichtig? Vergleichen Sie das mit Ihren Vorstellungen.

¹ Was braucht der Mensch zum Wohnen? Er braucht ein Dach überm Kopf, um geborgen zu sein, darunter eine Wohnung, um die Tür hinter sich zumachen zu können. Er braucht ferner einen Stuhl zum Sitzen (und einen für den Besuch), einen Tisch zum Essen, Schreiben, Spielen und Arbeiten, er braucht ein Bett
⁵ zum Schlafen und einen Schrank für *die Siebensachen*. Schließlich muss er noch einen Platz finden für die Dinge, die ihm lieb sind und etwas von ihm erzählen, Zeugnisse seines Sammeleifers, Gegenstände seines Erfolges.
Und so braucht er nach und nach immer mehr, und was er hat, wird immer teurer, schwerer, *sperriger*. Der Stuhl schwillt an zum Sessel, breit und bunt und
¹⁰ bildet bald eine Familie, die Couchgarnitur. Der Schrank geht in die Breite und wird zur Schrankwand aus einem Stück mit so vielen Fächern, Kästen, Schüben darin, dass es mitunter Mühe macht, sie auch zu füllen. Aus einem Tisch sind ein Paar geworden, und die modernsten sind so niedrig, dass man sich den Bauch einklemmt, wenn man daran sitzt. Und schon wohnt der Mensch nicht nur,
¹⁵ sondern gibt mit seiner Wohnung an: Seht, das ist mein Reich, das bin ich, so

- weit habe ich es gebracht! Unterdessen ist *das Mobiliar* so voluminös und zahlreich geworden, die Wohnung dabei immer enger, so dass nun ganz deutlich wird: In dieser Versammlung wohnlicher Sachen ist einer zu viel – der Mensch. Das ist natürlich übertrieben. Aber es ist auch nicht so falsch, wie man möchte.
- 20 Denn in vielen unserer Wohnzimmer lebt die verdamnte „*gute Stube*“ weiter, dieser aufgeräumte Schauplatz, auf dem die Bewohner vor ihren Freunden, Verwandten, Besuchern (und vor sich selbst) Theater spielen, statt diesen Raum wirklich zu bewohnen, zu gebrauchen. Tatsächlich ist die Wohnung nicht nur
- 25 eine Anzahl von Zimmern, in denen man sich einrichtet und seinen Alltag ordnet, sondern, wie die Kleidung, ein Ausdrucksmittel des Menschen, eine Art von Sprache, in der er sich mitteilt. Sie gibt ihm Geborgenheit, Sicherheit, Beständigkeit, sie ist nach Kräften gemütlich – aber sie erlaubt ihm auch, sich darzustellen, zu präsentieren und sich dabei dem Wunschbild seines Daseins nahe zu fühlen. ...
- 30 Die meisten von uns wohnen also gar nicht so, wie sie sind, sondern so, wie sie zu sein träumen oder zu sein behaupten. Nirgendwo machen sich die Menschen so viel vor wie beim Möblieren ihrer vier Wände. ... Denn wenn sie nur lange genug in einer Wohnung gewohnt haben, sind sie auch bereit, sie zu lieben.

Nach Manfred Sack

d) Welche der folgenden Erklärungen sind richtig?

- 1) *die Siebensachen* (Zeile 5):
 - a) die Sachen, die man täglich braucht;
 - b) sieben Kleidungsstücke, die jeder unbedingt haben muss;
 - c) kleine Gegenstände, die nicht jeden Tag gebraucht werden.
- 2) *sperrig* (Zeile 9):
 - a) hässlich;
 - b) sehr groß und massig, schwer zu handhaben;
 - c) groß.
- 3) *das Mobiliar* (Zeile 16):
 - a) die Gesamtheit der Möbel;
 - b) das möblierte Zimmer;
 - c) Einrichtung.
- 4) *die „gute Stube“* (Zeile 20):
 - a) die Stube, die mit schönen Möbeln eingerichtet wird;
 - b) das Zimmer, wo man sich gut fühlt;
 - c) das Zimmer, das bei feierlichen Anlässen benutzt wird.

e) Bilden Sie Ihre Beispielsätze mit den Wörtern aus der Aufgabe 1d).

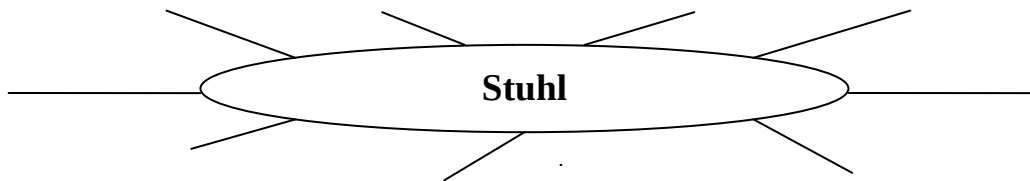
f) Fassen Sie die wesentlichen Informationen des Textes mit Ihren eigenen Worten in fünf Sätzen zusammen.

g) Äußern Sie Ihre Meinung.

1. Warum werden im Laufe der Zeit die Wohnungen mit immer mehr Möbelstücken vollgestopft? 2. Wie kann die Wohnung ein Ausdrucksmittel des Menschen, der sie bewohnt, sein? 3. Was meinen Sie, warum gibt es in Belarus kaum Familien, die in ihrer Wohnung/ihrem Haus „die gute Stube“ haben? 4. Und was brauchen Sie zum Wohnen?

Aufgabe 2. Nehmen Sie bitte Platz!

a) Eines der ersten Möbelstücke war der Stuhl. Welche Assoziationen haben Sie damit?



b) Lesen Sie den folgenden Text durch und erfüllen Sie die dazu gehörenden Aufgaben.

¹ Stühle müssen nicht immer nur ein langweiliges Möbelstück sein, die nur ihre Funktion erfüllen. Mitunter sind sie mehr als nur Funktionsmöbel.

Stühle haben ihren eigenen Charakter durch ihr individuelles Design und ihre unterschiedlichen Formen. Einige Stühle stechen durch Eleganz hervor, andere
⁵ wiederum weisen geschwungene Formen auf, die dem Stuhl sein individuelles Aussehen verleihen. Sie finden allerdings auch Stühle, die durch ihr Aussehen eher dem klassischen Stuhl-Design entsprechen. Designerstühle hingegen sind meistens Einzelstücke und schwer zu bekommen. Stühle bieten hierbei nicht nur
¹⁰ eine passende Sitzgelegenheit an Ihrem Esstisch, sondern sind auch zu dekorativen Zwecken einsetzbar.

Stühle werden in vielen Situationen benötigt, egal ob in der Küche oder in einem Esszimmer. Aber auch im Garten oder auf der Terrasse kommen sie zum Einsatz.

¹⁵ Stühle hat jeder in seinem Haushalt. Jeder hat einen anderen Geschmack, wie seine Stühle aussehen müssen. Viele Leute bevorzugen in der Küche zum Beispiel eher den Landhausstil, durch den eine Küche an Gemütlichkeit gewinnt und ein echtes Wohngefühl weckt. Im Esszimmer hingegen wird eher auf Schick und
²⁰ Design geachtet, da ein Esstisch mit den dazu passenden Stühlen den Mittelpunkt dieses Raumes ausmacht, und ein Esszimmer Gemütlichkeit und echtes Wohngefühl ausstrahlen soll. Im Garten achtet man eher auf die Praktikabilität

25

eines Stuhls, er muss Feuchtigkeit und Witterungsbedingungen standhalten, sollte aber trotzdem eine gewisse Ausstrahlung besitzen. Stühle sind viel mehr als nur ein Gebrauchsmöbelstück. Sie können Ihrer Wohnung eine ganz individuelle Note verleihen.

c) Welche Aussagen sind auf der Grundlage des Textes richtig (r) oder falsch (f)?

1. Stühle können mehrere Funktionen erfüllen.
2. Stühle haben einen Charakter wie ihre Besitzer.
3. Einige Stühle sind elegant, wenige sind im klassischen Stil gebaut.
4. Designstühle erfüllen eine dekorative Funktion.
5. Die Stühle im Landhausstil verleihen der Küche einen gemütlichen und wohnlichen Ausdruck.
6. Gartenstühle muss man aus witterungsbeständigem Material herstellen.

r	f
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐

d) Welche Stühle haben Sie in Ihrem Elternhaus/jetzt? Beschreiben Sie diese.

e) In welche Zimmer passen diese Stühle? Begründen Sie Ihre Entscheidung.



A



B



C



D



E



F



G



H



I



J



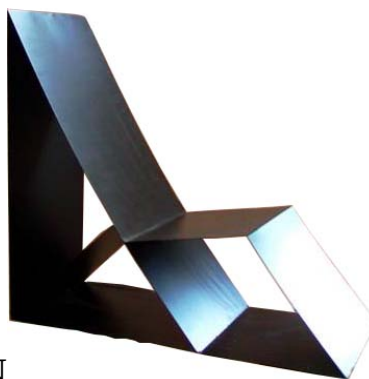
K



L



M



N



O

f) Welcher Stuhl/welche Stühle hat/haben Ihnen am besten gefallen? Warum?

g) Spielen Sie Möbeldesigner.

- Erdenken Sie ein neues Design für einen Stuhl/ein anderes Möbelstück und bereiten Sie es auf einem Extra-Blatt (DIN A4) zur Präsentation im Plenum vor.
- Schreiben Sie auf die Rückseite einen kurzen Vorstellungstext (ca. 10 Sätze).
- Präsentieren Sie Ihre Projekte/Möbelstücke im Plenum.
- Wählen Sie durch Punktabfrage die interessantesten Ideen in der Gruppe.

Aufgabe 3. Unsere Wohnung wird zur Wohnung

a) Lesen Sie den folgenden Text und finden Sie die richtige Reihenfolge der Absätze.

1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____ 5 ____

a) Man möchte auch gemütlich beisamen sitzen, sich ausruhen, den Besuch empfangen und Familienfeste feiern.

b) Wir gehen also davon aus, was wir zur Befriedigung unserer allgemeinen und besonderen Bedürfnisse in unserer Wohnung brauchen, wie viel Platz und was für Gegenstände, welcher Art und Größe wir benötigen. Dann fassen wir zusammen und bilden Bereiche: einen Schlafbereich, einen Essbereich, einen Wohnbereich, einen Arbeitsbereich, einen Bereich für die Kinder usw.

c) Und schließlich kommt die Atmosphäre, in der sich jeder, auch der Gast wohl fühlt, und der Wunsch, seine Wohnung individuell und einmalig einzurichten. Ist es überhaupt möglich bei den sogenannten kompletten Garnituren?

d) Unsere Wohnung, die wir bekommen, auf die wir vielleicht so lange gewartet haben – diese Wohnung ist eigentlich keine Wohnung. Und dort sind diese vier Wände die allergrößte Hauptsache. Nun aber gilt es, die Wohnung einzurichten. Unsere Wohnung soll doch in erster Linie dem Ablauf unseres täglichen Lebens dienen. Dieser Tagesablauf ist das Wichtigste. Wir überlegen also zuerst nüchtern, welche Bedürfnisse wir zu berücksichtigen haben.

e) Was macht man in der Wohnung normalerweise?
Man kocht, isst, schläft, lernt und studiert, man liest, hört Musik, sieht fern und spielt, man badet, wäscht, bügelt, näht.

b) Vergleichen Sie Ihre Ergebnisse in Kleingruppen.

c) Beantworten Sie die Fragen.

1. Wozu soll die Wohnung dienen? 2. Was gehört zu den allgemeinen/besonderen Bedürfnissen des Menschen? 3. Welche Bereiche lassen sich in einer Wohnung bilden? 4. Wie kann das Problem der Individualität in der Wohnung gelöst werden?

d) Es gibt kleinere oder größere Details, die unserer Wohnung eine besondere Atmosphäre verleihen.

1. Sind das Möbelstücke oder/und etwas Anderes? 2. Welche Gegenstände/Möbelstücke könnten das sein? 3. Haben Sie solche Gegenstände? Welche Rolle spielen sie in Ihrem Wohnraum?

Aufgabe 4. Wohnen und Wohlfühlen

a) Wie beeinflussen die Sternzeichen das Wohnen? Haben Sie irgendwelche Erfahrungen damit?

b) Machen Sie sich mit der folgenden Information bekannt.

Wie wir unsere Wohnung einrichten, welche Farben und Formen wir bevorzugen, ist Ausdruck unserer Persönlichkeit. So wie sich unsere Charaktereigenschaften in unserem Verhalten spiegeln, finden sich unsere seelischen Prägungen auch in unserer Umwelt wieder. Es ist nicht nur der Wunsch nach Schönheit, der uns bestimmte Möbelstücke wählen lässt, sondern auch ein tiefes Bedürfnis nach Selbstaussdruck.

Zwilling (21.05.–21.06.) Ihr Haus oder Ihre Wohnung ist zweckmäßig und funktional eingerichtet, oft nordisch, aber ein Eigenheim ist Ihnen selten wichtig. Eine helle Wohnung mit großen Zimmern. Das ist genau das Richtige für Sie! Sie lieben die Farben Rot, Gelb und Grau.



Steinbock (22.12.–20.01.) Sie lieben Kontraste. Sie haben antike und supermoderne Möbel. Dekorationen gefallen Ihnen nicht.



Fische (20.02.–20.03.) Sie lieben das Wasser. In der Wohnung ist viel Grün und Blau. Die Möbel sind aus Naturmaterial.



Stier (21.04.–20.05.) Sie lieben die Natur. Sie wünschen sich eine Wohnung mit Balkon oder Terrasse. Sie haben viele Möbel in Naturfarben: Grün, Braun und Rot. Die Stier-Frau hat viel Geschmack; sie wird ihre Wohnung mit exquisiten Möbeln und echten Perserteppichen ausstatten.



Widder (21.03.–20.04.) Sie lieben Farben, vor allem Rot. Ein knallrotes Sofa oder ein roter Stuhl – das gefällt Ihnen. Wohnlich richten sich Widder eher praktisch als schön ein oft mit viel Holz. Beim Widder steht in der Wohnung eher ein Laufband oder ein anderes Sportgerät als antike Möbelstücke, Kerzenschein ist ihm zu dunkel und zu romantisch und er braucht auch kein Porzellan, das man wegen des Goldrandes von Hand spülen muss, daher spielen für ihn auch Muster und Farben, teure Möbel eine unwichtige Rolle.



Wassermann (21.01.–19.02.) Die Wohnung ist kreativ eingerichtet. Die Möbel sind originell und futuristisch. Die Lieblingsfarben: Rot, Blau und Grau. Wassermann lebt oft in Atelierwohnungen, mag hohe Räume mit viel Licht. Ordnung ist nicht gerade seine Stärke, weder zu Hause noch auf der Arbeit.



Krebs (22.06.–22.07.) Antike Möbel gefallen Ihnen. Sie brauchen keine helle Wohnung – dunkel ist schön! Die Krebs-Frau richtet ihre Wohnung vorzugsweise mit Antiquitäten ein. Sie liebt Ahnenbilder, die ihrem Sinn für Kontinuität entsprechen. Sie ist häuslich und verwendet viele genussreiche Stunden darauf, ihr Heim nach ihrem Geschmack einzurichten. Ihr Sinn fürs Dekorative ist manchmal ein wenig altmodisch, jedoch nie kitschig. Ihre Küche ist so warm und einladend wie auf einem alten niederländischen Gemälde. Das eigene Heim ist wirklich ihr Reich.



Löwe (23.07.–23.08.) Sie brauchen Luxus! Die Wohnung ist groß, die Möbel sind luxuriös: breite Sofas, teure Schränke – das finden Sie besonders schön. Ihr Heim ist ganz nach dem Prinzip: „My home is my castle“ Eingerichtet. Es ist leicht pompös, großzügig, farbig und kreativ eingerichtet.



Skorpion (24.10.–22.11.) Die Zimmer sind exotisch. Ihnen gefallen teure Accessoires und antike Möbel. Ihre Lieblingsfarbe ist Dunkelrot.



Jungfrau (24.08.–23.09.) Sie möchten eine praktische und minimalistische Wohnung. Sie kaufen nur Möbel aus Naturmaterial. Die Lieblingsfarben: Blau und Weiß. Vernunft herrscht in der Wohnung einer Jungfraugeborenen vor, zweckmäßiger Stil mit Liebe für das Detail und sie mag gerne Grünpflanzen.



Schütze (23.11.–21.12.) Die Wohnung ist sehr hell. Sie lieben schöne Bilder und elegante Möbel. Rot und Gelb haben Sie besonders gern. Häuslich haben Sie es gerne möglichst großvolumig und architektonisch.



Waage (24.09.–23.10.) Die Wohnung ist modern. Die Atmosphäre und die Farben sind harmonisch. Das Lieblingsmöbelstück: ein gemütliches Sofa! Waagegeborene brauchen Menschen um sich, lieben Partys und gesellige Aktivitäten. Sie richten ihr Heim eher luftig, ästhetisch und kühl ein, mehr schön als gemütlich.



c) Passt Ihnen die Beschreibung? Äußern Sie Ihre Meinung dazu.

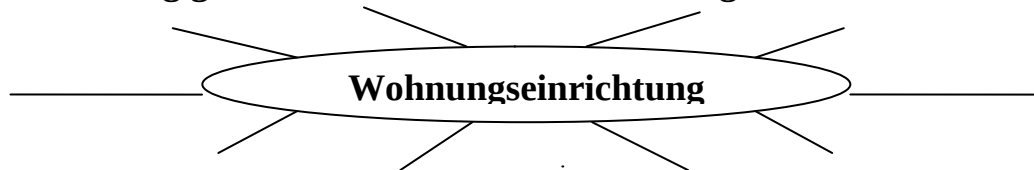
M u s t e r: – Ich bin Skorpion. Der Text passt nur zum Teil. Meine Lieblingsfarbe ist wirklich Dunkelrot, aber ich mag moderne Möbel.

– Also, da hat man mit diesem Text ins Schwarze getroffen! Ich bin Krebs und mag antike robuste Möbel.

d) Finden Sie weitere Beispiele, indem Sie sich an Ihre Verwandten und Bekannten erinnern. Berichten Sie darüber.

Aufgabe 5. Wohnungseinrichtung

a) Was ist für die Wohnungseinrichtung nötig? Ergänzen Sie, was zu der Wohnungseinrichtung gehören kann, und was diesen Begriff anschaulich macht.



b) Schreiben Sie das Gedicht bis zum Ende.

Einrichtung

Du klebst die Wandtapete an die Wand

ich ...

Du sprühst Tannennadelspray

ich ...

Du schaltest das Tonband mit den Vogelrufen ein

ich ...

Noch trauen wir uns nicht

...

Ludwig Fels

c) Entspricht der Inhalt des Gedichtes Ihren Vorstellungen von der Einrichtung eines Zimmers/einer Wohnung?

Aufgabe 6. Single-Tapete

a) Was kann das sein? Äußern Sie Ihre Vermutungen.

b) Lesen Sie den folgenden Text durch, unterstreichen Sie die Schlüsselwörter.

Mitbewohner an der Wand

Der Mensch lebt nicht gern allein. Doch manche, die mit uns die Wohnung teilen, können uns nerven. Sie hören laut Musik oder machen die Küche nicht sauber. Damit ist jetzt endlich Schluss. Jetzt gibt es eine stressfreie Lösung für allein Lebende: die Single-Tapete!

Diese Tapete ist eine lustige Sache. Auf ihr sind nämlich sehr sympathische Menschen abgedruckt. Sie sind genauso groß wie wir – und sitzen entspannt auf einem Sessel. Oder sie erwarten uns strahlend auf der Couch. Ganz echt sehen sie aus. Mit zwei oder drei Tapetenrollen können wir uns diese ruhigen Mitbewohner an die Wand kleben: einen netten jungen Mann oder eine sympathische junge Frau. Und sie bleiben immer an der gleichen Stelle. Niemals werden sie uns etwas Leckeres aus

dem Kühlschrank klauen. Und wenn wir keine Lust mehr auf unseren Mitbewohner haben, holen wir ihn einfach wieder von der Wand. Man kann mit dieser Tapete sogar umziehen, weil sie sich mehrmals aufkleben lässt.

Die Single-Tapete stammt von Susanne Schmidt und Andrea Baum aus Mainz. Die beiden studierten Innerarchitektur und arbeiten jetzt als freie Unternehmerinnen. Mit ihrer Single-Tapete haben sie einen Preis bei einem wichtigen Gestaltungswettbewerb gewonnen. Aber wie kommt man auf so eine witzige Idee? Das war so: Die beiden spielten gerade eine CD mit Geräuschen ab. Auf dieser CD hört man keine Musik, sondern nur die typischen Geräusche, wenn jemand in der Wohnung ist. „Das ist lustig“, sagt Susanne Schmidt, obwohl sie es traurig findet, wenn man das braucht. Ihre Modelle haben die beiden im Bekanntenkreis gefunden. „Sie sollten nicht zu schön sein“, sagt Susanne Schmidt. Die Tapete darf also nicht wie ein Werbeplakat aussehen.

Das Interesse der Presse an der Single-Tapete war groß. Doch ob die Single-Tapete auch genügend Käufer findet, müssen die beiden jungen Erfinderinnen erst einmal abwarten.

c) Formulieren Sie 5 Fragen zum Inhalt des Textes.

d) Was meinen Sie zu der Single-Tapete? Würden Sie so Ihr Zimmer tapezieren?

Aufgabe 7. Beleuchtung in der Wohnung

a) Welche Rolle spielt die Beleuchtung in unseren Wohnungen/Häusern?

Sammeln Sie die Meinungen darüber und besprechen Sie das im Plenum.

b) Lesen Sie den folgenden Text und füllen Sie die Tabelle aus.

Zimmer/Möbelstück	Richtung der Beleuchtung	Effekt

Im rechten Licht

Licht schafft Atmosphäre. Es steuert unsere Wahrnehmung und beeinflusst das Wohlbefinden. Ob zum Lesen oder Arbeiten, am Esstisch oder im Bett – so richtig behaglich wird's in einer Wohnung erst, wenn die Beleuchtung stimmt. Sie inszeniert den Raum, schafft Behaglichkeit und erleichtert die Sehaufgaben. Gutes Licht hängt also nicht allein vom Design der gewählten Leuchte ab, sondern ebenso von ihrer Platzierung im Raum, von der geeigneten Lampe, der Lichtfarbe und der gewünschten oder erforderlichen Lichtmenge (Beleuchtungsstärke).

- *Allgemeine oder Hintergrundbeleuchtung:* Sorgen Sie in Ihren vier Wänden für eine Grundbeleuchtung, die den Raum übersichtlich ausleuchtet. Dafür eignen sich all jene Leuchten, die ihr Licht ohne zu blenden in alle Richtungen abstrahlen. Wer sie in der

Mitte des Raumes an der Decke montiert, nutzt die Helligkeit optimal aus. Ebenfalls sinnvoll ist die indirekte Beleuchtung der Decke oder der Wände. Das können verdeckt angebrachte Leuchtstoffröhren sein oder auch Strahler, die an die Decke gerichtet sind. Als grobe Faustregel gilt: Die Allgemeinbeleuchtung soll etwa ein Drittel der Wattzahl der Gesamtbeleuchtung ausmachen.

Eine Deckenlampe als Allgemeinbeleuchtung kann eine schöne Lösung sein, gibt aber zumeist ein flaches und häufig übermäßiges Licht. Eine attraktive Alternative sind verschiedene Lichtquellen. So entstehen Inseln von Licht und Schatten.

- *Spezifische Arbeitsleuchten*: Sie sorgen für zielgerichtete Helligkeit auf Schreibtischen und Arbeitsflächen. Sie sind die ideale Beleuchtung für Aktivitäten wie Lesen, Schreiben oder Kochen. Scheinwerfer oder Strahler sind die klassische Lösung.

- *Akzentbeleuchtung*: Sie akzentuiert bestimmte Ecken oder Details viel dezenter, da sie die Aufgabe hat, Architektur und Oberflächen zu betonen, zu konturieren, zu kaschieren, zu beleben oder zu dämpfen. Allerdings darf sie nicht zu stark betont oder zu grell sein, sonst verfehlt sie ihren Zweck. Eine knallige (statt subtile) Detailbeleuchtung kann einen ganzen Raum völlig aus dem Gleichgewicht bringen und seine Atmosphäre zerstören.

Und jetzt ein bisschen präziser:

- *Decke und Wände*: Leuchten, die hoch strahlen, lassen die Decke höher erscheinen. Leuchten sie seitlich nach unten, gewinnt der Raum mehr Weite.

- *Couchtisch*: Pendelleuchten versperren oft den Blick und behindern das Gespräch. Stehleuchten sind für diesen Zweck oft besser geeignet, „mobiler“ und vielseitiger. Viele Modelle lassen sich als Deckenstrahler und als Leselampe nutzen. Wenn die Farbe der Decke sehr hell ist, kann indirekte Beleuchtung aber ungemütlich wirken.

- *Küchen*: Gibt es nur ein Licht an der Decke, dann wird sich die arbeitende Person selbst Schatten auf die Arbeitsfläche werfen. Daher sind zusätzliche kleine Lichtquellen (Herd, Abwasch, Arbeitsfläche) sinnvoll. Sie leuchten die Schatten aus und blenden nicht.

- *Tischbeleuchtung*: Der Tisch ist der Mittelpunkt der Wohnung. Wenn die Leuchte niedrig hängt, so entstehen einzelne Lichtinseln, die Sessel und Tische wie Luftblasen umgeben. Tischleuchten passen am besten für einen Beistelltisch. Wählen Sie eher einen transparenten Schirm (Gesamthöhe: etwa 60 bis 70 Zentimeter). Eine Hängeleuchte soll immer den gesamten Tisch ausleuchten und etwa 60 bis 70 Zentimeter über der Tischfläche montiert sein (Blendung).

- *Badezimmer*: Richten Sie das Licht immer auf den Betrachter und nicht auf den Spiegel. Stabförmige Lichtquellen eignen sich besser als punktförmige, da ihr Licht weniger blendet. Leuchten über dem Spiegel verursachen Schatten unter den Augen, der Nase und dem Kinn. Rötliches Licht wirkt angenehm, bläuliches lässt Sie fahl aussehen.

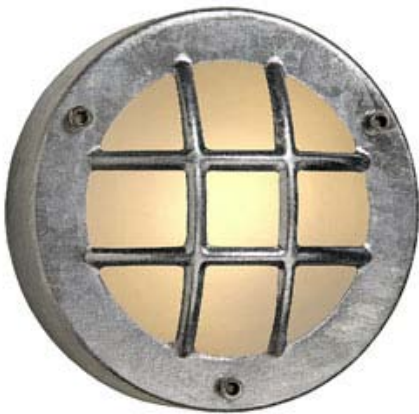
c) Beantworten Sie die Fragen.

1. Was verleiht die Beleuchtung der Wohnung? 2. Wovon hängt gutes Licht ab? 3. Welche Bereiche werden für die Beleuchtung in Wohnräumen unterschieden? 4. Welche Hauptregeln für die Grundbeleuchtung gibt es? 5. Welche Leuchten werden für spezifische Beleuchtung benutzt? 6. Warum darf die Akzentbeleuchtung nicht zu stark betont und nicht zu grell sein? 7. Wie unterscheidet sich die Beleuchtung eines Klubtisches von der anderer Tische? 8. Welche Beleuchtung wird in der Küche bevorzugt: eine allgemeine oder eine Akzentbeleuchtung?

d) Berichten Sie anhand der Tabelle über Effekte verschiedener Arten von Beleuchtung.

e) Sehen Sie sich die folgenden Abbildungen an und bestimmen Sie, welche Leuchten das sind.

1. Außenleuchte, 2. Badezimmerleuchte, 3. Wandleuchte, 4. Strahler, 5. Kinderlampe, 6. Tischlampe, 7. Kronleuchter, 8. Design-Lampe, 9. Stehleuchte, 10. LED-Leuchte (Luminiszentdiode), 11. Deckenleuchte, 12. Pendelleuchte, 13. Einbauleuchte.



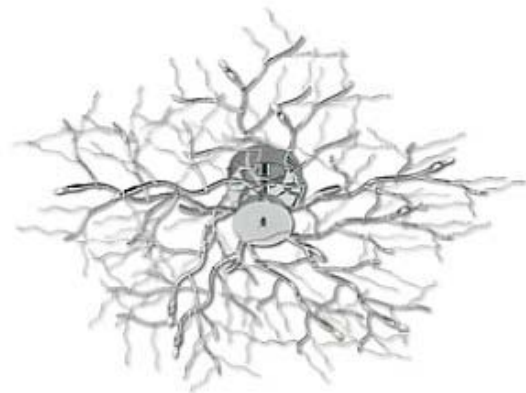
A



B



C



D



E



F



G



H



I



J



K



L



M



N



O



P



Q



R



S

f) Wohin passen diese Lampen? Erklären Sie Ihre Entscheidung.

g) Welche Leuchten würden Sie wählen? Für welche Räumlichkeiten? Warum?

Aufgabe 8. Die Wohnung ist der Spiegel der Seele

a) Wie verstehen Sie das? Sind Sie damit einverstanden?

b) Lesen Sie den folgenden Text und unterstreichen Sie im Text alle Haushaltsgeräte.

Vor drei Jahren hat Familie Kruglow den Einzug gefeiert. Ihre Wohnung liegt im dritten Stock eines fünfstöckigen Backsteinhauses in einem ruhigen Wohnbezirk. Das ist ein Haus mit allen Annehmlichkeiten: Gas, Zentralheizung, Kalt- und Heißwasser, Gegensprechanlage, Telefon. Da es ein Altbau ist, haben sie keinen Fahrstuhl und keinen Müllschlucker. Aber im Hinterhof stehen einige Mülltonnen.

Elena Kruglowa zeigt uns die Wohnung. Zunächst die Diele. Sie ist geräumig und hat einen Abstellraum: Das ist sehr bequem – man kann den ganzen Kram hier verstecken. Ein alter Spiegel, eine Garderobenablage, sowie ein Paar Bilder verleihen dem Flur Gemütlichkeit.

Die Tür links führt in die Küche. Sie ist gekachelt und praktisch eingerichtet. Hier gibt es einen Elektroherd, einen Kühlschrank, eine Geschirrspülmaschine, eine Spüle, einige Küchenschränke, einen Esstisch und Stühle. „Die Küche ist mein zweiter Arbeitsplatz“, scherzt Frau Kruglowa. „Es macht mir Spaß, hier zu hantieren. Ich bin hier nicht alleine. Da sehen Sie meine Helfer: einen Toaster, eine Mikrowelle, eine Kaffeemaschine, einen Eierkocher, einen Wasserkocher, eine Friteuse, einen Fleischwolf, einen Allesschneider und eine Küchenmaschine. Ich weiß nicht, was ich ohne diese Geräte machen würde!“ Die Küche ist sehr geräumig, deshalb dient sie zugleich als Esszimmer.

Ein separater Raum für Bad und Dusche gehört zum Wohnkomfort dieser Wohnung. Im Bad steht eine Badewanne, eine Duschkabine, ein Waschbecken und ein Bidet. Hier sind auch einige Hängeschränke, wo Handtücher, Shampoos, Kosmetik und Waschmittel untergebracht sind. Daneben befindet sich eine Toilette. Hier steht eine Waschmaschine, die Frau Kruglowa wenigstens einmal in der Woche benutzt (die Familie hat zwei Schulkinder: einen Jungen mit zehn Jahren und ein zwölfjähriges Mädchen). In der Ecke links gibt es noch Platz für einen Wäschekorb. Und rechts vom Klosett ist ein Waschbecken. Es gibt hier noch eine Tür, die ins Schlafzimmer der Eltern führt.

Das Schlafzimmer der Eltern ist sonnig und gemütlich. Es ist modern eingerichtet. Nicht weit vom Fenster steht ein Doppelbett, daneben – Nachttischchen. Über jedem Nachttischchen hängt eine Wandleuchte. „Und unter meinem Bett (ich schlafe links) steht eine elektronische Personenwaage,“ verrät uns Elena Kruglowa. „Jeden Morgen stelle ich mich auf die Waage und prüfe mein Gewicht. Mein Mann lacht: „Du musst das am Nachmittag nach dem Kuchenessen machen!“ – „Er hat gut reden! Und ich muss ab und zu Diät halten und auf die schlanke Linie achten!“ seufzt Frau Kruglowa. Die Gardinen und der Teppich auf dem Fußboden sind in Flieder, die Bettwäsche – violett. „Das alles habe ich per Katalog bestellt“, sagt Elena stolz. „Aber als Peter das zum ersten Mal gesehen hatte, scherzte er: „Es fehlt hier noch ein großer Spiegel an der Decke!“ „Wozu denn? Wir haben doch einen Kleiderschrank mit Spiegeltüren!“ Und jetzt zurück in die Diele.

Eine andere Tür führt ins Wohnzimmer. Es ist das größte und hellste Zimmer. Das Zimmer ist weiß tapeziert, an den Wänden hängen größere und kleinere Bilder und Fotos. An dem großen Fenster (es nimmt praktisch die ganze Wand ein) hängen Jalousien. Ein moderner Kronleuchter schmückt den Raum. An der Wand rechts steht ein großer Einbauschränk mit Schiebetüren, wo Bücher, Geschirr, Fotoalben, Bettwäsche und anderes untergebracht sind. „Früher war hier eine Schrankwand, aber

wir wollten etwas moderneres haben“, erklärt Frau Kruglowa. Näher zum Fenster stehen ein LCD-Fernseher, ein DVD-Player und eine Stereoanlage mit Doppelkassettendeck, Radioempfänger, sowie CD-Player. In der Mitte des Zimmers befindet sich ein Klubtisch und eine Polstergruppe: ein dreisitziges und ein zweisitziges Sofa und ein Sessel. Auf der Fensterbank sind viele Zimmerpflanzen. Das Wohnzimmer hat eine Loggia. Hier stehen Campingmöbel und ein Klapptisch. Bei gutem Wetter verbringt hier die ganze Familie ihre Freizeit.

Wenn wir uns im Wohnzimmer umsehen, bemerken wir noch eine Tür. Frau Kruglowa antwortet auf unsere Frage: „Hinter dieser Tür ist unser Arbeitszimmer. Dieses Zimmer benutze ich mit meinem Mann zusammen.“ Das ist ein kleines Zimmer, wo ein großer Bücherschrank und ein Computertisch stehen. Dem Computertisch gegenüber steht eine Couch. Hier lässt es sich gut ausruhen, in einer Zeitschrift blättern.

Das Kinderzimmer gefällt uns ganz gut. Die Kinder haben Pferde gern, deshalb sind in ihrem Zimmer die Tapeten mit Pferden gemustert. Hier steht ein Stockbett. Unten schläft Nastja und oben – Anton. An der Wand am Fenster steht ein modernes Schreibpult – hier macht Anton seine Hausaufgaben, links steht ein Schreibtisch – das ist Nastjas Arbeitsplatz. In diesem Zimmer gibt es genug Platz zum Basteln und Spielen. Vor einem Jahr haben die Eltern den Kindern einen Computer gekauft.

„Wir haben uns viel Mühe gegeben, um alles modern und bequem einzurichten. Aber wir wohnen zur Miete und träumen von unserem eigenen Haus mit einem Garten,“ sagt uns Elena Kruglowa zum Abschied.

c) Welche Haushaltsgeräte, die Sie unterstrichen haben, sind Ihrer Meinung nach im Haushalt nötig und wozu?

d) Sortieren Sie die Substantive aus dem Text nach den folgenden Gruppen, nennen Sie die Singular- und die Pluralform der Substantive.

Teile des Hauses	Teile des Zimmers	Möbelstücke	Einrichtungsgegenstände	Elektrogeräte

e) Alles ist durcheinander. Korrigieren Sie!

1. Wenn Sie die Eingangstür öffnen, geraten Sie in die Toilette. 2. Ein moderner Kronleuchter verleiht dem Flur einen freundlichen Eindruck. 3. In der Küche steht ein Doppelbett. 4. Es gibt in unserem Haus keinen Müllschlucker, aber im Hof steht ein Wäschekorb. 5. Das Schlafzimmer ist mein zweiter Arbeitsplatz. 6. Die Kinder lernen gern, deshalb sind die Tapeten mit Schreibpulten gemustert. 7. An der Decke hängt eine moderne Garderobenablage. 8. In der Küche hat Frau Kruglowa ihre Helfer: eine Mülltonne, einen Fahrstuhl und einen DVD-Player.

f) Welche Substantive aus dem Text passen in die Wortgruppen?

ein ruhiger ..., ein kleines ..., ein separater ..., unser eigenes ..., eine moderne ..., violette ..., ein alter ..., eine geräumige ..., ein zwölfjähriges ..., eine elektronische ..., eine gekachelte ..., mein zweiter ..., ein freundlicher ..., ein fünfstöckiges ..., ein modernes

g) Beantworten Sie die Fragen.

1. Wo wohnt Familie Kruglow? 2. Wie sieht die Diele aus? 3. Warum nennt Elena Kruglowa die Küche ihren zweiten Arbeitsplatz? 4. Wie sind Bad und Toilette eingerichtet? 5. Wie finden Sie die Einrichtung des Schlafzimmers? 6. Was ist das größte Zimmer in der Wohnung? 7. Wie benutzt die Familie ihre Loggia? 8. In welchem Zimmer lässt es sich gut arbeiten und ausruhen? 9. Wie ist das Kinderzimmer eingerichtet?

h) Sprechen Sie zu den Punkten.

1. Kann man die Wohnung/die Wohnungseinrichtung dieser Familie als eine typische für Belarus bezeichnen? Warum? 2. Wie sieht die Wohnung Ihrer Eltern/Ihrer Großeltern/Ihrer Freunde aus? Wie finden Sie diese Wohnung? Was würden Sie daran gerne ändern?

Aufgabe 9. Mein Kinderzimmer

a) Lesen Sie die folgenden Texte und ordnen Sie die Bilder den Texten zu.



A



B



C



D

Wie ich wohne

Silke, 13 Jahre: „Ich muss mein Zimmer mit meinen beiden Schwestern teilen. Es ist ein bisschen zu klein für uns drei. Unser Zimmer ist mit vielen Postern geschmückt. Abends hören wir Musik. Aber ich bin kaum in unserem Zimmer, nur, wenn ich Computer spiele. Sonst bin ich die meiste Zeit in der Stube und gucke Fernsehen, weil wir in unserem Zimmer keinen Fernseher haben. Ich würde es natürlich besser finden, wenn ich ein eigenes Zimmer hätte, wo ich meine Ruhe hätte und allein bestimmen könnte“

Patricia, 14 Jahre: „Ich habe ein Zimmer für mich ganz allein. Das Zimmer ist genau richtig für mich. Ich habe eine Anlage, die ich oft gebrauche, und einen Fernseher mit Videorecorder. Ich verbringe die meiste Zeit in meinem Zimmer. Mein Zimmer ist mit einigen Postern geschmückt, die es gemütlich machen. Mein Zimmer hat einen Balkon, auf dem ich im Sommer gern liege. In meinem Zimmer kann ich selbst bestimmen. Ich nehme oft meine Freundinnen mit aufs Zimmer. Natürlich muss ich mein Zimmer selbst aufräumen und sauber machen.“

Marc, 16 Jahre: „Ich habe ein eigenes Zimmer, das mir eigentlich zu groß ist. Ich hätte lieber ein kleineres. Ich meine, das wäre gemütlicher. Meine Wände hängen voller Poster. Ich sitze oft auf meinem Sofa, höre Musik und zeichne. Einen Computer habe ich auch, aber am meisten benutze ich meinen CD-Player. Natürlich darf ich die Musik nicht zu laut aufdrehen.“

Thomas, 15 Jahre: „Ich habe mein eigenes Zimmer und einen Fernseher. Ich zeichne gern Bilder, die ich mir dann aufhänge. Ich höre Musik und spiele mit meinem Hund. Ich bastle auch gern an meinem Skateboard. Am meisten nervt es mich, wenn meine Familie durchs Zimmer läuft, wenn sie ins Schlafzimmer wollen; denn mein Zimmer ist ein Durchgangszimmer.“

b) Füllen Sie die folgende Tabelle stichpunktartig aus.

Name	Wohnt sie/er allein im Zimmer?	Warum ist sie/er mit dem Zimmer (un)zufrieden?	Wo in dem Zimmer verbringt sie/er gern die Zeit?

c) Sie haben einen von diesen vier jungen Leuten besucht. Erzählen Sie Ihren Studienkollegen über diesen Besuch und Ihre Eindrücke von den Zimmern.

d) Mussten Sie mit jemandem mal Ihr Zimmer teilen? Berichten Sie über Ihre Erfahrungen.

e) Beschreiben Sie Ihr Kinderzimmer.

Aufgabe 10. Anforderungen an verschiedene Wohnbereiche in Deutschland

a) Entscheiden Sie sich für einen der 11 Texte und markieren Sie den Text nach den Markierungsregeln. (*Methodenkoffer)

A. Haustür und Wintergarten

Fenster und Fenstertüren bestimmen wesentlich das Gesamtbild des Hauses, sowohl von außen als auch von innen. Je nach Form und



Größe, Lage und Unterteilung, Material und Farbe vermitteln sie Geborgenheit oder strahlen Großzügigkeit aus. Auch bei der Auswahl der Haustür spielen repräsentative Aspekte eine wichtige Rolle. Die Haustür als „Visitenkarte“



des Hauses wird im Zusammenhang mit der Fassade geplant. Mit einem Vordach darüber sind Sie beim Betreten des Hauses vor Regen und Wind geschützt. Neben ästhetischen Ansprüchen muss die Haustür eine Reihe von technischen Anforderungen erfüllen.

Achten Sie bei der Auswahl auf: Witterungsbeständigkeit des Materials und der Oberfläche, Wärme- und Schallschutz, aber vor allem auf den Einbruchschutz!

B. Eingangsbereich

Der Eingangsbereich ist eine Schleuse zwischen draußen und drinnen. Außerdem kann man den Raum durch entsprechende Gestaltung und Einrichtung zum nutzenden Teil des Hauses bzw. der Wohnung machen. Eventuell sollte man für einen

Windfang sorgen, besonders wenn der Eingang in der Hauptwindrichtung liegt oder der Eingangsbereich offen in die Wohnräume übergeht. Im Eingangs- und Flurbereich kann man unterbringen: Garderobe, Spiegel, Ablage und Stauraum für Schlüssel, Handschuhe und Schuhe, falls die Platzverhältnisse dies erlauben. Als Zentrum des Hauses bietet sich der Flur als idealer Platz für ein Telefon an, da im Normalfall hierhin von allen Räumen der kürzeste Weg führt. Zudem sollte man im Eingangsbereich eine Gästetoilette unterbringen.

Wenn es sich bei der Planung berücksichtigen lässt, ist hier ein großzügiger Einfall von Tageslicht wünschenswert. Auch können verglaste Türen zu attraktiven Räumen wie Wohn-, Ess- oder Arbeitszimmer den Flur so weit erhellen, dass tagsüber nicht unbedingt Kunstlicht benötigt wird.



Wenn kein Esszimmer vorhanden ist, der Wohnraum nicht allzu groß ist, die Diele aber ausreichend geräumig, kann man hier einen Essplatz einrichten. In der Regel ist die Küche nicht weit und die Diele wird auf diese Weise sinnvoll genutzt und in die Wohnlichkeit mit einbezogen.

Garderobenschränke bzw. Wandsysteme aus Holz, Glas oder Metall sind als Einzelmöbel

und als Anbausysteme auf dem Markt. Sehr enge Räume kann man durch Spiegel optisch größer machen. Einen entscheidenden Anteil an einer wohnlichen Atmosphäre hat die Beleuchtung des Flures. Der Fußboden im Eingangsbereich muss besonders strapazierfähig und leicht zu reinigen sein.

C. Bad

Das Bad gehört zu den meistgenutzten Räumen eines Hauses und sollte deshalb großzügig und ansprechend, aber dennoch funktional und praktisch eingerichtet



werden. Zur Reinigung der Wäsche kann man eine Waschmaschine im Bad aufstellen. Folgende Gegenstände sind hier wünschenswert:

a) für den Waschtisch: Zahnglashalter, Handtuchhalter und -haken, Seifenschale oder -halter, Abfallsammler, Spiegel, Spiegelschränke, Spiegelbeleuchtung;

b) für das WC: Papierrollenhalter, Toilettenbürstengarnitur, Abfallbehälter;

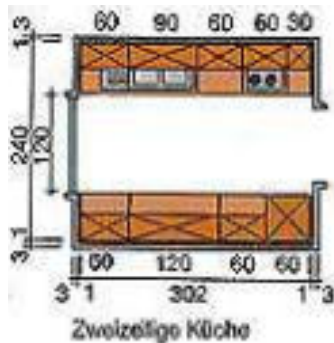
c) für die Badewanne: Badetuchhalter, Seifenschale oder -halter, Haltestangen und Wannengriffe,

Kopf- und Rückenstützen;

- d) für die Dusche: Haltegriffe, Haltestangen, Gleitschutzmatte, Klappsitz, Seifenschale oder -halter;
- e) für das Bidet: Haltegriff, Handtuchhalter, Seifenschale oder -halter, Ablage.

D. Küche

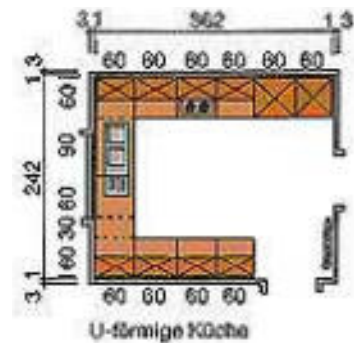
Die Küche sollte in Größe und Gestaltung dem Lebensrhythmus der Familie angepasst sein. Eine funktional geplante Küche unterstützt den reibungslosen



Arbeitsablauf im Haushalt und ermöglicht das Arbeiten in günstiger Körperhaltung bei guter Beleuchtung. Aus der gewünschten Nutzung der Küche ergibt sich der Raumbedarf: Kochnische (5m^2 bis 6m^2), Arbeitsküche (mind. 8m^2), Küche mit Imbiss- oder Essplatz (12m^2 bis 14m^2) oder Wohnküche (ab 18m^2).

Kommt für Sie eine Einbauküche, Anbauküche, fertige Küchenzeile, Kochinsel oder Schrank- und Kleinküche in Frage?

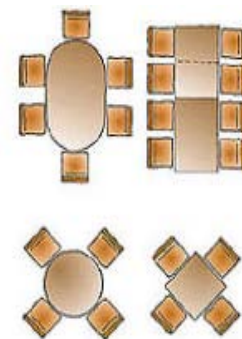
Nutz-, Arbeits-, Stell- und Bewegungsflächen müssen in jedem Fall so sein, dass ein reibungsloser und rationeller Arbeitsablauf möglich ist. Zur Ausstattung einer Küche für einen Durchschnittshaushalt ist für Küchenmöbel und -geräte eine Gesamtstellfläche von $7\text{m} \times 60\text{cm}$ erforderlich.



E. Esszimmereinrichtung

Ein separates Esszimmer hat viele Vorteile, doch meist wird der Essbereich in das Wohnzimmer integriert, ggf. abgetrennt durch Regal- und Schrankelemente, die gleichzeitig Stauraum für Geschirr, Gläser, Besteck, Tischdekoration usw. schaffen. Alternativ kann man Einzelmöbel in Form von Vitrinen, Anrichten und Buffets benutzen. Achten Sie auf kurze Wege zwischen Küche und Essbereich!

Das wichtigste Möbelstück ist der Esstisch (rechteckig, quadratisch, rund oder oval), ggf. erweiterungsfähig als Ausziehtisch, Klappstisch, Esstischgruppen, Anbautisch oder mit Austauschplatten. Die meisten Hersteller bieten zu ihren Tischprogrammen passende Sitzmöbel an: Esszimmerstühle mit oder ohne Armlehnen, mit vier Beinen, auf Kufen, mit Mittelsäule, mit Kreuzfuß oder Trompetenfuß, auch drehbar, Platz sparende Bänke



(auch Eckbänke) mit oder ohne Stauraum unter der Sitzfläche. Als Ergänzungsmöblierung kommen Stapelstühle und Klappstühle in Frage.

F. Schlafzimmer

Das Schlafzimmer sollte im ruhigen Teil des Hauses liegen und behaglich eingerichtet sein. Es gibt Betten mit unterschiedlich geformten Kopf- und Fußteilen, in verschiedenen Höhen, Betten nur mit Kopfteil oder ganz ohne Kopf- und Fußteil.



Kleiderschrankraum kann man nie genug haben. Je weniger Stellfläche zur Verfügung steht, umso wichtiger ist die Ausnutzung der ganzen Raumhöhe und aller Nischen. Die Möbelindustrie stellt eine breite Vielfalt von Anbauschrankschränkwänden her, mit unterschiedlichen Elementbreiten, so dass nahezu jedes Nischenmaß gefüllt werden kann. Durch entsprechende Höhenabstufungen lassen sich auch schräge Giebelwände im Dachgeschoss und

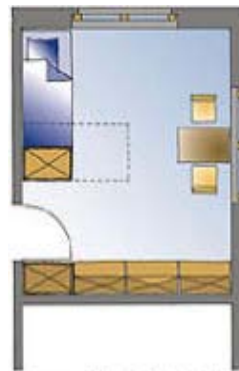
die Dachschräge selbst für Einbauschränke nutzen. Schrankwände können mit Dreh-, Schiebe- oder Falttüren ausgestattet werden, ggf. auch als begehbare Kleiderschränke mit einer Gangbreite von mind. 120cm, bei Schiebe- und Falttüren mind. 100cm. Spezielle Innenausstattungen wie höhenverstellbare Böden, Garderobenstangen, Schubladen, Körbe, Auszüge, Schuhroste, Drehelemente helfen, den Schrankraum optimal zu nutzen. Einzelmöbel, wie Kommoden, Konsolen, Frisiertisch u.a. ergänzen die Einrichtung.

G. Kinderzimmer/Mitwachsende Einrichtung

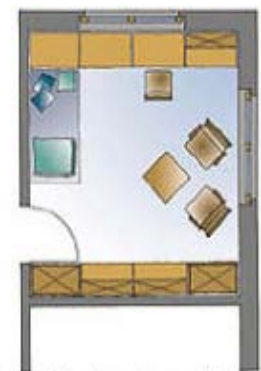
Das Kinderzimmer sollte hell, luftig und mind. 15m² groß sein. Die Möblierung richtet sich nach dem Lebensalter und den Spiel- und Wohnbedürfnissen des Kindes.

Im Säuglingsalter sind Babybett, Wickeltisch oder Wickelkommode mit den für die Babypflege erforderlichen Ablageflächen und ausreichendem Schrankraum die wichtigsten Einrichtungsgegenstände.

Für das Säuglings- und Krabbelalter ist aus hygienischen Gründen ein glatter Fußboden zu empfehlen. Geeignet sind keramische Fliesen und Platten, Naturwerkstein, aber auch Parkett, Laminatböden, Linoleum sowie Kunststoffbeläge und Kautschukbeläge.



Zimmer für ein Schulkind



Zimmer für einen Jugendlichen

Im Kleinkindalter wird viel Platz zum Spielen und Stauraum für Spielzeug benötigt. Die Möbelindustrie bietet hier altersgerechte Möbel und „mitwachsende“ Kinder- und Jugendzimmereinrichtungen an.

Ein Schulkind ist dem Babybett entwachsen und braucht ein normal großes Bett. Platzsparende Lösungen sind Hochbetten, Kojenbetten, Etagenbetten übereinander oder über Eck. Auch ein Schreibtisch in Fensternähe mit geeignetem Schreibtischstuhl wird jetzt erforderlich.

Da kleine Kinder meist auf dem Fußboden spielen, ist eine Fußbodenheizung sehr angenehm. Am wärmsten und gemütlichsten sind Teppichböden. Für das Spielen am Boden ist nur kurzflorige Ware geeignet.

Bei der Wandgestaltung sollte man sich in den ersten Jahren auf kurze Renovierungszyklen einstellen. Bei der Farbgestaltung sollte man eher zurückhaltender sein und auf groß gemusterte Tapeten verzichten. Die eigenen Bilder, Spielsachen und Bücher sorgen für Abwechslung und Farbe.

Magnetfolie, eine große Korkfläche oder eine Wandtafel fördern die Kreativität.

Ein Jugendlicher möchte sein Zimmer weitgehend mitgestalten. Möbelprogramme in Elementbauweise sind dazu besonders geeignet. Das frühere Spielzimmer wird zum kombinierten Wohn-Schlafraum. Das Jugendzimmer dient als Treffpunkt für Freunde und Rückzugsbereich. Ab einem gewissen Alter ist ein PC als Lern-, Spiel- und Kommunikationsmöglichkeit fast unverzichtbar.



H. Arbeitszimmer

Ein Arbeitsplatz im Hause oder in der Wohnung ist für viele Berufe unerlässlich. In manchen Fällen lässt er sich auch im Wohnzimmer oder in der Diele einrichten. Die erforderliche Ruhe und Ungestörtheit gibt es allerdings nur bei einem separaten Arbeitszimmer. Ein kombiniertes Arbeits- und Gästezimmer kann unter Umständen ein guter Kompromiss sein.

Bei überwiegend schreibender oder ordnender Tätigkeit werden ein Schreibtisch mit festem oder rollbarem Schubladenunterbau und eine Schreibtischleuchte benötigt.

Dazu gehört ein bequemer, verstellbarer Schreibtischstuhl auf Rollen, offene und verschließbare Regale, Schränke oder Sideboards mit entsprechender Inneneinrichtung für Schreibutensilien, Bücher, Ordner und geschäftliche Unterlagen (evtl. auch ein fest installierter oder eingemauerter Tresor).

Kommt Arbeit am Computer dazu, braucht man einen entsprechenden Arbeitstisch oder -platz, der auch bei Nichtbenutzung hinter den Türen einer Einbauschränkwand



verschwindet. Die Büromöbelhersteller bieten heute in vielfältiger Form gut durchdachte PC-Arbeitsplätze mit Unterbringung der Zusatzgeräte, wie Drucker, Scanner etc., an.

Bei der Planung der Elektro-Ausstattung sollten ausreichend Steckdosen an allen Wänden für mobile Beleuchtung und elektrische Geräte vorgesehen werden. Für das Arbeiten am Bildschirm neben dem Fenster sollte man berücksichtigen, dass blendfreies Licht durch spezielle Sicht- und Blendschutzanlagen, z.B. Lamellenvorhänge, Farben im Raum und Möbeloberflächen bezüglich der Blendung zu berücksichtigen sind. Nicht zu vergessen: Der Telefonanschluss, Anrufbeantworter, Telefaxgerät, Fotokopiergerät im Bereich des Schreibtisches.

I. Fitnessraum

Der Fitnessraum muss ausreichend belüftet und beheizt werden und sollte mit



einfacher Einrichtung möglichst in Nähe des Badezimmers, der Dusche, der Sauna oder des Schwimmbeckens angeordnet sein. Die Fitnessgeräte (Heimtrainingsgeräte für Kraft- und Konditionstraining, z.B. Sprossenwand oder Kombinationssprossenwand mit Gymnastikbank, Expanderzügen und Rudertrainer, Punchingball, Heimfahrrad u.a.) sind im Handel erhältlich und können ggf. auch selbst angefertigt werden. Der

Fußboden muss rutschfest, die Wand- und Deckenbekleidung widerstandsfähig, die Beleuchtungskörper ballwurfsicher und die weitere Einrichtungutzungsgemäß sein. Hier kann man auch ggf. Tischtennisplatte (zusammenklappbar), Liegen usw. vorsehen. Raumhöhe, Beheizung, Belichtung, Belüftung des Hobbyraumes und ein guter Zugang sind Voraussetzung dafür, dass der Raum auch wirklich genutzt wird.

J. Hobbyraum

Soll der Hobbyraum mehr Werkstatt oder mehr Studio sein? Wird hier gefeiert oder dient er als Atelier? Die Ausstattung des Raumes ergibt sich aus der tatsächlichen Nutzung. Der Hobbyraum als Werkraum wird mit Elektro-Anschlüssen, blendungsfreier Beleuchtung, wischfestem Wandanstrich und richtigem Bodenbelag ausgestattet. Der Hobbyraum als Studio mit Heimkino,



Tonaufnahmen und -wiedergaben, Stereophonie, Diavorführungen, Fernsehen. Das Wohnzimmer bleibt Zentrum des privaten Familienlebens, das Studio wird geselliger

Mittelpunkt. Hierbei sollte der Raum akustisch abgeschirmt werden, um Mitbewohner nicht zu stören.

K. Gästezimmer

Bei der Planung und Gestaltung eines Raumes, der ausschließlich oder überwiegend dem Wohlbefinden von Gästen dienen soll, sollte man die Nähe eines Badezimmers



berücksichtigen. Vielleicht ist die Nähe zum privaten Schlafbereich unerwünscht und das Gästezimmer ist besser in Eingangs- und Gäste-WC-Nähe untergebracht. Soll das Gästezimmer ein reines Schlafzimmer mit Einzelliege oder Doppelbett sein? Oder soll es eher wohnlich eingerichtet sein, um Gästen bei einem längeren Aufenthalt die Möglichkeit zu geben, sich auch tagsüber in angenehmer Atmosphäre wohl zu fühlen? Dann gehören neben Schrankwand und Bett(en), Tisch und Stuhl (bzw. Stühlen) auch

bequemere Sitzgelegenheiten, wie Sessel oder Sofa mit passendem Tisch zur Gestaltung des Raumes. Bei der Planung einer Waschmöglichkeit im Raum sollte die Rasiersteckdose und ein gut beleuchteter Spiegel, sowie Ablagemöglichkeit und Unterbringung von Waschlappen und Handtüchern berücksichtigt werden.

b) Welche Zimmer sind hier nicht beschrieben? Sind diese Zimmer in dem Haus nötig?

c) Erfüllen Sie den folgenden Test.

1. *Für welche Betätigungen der Familienmitglieder dient das Wohnzimmer?*

- a) zum Verweilen und Ausruhen;
- b) zum Unterhalten und Spielen;
- c) zum Feiern mit Freunden;
- d) zum Fernsehen.

2. *Nennen Sie einige Grundsätze für die Gestaltung des Wohnzimmers.*

- a) Das Wohnzimmer als Zentrum des häuslichen Familienlebens soll der schönste und der sonnigste Raum sein.
- b) Kennzeichnend für jedes Wohnzimmer ist eine Sitzecke (wobei die Gestaltungsmöglichkeiten vom Sofa mit Sesseln bis zur modernen Wohnlandschaft reichen).
- c) Des Weiteren gibt es in jedem Wohnzimmer Schrankraum (wobei die verwendbaren Schrankarten sehr zahlreich sind, z.B. Anbauschränke).

- d) Zum gemütlichen Wohnen tragen auch eine helle, ruhige und warme Farbgestaltung der Wände einschließlich der Fensterdekoration, passende Bodenbeläge und eine gute Beleuchtung bei.
3. *Welche Betätigungen können im Wohnzimmer verrichtet werden?*
- a) gemütliches Sitzen und Unterhalten sowie Fernsehen;
 - b) Gelegenheit zum gemeinsamen Essen;
 - c) Gelegenheit zum Arbeiten (z.B. schreiben, nähen u. dgl.);
 - d) notfalls Schlafstelle.
4. *Wie verläuft die alltägliche Pflege und Reinigung des Wohnzimmers?*
- a) Blumen pflegen (gießen, Wasser in Vasen nachfüllen u. dgl.);
 - b) Einrichtungsgegenstände ordnen (Kissen zurechtlegen u. dgl.);
 - c) Staub wischen und saugen;
 - d) selbstverständlich sind auch andere Teilarbeiten und Reihenfolgen möglich.
5. *Wie soll das Wohnzimmer in Abständen gründlich gepflegt und gereinigt werden?*
- a) zuerst Erledigung aller Arbeiten, die zur Staubvermeidung nicht im Wohnzimmer selbst ausgeführt werden sollen (wie Polstermöbel und Teppiche außerhalb des Wohnzimmers reinigen);
 - b) dann Heizkörper und Schränke abwischen, Leuchtkörper abstauben, Gardinen absaugen oder waschen;
 - c) Fußboden, Fensterbretter usw. säubern, Fenster reinigen;
 - d) Alles wieder auf den angestammten Standort bringen.

d) Stellen Sie die Anforderungen an das deutsche Wohnzimmer zusammen.

e) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

Жилая комната – это комната в квартире или в доме, в которой все члены семьи собираются вместе чаще всего. Раньше приметой жилой комнаты во многих домах служили массивные стулья и камин. Холодными зимними вечерами вокруг очага собиралась вся семья, зажигали свечи, и комната наполнялась таинственным мерцающим светом. С изобретением электричества на потолке появилась роскошная люстра, радиаторы заменили камин, удобные кресла вытеснили деревянные стулья, рядом с ними поставили торшер.

Типичным для интерьера жилой комнаты становится стенка-шкаф, в которой как на витрине размещают посуду, книги, алкогольные напитки и телевизор, который является теперь важнейшим элементом интерьера. На стену как главное украшение вешают ковер. В праздничные дни и для приема гостей эту комнату используют как столовую. Большинство современных людей в городах имеют двух- или трехкомнатные квартиры. А это значит, что жилая комната продолжает выполнять свои привычные функции. Что же изменилось? На стенах все чаще можно увидеть картины и фотографии, кроме телевизора

появилась и другая бытовая электротехника (die Unterhaltungselektronik): DVD - проигрыватели, музыкальные центры и др. Пол чаще всего выложен ламинатом, сверху лежит ковер, который теперь подбирают под цвет мебели или обоев. Освещение распределено по всей комнате: бра на стенах, встроенная подсветка в секционной мебели, люстра на потолке или светильник на стене. Комната отличается стилем, который проявляется в деталях: дизайнерской мебели, мелких безделушках и, конечно же, в экзотических комнатных растениях.

f) Entspricht diese Beschreibung der eines typischen Wohnzimmers in Belarus?

Aufgabe 11. Wie Deutsche, Österreicher und Schweizer wohnen

a) Lesen Sie den folgenden Text und erfüllen Sie die dazu gehörenden Aufgaben.

¹ Auf den ersten Blick sieht es so aus, als ob sich die Wohnungseinrichtungen in diesen Ländern nicht großartig unterscheiden. Ein Couchset mit Tischchen gibt es überall. Bei der Schrankwand hat in Deutschland, Österreich und in der Schweiz Eiche rustikal ausgedient. Es überwiegt helles Holz mit offener
⁵ Konstruktion. In allen Räumen findet sich auch das unvermeidliche Zimmergrün.

Beim genauen Hinsehen offenbaren sich Unterschiede. Die Österreicher lieben ihren Wandverbau, die Deutschen ihren Teppich, die Schweizer den Pflümli in Bodennähe.

¹⁰ Die Österreicher laufen beispielsweise auf Laminat (Buche) durch das Zimmer. Grund dafür: Sie leben meist im eigenen Haus und investieren mehr in ihre vier Wände. Deswegen haben sie eine größere Wohnfläche zur Verfügung, im Schnitt 114m². Die deutsche Durchschnittsfamilie dagegen wohnt meist zur Miete auf 90m² und spart sich den österreichischen Luxusboden. Stattdessen
¹⁵ haben einige Deutsche einen günstigen Velourteppich für zwölf Euro pro Quadratmeter ausgelegt.

Die Schweizer sind wiederum die Einzigen, die ihre Hausbar in Bodenhöhe aufbauen. Dass die Alkoholika damit in Reichweite von Kinderhänden sind, stört die Eidgenossen offenbar wenig. Die deutschen Familien verstecken den
²⁰ Schnaps in den oberen Stockwerken ihrer Schrankwände.

Die Deutschen sind in anderer Hinsicht wesentlich laxer. So bestehen sie nicht darauf, dass Besucher sich die Schuhe ausziehen. In Österreich und in der Schweiz darf der Wohnraum nur mit Strümpfen betreten werden.

b) Welche der folgenden Erklärungen sind richtig?

1. In allen Räumen findet sich auch das unvermeidliche Zimmergrün. (Zeile 5)

a) In allen Zimmern gibt es unbedingt Zimmerpflanzen.

b) Alle Zimmer sind unvermeidlich grün.

- c) In allen Zimmern gibt es viel Grün.
- 2. *Die Österreicher lieben ihren Wandverbau.* (Zeile 7)
 - a) Die Österreicher mögen ihren Wohnungsbau.
 - b) Bei den Östereichern ist die Wohnwand sehr beliebt.
 - c) In Österreich hat man Wohnungen sehr gern.
- 3. *Die Schweizer lieben den Pflümli in Bodennähe.* (Zeile 8)
 - a) Die Schweizer mögen Pflaumenkuchen.
 - b) Bei den Schweizern steht in der Bodennähe die Hausbar mit Pflaumenschnaps.
 - c) Die Schweizer essen gern Pflaumenmuss auf dem Fußboden sitzend.
- 4. *Dass die Alkoholika damit in Reichweite von Kinderhänden sind, stört die Eidgenossen offenbar wenig.* (Zeile 18)
 - a) Die Eidgenossen reichen den Kindern alkoholische Getränke.
 - b) Die Schweizer machen sich nicht viel Gedanken, ob Kinder alkoholische Getränke erreichen können.
 - c) Den Schweizern macht es nichts aus, dass Kinder Alkohol trinken.
- 5. *Die Deutschen sind in anderer Hinsicht wesentlich laxer.* (Zeile 21)
 - a) Andererseits sind die Deutschen viel lockerer.
 - b) Die Deutschen essen gern Lachs.
 - c) In anderer Hinsicht sind die Deutschen anders.

c) Beantworten Sie die Fragen.

1. Was ist in allen Wohnungen der drei Länder vorhanden? 2. Welche Unterschiede in der Wohnungseinrichtung Österreichs, Deutschlands und der Schweiz kann man finden? 3. Warum belegen die meisten Österreicher den Fußboden mit Laminat? 4. Wohin stellen die Deutschen ihre alkoholischen Getränke? 5. Welche Anforderungen stellen die Österreicher/die Schweizer an ihre Gäste?

d) Finden Sie weitere Unterschiede in der Einrichtung der Wohnungen in Deutschland, Österreich und in der Schweiz.

1. Bilden Sie drei Gruppen, wählen Sie eines der Länder.
2. Finden Sie Informationen im Internet: Gibt es bestimmte Möbelstücke bzw. Gegenstände oder Details, die für die Einrichtung der Wohnungen in Deutschland, Österreich und in der Schweiz typisch sind?
3. Präsentieren Sie Ihre Ergebnisse im Plenum.

Aufgabe 12. Wie man früher wohnte

a) Lesen Sie den folgenden Text und finden Sie im Text die Wörter, die seine zeitliche Herkunft betonen.

Joachim war noch nie bei Peter gewesen – er machte sich nichts aus geselligen Veranstaltungen. Aber er war doch neugierig auf Peters berühmtes Zimmer.

Das kleinste Haus, in dem Peter wohnte, gehörte zum Grundstück des Bauern Schulze in der Abendstraße. Es stand fest eingeklemmt zwischen einer großen Scheune und einem dreistöckigen Wohnhaus, das mit hohen Fenstern und vielen Stuckornamenten protzte.

Eine Tür mit ausgetretenen Steinstufen, zwei Fenster daneben, die Fensterläden lagen davor. Hinter den Fensterläden war alles dunkel. Joachim suchte nach einem Klingelknopf, fand aber nur ein Stück Draht mit einem Griff. Er zog daran, und im Haus begann ein Glöckchen zu bimmeln. Das machte ihm Spaß, er zog gleich noch einmal. Eine alte Frau öffnete die Tür. Joachim trat näher. „Guten Abend! Entschuldigen Sie bitte die Störung. Ich möchte zu Peter.“ Die Frau nickte erfreut. „Komm herein, mein Junge! Ich bin seine Großmutter. Bist du auch aus seiner Klasse?“ Einladend tat sie die Tür auf.

Joachim kletterte die schmale, dunkle Treppe hinauf. Links war eine Tür, die schlecht schloss. Joachim zog die Tür auf. Mitten in der kleinen Dachkammer stand Peter. „’n Abend“, sagte er mit gequetschter Stimme, denn er hatte den Daumen im Mund und lutschte darauf herum.

Die Kammer war schmal und hatte eine abgeschrägte Decke. Das Fenster war mit einem Tuch verhängt. Licht spendete eine Glühbirne, die in einem Blechschirm dicht unter der Decke befestigt war. In der Kammer standen ein weißlackiertes Metallbett, ein Tisch, zwei altersschwache Stühle und eine Kiste. Ein kräftiges Feuer bullerte in dem Kanonenöfchen in der Ecke. Die Wände zierte eine verschlossene Tapete mit riesigen Blumen, die wie Kohlköpfe aussahen. An einem Haken hingen Kleidungsstücke, eine Aktentasche, ein Regenschirm, ein Kompass.

Mit Reißzwecken waren Bilder aus Illustrierten an die Wand geheftet. Auf einer großen Landkarte der Antarktis waren mit roten, grünen und blauen Linien die Forschungsreisen von Amundsen, Bellingshausen und Scott eingezeichnet. Und überall lagen Bücher – auf dem Tisch, auf der Kiste, in einer Ecke, auf dem Fußboden. Joachim verstand nun, warum Peter – doch einer der Besten der Klasse – oft wegen Fett- und Schmutzflecke auf seinen Heften getadelt wurde. Kein Wunder bei dem Durcheinander. Bei Peter schien der Kamm auf der Butter zu liegen.

b) Was meinen Sie, in welchem Zeitraum spielt sich diese Geschichte ab? Begründen Sie Ihre Entscheidung.

c) Beantworten Sie die folgenden Fragen zum Text.

1. Warum war Joachim noch nie bei Peter? 2. In was für einem Haus wohnte Peter?
3. Wie wurde Joachim begrüßt? 4. Wo befand sich Peters Zimmer? 5. Wie sah das Zimmer aus? 6. War Peter kein guter Schüler? 7. Wie verstehen Sie den letzten Satz?
8. Hat Ihnen Peters Zimmer gefallen?

d) Wie könnte Peters Zimmer heute aussehen?

Aufgabe 13. Entscheiden Sie sich für ein Sprichwort/eine Redewendung. Gebrauchen Sie es/sie in einer Situation (mit 10-15 Sätzen).

- | |
|---|
| 1. Osten und Westen, zu Hause 'istam besten. 2. Sie haben ein offenes Haus. |
| 3. Man kann mit einer Wohnung einen Menschen genauso erschlagen wie mit einer Axt. 4. Zeig mir, wie du wohnst, und ich sage dir, wie du bist. 5. Eigenes Nest hält wie die Mauer fest. 6. Jeder Vogel hat sein Nest lieb. 7. Sie wohnen Wand an Wand. 8. Ich fühle mich in meinen vier Wänden wohl. |

Aufgabe 14. Die eigenen vier Wände

a) Bilden Sie zwei Umfrage-Gruppen.

– Befragen Sie Ihre Studienkollegen, welche Vorstellungen sie über ihre zukünftigen Wohnungen/Häuser haben. Lassen Sie dafür Ihre Studienkollegen die folgenden zwei Fragebögen auszufüllen.

Fragebogen A

1. Was möchten Sie haben?

ein Zimmer in einer Wohnung
eine Wohnung in einem Hochhaus
eine Eigentumswohnung
ein Einfamilienhaus
Ihre Variante

kaufen	bauen	bekommen

2. Möchten Sie dabei ein Grundstück besitzen?

ja ☐
nein ☐

3. Wie sollte Ihr Haus/Ihre Wohnung eingerichtet werden?

einfach	☐	originell	☐
komfortabel	☐	altmodisch	☐
luxuriös	☐	mit antiken Möbeln	☐
modern	☐	Ihre Variante	☐

4. Wohnlage Ihres Hauses/Ihrer Wohnung?

am Stadtrand	☐	ruhig	☐
im Vorort	☐	auf dem Lande	☐
in der Innenstadt	☐	egal	☐
verkehrsgünstig	☐	Ihre Variante	☐

Fragebogen B

1. Wie viele Stockwerke sollte Ihre Wohnung/Ihr Haus haben?

1	☐	4	☐
2	☐	5	☐
3	☐	Ihre Variante	☐

2. Wie viele Zimmer sollte Ihre Wohnung haben?

1	☐	5	☐
2	☐	6	☐
3	☐	7	☐
4	☐	Ihre Variante	☐

3. Auf welche Räume legen Sie Wert? Wie viele sollen es sein?

Schlafzimmer	☐	Esszimmer	☐
Wohnzimmer	☐	Kellerraum	☐
Arbeitszimmer	☐	Abstellraum	☐
Kinderzimmer	☐	Hobbyraum	☐
Gästezimmer	☐	Ihre Variante	☐

4. Auf welche Möbelstücke können Sie verzichten?

Stuhl	☐	Anrichte	☐
Tisch	☐	Sofa	☐
Bett	☐	Nachttischchen	☐
Fernsehsessel	☐	Polsterhocker	☐
Schrank	☐	Klubb Tisch	☐
Kommode	☐	Ihre Variante	☐

b) Präsentieren Sie Resultate Ihrer Analyse im Plenum.

Aufgabe 15. Einrichtung des Traumhauses

a) Erstellen Sie in Kleingruppen Skizzen Ihres Wunschhauses.

b) Präsentieren Sie Ihre Skizzen im Plenum.

THEMENBEREICH 3 WIE STUDENTEN WOHNEN

Aktiver Wortschatz

1	die Untermiete, -, -n zur/in Untermiete wohnen (te, t), h der Untermieter, -s, -	поднаем, субаренда снимать комнату (у квартиросъемщика) поднаниматель, субквартирант
2	das Wohnheim, -(e)s, -e	общежитие
3	die Pforte, -, -n	вахта (напр., в общежитии)
4	der Hausmeister, -s, - die Hausmeisterin, -, -nen	комендант (в общежитии) комендантша (в общежитии)
5	sich eintragen (trug ein, eingetragen), h in etw. Akk.	регистрироваться, вносить свою фамилию куда-л. (напр., в книгу, список)
6	die Bude, -, n	коморка, комнатка (студенческая)
7	das Appartement/Apartment, -s, -s	1) апартамент, небольшая квартира гостиничного типа 2) номер из нескольких комнат с ванной в гостинице
8	der Zimmernachbar, -n, -n <i>Syn.:</i> der Mitbewohner, -s, -	сосед по комнате
9	das Zusammenleben, -s, (ohne Pl.)	совместное проживание
10	günstig eine günstige Wohnlage eine günstige Gelegenheit	благоприятный, выгодный, недорогой, удобный удобное/выгодное месторасположение квартиры/дома удобный случай
11	der Gang, -(e)s, Gänge <i>Syn.:</i> der Korridor, -s, -e/ der Flur, -s, -e im/auf dem Korridor	коридор (узкий) в коридоре
12	die Vorschrift, -, -en baurechtliche Vorschriften die Hausordnung, -, (ohne Plural) Die (Unter)mieter befolgen streng die Hausordnung.	предписание строительные правила/нормы правила внутреннего распорядка (в доме, санатории и т.п.) (Суб)квартиранты строго придерживаются правил внутреннего распорядка в доме.
13	die Beschränkung, -, -en beschränken (te, t), h etw./j-n Akk. auf etw. Akk./in etw. Dat	ограничение, стеснение ограничивать, стеснять кого-л. в чем-л.

	die Zeitbeschränkung, -, -en	временные ограничения/рамки
14	regeln (te, t), h etw. Akk.	регулировать, регламентировать
15	sich zurechtfinden (fand zurecht, zurechtgefunden), h in/auf etw. Dat. sich im Leben zurechtfinden	ориентироваться, разбираться в чем-л./где-л. найти свое место в жизни
16	Rücksicht nehmen (nahm, genommen), h auf j-n Akk. Nehmen Sie Rücksicht auf Ihre Mitbewohner im Wohnheim!	принимать во внимание, учитывать кого-л. Принимайте во внимание то, что у Вас есть соседи в общежитии!
17	der Kontakt, -es, -e mit j-m Dat. Kontakt haben (hatte, gehabt), h zu j-m Dat.	контакт с кем-л. иметь контакт/контактировать с кем-л.
18	isolieren (te, t), h etw./j-n Akk. von etw./j-m Dat. sich isolieren (te, t), h von etw./j-m Dat. sich isoliert fühlen (te, t), h	изолировать, обособлять изолироваться чувствовать себя изолированным
19	der Aufenthaltsraum, -(e)s, -räume	общая комната, комната для отдыха
20	übernachten (te, t), h in etw. Dat.	(пере)ночевать где-л.
21	die Gemeinschaftsküche, -, -n	кухня общего пользования
22	die Verfügung, -, -en zur Verfügung stehen (stand, gestanden), h j-m Dat. verfügen (te, t), h über etw. Akk.	распоряжение находиться в чьем-л. распоряжении располагать чем-л.
23	der Anschluss, -es, Anschlüsse Das Dorf hat Anschluss an das Stromnetz. Anschlussmöglichkeiten an/für die Kommunikationsnetze haben	контакт, подключение Деревня подключена к электросети. иметь возможность подключения к коммуникационным сетям
24	der Internetzugang, -(e)s, -gänge einen kostenlosen Internetzugang bekommen (bekam, bekommen), h	доступ в Интернет получить бесплатный доступ в Интернет
25	grenzen (te, t), h an etw. Akk.	граничить с чем-л.
26	hellhörig Die Wände sind hellhörig.	звукопроницаемый Стены пропускают звук.
27	der Ausblick, -(e)s, -e auf etw. Akk. Zimmer mit dem Ausblick aufs Meer	вид на что-л. комнаты/номера с видом на море
28	abreißen (riss ab, abgerissen), h etw. Akk. Die alten Häuser werden abgerissen und durch Neubauten ersetzt.	сносить, ломать что-л. Старые дома сносятся и заменяются новостройками.

29	die Wohnverhältnisse (nur Pl.)	жилищные условия
30	die Hängematte, -, -n	гамак
31	die Verpflichtung, -, -en die Verpflichtungen einhalten (hielt ein, eingehalten), h	обязательство выполнять свои обязательства
32	die Wohngemeinschaft, -, -en	группа людей, снимающих вместе двух-/трех-/четырёхкомнатную квартиру
33	der Nesthocker, -s, -	1) еще не оперившийся птенец; 2) молодой человек, проживающий у родителей после совершеннолетия
34	die Kautiоn, -, -en gegen Kautiоn	поручительство/обеспечение/залог/ предоплата под залог
35	das Casting, -s, -s das Wohnung-Casting	кастинг кастинг для претендетов на (суб)аренду жилья

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Ограничение, поднаниматель, общежитие, сожитель, комендант, жилищные условия, коридор, контакт, вид, кухня общего пользования, залог, гамак, птенец, комната для отдыха, кастинг, предписание, правила внутреннего распорядка, совместное проживание, вахта, обязательство, сосед по комнате, коморка, распоряжение.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Ориентироваться, учитывать, (за)регистрироваться, изолировать, граничить, регулировать, располагать, переночевать, сносить, ограничивать, выполнять (обязательства).

Aufgabe 3. Setzen Sie in die Lücken fehlende Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Die alten Bäume beschränken den Ausblick ... Fenster. 2. Die Besucher müssen sich ... Buch ... Pforte eintragen. 3. Wenn man ... vielen Leuten Kontakt haben will, geht man oft ... Disco oder ... Partys. 4. Das Wohnheim grenzt ... schönes Wohngebiet. 5. Wir müssen uns ... Nötigste beschränken. 6. ... Kautiоn sind sechs Monatsmieten erlaubt. 7. Ist es besser, ... Student ... Wohngemeinschaft zu

ziehen? 8. Wenn sie ... Datscha ist, mag sie... frischen Luft ... Hängematte liegen. 9. Sie isolierte sich mehr und mehr ... ihrer Umgebung. 10. ... Vorschriften in diesem Wohnheim darf der Besuch nicht länger als bis 23 Uhr bleiben. 11. Den Studenten stehen modern eingerichtete Studentenwohnheime ... Verfügung. 12. Wenn man ... anderen Leuten zusammenlebt, muss man ... sie Rücksicht nehmen.

Aufgabe 4. Ersetzen Sie die kursiv gedruckten Vokabeln durch Synonyme.

1. Eine Zeitlang wohnten die jungen Leute *zur Untermiete* bei einer alten Frau, bis sie in ihre eigene Wohnung einziehen konnten. 2. Meine *Zimmergenossin* ist eine stille, ordentliche junge Frau. 3. Auch wenn man in einem Studentenwohnheim wohnt, kann man *einen guten Kontakt zu seinen Studienkollegen* haben. 4. Der Kaffeeautomat befindet sich im *Gang* in der 1. *Etage*.

Aufgabe 5. Ergänzen Sie die Verben durch passende Objekte. Übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie Sätze mit diesen Wortgruppen.

... beschränken, an ... grenzen, bei ... in ... übernachten, ... abreißen, ... einhalten, sich in ... eintragen, sich in ... zurechtfinden, ... isolieren, über ... verfügen.

Aufgabe 6. Ergänzen Sie die Substantive durch passende Attribute, übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie Sätze mit erzielten Wortgruppen.

Gemeinschaftsküche, Vorschriften, Aufenthaltsraum, Gelegenheit, Gang, Wände, Bude, Untermiete, Wohnheim, Hausmeisterin, Internetzugang, Ausblick, Zimmergenosse.

Aufgabe 7. Bilden Sie Sätze mit den folgenden Wortpaaren.

1. Wohnheim, Universität. 2. Einzug, Kautions. 3. Ausblick, Zukunft. 4. Gang, Pforte. 5. Nesthocker, Verpflichtung. 6. Hängematte, Bude. 7. Casting, Rücksicht. 8. Zusammenleben, Beschränkung. 9. Wohngemeinschaft, Mitbewohner. 10. Herd, Gemeinschaftsküche.

Aufgabe 8. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. По вечерам и праздникам студенты собираются в комнате для отдыха, беседуют, смотрят телевизор. 2. Молодых людей, которые живут с родителями после совершеннолетия, называют птенцами. Подобно птенцам они живут, не зная многих забот и неприятностей, так как их оберегают родители. 3. Наше общежитие не будет снесено, его отреставрируют, так как здание было построено в начале прошлого века и охраняется государством. 4. Мы не будем снимать эту квартиру: комнаты здесь плохо изолированы, стены пропускают звук. 5. Все посетители должны зарегистрироваться в книге на вахте и покинуть общежитие до 22 часов, –

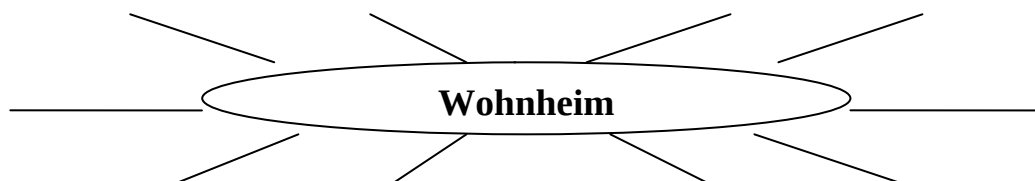
таковы правила. 6. Павел решил переехать в квартиру, которую снимают еще двое молодых людей. Его соседями по квартире будут его однокурсники. Один из них – земляк Павла. 7. В этом общежитии созданы хорошие жилищные условия: в каждой комнате есть кровать или диван, шкаф, стол, стулья. Кроме того, имеется возможность подключения к коммуникационным сетям, в том числе и к Интернету. 8. Если хочешь жить в квартире с несколькими людьми, нужно иногда пройти кастинг, который они устраивают. Ведь очень важно, чтобы соседи по комнате подходили друг другу, а не раздражали других своими привычками и поведением.

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenz

Aufgabe 1. Wohnheim

Um Studentenwohnheime ranken sich einige Klischees, Vorurteile und Halb-Wahrheiten. Was für Leute wohnen dort und vor allem wie wohnt es sich dort? Ist das etwas für mich? Was wird mir zu welchem Preis geboten und wie bekomme ich einen Platz im Wohnheim?

Sehen Sie sich den Wortigel an. Denken Sie durch, was alles zum Leben in einem Wohnheim gehören kann, und was diesen Begriff anschaulich machen kann.



Aufgabe 2. Zwischen Anonymität und Kuschelgefühl...

a) Lesen Sie den Text durch und wählen Sie einen passenden Titel für jeden Textteil.

Wie komme ich an einen Platz im Wohnheim?

Und sonst?

Zwischen Anonymität und Kuschelgefühl.¹

Wie lebt es sich da?

Was bieten Studentenwohnheime?

Studentenwohnheim: Ja oder Nein ?

Was sind Studentenwohnheime?

Miete, Wohnformen & Co

1. Es handelt sich in der Regel um mehrstöckige Wohnhäuser, in denen Zimmer, Appartements und Wohnungen günstig an Studenten vergeben werden. Die Universitäten verfügen über ein oder mehrere Wohnheime.

2. Studentenwohnheime orientieren sich – wie der Name schon sagt – an den Bedürfnissen von Studenten. Wer studiert, hat meist wenig Geld und sucht insofern eine günstige Unterkunft. Und wer studiert, möchte die Uni auch schnell

erreichen können. Die meisten Studenten können sich kein Auto leisten und sind insofern auf öffentliche Verkehrsanbindungen angewiesen. Liegt das Wohnheim also nicht so nah an der Uni, dass gelaufen oder mit dem Rad gefahren werden kann, so sollte doch zumindest die Bahn- oder Bushaltestelle in direkter Nähe sein. Ebenfalls ist sehr erwünscht es, wenn in direkter Nähe Einkaufsmöglichkeiten bestehen, also man nicht für jede Besorgung in die Innenstadt fahren muss.

3. Um noch einmal auf den ersten, wichtigsten Punkt zurückzukommen: Die studentische Unterkunft muss günstig sein. Der durchschnittliche Student hat in Deutschland 500 - 600 € brutto, so dass man sich vorstellen kann, wie günstig die Unterkunft sein muss, um noch einigermaßen “über die Runden zu kommen”. Studentenwohnheime bieten noch vor den WG’s die günstigste Wohnform im Studium, wobei sich die Mieten natürlich staffeln. Am günstigsten sind die möblierten Einzelzimmer mit wenig Quadratmeter. Küche und Sanitäranlagen teilt man sich dann mit den anderen Studenten. Das ist nicht jedermanns Sache, denn die Reinigungsdienste sind oftmals nicht die gründlichsten und so entscheiden sich manche für ein Appartement mit eigener Küche und Bad.

Die letzte Variante sind Wohnungen. Ja, in Studentenwohnheimen werden auch Wohnungen angeboten, wenn auch sehr sehr wenige. Diese sind natürlich heißbegehrt, vor allem für Pärchen und Familien, aber leider auch recht teuer. Ich persönlich könnte mir eine solche Wohnung nicht leisten. Die Mieten beinhalten allerdings in der Regel sämtliche Nebenkosten wie Wasser, Heizung und Strom. Oft ist der Kabelanschluss auch im Mietpreis eingeschlossen. Und die Zimmer, Appartements und Wohnungen sind bereits möbliert. Man findet meistens einen Schreibtisch, ein Bett, einen Kleiderschrank und ein großes Regal für Bücher vor – also sehr spartanisch! Oft ist es leider nicht möglich eigene Möbel hineinzustellen, beim Bett wird aber oft eine Ausnahme gemacht. Neben der ersten Miete ist bei Einzug eine Kautionszahlung zu zahlen, die ebenfalls von Wohnheim zu Wohnheim variiert. Es wird meist verlangt, dass die Miete per Dauerauftrag bezahlt wird – ist ja auch die praktischste Variante.

4. Man hat kein eigenes Bad und keine eigene Kochnische, weil man ein Einzelzimmer hat, so wird beides mit anderen Studenten geteilt. Die Sanitäranlagen und die Küche werden fast immer von Reinigungsfirmen gereinigt, so dass man also “nur” noch sein eigenes Geschirr wegspülen und wegräumen sowie ab und an den Müll runterbringen muss. In der Gemeinschaftsküche sind Kühlschränke aufgestellt, in denen jeder Bewohner/jede Bewohnerin ein eigenes Fach hat, dasselbe gilt für die Vorratsschränke. In den Appartements² und Wohnungen darf man zumindest immer einen eigenen Kühlschrank aufstellen, bei entsprechendem Anschluss auch einen Herd. Kleinere Elektrogeräte wie Kaffeemaschine oder Wasserkocher dürfen meist – auch in Einzelzimmern – benutzt werden, aber auch hier kann man keine allgemeingültigen Aussagen machen, sondern in die Hausordnung des jeweiligen Wohnheims schauen. Nun schleppt ja nicht jeder Student freitags seine Schmutzwäsche zu Mama nach Hause

und daher gibt es in wirklich jedem Wohnheim im Keller Waschmaschinen und Trockner, die gegen eine minimale Gebühr von 1 € etwa pro Wasch bzw. Trockengang benutzt werden können. Das Wäschetrocknen auf den Zimmern wird nicht gern gesehen, da die Feuchtigkeit in die Wände zieht. Man sollte also, wann immer es möglich ist, den Trockner benutzen. Zum guten Schluss gibt es oft noch Gemeinschaftsräume, in denen man sich zum Klönen trifft, in denen auch mal ein Billardtisch aufgestellt sein kann.

5. Ich kenne einige Leute, die schon seit längerem im Wohnheim leben und habe daher das Wohnheimleben schon, bevor wir selbst kurzfristig eingezogen sind, live miterlebt. Hier ein paar Probleme, die oft auftreten: Vieles läuft nicht so, wie man es sich wünscht. Nicht jeder akzeptiert zum Beispiel Ruhezeiten. Manche möchten gern nachts lernen und nebenan wird eine wilde Party gefeiert. Da hilft es leider nicht die Tür zu schließen. Das heißt Privatsphäre – nein! Zwar hat jeder einen abgeschlossenen Wohnraum, aber die Wände sind leider oft so dünn, dass man unweigerlich am Privatleben der anderen Studenten teilnimmt. Man sollte sich vorher fragen, ob man damit zurechtkommt, sonst erlebt man leider eher einen Alptraum als einen Traum! Neben mir wohnt ein junges Pärchen und die haben sich einmal beschwert, weil mein Sohn nachts Bauchweh gekriegt und geweint hat. Was sollte ich bitte mehr dazu sagen, als dass es Dinge gibt, die nicht immer zu vermeiden sind... Stichwort Sauberkeit: Nicht jeder räumt das, was er/sie benutzt hat auch wieder weg, und so wird es immer Leute geben, die hinter anderen herräumen müssen. Man kann dann den Hausmeister informieren, aber nicht selten sind die Übeltäter dann gar nicht auffindbar, da sie nie zu Hause sind oder sie streiten einfach alles ab. Auch in Sanitäranlagen: Man sollte es auch den Reinigungskräften nicht absichtlich schwer machen. Ist doch selbstverständlich, dass man nicht Klorollen ins Klo wirft, weil das so witzig ist, oder? Auch nimmt man sein Shampoo und sein Duschgel wieder mit, wenn man geduscht hat, damit nicht der Nächste drüber stolpert...

6. Viele Mitbewohner lernt man kennen, andere nicht. Nicht jeder ist gleich aufgelegt. Manche betrachten das Wohnheim nur als günstige Unterkunft, sind eh kaum da, andere engagieren sich richtig, indem sie zum Beispiel Wohnheimsprecher werden und Parties organisieren. Kurzum: Man kann nicht erwarten, dass man sofort auf lauter lustige Leute trifft. Viele verkriechen sich stundenlang hinter ihren Büchern, andere können einfach nicht so oft feiern, weil ihnen das Kleingeld fehlt.

7. Sowohl um ein Zimmer, als auch um ein Appartement oder eine Wohnung muss man sich bewerben – entweder beim Studentenwerk oder beim Wohnheim selbst, falls es privat ist. Da die Wartelisten oft extrem lang sind, sollte man sich gleich nach der Immatrikulation (also im ersten Semester) bewerben. Bevorzugt vergeben wird ein Wohnheimplatz an behinderte oder bedürftige Studenten, ausländische Studenten, aber hier muss man natürlich entsprechende Nachweise erbringen.

8. Man hat als Student die Wahl: Entweder man bleibt bei den Eltern wohnen (eindeutig am günstigsten), man zieht in eine eigene Wohnung (eindeutig am teuersten), in eine WG bzw. mit dem Freund/der Freundin zusammen oder man entscheidet sich eben fürs Wohnheim. Die Vorteile sind unübersehbar: Miete all inklusive, direkt in Uninähe und zumindest die Möglichkeit Kontakte zu anderen Studenten zu knüpfen. Man darf nicht ganz so empfindlich sein und muss etwas Toleranz mitbringen, um nicht bei der ersten Party auf dem Nachbarzimmer das Gefühl zu haben seine Koffer packen zu müssen, aber wenn das gegeben ist, kann das Wohnheimleben wirklich schön sein.

¹ das Feeling, -s - (ohne Plural) – das Einfühlungsvermögen, das Gespür, das Verständnis

² das Apartment, -s,-s – kleine Wohnung zum Mieten

b) Schreiben Sie aus dem Text die wichtigsten Informationen zu den folgenden Wohnmöglichkeiten heraus.

1) zu Hause wohnen, 2) in einer WG wohnen, 3) im Studentenwohnheim wohnen, 4) zur Miete wohnen.

c) Vergleichen Sie in Kleingruppen Ihre Notizen mit denen von Ihren StudienkollegInnen. Besprechen Sie Vor-/Nachteile jeder Wohnmöglichkeit.

d) Was ist in unserem Land ähnlich/ anders?

Aufgabe 3. Wohnen im Wohnheim

a) Lesen Sie die folgenden Informationen über das Wohnen in Wohnheimen und erfüllen Sie die dazu gehörenden Aufgaben.

Das Wohnen im Wohnheim hat natürlich seine Vor- und Nachteile. Ob man dafür oder dagegen ist, hängt davon ab, was man sich unter idealen Wohnverhältnissen vorstellt, und von den eigenen Erfahrungen. Außerdem wird man davon beeinflusst, was einem andere darüber erzählt haben. Dabei ist es unklar, ob man überhaupt in absehbarer Zeit einen Platz in einem Wohnheim bekommt, so dass man sich auf jeden Fall zuerst nach etwas anderem umsehen muss.

Eindeutige Vorteile haben Wohnheime, was die Einrichtung betrifft: Da gibt es Zentralheizung, Dusche, eine Gemeinschaftsküche, Telefon auf dem Gang oder an der Pforte, einen Aufenthaltsraum mit Zeitschriften und einen Fernsehapparat. An der Pforte wird die Post oder eine Nachricht für jemanden im Wohnheim angenommen. Diesen Bequemlichkeiten stehen jedoch auf der anderen Seite Beschränkungen gegenüber, die man in einem Wohnheim hinnehmen muss: Die Zimmer sind sehr klein. Häufig muss man in der ersten Zeit in einem Doppelzimmer mit jemandem zusammen wohnen, den man vorher nicht gekannt hat – das kann gut gehen, es kann aber auch sein, dass man mit seinem Mitbewohner überhaupt nicht zurechtkommt. Da der Wohnraum zu eng ist, kann man auch keinen Besuch bei sich unterbringen; was ohnehin schwierig ist, weil das in den meisten Wohnheimen nicht erlaubt ist. In manchen Wohnheimen, besonders

für Jugendliche unter 18, ist es gar nicht möglich, Besuch aufs eigene Zimmer mitzunehmen; es gibt dafür einen Aufenthaltsraum, der natürlich kein Ersatz für eine gemütliche private Umgebung ist. Dazu kommt oft eine Zeitbeschränkung bis 22 Uhr: Bis dahin müssen die Besucher, die sich vorher in ein Buch an der Pforte eingetragen haben, das Haus wieder verlassen haben.

Neben den Vor- und Nachteilen, die in der Organisation der Wohnheime liegen, ist die menschliche oder soziale Seite zu beachten: Hier wird derjenige große Vorteile sehen, der soziale Kontakte sucht und es vorzieht, lieber mit anderen zusammen als allein zu leben.

Schon durch die Gemeinschaftseinrichtungen ist man mehr oder weniger zum Zusammenleben oder zur Zusammenarbeit gezwungen; dazu kommt, dass die Bewohner eines Heims häufig gemeinsame Veranstaltungen planen und organisieren. Auf jeden Fall hat man sofort mit anderen Menschen Kontakt, vor allem mit Gleichgesinnten, die meist vor den gleichen Problemen stehen, mit ähnlichen Schwierigkeiten zu kämpfen haben, Unterstützung und Hilfe suchen. Bei diesen Kontakten stellt man fest, dass man ähnliche Berufs- und Ausbildungsprobleme hat, dass man zuweilen gemeinsame Lösungen findet. Besonders denen, die frisch an den Ausbildungsort kommen, sich nicht zurechtfinden, sonst isoliert und zunächst allein da stehen, bietet das Wohnheim sofort Kontaktmöglichkeiten. Da das Zimmerleben gefördert wird, lernt auch derjenige, der das nicht gewohnt ist, auf andere Rücksicht zu nehmen und mit anderen zusammenzuarbeiten.

Gerade das intensive Zusammenleben ist aber nicht immer günstig oder erfreulich. Wenn man im Wohnheim wohnt, ist man eigentlich nie ungestört. Die dünnen Wände geben jeden Laut weiter, und leise geht es keineswegs zu; man ist also schon dadurch oft abgelenkt. Dann kommt immer wieder jemand vorbei – zu einem Kaffee, um mal ein bisschen zu reden, etwas wird geplant usw. Kurz, man kann nie richtig allein, für sich sein. Dazu kommt, dass in einem großen Wohnheim-Komplex das Gefühl für die weitere Umgebung leicht verloren geht: Studenten sind meist mit Studenten auf engem Raum zusammen und haben weniger Kontakt zu Menschen außerhalb des Wohnheims, zu Menschen mit zum Teil ganz anderen Interessen und Vorstellungen.

All diese Punkte muss man gegeneinander abwägen und feststellen, was man vorzieht. Allerdings unterscheiden sich die einzelnen Wohnheime in den Vorschriften, in der Atmosphäre und in der Art des Zusammenlebens zuweilen ganz erheblich; darüber sollte man sich vorher genau informieren.

b) Wählen Sie richtige Varianten.

1. _____

a) Das Wohnen im Wohnheim hat eigentlich nur Vorteile.

b) Es kommt darauf an, ob es sich um ein Studenten- oder ein Lehrlingsheim handelt.

c) Es kann günstig oder auch ungünstig sein.

d) Man macht dort nur schlechte Erfahrungen.

2. ____

a) Es ist nicht klar, wo man nach einem Zimmer suchen soll.

b) Es ist nicht sicher, dass man sofort ein Zimmer bekommt.

c) Es ist nicht sicher, wie lange man bleiben kann.

d) Man muss das Zimmer sofort mieten.

3. ____

a) Das Wohnen im Wohnheim ist für den besonders günstig, der gern mit anderen zusammen ist.

b) Große Vorteile haben diejenigen, die keinen Besuch nach 22 Uhr haben.

c) Das Wohnheim darf nach 22 Uhr nicht verlassen werden.

d) Für die Studenten, die für sich leben wollen, sind die Wohnräume zu eng.

4. ____

a) Wenn der Besuch übernachten will, hat man Schwierigkeiten, weil Besuche überhaupt nicht möglich sind.

b) Es gibt zu wenig Platz im Zimmer.

c) Öftere Besuche sind überhaupt nicht möglich.

d) Das Besuchen der Wohnheime ist nur selten erlaubt.

5. ____

a) Wenn man im Wohnheim länger wohnt, gewöhnt man sich an alles.

b) Die Bewohner des Wohnheims lernen besser arbeiten.

c) Im Wohnheim lernt man mit anderen zusammenleben.

d) Neue Leute lernt man am besten im Wohnheim kennen.

c) Finden Sie im Text Synonyme zu den folgenden Wörtern und Wendungen. Bilden Sie damit Beispielsätze.

Sich nicht orientieren können, vor kurzem, auf etwas ankommen, in Kürze, sich bedeutend gegeneinander abgrenzen, mit jemandem nicht kooperieren, Beistand suchen, nicht richtig bei der Sache sein, der Komfort, die Einengung, begünstigen, auf etwas einwirken.

d) Finden Sie im Text die deutschen Äquivalente. Bilden Sie damit Ihre Beispielsätze.

Бороться с похожими трудностями, зависеть от собственного опыта, получить место в общежитии, различаться предписаниями, совместное проживание, обращать внимание на других, коммунально-бытовые учреждения, записывать имена посетителей в книгу на вахте, представлять себе под условиями проживания, снимать комнату (у квартиросъемщика), не заменять что-либо, общаться с единомышленниками.

e) Beantworten Sie die Fragen.

1. Wo können Studenten zur Zeit ihrer Ausbildung Unterkunft finden? 2. Welche Vorteile haben Wohnheime hinsichtlich der Einrichtung? 3. Welche

Beschränkungen muss man in einem Wohnheim hinnehmen? 4. Ist das aktive Zusammenleben ein Vorteil oder ein Nachteil? Warum? 5. Warum ist das Wohnheim für die Erstsemester das richtige? Stimmen Sie dieser Meinung zu?

f) Interview.

1. Sammeln Sie Fragen, die das Leben im Studentenheim und dessen Vor- und Nachteile betreffen. 2. Interviewen Sie Ihre Studienkollegen, die im Studentenwohnheim wohnen bzw. mal gewohnt haben. 3. Analysieren Sie anschließend die gesammelten Meinungen über das Wohnen im Wohnheim.

g) Vergleichen Sie die Einrichtung und die Vorschriften in den Wohnheimen aus dem Text mit denen in unserem Studentenwohnheim.

Aufgabe 4. Vier junge Leute über das Wohnen im Wohnheim

a) Lesen Sie die Meinungen der jungen Leute über Wohnheime durch und schreiben Sie alle Synonyme zum Wort „Zimmer“ heraus.

Peter. Das Wohnheim liegt gegenüber von der technischen Fakultät und grenzt an ein schönes Waldgebiet, die erste Kneipe in der Stadt ist mit dem Fahrrad gemütlich in 10 min erreicht. Das Wohnheim selber ist kein Betonklotz, sondern in sechs Häuser aufgebaut. Der 1980 gebaute Komplex ist zwar nicht mehr hypermodern, aber für monatlich ca. 200 € sehr günstig. Man hat ein eigenes Bad und eine kleine Küchennische mit Kühlschrank in der Stube. Außerdem hat jede Stube einen kostenlosen Internetzugang über eine 10 bit Standleitung. Die Stuben sind zum Teil möbliert, so dass man nicht gezwungen ist Bett, Schreibtisch, Schrank ... selbst zu kaufen. Was ich gut fand, war der sofortige und direkte Kontakt zu Kommilitonen. Es ist auch die billigste Art zu wohnen, wenn man nicht so auf WGs steht.

Melissa. Ich persönlich wohne zwar nicht in diesem Wohnheim, aber eine gute Freundin von mir hat dort eine Zeitlang gewohnt. Leider weiß ich nicht allzu viele positive Punkte, außer dass es zentral mitten in der Stadt liegt. Das Gebäude ist ziemlich alt und soll in den nächsten Jahren abgerissen werden – falls ich mich nicht täusche! Die Wohnungen sind von den Wohnverhältnissen her einigermaßen okay, aber in manchen Wohnungen ist das Bad außerhalb der Wohnung – nicht besonders komfortabel! Die Wände sind sehr hellhörig, so dass es öfter Beschwerden der Hausverwaltung gibt, die auch gerne Leute beschuldigen, die für den Lärm nicht verantwortlich sind. Alles in allem nicht besonders toll, aber auch nicht mega-schlecht ...

Erwin. Zweieinhalb Semester wohnte ich im Baumgässchen 1 Zimmer 202-15m², brauner Linoleumboden, 25 Watt-Funzel in der Mitte, die Spuren von 100 Studentengenerationen an den Möbeln und an den Tapeten. Für mich war es damals meine erste eigene Wohnung. Ich fand es sogar richtig aufregend inmitten

einer Großstadt, fern von meiner ländlichen Heimat zu leben. Doch die wahren Qualitäten meiner Bude offenbarten sich erst im Laufe der Zeit. Und so will ich jetzt ohne große Reihenfolge Erlebtes auflisten: Aus meinem äußerlich chronisch verdreckten Fenster hatte ich einen malerischen Ausblick auf eine graue Wand, die zu allem Überflus 24 Stunden am Tag vom beruhigenden blau der Aral-Tankstelle illuminiert wurde.

Den letzten Winter, den ich hier verbrachte, erlebte ich ohne Heizung. Beliebt war das StuWoHeim bei der Polizei, die gerne immer mal wieder vorbeischaute, wenn unser Hausmeister K. sich fünf vor zehn in seinen vom Grundgesetz garantierten Grundrechten verletzt fühlte. Manchmal hatte er aber Recht, da der Tagesrhythmus der spanischen Kommilitonen um ca. sechs Stunden verschoben ist.

Wenigstens gibt es keine Ratten im Wohnheim. Ich habe mir nämlich sagen lassen, dass wenn Mäuse durch die Zimmer rennen, keine einzige Ratte weit und breit ist. (Mein Zimmernachbar hat ein paar Tage auf der Hängematte übernachtet, bis er das Loch in seinem Zimmer entdeckt hat). Die Bausubstanz des Wohnheimes ist katastrophal. Es genügt schon, die versifften und vergammelten Küchen anzuschauen. Dieser Zustand liegt zum einen an dem hohen Alter der Einrichtung und zum anderen an der unterschiedlichen Auffassung von Hygiene der Bewohner. Die Duschen standen dem in nichts nach. Da es wohl vor 40 Jahren noch nicht Standard war, Duschen mit Lüftungen oder Fenster zu versehen, sind diese gänzlich versport. Basta! Ich packe meinen Kram und ziehe aus!

Maria. Ich wohne im Wohnheim in Aachen. Also bei uns ist das so, dass jeder hier einziehen kann. Die Miete kostet für mich 160 Euro. Da ist dann noch Wasser und Strom mit drin. Also ich find's nicht schlecht. Die Buden sind möbliert und billiger kann man sonst nicht wohnen (außer bei den Eltern natürlich). Die Toilette und Dusche muss ich mir mit meiner Nachbarin teilen, aber ich finde, daran kann man sich gewöhnen. Also bei uns im Kurs wohnen nur 4 Leute im Heim. Man hat aber Anschluss auch an die, die nicht hier wohnen.

b) Was meinen Sie, warum bezeichnen die Bewohner der Wohnheime die Zimmer so unterschiedlich? Und wie nennen unsere Studenten ihre Zimmer?

c) Lesen Sie die Texte noch einmal. Füllen Sie die Tabelle stichpunktartig aus.

Name	Nachteile	Vorteile

d) Mit welchen der erwähnten Problemen setzen sich unsere Studenten auseinander? Können sie gelöst werden?

Aufgabe 5. Stellen Sie sich vor: Sie haben über DAAD (Deutscher Akademischer Austauschdienst) ein Stipendium in Höhe von 600 € bekommen und studieren in Bielefeld. Für welches der vier Wohnheime würden Sie sich entscheiden? Begründen Sie Ihre Wahl.

1. *Bielefeld: Morgenbreede 6, 10, 14*: Die drei Häuser sind viergeschossig; auf jeder Etage befinden sich eine 3-Zimmer/2-Zimmer-Wohnung mit Küche incl. Küchenzeile¹, Küchenbalkon, Bad (3-Zimmer: zusätzliches Gäste-WC) und 2 Abstellräume. Die Zimmer sind zwischen 15,14 und 16,73 m² groß, die Küchen 14,78 bzw. 10,36 m².

Bezugsjahr: Oktober 2006

Zahl der Wohnplätze: 60

2-Zimmer-Wohnung: 206,00 €

3-Zimmer-Wohnung: 190,00 €



2. *Bielefeld: Morgenbreede 15*: In dem Haus gibt es Ein- und Zweizimmerwohnungen. Die 1-Zimmer-Wohnungen sind einschließlich Flur und Nasszelle² ca. 25 qm, die 2-Zimmer-Wohnungen einschließlich Flur, Nasszelle und Kochnische 43 qm bzw. 49 qm groß. Alle Wohnungen verfügen über eine komplette Küchenzeile. Waschküche mit Trockner, Fahrradkeller und Sauna stehen allen Bewohner/Innen zur Verfügung. Alle Wohnungen haben Anschlussmöglichkeiten für die Kommunikationsnetze Radio, Fernsehen, Telefon und Internet.

Sauna: 38,00 €. Gruppen bis zu 10 Personen nach Anmeldung.

Bezugsjahr: 1992

Zahl der Wohnplätze: 76

1-Zimmer-Wg: 196,00 €

2-Zimmer-Wg: 186,00 €



3. *Bielefeld: Morgenbreede 17-23*: In diesem Haus sind 10 Wohnungen mit 54,4 qm für zwei Studierende, 16 Wohnungen mit ca. 82 qm für drei Studierende sowie 3 Wohnungen mit ca. 114 qm für fünf Studierende.

Alle Wohnungen haben Balkon oder Terrasse. Alle Wohnungen haben einen Gemeinschaftsraum als Küche mit kompletter Küchenzeile und Essplatz mit Tisch und Stühlen. Alle Wohnungen haben Anschlussmöglichkeiten für die Kommunikations-netze Radio, Fernsehen, Telefon und Internet. Ein Fahrradkeller ist im Haus. Die Nachbelegung freier Zimmer regeln die Bewohner selbst; Vermittlung durch die Wohnheimverwaltung ist möglich.

Bezugsjahr: 1991

Zahl der Wohnplätze: 83

2-Zimmer-Wg: 190,00 €

3-Zimmer-Wg: 186,00 €

5-Zimmer-Wg: 166,00 €



4. *Bielefeld: Morgenbreede 29-33*: Das Gebäude ist eins der ältesten Wohnheime in Bielefeld und hat dank seiner legendär-rationellen Einzelapartments inzwischen Kultstatus.

Die Wohnungen sind 18 qm groß und umfassen einen komplett eingerichteten Wohn-/Schlafraum, eine Nasszelle mit Dusche und WC sowie einen Vorraum mit eingebautem Kochschrank-Element. Alle Wohnungen haben Anschlussmöglichkeiten für die Kommunikationsnetze Radio, Fernsehen, Telefon und Internet. Bezugsjahr: 1973

Zahl der Wohnplätze: 410

1-Zimmer-Wohnung: 168,50 €



¹ die Küchenzeile, -, -n – mehrere nebeneinander angeordnete, eingebaute Küchengeräte (meist Herd, Spüle, Kühlschrank, Spülmaschine)

² die Nasszelle, -, -n – eine alte Bezeichnung für Badezimmer. Es ist ein Begriff, der sich aus den 50er Jahren des letzten Jahrhunderts herüber gerettet hat.

Aufgabe 6. Flyer „Das Studentenwohnheim“

a) Arbeiten Sie in Kleingruppen und erstellen Sie das Konzept Ihres Flyers.

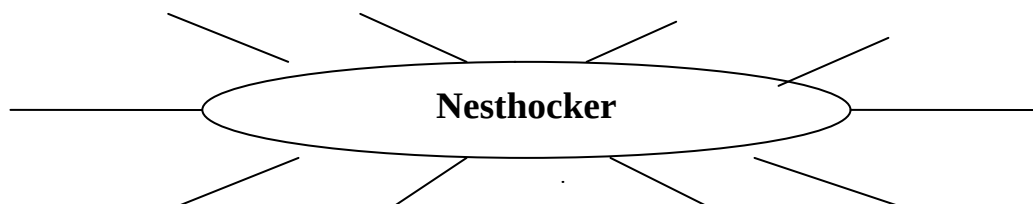
Achten Sie auf die Themen, die Sie anschneiden müssen:

- Unser Wohnheim: Geschichte und Zustand.
- Wohnverhältnisse.
- Wohnheimaktivitäten.
- Wie bekommt man einen Platz im Studentenwohnheim.

b) Präsentieren Sie die erstellten Flyer im Plenum.

Aufgabe 7. Nesthocker

a) Sehen Sie sich den Wortigel an. Erstellen Sie ein Assoziagramm.



b) Ergänzen Sie den Text mit den unten angegebenen Wörtern in richtiger Form.

Klare Ansage „Ja verdammt: Meine Eltern wohnen noch bei mir“, so wird oft von (1) ... das Nesthocker-Dasein beschrieben. Einige (2) ... das Elternhaus nie, andere sind aus-, dann aber wieder eingezogen. Weil sie mit den Mitbewohnern in (3) ... nicht klar kamen, weil das Geld nicht reichte – oder weil es bei Mutti eben doch am schönsten ist. In anderen Ländern ist das (4) In Italien oder Spanien

zum Beispiel wohnt so mancher noch bis zu (5) ... bei Mama und Papa. Viele Asiatinnen, die nach dem Ende ihrer Ausbildung bereits (6) ... Geld verdienen als ihre Eltern, sehen keinen Grund, ihr (7) ... zu verlassen. Und in Frankreich wurde der Film „Tanguy – der Nesthocker“ zum Kinoschlager: eine Komödie um einen 28-jährigen Dauerstudenten und seine genervte Mutter, die unter Schluckauf-Attacken leidet, sobald jemand sie fragt, wann ihr Sohn endlich (8) In Deutschland zeigt die Sozialerhebung des deutschen Studentenwerkes, dass immerhin (9) ... aller Studenten noch bei ihren Eltern lebt. Trotzdem gilt als verschoben, wer in (10) ... noch wohnt.

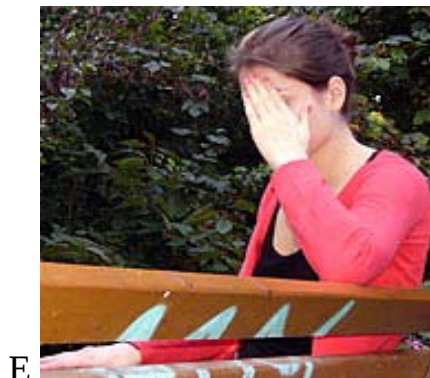
ausziehen, viel, die Hochzeit, das Hotel Mama, das Mitglied, üblich, das Viertel, die WG, verlassen, das Jugendzimmer, die Jugendliche.

c) Und wie sieht es in Belarus aus? Befragen Sie möglichst viele Studienkolleginnen/Studienkollegen an der deutschen Fakultät. Teilen Sie die Ergebnisse Ihrer Befragung im Plenum mit.

Aufgabe 8. Meine Eltern wohnen noch bei mir

Manche Kommilitonen wenden sich ab, als wäre es eine ansteckende Krankheit: Wer mit den Eltern unter einem Dach wohnt, gilt als faul, unreif, knauserig. Was sind das nur für Leute, diese Nesthocker? Fünf Studenten erzählen, warum sie das Hotel Mama noch nicht verlassen.

a) Lesen Sie die Texte und ordnen Sie die Fotos den Erzählungen zu.



1. *Maria, 22, studiert an der TU München im siebten Semester Humanmedizin. Sie wohnt mit ihren Eltern in Starnberg bei München, hat eine eigene Etage mit Bad und teilt sich mit ihren Eltern nur die Küche.*

München als Studienort habe ich bewusst gewählt – eben um zu Hause wohnen bleiben zu können. Meinen Eltern war und ist das recht so. Ich habe die Entscheidung auch bisher nicht bereut. Die Situation, so wie sie ist, gefällt mir. Das liegt an dem guten Verhältnis zu meinen Eltern, die sehr liberal sind. Und daran, dass ich meine Schulfreunde regelmäßig sehe, was nicht so wäre, wenn ich in München wohnen würde. Außerdem fühle ich mich in Starnberg sehr wohl. Natürlich muss ich zugeben, dass auch die Gemütlichkeit eine gewisse Rolle spielt. Einkaufen, Waschen und Kochen, das wird mir weitgehend abgenommen. So bleibt mehr Zeit für anderes, was vor allem in Lernzeiten eine enorme Entlastung ist. Ich genieße es, dass ich in einer Lernpause mal in die Küche gehen kann, um mit meiner Mutter zu plaudern oder einfach einen Kaffee zu trinken. Andererseits muss ich dafür wegen der langen Fahrzeit immer eine Stunde vor Vorlesungsbeginn aus dem Haus. Das ist ein Grund, warum ich doch langsam mit dem Gedanken spiele, auszuziehen, auch wenn meine Eltern mich sicher noch zu Hause behalten würden, bis ich 30 bin. Aber so weit kommt es nicht, das ist sicher. Bald werde ich in den Genuss eines typischen Studentenlebens kommen. Darauf freue ich mich schon. Geplant ist, mit zwei Freundinnen eine WG zu gründen.

2. *Holger, 23, wohnt zusammen mit seinen Eltern in einer Wohnung in Bad Vilbel bei Frankfurt. Dort studiert er Betriebswissenschaft im dritten Semester. Zur Uni braucht er mit der S-Bahn nur 15 Minuten.*

Ich habe mich aus zwei Gründen für ein Studium in Frankfurt und damit für das Wohnen zu Hause entschieden: Erstens hat die wirtschaftswissenschaftliche Fakultät dort einen guten Ruf. Zweitens ging es mir darum, dass ich meine Freunde sehr vermissen werde. Ich bin schon sehr oft umgezogen und weiß, wie anstrengend es sein kann, sich einen neuen Freundeskreis aufzubauen. Das ist meine Art von Bequemlichkeit. Denn darum, im Sinne von Hotel Mama versorgt zu werden, geht es mir nicht. Wenn ich es mir leisten könnte, würde ich durchaus ausziehen – dann allerdings trotzdem in eine Wohnung in Bad Vilbel, denn dort fühle ich mich sehr wohl. Ich finde, dass man sich durch das Wohnen im Elternhaus also nicht wirklich weiterentwickelt. Allerdings fände ich es albern, wenn meine Eltern mir eine zweite Wohnung bezahlen und sie selbst dann ein paar Kilometer entfernt ein Zimmer leer stehen haben. Es ist mir manchmal zugegebenermaßen etwas unangenehm, erzählen zu müssen, dass ich noch zu Hause wohne. Obwohl meine Kommilitonen meine Situation durchaus nachvollziehen können.

3. *Nina, 26, lebt 20 Kilometer von ihrem Studienort entfernt mit ihren Eltern zusammen. Sie möchte nicht erkannt werden, weil sie schlechte Erfahrungen damit gemacht hat, es anderen Studenten zu erzählen.*

Wenn ich neuen Bekannten erzähle, dass ich mit fast 27 noch zu Hause wohne, lachen sie mich aus. Früher habe ich noch versucht, meine Gründe darzulegen, aber mittlerweile habe ich es aufgegeben. Die meisten Leute sind gegenüber „Nesthockern“ nicht gerade tolerant – da gibt es viele Vorurteile von wegen Bequemlichkeit und Angst vorm Auszug und so weiter. Die einfache Begründung, dass ich es albern finde, eine Wohnung zu nehmen, weil ich ein Zimmer habe, das nur 20 Minuten von meiner Uni entfernt ist, will kaum einer akzeptieren. Am Anfang des Studiums hat sich die Situation so ergeben, weil es in meiner Studienstadt praktischerweise meine Traumfächerkombination gab und ich damals beschlossen habe, das eingesparte Geld lieber für Auslandssemester und unbezahlte Praktika auszugeben. Das hielt und halte ich in meinem Fall nach wie vor für sinnvoller, als zwanghaft auszuziehen, nur weil es nach dem Abitur alle so machen.

4. Benjamin, 23, studiert in Marburg Geographie, Soziologie und VWL im siebten Semester. Mit seiner jüngeren Schwester teilt er sich in seinem Elternhaus im 55 Kilometer entfernten Solms eine eigene Etage inklusive Küche und Bad.

Dadurch, dass ich im Haus meiner Eltern eine eigene Etage bewohne, bin ich kein richtiger Nesthocker. Ich wasche und koche auch selber und entspreche demnach nicht den gängigen Klischees vom bequemen Nesthocker, der sich bedienen lässt und nicht weiß, wie man die Haushaltsgeräte bedient. Natürlich esse ich ab und zu mit meinen Eltern. Es ist auch praktisch, dass ich fragen kann, wenn ich haushaltstechnisch etwas nicht weiß. Aber letztlich beschäftige ich mich, womit ich will, und komme auch nach Hause, wann ich möchte. Auch wenn Marburg bei meiner Studienortwahl auf Platz eins lag und ich zufrieden mit der Entscheidung bin, fehlt mir manchmal das Studentenleben und die Möglichkeit, ohne aufwändige Fahrerei zur Uni und abends zu Partys zu kommen. Ich halte darum auch schon länger die Augen nach einer eigenen Wohnung offen. Wenn ich ein Superzimmer zu guten Konditionen entdecke, würde ich schon zuschlagen. Ich finde, dass man sich irgendwann abnabeln sollte. Dass wäre für meine Eltern in Ordnung, auch wenn bei mehreren Kindern im Studium der finanzielle Aufwand schon groß ist. Außerdem wäre es ganz angenehm, sich nicht mehr vor Kommilitonen rechtfertigen zu müssen, wenn sie hören, dass man noch zu Hause wohnt. Das ist auf Dauer nämlich ziemlich nervig.

5. Julian, 21, studiert an der Universität Siegen im dritten Semester Europäisches Wirtschaftsrecht. Er hat im Haus seiner Mutter einen Schlaf- und einen Wohnbereich und ein eigenes Bad. Zur Uni ist er hin und zurück jeden Tag eine knappe Stunde unterwegs.

Ausschlaggebend für meine Entscheidung, zu Hause wohnen zu bleiben und nicht direkt nach Siegen zu ziehen, war mein Sport, für den ich sonst sowieso dreimal die Woche nach Hause fahren musste. Und meine Freunde. Mit den Leuten aus der Schulzeit habe ich auch weiterhin am meisten zu tun. Eigentlich wohnen alle noch

im Elternhaus. Hinzu kommt, dass ich mit meiner Mutter sehr gut auskomme, – ich habe jede Freiheit, die ich mir wünschen kann. Oft lade ich meine Freunde zu mir nach Hause ein und wir veranstalten tolle Partys. Ich habe auch mehr Verpflichtungen als früher. Das Klischee, dass Leute, die zu Hause wohnen, nicht mal eine Waschmaschine bedienen können, trifft bei mir jedenfalls nicht zu. Natürlich ist das Leben im Elternhaus bequemer als in einer eigenen Wohnung – das will ich nicht abstreiten. Es hat mit zur Entscheidung beigetragen. Ich hätte aber grundsätzlich keine Probleme, allein zu wohnen. Ich plane zum Beispiel ein Auslandssemester in Frankreich, da bin ich dann auch nicht in meiner gewohnten Umgebung. Blöde Sprüche habe ich an der Uni selten gehört, höchstens scherzhafte Bemerkungen – die meisten beneiden mich eher um den Luxus des „Versorgtwerdens“.

b) Bestimmen Sie aufgrund des Textes.

1) *Wer kann das über sich sagen?*

1. „Ich wollte Geld für das weitere Studium sparen.“ 2. „Meine Eltern machen mir keine Vorschriften.“ 3. „Ich finde, dass man unselbständig bleibt!“ 4. „Letztlich mache ich mein eigenes Ding.“ 5. „Ich feiere oft mit Freunden bei uns zu Hause.“

2) *Über wen kann man das sagen?*

1. Bei ... ist der Kühlschrank immer voll. 2. ... versteht sich gut mit der Mutter. 3. ... wollte den Freundeskreis behalten. 4. ... muss sich oft blöde Sprüche anhören. 5. ... ist nicht der typische Zuhausebewohner.

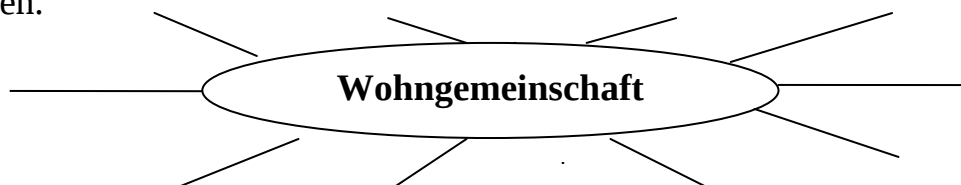
c) Diskutieren Sie darüber im Plenum.

1. Wessen Gründe, zu Hause mit den Eltern zu wohnen, finden Sie triftig/akzeptabel/nicht akzeptabel? 2. Welche stereotypen Meinungen werden von den vier jungen Leuten widerlegt? Stimmen Sie den jungen Leuten zu?

d) Lassen Sie Ihre Studienkollegen, die bei den Eltern wohnen, über ihr Leben erzählen. Welche Gründe hat man in Belarus, als Student im Elternhaus zu bleiben?

Aufgabe 9. Wohngemeinschaft

Ergänzen Sie den Wortigel: Was kann alles zum Leben in einer Wohngemeinschaft gehören.



Aufgabe 10. Würden Sie gern in einer Wohngemeinschaft leben?

Viele junge Leute ziehen in eine Wohngemeinschaft ein, d.h. eine Mehrzimmerwohnung, die man gemeinsam mietet. Auf die Frage antworten zwei Studentinnen.

a) Lesen Sie den folgenden Text und erfüllen Sie die dazu gehörenden Aufgaben.

Eva Kramer. Ja, nicht nur, weil es billiger ist, wenn man eine Wohnung mit jemandem teilt, sondern auch, weil ich es angenehmer finde, zusammen mit ein paar Leuten zu wohnen. Es ist immer jemand da, mit dem man reden, zusammen in der Küche stehen und kochen, zusammen essen kann. Ich finde es schrecklich, wenn ich nach Hause komme und die Wohnung leer ist. Die wichtigste Voraussetzung für eine Wohngemeinschaft ist natürlich, dass man sich mit den Mitbewohnern versteht. Aber auch wenn man einen davon nicht besonders sympathisch findet, ist das meiner Meinung nach nicht schlimm. Man lernt so, sich auseinanderzusetzen, den Mitmenschen zu respektieren, partnerschaftlich zusammenzuleben. In einer Wohngemeinschaft kommt es immer zu einem Gedankenaustausch. Und der ist viel intensiver als mit Freunden, die man nur ab und zu trifft. Natürlich, auch in einer Wohngemeinschaft braucht jeder seinen Freiraum.

Ula Kraus. Nein, denn mit mehreren Menschen auf meist engem Raum zusammenzuleben erfordert viel Toleranz und Disziplin. Und dazu bin ich nicht immer bereit. Laute Musik aus dem Nebenzimmer, wenn ich gerade Ruhe haben will, stört mich eben. Und es passt mir auch nicht, aus Rücksicht auf die anderen meinen Abwasch in der Küche sofort zu erledigen, wenn ich gerade etwas Wichtigeres zu tun habe. Ich mag mich nicht immer nach meinen Mitbewohnern richten. Lieber spare ich an anderen Dingen und leiste mir eine kleine Wohnung, in der ich meine Ruhe habe. Ich will auch nicht, dass jeder über mein Privatleben, meine Besucher, meine Gewohnheiten, meine Stimmungen Bescheid weiß. Ab und zu möchte ich gern allein sein. In einer Wohngemeinschaft kann man zwar die Zimmertür hinter sich schließen, aber allein ist man deshalb noch lange nicht. Bei so vielen Leuten ist doch immer etwas los.

b) Sortieren Sie die folgenden Ausdrücke aus dem Text und füllen Sie die Tabelle aus.

Sich mit den Mitbewohnern verstehen; sich nach seinen Mitbewohnern richten müssen; seinen Freiraum brauchen; die Mitmenschen respektieren; viel Toleranz erfordern; partnerschaftlich zusammenleben; zu einem Gedankenaustausch kommen; etwas aus Rücksicht auf die anderen sofort erledigen müssen; die Zimmertür hinter sich schließen, aber noch lange nicht allein sein.

Für das Wohnen in einer WG	Gegen das Wohnen in einer WG

c) Wie verstehen Sie diese Ausdrücke? Bilden Sie damit Ihre Beispielsätze.

d) Wessen Meinung unterstützen Sie? Begründen Sie Ihre Wahl.

Aufgabe 11. Auf der Suche nach Mitbewohnern

Wer nicht aus Minsk kommt und keinen Platz im Studentenwohnheim bekommen hat, muss sich auf die Suche nach einer Mietwohnung machen. Da die Mieten aber sehr hoch sind, versucht man noch eine Person/zwei Personen zu finden, die mit einem zur Untermiete wohnen können. Auf solche Weise entsteht eine Wohngemeinschaft. Es ist aber ziemlich schwer, eine richtige Person/richtige Personen zu finden, mit der/denen man gerne/ohne Ärger die Wohnung teilt.

a) Lesen Sie den folgenden Text und ordnen Sie die Bilder den Beschreibungen zu.

Gattung: Mitbewohner

Wer einen Mitbewohner bei sich einziehen lässt, sollte ihn sich im Voraus genau ansehen und sich überlegen, mit welchen Macken man leben kann – und mit welchen nicht?



A



B



C



D



E

Typ 1. Der, der nie da ist...

Diese Gattung Mitbewohner ist an sich eine recht angenehme – wenn du nicht gerne Gesellschaft hast. Die meiste Zeit seines Mieterdaseins verbringt er irgendwo anders, meist bei der Arbeit oder gerne auch bei der Freundin. Wer unter Langeweile und Einsamkeit leidet, sollte sich besser jemand anderen suchen. Wenn du deine Wohnung aber gern für dich hast, hast du mit dem, der nie da ist, einen echten Glücksgriff getan!

Typ 2. Der Computerfreak

Der mit dem schlurfenden Gang und den dicken Rädern unter den Augen – das ist einer, der nächtelang am PC sitzt, den Pizzabringdienst aufs Äußerste strapaziert (wer verschwendet auch Zeit in der Küche, wenn er fremde Welten erobern kann...) und sich in seiner Eigenschaft als Mitbewohner nicht sehr von dem abhebt, der nie da ist. Zwar ist er rein physisch anwesend und du triffst ihn auch ab und an mal am Kühlschrank oder merkst, dass jemand im Bad ist, aber so richtig nimmt er nicht am WG-Leben teil. Immerhin zahlt er die Miete immer pünktlich zum Ersten per Online-Banking.

Typ 3. Der Putzteufel

Für diesen Typ ist nichts schöner, als blanke Böden und porentief gereinigte Waschbecken. Eine oftmals nervenzehrende Angewohnheit von ihm ist, sonntags ab sieben Uhr morgens den Staubsauger zu schwingen und mit dem Wischmop durch die Wohnung zu tanzen. Der erklärte Feind ist der Schmutz und jedes einzelne Bakterium, das sich in der Wohnung herumtreibt. Mal abgesehen vom beißenden Reiniger-Geruch in der Wohnung und dem sonntäglichen Putz-Terror ist diese Gattung Mitbewohner ansonsten recht angenehm, wenn auch etwas pedantisch. Immerhin ist der Kühlschrank immer gefüllt. Lebensmittel mit abgelaufenen Verfallsdaten haben keine Chance!

Typ 4. Der Öko

Politisch korrekt und absolut biologisch abbaubar – dein Mitbewohner der Gattung Öko zeichnet sich durch seine naturverbundene Art und die vegetarische Ernährung aus. Es kann vorkommen, dass der Öko versucht, dich mit seiner Weltverbesserer-Art zu einem besseren Menschen zu machen. Ansonsten ist er aber ein sehr toleranter und friedliebender Geselle. So lange du darauf achtest, dass deine Kosmetik- und Pflegeprodukte nicht an Tieren getestet und dein Frühstücksei „Bio“ ist, gerätst du auch nicht mit ihm aneinander. Er lädt dich vielleicht höchstens mal auf einen Mate-Tee ein, um über alles ganz in Ruhe zu diskutieren ...

Typ 5. Der Frauenheld

Von der Gattung eher Neandertaler denn Homo Sapiens, aber ein geselliger und spaßiger Zeitgenosse. Mit seinem Charme wickelt er eine nach der anderen um den kleinen Finger. Man braucht sich den Namen seiner Begleiterinnen allerdings fast nicht zu merken, morgen ist es sowieso schon wieder eine andere. Aufgrund des häufig spontanen Besuchs achtet der Frauenheld generell darauf, dass seine Wohnung einigermaßen ordentlich aussieht – ist also grundsätzlich reinlich und

puscht sich natürlich täglich. Manchmal lassen seine Kurzbekanntschaften allerdings ihre langen Haare im Abfluss kleben. Übrigens ist die weibliche Variante des Frauenhelden auch keinen Deut besser – sie prahlt nur weniger mit ihren Eroberungen.

b) Füllen Sie die Tabelle mit Informationen aus den Texten aus.

Typ	männlich (ja/nein)	weiblich (ja/nein)	Vorteile	Nachteile

c) Beantworten Sie die Fragen.

1. Warum werden verschiedene Mitbewohner als Gattung Mitbewohner bezeichnet? 2. Wem passt so ein Mitbewohner, der nie da ist? 3. Warum stört der Computerfreak selten seine Mitbewohner? 4. Wie will der Putzteufel das Ziel seines Lebens erreichen? 5. Unter welcher Bedingung kann man mit dem Öko gute Beziehungen haben? 6. Wodurch unterscheidet sich die weibliche Variante des Frauenhelden?

d) Befragen Sie Ihre Studienkollegen, die im Studentenwohnheim wohnen, ob sie auch solche Mitbewohner haben. Was halten sie von den verschiedenen Mitbewohnertypen?

e) Äußern Sie Ihre Meinung.

1. Kennen Sie auch solche Studenten, die diesen Charakteristiken entsprechen? 2. Können Sie auch andere Gattungen Mitbewohner aussondern? 3. Welche Gattung Mitbewohner ist Ihnen nah/mit welcher würden Sie gerne zusammen wohnen?

f) Sie wollen in einer WG wohnen. Wen würden Sie als Mitbewohner wählen?

a) für eine 2-Zimmer-Wohnung, b) für eine 3-Zimmer-Wohnung, c) für eine 4-Zimmer-Wohnung.

g) Mitbewohner nach dem Horoskop

Sie haben auch eine andere Möglichkeit, für sich einen passenden Zimmerkollegen zu finden, und zwar, nach dem Horoskop. Erinnern Sie sich an die Information aus dem Themenbereich „Wohnungen und Wohnungseinrichtungen“ und stellen Sie fest, mit welchen Studienkolleginnen/Kollegen aus Ihrer Gruppe/aus anderen Gruppen Sie gerne wohnen würden.

Aufgabe 12. Wohnen und Wohlfühlen mit den zwölf Urprinzipien

Wer ein Zimmer sucht, braucht starke Nerven – manche WGs haben bizarre Aufnahmerituale. Inquisition: Luitgard, 18, sollte sich sogar selbst zeichnen, „da oben in das Kästchen“, Jan, 21, wie im Assessment-Center.

a) Lesen Sie den Text durch und formulieren Sie alle Anforderungen an die Mitbewohner möglichst kurz.

Luitgards In einer WG zu leben, habe ich mir bisher immer sehr lustig vorgestellt. Vor kurzem wurde die Sache für mich konkret: Ich wollte von zu Hause ausziehen und begab mich auf Zimmersuche in Heidelberg. Das WG-Leben, dachte ich, wird eine gute Sache: Man spart nicht nur Kosten, sondern trifft obendrein coole Leute, kocht zusammen, feiert Partys, macht die Kneipen und Bars der Stadt unsicher. Frohen Mutes habe ich mich durch die vielen WG-Angebote im Internet gewühlt und ein paar WGs auf einen Zettel geschrieben – eine „typische“ Studenten-WG sollte es sein. Ich hatte Bilder im Kopf: Alles ist irgendwie chaotisch, überall liegen Sachen rum. Aus einem Zimmer schallt immer Musik, jeden Tag kommen neue Leute zu Besuch. Die Atmosphäre ist locker, entspannt, unkompliziert. Konnte ja nicht so schwer sein, so eine ideale WG zu finden, oder?

Meine erste Station in Heidelberg: Einfamilienhaus, Spielstraße, ruhige Nachbarschaft mit gut gepflegten Vorgärten. Kleinstadtflair. Und hier leben Studenten? Ich klingelte und saß bald in einer gepflegten Küche mit Einbau-Möbiliar am Tisch. Alle drei Bewohnerinnen studierten Lehramt. Sie führten mich ein wenig herum: Alles sah sehr familiär aus, es gab sogar einen Wintergarten. War ich wieder zu Hause oder in einer Studenten-Bude? Mein Bild von bunten, zugestellten Zimmern und der chaotischen Küche begann zu bröckeln.

Dann das „Verhör“: Eine der Bewohnerinnen hatte einen Fragebogen vor sich liegen. Darauf standen mein Name, meine Adresse und auch Dinge wie: „Besondere Merkmale“ und „Warum sollten wir gerade dich nehmen?“

Ja, warum eigentlich? Was machte mich so besonders? Es gab ja noch andere Bewerber. Ich begann langsam zu zweifeln: Wollte ich wirklich in einer WG wohnen, in der wohl dreimal die Woche geputzt wird und in der man Musik nur leise hört? Die drei erzählten mir von ihrer Einweihungsparty, einer Motto-Party mit dem Thema „James Bond“. Das passte irgendwie gar nicht zu den netten Lehramtsstudentinnen, die da um mich herum am Küchentisch saßen! Ausgelassenes Feiern konnte ich mir mit denen kaum vorstellen. Dazu waren sie einfach zu ... nett. Während ich erzählte, machten sie sich ihre Notizen. War es nicht schon fast komisch, dass ich alles bejahte, was sie mich fragten? Ja, ich esse gern Gemüse. Ja, ich gehe öfter mal joggen. Ja, ich koche gern. Vor allem gesund. Ja. Ja. Ja. Es wurde immer besser. Eine der drei Studentinnen schob mir lächelnd ihren Fragebogen zu. Das sei der „Selbsttest“, sagte sie. Und: „Jetzt mal dich mal selbst, da oben in das Kästchen!“

Wie? Ich sollte mich zeichnen? War das hier eine Kunstschule? „Wofür soll das gut sein?“ fragte ich. „Sieh es als erste pädagogische Aufgabe“, sagte sie.

Aha. Pädagogisch. Das hatten die lächelnden Feen wohl in der Uni gelernt. Eine neue Methode, wie man anhand eines Selbstportraits Charakterzüge bestimmt. Oder sie wollten sich nur die einzelnen Bewerber besser einprägen. Ich malte mich auf das Papier: ein Strichmännchen.

„Hey, das hat ja sogar ein bisschen Ähnlichkeit mit dir!“, sagte die höflich Lächelnde zu meiner Rechten. Ich war verunsichert – mein armes Strichmännchen konnte man wirklich nicht als Kunstwerk betrachten? Wir verabschiedeten uns, schnell raus hier. „Meine Mitfahrgelegenheit wartete schon vor der Tür.“

Jan. Das Angebot bei *wg-gesucht.de* klang vielversprechend: „Suche zwei Mitbewohner für nette 3er WG, würde mich freuen, wenn du mir schreibst.“ Dass der Mann, der um neue Mitbewohner warb, schon 40 Jahre alt war, störte mich wenig. Warum nicht, wenn er nett und locker drauf ist? Ich rief an, wir vereinbarten einen Termin. Alles ganz unkompliziert. Zur Sicherheit machte ich noch zwei andere Termine aus.

Eine Woche später, irgendwo in Braunschweig. Der Mann, den ich mir jugendlich und offen vorgestellt hatte, öffnete mir die Tür, zeigte mir kurz mein Zimmer, Bad, Küche. Alle anderen Türen der großen und geräumigen Wohnung blieben verschlossen. Unser Gespräch: oberflächlich. Er schaute mir nie direkt in die Augen, wirkte steif und verschlossen.

Ich erfuhr, dass er als Übersetzer arbeitet. Und dass er schon eine Untermieterin gefunden hat, 20 Jahre jung, Studentin. „Untermieterin?“ Ich dachte, der Typ sucht gesellige Mitbewohner! Untermiete klang für mich eher nach einer unpersönlichen Zweck-WG. Wenn überhaupt. Nein, das wollte ich nicht. In meinem Kopf tummelten sich Bilder von bunt zusammen gewürfelten Studenten, die gemeinsam Partys feiern, den Haushalt schmeißen, Spaß haben. Aber nicht sowas.

Immerhin: Es blieben noch zwei Termine offen. Ich wurde langsam nervös. Zum kommenden Semester würde ich Wirtschaftsingenieurswesen studieren, bisher hatte ich zu Hause gewohnt, in Oldenburg. Mir blieb nicht mehr viel Zeit für die Zimmersuche, ich brauchte ein regendichtes Dach über dem Kopf. Und zwar bald.

In der zweiten WG wohnten drei Mädchen, alles Studentinnen. Aber nur eine war da, offensichtlich hatte sie die Aufgabe übernommen, einen Mitbewohner aufzutreiben. Im Gegensatz zur ersten Besichtigung durfte ich mir alle Zimmer anschauen. Mein Zimmer war sehr groß, aber dunkel. „Also, wenn du Lust hast, kannst du gern einziehen“, sagte sie.

Ich wollte mich eigentlich nicht festlegen. Eine WG stand noch aus. Sollte ich es darauf ankommen lassen? Was mich dort wohl erwarten würde? Was, wenn das wieder so ein Reinfall werden würde? Und die zweite Wohnung dann auch weg wäre? Und sogar das erste Zimmer „zur Untermiete“? Was, wenn ich nicht rechtzeitig eine passende WG finden würde? In der Uni schlafen? Von Oldenburg nach Braunschweig pendeln? Ausgeschlossen! Eigentlich war ich angespannt, aber irgendwie musste ich auch schmunzeln. Es kam mir vor, als sei ich auf Jobsuche: Den künftigen Arbeitgeber anrufen, einen Termin fürs Vorstellungsgespräch vereinbaren. Mit klopfendem Herzen zur Dienststelle fahren, sich vorstellen, hoffen, dass man nicht zu idiotisch rübergekommen ist. Nur suchte ich aber keine Arbeit, sondern ein Zimmer. Meine Arbeitgeber waren WG-Bewohner, das Vorstellungsgespräch fand in Einbauküchen oder Gemeinschaftszimmern statt. Ich hatte Glück: In der dritten WG passte alles. Als ich das Zimmer sah, richtete ich es

schon in Gedanken ein. Mit den Bewohnern verstand ich mich blendend. Nach unserem Gespräch bot mir das Pärchen sofort das Zimmer an. Eine Woche später bin ich eingezogen.

b) Mit welchen Anforderungen der Mitbewohner würden Sie sich abfinden/nicht abfinden?

c) Mussten Sie schon ein Casting durchmachen? Erzählen Sie über Ihre Erfahrungen/die Erfahrungen Ihrer Freunde oder Bekannten.

d) Dialog „Ihr Wohnungs-Casting“

1. Bereiten Sie einen Dialog vor, indem Sie folgende Punkte überlegen:

- Beschreiben Sie die ganze Wohnung und das Zimmer.
- Bestimmen Sie die Mietkosten.
- Stellen Sie Anforderungen an Ihre Mitbewohner.

2. Spielen Sie die Szenen der Bekanntschaft und Vereinbarung.

Aufgabe 13. Wo wohnte man als Student

a) Welche Probleme hatte die Studentin? Stellen Sie eine Liste zusammen.

Светлана Гладыш вспоминает о своих студенческих годах: «После успешной сдачи вступительных экзаменов летом 1980 года необходимо было срочно найти квартиру, так как я была иногородняя. Я ни в коем случае не желала жить в общежитии с незнакомыми людьми, – ведь дома у меня была своя комната. Моя мама хотела, чтобы я жила недалеко от института (в 1980 наш университет назывался Минский государственный педагогический институт иностранных языков). Поиски длились довольно долго, и мы уже перестали надеяться ... И вот, это было в середине августа, мама пришла в наш гостиничный номер и с радостью сообщила, что нашла подходящий вариант. Дом находился по адресу: ул. Захарова, 66. Это было так удобно: две остановки на автобусе или 10 минут ходьбы до университета! Мы помчались туда, однако нас ожидало разочарование: перед входом в квартиру толпилось несколько мам со своими чадами. Итак, нам предстоял конкурс (сейчас это называется кастинг, но в то время в нашем обиходе еще не было так много иностранных слов). Когда подошла наша очередь, мы выяснили, что уже одна девушка завтра заселяется в комнату (позже оказалось, что ее папа был председателем колхоза и привез хозяйке квартиры мешок картошки). Моя мама долго хвалила меня... Алла Семеновна (так звали мою хозяйку) обратила внимание лишь на один факт из моей биографии: я приехала из Евпатории. Место в комнате было в моем распоряжении. Оплата составляла 30 рублей в месяц (с одного квартиранта), что было достаточно дорого, несмотря на это, нашей радости не было предела. Вскоре я поняла, что близость к институту это не самое главное преимущество. Очень важно,

как ты ладишь с соседкой по комнате и с хозяйкой. Соседка по комнате, моя тетка, училась на факультете французского языка и была просто зубрилкой. Она занималась целый вечер, затем ставила будильник на ночь и через каждые четыре часа просыпалась и учила материал (вместе с ней просыпалась и я). Моя хозяйка, пожилая женщина, тоже имела свои странности: во-первых, она считала, что так как мы пользуемся кухней, ванной и туалетом, а один раз в неделю в субботу вечером приходим к ней в комнату посмотреть телевизор, мы должны убирать всю квартиру. Во-вторых, она предполагала, что молодой человек, который меня провожает по вечерам домой (это был мой партнер по танцам), украдет у меня ключ, сделает дубликат и обворует ее квартиру! К концу 1 курса я была твердо убеждена, что хочу жить в общежитии. На 2 курсе я без труда получила место в общежитии, так как отлично училась и принимала активное участие в общественной жизни университета. Поначалу не все складывалось удачно и тут. Мои соседки по комнате были пятикурсницами и считали, что я должна им подчиняться, что, однако, не входило в мои планы. Наше противостояние длилось около 2 месяцев, но вскоре мы стали лучшими подругами. Кроме главного увлечения – немецкого языка, мы занимались в кружке бальных танцев. У Ирины и Ольги я научилась готовить и радоваться жизни. Это было прекрасное время. На 3 курсе я вышла замуж и переехала к свекрови. Но это уже совсем другая история.»

b) Veranschaulichen Sie die von Ihnen erwähnten Probleme mit den Beispielen aus dem Text.

c) Erkundigen Sie sich bei Ihren Eltern/Verwandten/älteren Bekannten, wo sie als Studenten gewohnt haben. Erzählen Sie Ihren Studienkollegen davon.

Aufgabe 14. Wo würden Sie lieber als Student wohnen?

a) Bilden Sie drei Gruppen: 1. Im Studentenwohnheim wohnen; 2. Bei den Eltern wohnen; 3. Zur Miete/Untermiete wohnen.

b) Überlegen Sie sich Vorteile für Ihre Wahl. Sammeln Sie Nachteile der anderen Wohnmöglichkeiten.

c) Vertreter jeder Wohnmöglichkeit bilden Dreier-Gruppen und versuchen die anderen von den Vorteilen der eigenen Wahl zu überzeugen.

Aufgabe 15. Rollenspiel.

Sie kommen in Ihre Schule und erzählen über Ihr Studentenleben. Die Schüler der 11. Klassen interessieren sich sehr dafür, wo sie wohnen können und wo man am besten als Student wohnt.

Aufgabe 16. Projekt „Garten“ (*Projektarbeit)

THEMENKREIS VIII GESUNDHEIT

Themenbereich 1. Krankheiten und ihre Symptome



Themenbereich 2. Beim Arzt



Themenbereich 3. Die Säulen der Gesundheit



Themenbereich 4. Die Jahreszeiten und die Gesundheit



THEMENBEREICH 1

KRANKHEITEN UND IHRE SYMPTOME

Aktiver Wortschatz

1	die Gesundheit, -, (ohne Pl.) eine eiserne, schwache, schlechte Gesundheit	здоровье железное, слабое, плохое здоровье
2	erkranken (te, t), s an etw. Dat. an (einer) Grippe erkranken <i>Syn.:</i> krank werden (wurde, geworden), s	заболеть чем-л. заболеть гриппом
3	die Krankheit, -, -en eine heilbare, unheilbare, akute, lebensgefährliche, chronische, ansteckende Krankheit <i>Syn.:</i> die Erkrankung, -, -en	болезнь излечимая, неизлечимая, острая, опасная, хроническая, заразная болезнь
4	der Kranke, -n, -n/die Kranke, -n, -n	больной/больная
5	leiden (litt, gelitten), h 1) an etw. Dat. <i>Syn.:</i> erkrankt sein an etw. Dat. an einer schweren Krankheit leiden 2) unter etw. Dat. unter ständigen Kopfschmerzen, Lärm leiden	страдать чем-л. 1) болеть чем-л. страдать тяжелым заболеванием 2) страдать от постоянного воздействия чего-л. психически или физически страдать от постоянных головных болей, шума
6	verursachen (te, t), h etw. Akk. Lärm kann oft Kopfschmerzen verursachen.	послужить причиной чего-л. Шум часто может быть причиной головных болей.
7	anstecken (te, t), h j-n Akk. mit etw. Dat. Er hat mich mit Grippe angesteckt. ansteckend sein sich anstecken bei j-m Dat. mit etw. Dat.	заразить кого-л. чем-л. Он заразил меня гриппом. быть заразным заразиться чем-л. от кого-л.
8	schmerzen (te, t), h j-m Dat. Die Füße schmerzen ihm vom langen Stehen. <i>Syn.:</i> weh tun (tat, getan), h j-m Dat. Mein Zahn tut mir weh. Was tut Ihnen weh?/Was fehlt Ihnen?/Wo	болеть у кого-л. У него болели ноги от долгого стояния. У меня зуб болит. Что у Вас болит?

	schmerzt es?	
9	der Schmerz, -es, -en Schmerzen haben, verursachen, ertragen (ertrug, ertragen), h heftige, scharfe, dumpfe, unerträgliche Schmerzen	боль иметь, вызывать, терпеть боли сильные, острые, тупые, невыносимые, сильные боли
10	plagen (te, t), h j-n Akk. Mich plagt die Schlaflosigkeit.	мучить кого-л. Меня мучает бессонница.
11	nachlassen (ließ nach, nachgelassen), h Syn.: abklingen (klang ab, abgeklungen), s Die Schmerzen lassen nach.	ослабевать, утихать Боль спадает.
12	durchmachen (machte durch, durchgemacht), h etw. Akk. Syn.: überstehen (überstand, überstanden), h etw. Akk. eine schwere Krankheit durchmachen	перенести что-л. (напр., заболевание) перенести тяжелую болезнь
13	sterben (starb, gestorben), s an etw. Dat. an einer Krankheit sterben	умереть от чего-л. умереть от какой-л. болезни
14	der Körper, -s, - Syn.: der Organismus, -, Organismen Durch Grippe wurde der gesamte Organismus geschwächt.	организм, тело, туловище Организм был ослаблен гриппом.
15	der Körperteil, -s, -e	часть тела
16	die Lunge, -, -n (häufig im Sg. mit pluralischer Bedeutung) die Lungenentzündung, -, (ohne Pl.)	легкое воспаление легких
17	sich erkälten (te, t), h Syn.: eine Erkältung bekommen (bekam, bekommen), h Ich bin leicht, stark erkältet. die Erkältung, -, -en eine starke Erkältung haben	простудиться/подхватить простуду Я слегка, сильно простужен. простуда быть серьезно простуженным
18	die Grippe, -, -n eine leichte, schwere Grippe Grippe haben Syn.: an (einer) Grippe erkrankt sein mit Grippe im Bett liegen (lag, gelegen), h	грипп легкий, тяжелый грипп болеть гриппом лежать с гриппом в постели
19	die Angina, -, -	ангина
20	die Masern (nur Pl.)	корь

21	sich (Dat.) zuziehen (zog zu, zugezogen), h etw. Akk. Syn.: sich (Dat.) holen (te, t), h etw. Akk. sich (Dat.) eine Erkältung, einen Schnupfen zuziehen	заболеть какой-л. болезнью, подхватить какую-л. болезнь получить/подхватить простуду, схватить насморк
22	das Symptom, -s, -e von etw. Dat./für etw. Akk. als Symptom für eine Krankheit auftreten (trat auf, aufgetreten), s	симптом проявляться как симптом какой-л. болезни
23	die Mandel, -, -n geschwollene, leicht gerötete Mandeln haben	миндалины/гланды опухшие, слегка покрасневшие миндалины
24	der Schnupfen, -s, - einen Schnupfen bekommen (den/einen) Schnupfen haben Mir läuft die Nase.	насморк схватить насморк иметь насморк У меня из носа „течет“.
25	niesen (te, t), h	чихать
26	der Husten, -s, (ohne Pl.) chronischer, trockener Husten husten (te, t), h Syn.: Husten haben laut, stark husten	кашель хронический, сухой кашель кашлять громко, сильно кашлять
27	heiser eine heisere Stimme haben	хриплый иметь хриплый голос
28	das Fieber, -s, - Syn.: erhöhte Temperatur heftiges Fieber haben das Fieber fällt, steigt das Fieberthermometer, -s, -die Temperatur messen (maß, gemessen), h mit etw. Dat.	высокая температура иметь сильный жар температура падает, поднимается термометр измерить температуру
29	das Blut, -es, -e der Blutdruck, -s, (ohne Pl.) hohen, niedrigen Blutdruck haben (te, t), h den Blutdruck messen (maß, gemessen), h j-m Dat.	кровь кровяное давление иметь высокое, низкое давление измерить давление у кого-л.
30	die Ohnmacht, -, (ohne Pl.) in Ohnmacht fallen (fiel, gefallen), s	обморок упасть в обморок
31	schwindlig sein j-m Dat.	кружится голова у кого-л.

	Es ist mir schwindlig.	У меня кружится голова.
32	der Muskelkater, -s, - (einen) Muskelkater haben	боль в мышцах иметь боль в мышцах
33	sich (Dat.) verletzen (te, t), h etw. Akk. Ich habe mir den Finger mit dem Messer verletzt.	поранить себе что-л. Я поранил себе палец ножом.
34	sich (Dat.) brechen (brach, gebrochen), h etw. Akk. Ich habe mir den Arm gebrochen.	сломать что-л. Я сломал руку.
35	sich vergiften (te, t), h durch etw. Akk./ mit etw. Dat. Er hat sich durch verdorbenen Fisch vergiftet.	отравиться чем-л. Он отравился испорченной рыбой.
36	immun sein gegen etw. Akk. das Immunsystem, -s, (ohne Pl.)	обладать иммунитетом против чего-л. иммунная система
37	impfen (te, t), h j-n Akk. gegen etw. Akk. sich impfen lassen die Impfung, -, en	вакцинировать/прививать кого-л. против чего-л. сделать прививку вакцинация, прививка

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Болезнь, давление, обморок, симптом, простуда, грипп, иммунная система, ангина, воспаление легких, вакцинация, боль в мышцах, насморк, кашель, жар, здоровье, боль, миндалины, термометр, больная(-ой), организм, часть тела.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Страдать, заразить, мучить, измерять, заболеть, простудиться, болеть, схватить что-л., чихать, кашлять, терпеть боли, отравиться, перенести (болезнь), умирать, послужить причиной, поранить, утихать, падать/повышаться (о температуре).

Aufgabe 3. Setzen Sie in die Lücken fehlende Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Epidemien sind Krankheiten, ... denen sich Menschen sehr schnell ... anderen anstecken. 2. Viele leiden heute ... Herzkrankheiten. 3. Der Junge ist bereits

mindestens ... Winpocken immun. 4. ... Masern wird man nur einmal angesteckt. 5. Ich habe mich ... ihm ... Grippe angesteckt. 6. Er lag 2 Wochen ... schweren Krankheit ... Bett. 7. Dieser Patient hat sich ... Mayonnaise vergiftet. 8. Rötliche Augen sind ein sicheres Symptom ... Angina. 9. Er erkrankt ... Grippe.

Aufgabe 4. In jedem Satz fehlt ein Nomen. Setzen Sie die angegebenen Wörter richtig ein, achten Sie auf den Artikelgebrauch.

Erkältung, Fieber, Husten, Gesundheit, Krankheit, Schmerzen, Angina, Muskelkater, Körperteil, Organismus

1. Schon seit vier Tagen hat meine Mutter 38 Grad 2. Ich habe nur eine Erkältung, sagt der Arzt. Zum Glück ist es keine 3. Sein ... wird immer stärker und lauter. Er kann kaum noch richtig atmen. 4. Wenn Sie starke ... haben, gebe ich Ihnen für die Nacht ein Schmerzmittel. 5. Mein Hals tut mir weh und meine Nase juckt. Ich glaube, ich bekomme eine 6. ... ist ein anderes Wort für Körper. 7. Nach einem langen Krafttraining hat er sehr starken ... bekommen. 8. Der medizinische Begriff für den Körperteil heißt 9. ... ist das Wichtigste im Leben. 10. Bruno war doch noch so jung. An welcher ... ist er denn gestorben?

Aufgabe 5. Ersetzen Sie die kursiv markierten Vokabeln und Wortverbindungen durch Synonyme.

1. Er muss das Fieber *durchmachen*, um zu genesen. 2. Im besten Fall werden die Beschwerden in vier Tagen *abklingen*, und Sie können das Training wieder aufnehmen. 3. Typische Symptome einer Grippe sind Schwäche, Frösteln, *Fieber* und Appetitlosigkeit. 4. Die Zähne *schmerzen*, um uns das süße Leben zu verübeln. 5. Varicosis ist eine typische *Krankheit* der sitzenden Lebensweise. 6. Er starb an einer schweren *Erkrankung*. 7. Patienten, die *an Grippe erkrankt sind*, müssen im Bett bleiben. 8. Durch Grippe wurde der gesamte *Organismus* geschwächt. 9. Mein Freund *hat sich vor kurzem eine Erkältung zugezogen*. 10. Er *hustet* stark. 11. Die erste Frage des Arztes ist: „Was fehlt Ihnen?“

Aufgabe 6. Nennen Sie passende Attribute zu den folgenden Substantiven und übersetzen Sie die Wortverbindungen ins Russische. Bilden Sie mit den Wortverbindungen kurze Sätze.

Die Krankheit, die Grippe, der Schmerz, die Erkältung, der Husten, das Fieber, die Mandeln, die Gesundheit, der Blutdruck.

Aufgabe 7. Ergänzen Sie die Objekte und Wortgruppen durch passende Verben. Bilden Sie kurze Sätze mit den Wortverbindungen.

Unter Allergien ... , eine Krankheit ... , an Schlaflosigkeit ... , in Ohnmacht ... , gegen ansteckende Krankheiten ... , Husten ... , Muskelkater ... , Kopfschmerzen ... , eine

schwere Krankheit ... , die Temperatur ... , mit der Schere ... , durch verdorbenes Fleisch ... , gegen Grippe ... , bei dem Freund ... , als Symptom

Aufgabe 8. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. Пожилые люди переносят прививки гораздо хуже, чем дети. 2. Два месяца назад он схватил насморк и сильный кашель, но не обратил на это внимания. Как результат – воспаление легких. 3. Он упал с лестницы и сломал себе ногу. 4. У него головокружение, может быть, он отравился. 5. Я слегка простужен, и у меня «течет» из носа. 6. У него железное здоровье, он регулярно занимается спортом, правильно питается и закаляется. 7. Боль в мышцах вызывают не только активные тренировки, это может также являться симптомом различных инфекционных болезней. 8. Головные боли и сильный жар – основные симптомы гриппа. 9. Грипп заразен. 10. Раньше от воспаления легких умирали. 11. У нее вдруг закружилась голова, и она упала в обморок. 12. Никогда не терпи головную боль! 13. Желтухой болеют только один раз, а потом организм уже обладает иммунитетом. 14. В последнее время многие молодые люди страдают тяжелыми заболеваниями. 15. Мой дядя живет недалеко от аэропорта и страдает от сильного шума. Он хочет переехать в другой район.

Aufgabe 9. Bilden Sie Minidialoge.

M u s t e r: *Mir ist heiß und kalt. (Fieber)*

– *Hast du Fieber?*

1. Heute gehe ich zum ersten Mal spazieren. (erkrankt sein) 2. Der Arzt hat mir Tabletten verschrieben. (Lungenentzündung) 3. Heute gehe ich zum Zahnarzt. (weh tun) 4. Ich brauche ein Pflaster. (sich verletzen) 5. Der Arzt hat mir warme Halsumschläge verordnet. (leiden) 6. Mein Bauch tut so weh! (sich vergiften) 7. Ich habe drei Kilo abgenommen. (durchmachen) 8. Ich muss zum Hals-Nasen-Ohrenarzt. (Erkältung) 9. Der Arzt hat mir Massage verordnet. (ständige Kopfschmerzen) 10. Ich mache heute keinen Besuch. (sich anstecken) 11. Es ist mir sehr oft schwindlig. (niedrigen Blutdruck) 12. Ich habe eine heisere Stimme. (sich erkälten) 13. Am Abend ging es mir plötzlich schlecht. (schwindlig werden) 14. Mir läuft die Nase. (sich zuziehen) 15. Ich bin heute schlapp und müde. (plagen)

Aufgabe 10. Vervollständigen Sie die Sätze, gebrauchen Sie dabei den aktiven Wortschatz. Beachten Sie die Wortfolge.

1. Der Hals tut mir beim Schlucken weh, denn 2. Ich bin oft unter Stress, deshalb 3. Bei der Aufregung bekomme ich hohen Blutdruck und 4. Die Erkältung, die du dir zugezogen hast, ist schon vorbei, aber 5. Mein Freund hat zum Mittagessen ein schlecht durchgebratenes Kotelett gegessen und 6. Er leidet oft an Angina und 7. Die Menschheit ist gegen diese Krankheit noch nicht immun, deshalb

8. Niedriger Blutdruck kann Kopfschmerzen verursachen und 9. Das Fieber lässt bei der Grippe am 3. oder 4. Tag nach, trotzdem 10. Wenn man Angina hat,

Aufgabe 11. Verbinden Sie die Vokabeln zu einer Situation.

- Husten, Schnupfen, Erkältung, Fieber, heiser, sich zuziehen, chronisch, immun sein, erkrankt sein, als Symptom auftreten, durchmachen.
- Blutdruck, Kopfschmerzen, Stress, an der frischen Luft, verursachen, schwindlig, plagen, leiden, schmerzen, Gesundheit, nachlassen, Ohnmacht.
- Symptom, Erkältung, anstecken, Immunsystem, sich zuziehen, sich impfen lassen, Lungenentzündung, sterben.
- Sich erkälten, Kopfschmerzen, Husten, Schnupfen, niesen, weh tun, geschwollen, sich schwach fühlen, krank sein, Jahreszeit, Mandeln.

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenz

Aufgabe 1. Unser Körper

a) Wie heißen die Körperteile? Notieren Sie sich zu jedem Punkt Substantive mit dem bestimmten Artikel, geben Sie auch ihre Genitiv- und Pluralformen an.



b) Ergänzen Sie passende Nomen. Geben Sie Substantive mit dem bestimmten Artikel, mit ihren Genitiv- und Pluralformen an.

- 1) Arm – Hand: Bein – 2) Hand – Finger: Fuß – 3) Bein – Knie: Arm –
- 4) hinten – Rücken: vorne – 5) Bauch – Magen: Brust – 6) Kopf – Haar: Gesicht – 7) Herz – Blut: Lunge – 8) fühlen – Nerven: denken – 9) atmen – Lunge: küssen –

c) Spielen Sie in der Gruppe. Wer nennt mehr Körperteile?

d) Finden Sie eine passende Entsprechung.

- | | |
|----------------|--|
| 1) die Niere | a) ein Teil des Verdauungsapparates |
| 2) der Magen | b) rote Flüssigkeit zum Transport von Sauerstoff und Nährstoffen im Körper der Menschen |
| 3) das Gehirn | c) das Atmungsorgan des Menschen |
| 4) der Körper | d) gesamtes System der Organe |
| 5) das Blut | e) paariges, hinten in der oberen Bauchhöhle gelegenes Organ |
| 6) der Schweiß | f) ein Organ, das die Nahrung an den Darm weitergibt |
| 7) die Lunge | g) das Zentrum für Assoziationen, Gedächtnis und Lernen |
| 8) der Darm | h) ein Körperorgan, das der Regelung des Stoffwechsels sowie der Entgiftung des Blutes dient |
| 9) die Leber | i) der Körper produziert Salzwasser bei Hitze oder Anstrengung |

e) Welche Körperteile sind gemeint? Setzen Sie die unten angegebenen Wörter richtig ein.

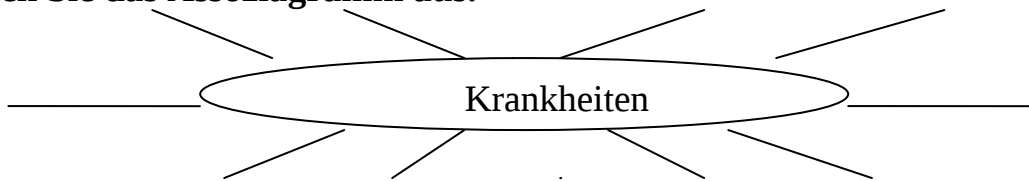
der Fuß, die Rippen, die Arme, die Faust, die Nase, der Magen, die Augen, die Schultern, die Leber, die Ohren, die Knochen, die Haare, der Nerv, die Lippen, das Herz, die Hand, der Finger, das Gelenk, der Bart, die Muskeln, die Zähne, die Beine, das Gehirn, der Hals, die Lunge, das Herz, das Gehirn

1. Damit kann man jemanden umarmen – 2. Damit kann man hören – 3. Damit kann man denken – 4. Damit kann man jemanden küssen – 5. Damit kann man sehen – 6. Damit kann man riechen – 7. Man kann ihn rasieren – 8. Damit kann man das Essen kauen – 9. Man kann sich sie brechen – 10. Man kann es schlagen hören – 11. Damit kann man schreiben – 12. Damit kann man kräftig zuschlagen – 13. Damit sind zwei Körperteile beweglich verbunden – 14. Man kann sie beim Friseur schneiden lassen – 15. Damit kann man auf etwas zeigen – 16. Damit kann man den Kopf bewegen – 17. Das hält das Blut in Gang – 18. Damit kann man seine Kraft gebrauchen – 19. Damit kann man jemanden treten – 20. Damit kann man die Nahrung verdauen – 21. Damit kann man atmen – 22. Damit kann man laufen – 23. Das steuert das Nervensystem – 24. Das dient der Entgiftung des Blutes – 25. Hier ist der menschliche Körper am breitesten – 26. Die 12 Knochen im Oberkörper des Menschen heißen 27. Wenn das tot ist, empfindet man an dieser Stelle keinen Schmerz –

f) Bilden Sie nach diesem Prinzip 2-3 Rätsel und lassen Sie Ihre Studienkollegen diese Rätsel erraten.

Aufgabe 2. Krankheiten

a) Welche Assoziationen haben Sie, wenn Sie das Wort Krankheiten hören? Füllen Sie das Assoziagramm aus.



b) Lesen Sie den folgenden Text und schreiben Sie alle Zusammensetzungen mit „Schmerz“ und „Krankheit“ heraus, erklären Sie die Bedeutung dieser Zusammensetzungen.

Krankheiten und Schmerzen

Eine Krankheit ist eine Störung der körperlichen, sozialen oder seelischen Funktionen. Das beeinflusst negativ die Leistungsfähigkeit oder das Wohlbefinden eines Lebewesens. In dieser Umschreibung gibt es drei Ebenen, die beim Menschen mit „Krankheit“ bzw. „Kranksein“ verbunden sind. Das sind mehr oder weniger beobachtbare Fakten, der subjektive Gesundheitszustand und auch das Verhalten.

Die Krankheiten kann man grob nach den Hauptdiagnosegruppen einteilen. Das sind Erbkrankheiten, die durch Vererbung verursacht sind. An der zweiten Stelle sind Infektionskrankheiten, die durch Infektionen verursacht sind. Weiter folgen Kinderkrankheiten, Unfälle und Verletzungen, Vergiftungen, Verbrennungen und psychische Erkrankungen. Immer mehr treten heute Autoimmunkrankheiten auf, wenn das Immunsystem gesunde Zellen des eigenen Körpers bekämpft, sowie Tumorkrankheiten, wenn ungesunde Zellen unkontrolliert wachsen. Eine besondere Stellung in der modernen Welt nehmen Zivilisationskrankheiten ein, die mit falscher Ernährung und Bewegungsmangel verbunden sind.

Im großen und ganzen gibt es zwei Arten von Ursachen von einer Krankheit. Das sind innere Faktoren, z.B. Alterungsprozess und Erbkrankheiten. All das kann der Mensch wenig beeinflussen. Die zweite Art bilden äußere Faktoren, wie Stress, Ernährung und Umweltbedingungen. Hiergegen können doch die Menschen etwas tun.

Die Krankheit selbst führt – behandelt oder unbehandelt – zu Heilung, Remission, einem Rezidiv (oder mehreren Rezidiven), Leiden oder Tod. Oft verwendete Begriffe, die den zeitlichen Verlauf einer Krankheit beschreiben, sind: akut, d.h. plötzlicher Beginn (z.B. Grippe); chronisch, d.h. längerer Verlauf (z.B. Sklerose) und rezidivierend, d.h. immer wieder auftretend (z.B. „chronische“ Bronchitis).

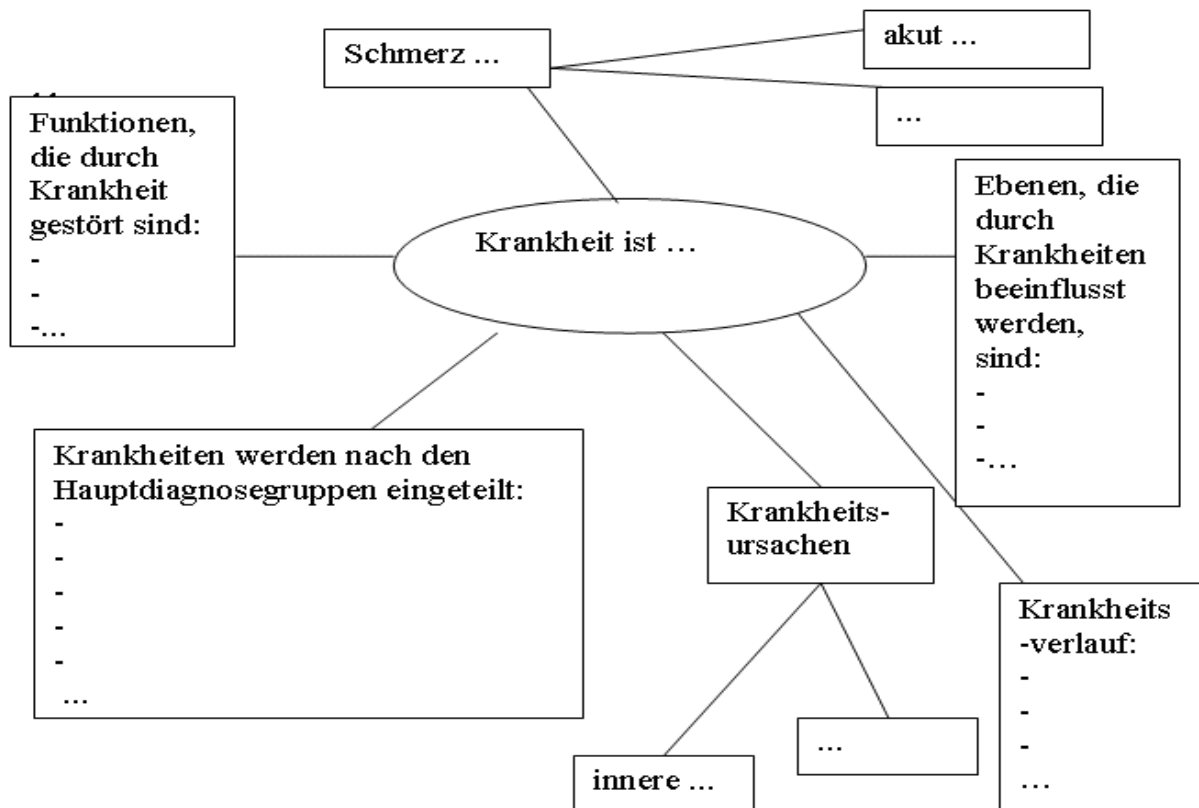
Die Krankheit ist eng mit Schmerzen verbunden. Schmerzen sind Warnungen des Körpers, die anzeigen, dass etwas nicht in Ordnung ist. Schmerz kann als stechend, pochend, dumpf, brennend usw. empfunden werden. Die Art des Schmerzes und der Ort, an dem er auftritt, geben oft Erklärung über die Schmerzursache. Manchmal täuscht der Schmerz jedoch auch eine andere Ursache vor. So kann z. B. bei

Herzbeschwerden der linke Arm schmerzen oder bei Zahnschmerzen das Gefühl von Kopf- oder Ohrenschmerzen entstehen. Oft kommen zu starken Schmerzen noch Beschwerden wie Unruhe oder Angst hinzu.

Wenn man sich den Schmerz anschaut, so muss man ganz klar verschiedene Schmerzarten unterscheiden: akute Schmerzen und chronische Schmerzen. Der akute Schmerz tritt als Symptom für eine Erkrankung auf, z.B. Schmerzen im rechten Bauchraum, die auf eine Blinddarmentzündung hinweisen. In solchen Fällen kann man den Schmerz nur durch Entfernung des Schmerzverursachers beseitigen, zum Beispiel durch Operation. Schwieriger ist es, wenn es sich um sogenannte chronische Schmerzen handelt. Der chronische Schmerz tritt nicht mehr als reine Warnfunktion des Körpers auf, sondern ist schon zu einer Erkrankung geworden. Für den Kranken und für den Arzt hat das Auswirkungen auf die Therapiewahl. Die Behandlung von chronischen Schmerzen braucht viel Geduld. Da muss man oft ein Schmerztagebuch führen, in das man die Schmerzwahrnehmung Tag für Tag einträgt.

c) Formulieren Sie mit Ihren eigenen Worten einen Satz pro Textabsatz, in dem Sie die Hauptinformationen zum Ausdruck bringen.

d) Füllen Sie aufgrund des Textes die Mind-Map aus. Bereiten Sie sich zur Präsentation vor.

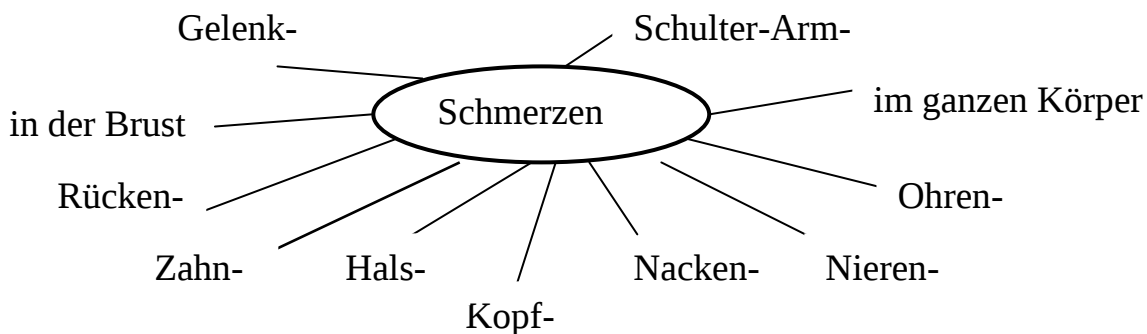


e) Beantworten Sie die Fragen zum Text, halten Sie sich dabei an die Informationen in der Mind-Map.

1. Welche Definition wird dem Begriff „Krankheit“ im Text gegeben? 2. Welche Arten von Krankheiten unterscheidet man nach den Hauptdiagnosen? 3. Welche Ursachen können einer Krankheit zugrunde liegen? 4. Kann der Schmerz die Ursache seines Entstehens vortäuschen? 5. Welche Begriffe gebraucht man, um den zeitlichen Verlauf der Krankheit zu beschreiben? 6. Wo liegt der Unterschied zwischen dem chronischen und akuten Schmerz? 7. Warum ist es wichtig, bei chronischer Krankheit ein Schmerztagebuch zu führen?

f) Ursachen und Konsequenzen von Schmerzen.

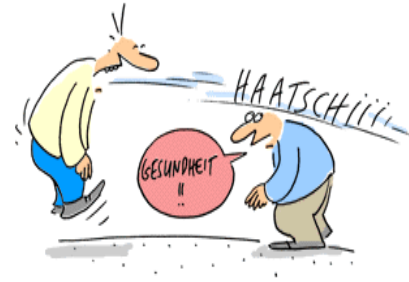
Wählen Sie eine Schmerzart aus dem Wortigel und finden Sie in der Tabelle deren Ursachen und Folgen. Beschreiben Sie die gewählte Schmerzart nach der obigen Mind-Map.



Ursache des Schmerzes	Konsequenzen
ein sogenannter „Anlaufschmerz“ (Beschwerden bei Bewegungsbeginn)	Hörstörungen
zu viel Singen, Schreien, langes Reden	Herzklopfen
falsche Ernährung, zu viel Süßes	bohrende Schmerzen
zu viel am PC arbeiten	klopfende Schmerzen
staubige und trockene Luft	stechende Schmerzen
Zigarettenrauch	pulsierende Schmerzen
Kaffee oder Stress oder Aufregung	ziehende Schmerzen
falsche Reinigungsmaßnahmen	äußerst unangenehm
Nierenentzündung	dumpfe Schmerzen
die durch Schwimmen ins Ohr gelangten Bakterien	angeschwollen sein
mit Schlafstörungen verbunden sein	Entzündung eines Kniegelenkes
Erkältungskrankheiten	unklare, über den ganzen Körper verteilte Schmerzen
dauerndes Sitzen, einseitige Bewegungen	Rückenschmerzen

g) Bilden Sie ähnliche Dialoge, wo Sie Krankheiten bzw. Schmerzarten beschreiben. Gebrauchen Sie dabei Wörter und Wendungen aus der Tabelle.

- Was fehlt Ihnen?
- Ich habe immer Kopfschmerzen. Mir tut immer der Kopf weh.
- Schlafen Sie gut?
- Nein, ich schlafe sehr schlecht.
- Arbeiten Sie viel?
- Ziemlich viel, ja.
- Arbeiten Sie am Computer?
- Ja, den ganzen Tag.
- Trinken Sie oft Bier oder Wein?
- Na ja, manchmal ein Glas.
- Rauchen Sie?
- Ja, aber nur zwei oder drei Zigaretten pro Tag.
- Treiben Sie Sport?
- ...



Aufgabe 3. Erkältung

a) Lesen Sie den Dialog und notieren Sie sich Symptome einer Erkältung sowie Heilmittel bzw. Ratschläge, die im Gespräch genannt werden.

Ingrid. Was hast du? Was ist mit dir, Eva? Du siehst aber schlecht aus!

Eva. Ehrlich gesagt, fühle ich mich heute ganz und gar nicht wohl, Ingrid. Bestimmt habe ich mich gestern erkältet. Ich war einkaufen und als ich nach Hause ging, wurde ich von einem Regenguss überrascht und war im Nu völlig nass, bis auf die Haut.

Ingrid. Hast du denn schon deine Temperatur gemessen? Lass doch mal den Puls fühlen! Hm, 100! Das ist wirklich ein bisschen viel.

Eva. Ich spüre es ja selbst, wie mein Herz bis zum Hals schlägt. Erhöhte Temperatur habe ich bestimmt. Und diese wahnsinnigen Kopfschmerzen! Das Schlucken macht mir zwar auch Schwierigkeiten, aber da habe ich noch ein paar Hustenbonbons.

Ingrid. Das beste ist, wir messen die Temperatur, dann machst du ein Fußbad und legst dich hin. Hast du Appetit?

Eva. Überhaupt nicht. Ans Essen darf ich gar nicht denken, da wird mir gleich übel.

Ingrid. Aber vielleicht hilft heiße Zitrone mit Honig? Das kann keinesfalls schaden.

Eva. Und wie mache ich das?

Ingrid. Du nimmst eine Zitrone, presst sie aus und gießt sie mit heißem Wasser auf. Hier habe ich übrigens fiebersenkende Tabletten. Aber natürlich ist es besser, wenn du zum Arzt gehst.

Eva. Ach, wegen so einer leichten Erkältung werde ich doch nicht gleich zum Arzt rennen. Sicher ist morgen alles wieder in Ordnung. Ich packe mich warm ein, mache eine Schwitzkur, dann geht es auch ohne Doktor.

Ingrid. Du solltest so etwas nicht auf die leichte Schulter nehmen! Schnell kann da noch eine Lungenentzündung hinzukommen, und dann ist das nicht mit einer Schwitzpackung erledigt.

Eva.: Na ja, du hast Recht. Ich werde, wenn es schlimmer wird, bestimmt zum Arzt gehen. Hier ist das Fieberthermometer. Kannst du erkennen, wie hoch das Fieber ist?

Ingrid.: Fast 39! Das habe ich fast vermutet. Also los, ins Bett und tüchtig schwitzen! Und morgen früh sehen wir weiter.

b) Übernehmen Sie die Rolle von Eva und schreiben Sie einen Brief an Ihre Eltern.

c) Sehen Sie sich die folgenden Bilder an. Bestimmen Sie, um welche Ursachen der Erkältung es hier geht.



d) Denken Sie zu den Bildern eine Geschichte aus und präsentieren Sie diese in der Gruppe.

e) Welche Symptome haben Sie, wenn Sie erkältet sind. Erzählen Sie, was Sie machen, wenn Sie sich erkältet fühlen.

Aufgabe 4. Erkältung und Grippe

a) Was wissen Sie schon über dieses Thema? Sammeln und präsentieren Sie Ihre Informationen.

b) Lesen Sie den folgenden Text, fassen Sie danach den Inhalt kurz (8-9 Sätze) zusammen.

Erkältung und Grippe gehören zu den am häufigsten auftretenden Krankheiten. Beide Erkrankungen zeigen anfänglich ähnliche Symptome, eine Grippe kann aber im Vergleich zur Erkältung tödliche Folgen haben. Zwischen Erkältung und Grippe besteht für die meisten Menschen kein Unterschied. Dabei ist der gewaltig. Unterschiede zwischen Erkältung und Grippe bestehen überall: Erreger, Übertragungswege, Risikogruppen und Vorgänge im Körper.

Grippe ist eine ernsthafte Erkrankung. Sie zählt zu den lebensgefährlichen Krankheiten. Jahr für Jahr fordert sie in den Herbst- und Wintermonaten Tausende von Opfern. Typisch für eine Grippe ist sehr starkes Fieber, mit schwerem Krankheitsgefühl, Augendruck, Frösteln, Schwindel. Sie geht mit einer erheblichen Entkräftung der Kranken sowie starken Kopf- und Gliederschmerzen. Komplikationen wie Lungenentzündungen sind oft und können lebensgefährlich sein. Schutz bietet allein die Impfung. Die heute verwendeten Grippeimpfstoffe sind gut verträglich und nebenwirkungsarm. Der Impfschutz beginnt nach einer Woche und ist nach zwei Wochen vollständig. Eine Grippeimpfung des Vorjahres schützt nicht sicher gegen die Viren, die jedes Jahr im Winter erwartet werden.

Eine Erkältung hingegen ist keine Grippe. Sie wird zwar wie die Grippe durch Viren verursacht, hat aber nicht so dramatische Auswirkungen. Alleine das Wort Erkältung deutet bereits darauf hin, dass Kälte etwas mit der Erkrankung zu tun hat. Tatsächlich treten Erkältungen in der kalten Jahreszeit häufiger als im Sommer auf. Die Erklärung dafür ist ganz einfach: Viren verbreiten sich im Winter besonders schnell. Die Menschen halten sich mehr in beheizten und schlecht belüfteten Räumen auf, es gibt weniger Sonnenlicht, das Viren abtötet.

Auch wenn Erkältungen im Sommer seltener vorkommen, lästig sind sie auf jeden Fall. In den warmen Monaten begünstigen Klimaanlage in Büroräumen oder Flugzeugen die Virenvermehrung.

Erkältungen melden sich im Allgemeinen durch Kratzen und Brennen im Hals. Das Schlucken wird immer schmerzhafter und die Stimme klingt heiser. Heiserkeit und Halsschmerzen sind die spürbaren Zeichen dafür, dass Krankheitserreger die körpereigene Abwehrbarriere überwunden haben. Das zweite typische Erkältungssymptom ist ein ausgeprägter Schnupfen: Die Nase „läuft“. Husten, Kopf-,

Glieder- und Halsschmerzen sind häufig, in der Regel aber gar nicht so intensiv, wie bei einer Grippe. Leichtes Fieber kann auftreten.

Ein Patentrezept gegen eine so banale Infektionskrankheit wie Erkältung zu finden, ist schwierig. Das hängt damit zusammen, dass es „das Erkältungsvirus“ nicht gibt. Mindestens 100 (vielleicht auch mehr) verschiedene Erreger führen bei jeder Erkältung unser Immunsystem im wahrsten Sinne des Wortes an der Nase herum. Bei dieser Vielzahl der „Gesichter“ sind die Abwehrkräfte machtlos und brauchen in der Regel eine Woche, um die Oberhand zu gewinnen und die Vermehrung der Viren zu stoppen. D.h., bis alle Symptome wieder abgeklungen sind, kann durchaus mehr als eine Woche vergehen.

Leider gibt es bis heute noch keine richtige Möglichkeit, das Auftreten einer Erkältung zu verhindern oder die Dauer einer Erkältung zu beeinflussen.

Wenn in den nasskalten Herbst- und Wintermonaten die Erkältungsviren Hochsaison haben, sollten bestimmte Präparate in der Hausapotheke nicht fehlen. Mittel gegen Halsschmerzen gehören in jede Hausapotheke wie z.B. spezielle Lutschtabletten und Sprays gegen Halsschmerzen. Sie lindern nicht nur rasch die Beschwerden, sondern können auch das Ausbreiten der Krankheitserreger bremsen und damit einer „handfesten“ Erkältung vorbeugen. Empfehlenswert sind auch Gurgellösungen.

Eine Erkältung kann man mit Hausmitteln bekämpfen: Viel trinken, heiße Bäder mit Teebaumöl, feuchte und warme Umschläge, heiße Fußbäder, Inhalationen, Erkältungstees oder Kräutertees, heiße Milch mit Honig, Vitamine, täglich mehrmals kräftig durchlüften, ätherische Öle.

c) Vervollständigen Sie die Sätze, indem Sie die Informationen aus dem Text verwenden.

1. Die Menschheit kennt zwei Krankheiten, die 2. Grippe ist eine ernsthafte Erkrankung, weil 3. Die Impfung ist heute nicht gefährlich, weil 4. Im Winter ist es viel leichter sich eine Erkältung zuzuziehen, weil 5. Moderne Annehmlichkeiten können zur Erkältung auch beitragen, weil 6. Man braucht durchaus mehr als eine Woche, bis alle Symptome der Erkältung wieder abgeklungen sind, weil 7. Heiserkeit und Halsschmerzen sind 8. Der Hals reagiert auf die Viren so: 9. Die Erkältung kann man mit erprobten und bewährten Hausmitteln bekämpfen: 10. Gurgellösungen sind schon deswegen empfehlenswert, weil

d) Finden Sie deutsche Äquivalente im Text für die folgenden Wörter und Redewendungen. Bilden Sie damit Ihre eigenen Sätze (nicht aus dem Text).

Чаще всего встречающиеся болезни, причисляться к опасным заболеваниям, угрожающий жизни, болезненное самочувствие, озноб, головокружение, значительное ослабление больного, хорошо переносимый и без побочных действий, быть в тягость, благоприятствовать распространению вирусов,

облегчать, ярко выраженный насморк, превосходный рецепт, водить за нос иммунную систему, царапание и жжение в горле.

e) Füllen Sie stichwortartig die Tabelle anhand des Textes und vergleichen Sie die Ergebnisse. Stellen Sie fest, was ähnlich und was unterschiedlich ist.

	Erreger	Übertra- gungswege	Risiko- gruppen	Vorgänge im Körper/ Symptome	Behandlung und Heilmittel	Schutz
Grippe						
Erkältung						

f) Übernehmen Sie die Rolle eines Facharztes und erzählen Sie über eine der Krankheiten.

Aufgabe 5. Kopfschmerzen

a) Lesen Sie den folgenden Text. Bestimmen Sie Schlüsselwörter.



Wenn der Schädel brummt

¹ „Wenn der Schädel brummt“, dann ist man einfach ungenießbar. Die Konzentration lässt nach, alles ist einfach zuviel. Jeder Mensch leidet ab und zu an Kopfschmerzen – aber wenn der Schmerzmittelgebrauch zur Gewohnheit wird, dann sollte man nach den Ursachen forschen!

⁵ Man unterscheidet Kopfschmerzen nach der Art (stechend, pochend, dumpf usw.), nach dem Ort (Hinterkopf, Augenbereich, beidseitig, einseitig usw.), nach Begleitsymptomen (Schwindel, Übelkeit, Lichtempfindlichkeit usw.) und dem Zeitpunkt des Auftretens (bei der Arbeit, am Wochenende, vor dem Besuch der Schwiegermutter usw.). Auch Kinder können unter Kopfschmerzen leiden. Oft ¹⁰ treten sie bei fieberhaften Erkältungskrankheiten auf, aber auch bei den gefährlichen Krankheiten. Es gibt verschiedene Arten von Kopfschmerzen. Die wichtigste und häufigste Form ist der Spannungskopfschmerz. Aber da gibt es noch Migräne, Neuralgie und Kopfschmerzen, die durch andere Gründe (Gehirnerschütterung usw.) hervorgerufen werden. Auch Medikamente können ¹⁵ zu solchen Beschwerden führen. Man darf aber auch nicht vergessen, dass es auch ganz physiologischen Kopfschmerz gibt, z. B. bei wenig Schlaf, bei überlasteten Augen (falsche Brille, Bildschirmarbeit), bei beruflichem Stress, Überforderung usw. Auch wenn man nicht richtig sieht, also schielt, kurz- oder weitsichtig ist, können Kopfschmerzen auftreten. Bei Konflikten oder ²⁰ Schwierigkeiten in der Familie oder Umgebung können Leute darauf auch mit Kopfschmerzen reagieren. Alles in allem gibt es also ziemlich viele Möglichkeiten, den verhassten Kopfschmerz zu bekommen.

Aber zurück zum Spannungskopfschmerz: Wie der Name schon sagt, ist die

25 Ursache häufig eine Verspannung im Schulter- und Nackenbereich. Die Schmerzen können bis zu einer ganzen Woche, aber auch nur 30 Minuten dauern. Man kann das sofort mit einem Schmerzmittel bekämpfen oder aber versuchen, die Ursachen zu finden.

Massagen, Hypnose, Krankengymnastik oder auch Psychotherapie können gut helfen. Aber damit eines ganz klar ist: Natürlich helfen Schmerzmittel sehr gut
30 und können schnell Erleichterung verschaffen.

Aber man muss unbedingt zum Arzt, wenn das sehr starke oder gar immer stärker werdende Kopfschmerzen sind; oder wenn die Schmerzen nicht nachlassen oder immer wiederkehren; oder wenn die Schmerzen nach der Einnahme von Medikamenten auftreten; auch wenn das Kopfschmerzen nach
35 Kopfverletzungen (Schlag, Stoß, „Beule“) sind. In diesen Fällen kann der Arzt nach den Ursachen suchen, ein passendes Schmerzmittel verschreiben. Möglich sind auch seinerseits Empfehlungen für Entspannung.

Aber heute sucht man sehr selten einen Arzt auf, mit der Beschwerde „Kopfweg“. Da schreitet man zur Selbstbehandlung. Aber als Selbsthilfe, besser
40 gesagt, als Vorbeugung gilt dann:

- regelmäßiger Schlafrhythmus und genügender Schlaf,
- frische Raumluft,
- Stress vermeiden, bearbeiten und besiegen,
- regelmäßige Essgewohnheiten, auf genügend Vitamine achten,
- 45 – Sport treiben,
- Alkohol und Nikotin meiden,
- kalte Umschläge auf die schmerzenden Stellen,
- schwarzen Kaffee trinken (Koffein hilft!).

b) Welche Aussagen sind auf Grund des Textes richtig (r) oder falsch (f)? Notieren Sie dabei entsprechenden Zeilen.

- ☐ Bei Kopfschmerzen ist die Konzentration gering und alles reizt.
- ☐ Wenn man Schmerzmittel ständig gebraucht, dann sollte man schon gar keine Ursachen suchen.
- ☐ Kinder haben nie Kopfschmerzen.
- ☐ Es gibt nur eine Art der Kopfschmerzen.
- ☐ Von allen Arten von Kopfschmerzen tritt am häufigsten der Spannungskopfschmerz auf.
- ☐ Medikamente können keine Kopfschmerzen hervorrufen.
- ☐ Überforderungen bei der Arbeit strapazieren nicht nur das Nervensystem.
- ☐ Ein unangenehmer psychologischer Zustand kann Kopfschmerzen

r	f	Zeile

verursachen.

- o Kopfschmerzen sind heute so gewöhnlich geworden, dass man schon keinen Arzt braucht.

c) Erstellen Sie eine Mind-Map zum Text.

d) Beantworten Sie die Fragen zum Text.

1. Warum kann man Kopfschmerzen, wenn sie auftreten, einfach unbeachtet lassen?
2. Wie kann man Kopfschmerzen unterscheiden? 3. Welche Gründe haben physiologische Kopfschmerzen? 4. Wann müssen Sie mit den Kopfschmerzen unbedingt zum Arzt? 5. Was kann der Arzt gegen Kopfschmerzen tun? 6. Was kann als Selbsthilfe beim Kopfweh gelten?

e) Entscheiden Sie sich, ob Sie zum Arzt gehen müssen? Kreuzen Sie „ja“ oder „nein“ an, begründen Sie Ihre Antwort.

Sie haben Kopfschmerzen, weil Sie ...	ja	nein
a) die Treppe heruntergefallen sind.		
b) nicht gut geschlafen haben.		
c) kurzsichtig sind.		
d) gestern eine Party gefeiert haben.		
e) Urlaub im Himalaya machen.		
f) den ganzen Tag fernsehen.		
g) beim Fußballspielen hingefallen sind.		
h) lange in der Sonne gewesen sind.		
i) drei Stunden Trompete gespielt haben.		

f) Ergänzen Sie die Tabelle stichwortartig mit möglichst vielen Gründen, die Kopfschmerzen verursachen.

Auslöser von Kopfschmerzen	Ratschläge
Stress, Angst, Hunger	
Umweltbelastungen (Schadstoffe, Dämpfe, Lärm)	
starke körperliche Anstrengung	
Aufenthalt in großer Höhe (Urlaub in den Bergen)	
schlechtes Sehen	
...	

g) Ordnen Sie dann die Ratschläge den Auslösern zu. Fügen Sie Ihre eigenen Ratschläge hinzu.

- frische Luft und Schlaf in einem Raum, in dem nicht geraucht wird;
- Stress abbauen, Anspannung vermeiden, einfache körperliche Entspannung;

- Pfefferminzöl an die Stirn, die Schläfe, den Scheitel und Nacken;
- Gesichtsmassage oder Massage des Schulter-Nacken-Bereiches;
- schwarzer Kaffee;
- ...

h) Berichten Sie über sich selbst. Leiden Sie an Kopfschmerzen? Was verursacht sie? Was machen Sie, um die Kopfschmerzen zu vermeiden?

i) Was denken Sie, sind die Kopfschmerzen zu einer Zivilisationskrankheit geworden (d.h. Krankheit, die mit der Zivilisation und mit der dadurch bedingten Lebensweise verbunden ist)? Begründen Sie Ihre Meinung.

Aufgabe 6. ABC der häufigsten Krankheiten

a) Schreiben Sie aus dem Text alle Krankheitsnamen heraus. Nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform. Übersetzen Sie diese Substantive ins Russische.

Völlig entgehen kann Krankheiten niemand. Auch wenn Eltern alles tun, damit es ihren Kindern gut geht – ganz ohne krank zu werden, wird kein Kind groß. Der wichtigste Ansprechpartner ist dann der Arzt. Er bestimmt die Art der Behandlung und legt die Richtlinien fest. Hier sind die häufigsten Krankheiten.

Schnupfen beginnt meist mit einem Brennen und Kitzeln in der Nase. Gleichzeitig kommen oft Frösteln, Niesreiz und Kopfdruck hinzu. Die Augen tränen, die Nase ist verstopft. Schnupfen kann alleine auftreten oder zusammen mit anderen Beschwerden bei einer Erkältung oder Grippe. Gegen das „Laufen“ der Nase helfen keine Tabletten. Zu erkrankten Personen muss man aber Abstand halten und für ausreichende Luftfeuchtigkeit in geheizten Räumen sorgen.

Angina oder Mandelentzündung muss man immer ernst nehmen. Als Beschwerden treten Rötung, Kratzen und Schmerzen im Hals sowie Schluckbeschwerden auf. Bei einer Angina kommen geschwollene, gerötete oder vereiterte Mandeln dazu. Häufig ist das von Fieber begleitet. Angina wird mit Antibiotika behandelt. Die Medikamente nimmt man meist etwa zehn Tage ein, auch wenn das Fieber schon früher fällt und die Beschwerden abklingen. Man sollte viel trinken, Hals und Brust warm halten, aber nicht schwitzen. Im Winter muss man die Raumluft feucht halten. Gurgellösungen, Kamillen- oder Salbeiextrakte zum Spülen können helfen. Bei Schluckbeschwerden helfen Lutschtabletten oder Sprays. Bei häufigen Mandelentzündungen ist es sinnvoll, die Mandeln zu entfernen. Die Vorbeugung ist wie bei jeder Erkältungskrankheit.

Bei einer *Bronchitis* ist das Charakteristische ein trockener Husten. Wenn der Husten über Wochen anhält, spricht man von chronischem Husten. Häufige Ursachen sind Erkältung oder Grippe. Die Erkrankung beginnt meist mit Halsschmerzen, nach einem Tag wird daraus ein schmerzhafter, trockener Husten. Die Bronchitis verläuft unterschiedlich schwer: Einige bekommen nur trockenen Husten und etwas Fieber.

Anderen geht es so schlecht, dass sie ins Krankenhaus müssen. Was Sie tun können, ist: Viel trinken, ca. 2-4 Liter täglich, am besten Hustentees, -tropfen oder -tabletten einnehmen, Dampfbäder oder Inhalationen, z.B. mit Kamille, Wärme auf der Brust, Brust und Rücken mit Erkältungsbalsam einreiben. Als Vorbeugung gilt folgendes: Sich von Kranken fernhalten, nicht rauchen, für ausreichende Luftfeuchtigkeit sorgen. Es gibt auch ansteckende Krankheiten, die meist im Kindesalter auftreten. Die Kinder impft man gegen viele Kinderkrankheiten. Deshalb kommen einige dieser Krankheiten selten vor. Oft kommt es nach einmaliger Erkrankung zu lebenslanger Immunität.

Masern beginnen meist mit Schnupfen, Reizhusten, einer Bindehautentzündung und Fieber. Später treten „kalkspritzerartige“ Flecken im Mund auf.

Röteln beginnen oft mit leichten grippeartigen Symptomen. Dann treten kleine, hellrote Flecken auf, zunächst im Gesicht, später am ganzen Körper.

Mumps beginnt meist uncharakteristisch mit Unwohlsein und erhöhter Temperatur. Danach kommt es zu einer schmerzhaften Schwellung vor oder unter dem Ohr, zunächst einseitig, nach 1-3 Tagen beidseitig. Diese Erkrankung ist mit hohem Fieber verbunden. Es können Schmerzen beim Kauen auftreten.

Windpocken beginnen meist mit Kopf- und Gliederschmerzen und leichtem Fieber. Der Ausschlag tritt plötzlich am Körper, am Kopf und Gesicht auf. Meist verlaufen die Windpocken ohne Fieber. Kratzen sollte möglichst vermieden werden.

Bei all diesen Krankheiten sollte man Ansteckung von anderen Kindern vermeiden.

Bei *Gastritis* sind folgende Beschwerden im Vordergrund: Starker Magenschmerz oder Magenkrämpfe, Völlegefühl, Übelkeit, Erbrechen, Appetitlosigkeit, allgemeine Schwäche, Mundgeruch. Wenn diese Beschwerden auftreten, sollten Sie einen Arzt aufsuchen. Häufige Ursachen sind übermäßiger Alkoholkonsum, Medikamente, psychische, körperliche Belastungen. Man sollte 1-2 Tage Bettruhe halten. Fasten oder Schonkost beruhigen die Magenschmerzen. Mehrere kleine Mahlzeiten sind besser als wenige große. Tee, Tropfen oder Tabletten mit Kamille wirken beruhigend auf den Magen. Man sollte auf Rauchen, Alkohol- und Kaffeekonsum, scharf gewürzte Speisen, sowie extrem kalte oder heiße Getränke verzichten.

Bei *Gelbsucht* oder Leberentzündung kommt es zunächst zu grippeähnlichen Beschwerden. Hinzu kommen Schmerzen unter dem rechten Rippenbogen. Später tritt meist gelbliche Verfärbung des Augapfels und der Haut auf. Die Erkrankung wird durch verunreinigte Lebensmittel oder verunreinigtes Wasser übertragen. Die Gefahr ist in warmen Ländern besonders groß. Deshalb muss man bei Reisen in entsprechende Länder besondere Hygienemaßnahmen beim Essen, Trinken und auf Toiletten beachten. Seit kurzem ist es auch möglich, sich dagegen impfen zu lassen.

*AIDS*¹ ist die Abkürzung für einen englischen Ausdruck, das bedeutet erworbenes Immundefekt-Syndrom. Es handelt sich dabei um das letzte Stadium einer chronischen Infektion mit dem menschlichen Immundefekt-Virus. Das führt zu einer

Immunschwäche mit häufigen Infektionskrankheiten. Nach Ansteckung mit dem Virus kann bei einigen Erkrankten eine akute grippeähnliche Erkrankung (Fieber, Halsschmerzen, Muskel- und Gelenkschmerzen, Erbrechen, Kopfschmerzen u.a.) auftreten. Darauf folgt ein monate- bis jahrelanges Stadium. Erste Symptome, die zeigen, dass die Krankheit fortschreitet, können Infektionen, Durchfälle, Fieber oder Gewichtsverlust sein. Das letzte Stadium der Infektion entspricht der Krankheit AIDS. Der Arzt kann zunächst einen HIV²-Test durchführen. AIDS gilt bis jetzt als eine unheilbare Krankheit. Neben der Therapie gegen das Virus selbst sind vorbeugende Maßnahmen extrem wichtig: Einmalspritzen, eine monogame Beziehung. Im Alltag sollte man vermeiden, z.B. Rasierklingen, Zahnbürsten mit mehreren Personen zu teilen.

Diabetes (Zuckerkrankheit genannt) ist eine Art Stoffwechselstörung. Folgende Symptome können bei Diabetes auftreten: Übermäßiger Durst, Sehstörungen, Muskelkrämpfe, Gewichtsabnahme und Schwäche, Juckreiz, Störungen des Nervensystems. Als Diabetiker sollte man sich streng an die Anweisungen des Arztes halten. Speisen oder Getränke, die mit Zucker gesüßt sind, sollte man meiden. Zur Vorbeugung gilt folgendes: Normalgewicht halten bzw. Übergewicht reduzieren, sich körperlich betätigen, Alkohol nur in Maßen genießen.

¹das Aids [eidz]

²das HIV [ha:i:'fau]

b) Füllen Sie die Tabelle anhand des Textes aus.

Krankheit	Symptome	Selbsthilfe	Vorbeugung

c) Ordnen Sie die Krankheitsnamen den Beschreibungen zu.

Grippe, Diabetes, Niesen, Angina, Mumps, Blinddarmentzündung, Ohnmacht, AIDS, Husten, Schnupfen, Lungenentzündung, Windpocken, Sonnenstich, Bronchitis, Gelbsucht, Sonnenbrand.

1. Entzündung der Mandeln.
2. Entzündung in der Lunge.
3. Entzündung der Luftröhre.
4. Eine Infektionskrankheit in Form kleiner Flecken und Bläschen (meist im Kindesalter).
5. Eine Erkältungskrankheit, die mit Kopfschmerzen und Fieber verbunden ist.
6. Eine Krankheit, die die Funktion von Leber beeinflusst, bei dieser Krankheit verfärbt sich die Haut gelb.
7. Auf Deutsch heißt diese Krankheit „erworbener Mangel an Abwehrkraft“.
8. Vorübergehende Bewusstlosigkeit.
9. Starke Rötung oder Entzündung der Haut, die durch zu starke Einwirkung der Sonne hervorgerufen ist.
10. Entzündung der Nasenschleimhäute, was das Atmen durch die Nase behindert.
11. Eine Erkältungskrankheit, bei der man oft und stark hustet.
12. Eine Erkrankung, wenn man die Luft ruckartig und mit einem lauten Geräusch durch Nase und Mund ausstößt.
13. Eine Krankheit, bei der ein erhöhter

Blutzuckergehalt festgestellt wird. 14. Durch starke Sonnenbestrahlung verursachte Schwindel, Übelkeit, starke Kopfschmerzen. 15. Eine Krankheit mit Schwellung von Drüsen, dabei Probleme beim Schlucken, Fieber, Bauchschmerzen mit Erbrechen.

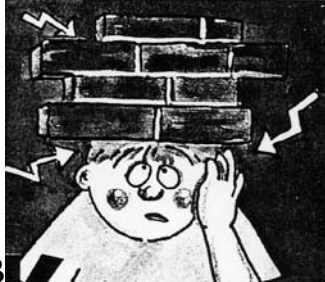
d) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

Насморк начинается со щекотания в носу. Затем добавляются озноб, чихание и головные боли, и, как говорится в народе, из носа потекло. Глаза слезятся, кажется, что нос полностью заложило. Плохое обоняние и отсутствие вкусовых ощущений (Geruchs- und Geschmackssinn) очень неприятны. Насморк часто сопровождает простуду или грипп. Имеется много причин насморка. Сухой воздух в помещении или переохлаждении способствуют насморку. Как правило, насморк проходит через несколько дней. Хроническим насморком часто страдают курильщики.

e) Um welche Krankheiten handelt es sich auf den Bildern? Begründen Sie kurz Ihre Entscheidung, indem Sie mögliche Symptome und Ursachen nennen.



A



B



C

f) Bilden Sie selbst 2-3 Krankheitsbeschreibungen, lassen Sie Ihre Studienkollegen raten, um welche Krankheiten es geht.

g) Rollenspiel „Ärztliche Beratung“.

Verteilen Sie die Rollen des Arztes und des Patienten. Stellen Sie sich vor, Sie haben einen Patienten, der an einer im Text beschriebenen Erkrankung leidet. Lassen Sie den Patienten die Symptome nennen und bestimmen Sie die Diagnose.

Aufgabe 8. Lesen Sie die Sprichwörter und Aussprüche zum Thema „Gesundheit“ und finden Sie russische Äquivalente dazu. Bilden Sie mit einem der Sprichwörter Kurzgeschichten (10-12 Sätze).

1. Dem Kranken und dem Gesunden schlagen ungleiche Stunden. 2. Die Gesunden und die Kranken haben ungleiche Gedanken. 3. Zu viel ist ungesund. 4. Den Kranken ärgert die Fliege an der Wand. 5. Es sind nicht alle krank, die ach und wehe schreien. 6. Krankheit kommt mit Extrapost und schleicht hinweg wie die Schnecken. (Krankheit kommt zu Pferde und geht zu Fuß weg.) 7. Die Erforschung der Krankheiten hat so große Fortschritte gemacht, dass es immer schwerer wird, einen Menschen zu finden, der völlig gesund ist.

THEMENBEREICH 2

BEIM ARZT

Aktiver Wortschatz

1	der Arzt, -es, die Ärzte den Arzt zum Kranken rufen, holen zum Arzt gehen der behandelnde Arzt	врач вызвать врача к больному идти к врачу лечащий врач
2	der Facharzt, -es, -ärzte der Allgemeinarzt der Internist, -en, -en der Hals-Nasen-Ohrenarzt (HNO-Arzt) [ha:ɛn'ʊ:] der Augenarzt der Hautarzt der Zahnarzt der Frauenarzt	врач-специалист врач общей практики (эквивалент участковому терапевту в Беларуси) врач по внутренним болезням отоларинголог окулист дерматолог дантист гинеколог
3	der Notfallarzt, -es, -ärzte Syn.: der Notarzt den Notarzt rufen	врач скорой помощи вызвать скорую помощь
4	der Krankenbesuch, -s, e	визит врача на дом
5	die Arztpraxis, -, -praxen in/bei der Arztpraxis anrufen (rief an, angerufen), h eine Arztpraxis aufsuchen	лечебно-профилактическое учреждение, где объединены несколько врачей-специалистов – более узкое понятие по сравнению с поликлиникой в Беларуси позвонить в поликлинику проконсультироваться в поликлинике
6	sich wenden (te, t/wandte, gewandt), h an j-n Akk. sich an einen Arzt wenden	обращаться к кому-л. обратиться к врачу
7	konsultieren (te, t), h j-n Akk. einen Arzt konsultieren Syn.: sich beraten lassen (ließ, lassen), h von j-m Dat. die Beratung, -, -en fachärztliche Beratung	проконсультироваться у кого-л. проконсультироваться у врача консультация консультация врача
8	der Termin, -s, -e einen Termin beim Arzt haben	запись на прием быть записанным к врачу

	Der Termin passt mir nicht. einen Termin bestimmen, versäumen, auf einen anderen Tag verschieben	Мне не подходит это время. назначить, пропустить, перенести прием на другой день
9	die Anmeldung, -, -en 1) ohne vorherige Anmeldung nach vorheriger Anmeldung 2) Zuerst müssen Sie in die Anmeldung gehen.	1) запись без предварительной записи по предварительной записи 2) регистратура Сначала Вам надо пройти в регистратуру.
10	das Wartezimmer, -s, - stundenlang im Wartezimmer herumsitzen	приемная сидеть часами в приемной
11	das Sprechzimmer, -s, -	врачебный кабинет
12	die Sprechstunde, -, (ohne Pl.) Sprechstunde haben Der Zahnarzt hat montags bis freitags von 9 bis 12 Sprechstunde. zu j-m Dat. in die Sprechstunde gehen/ kommen Kommen Sie bitte in meine Sprechstunde.	часы приема проводить прием Зубной врач принимает с понедельника по пятницу с 9 до 12. приходить на прием к кому-л. Приходите ко мне в часы приема.
13	die Arzthelferin, -, -nen Syn.: die Sprechstundenhilfe, -, -n	помощница врача (медицинская сестра)
14	der Patient, -en, -en [pa'tʃiənt] Ich bin Patient bei Dr. Beck.	пациент Я пациент доктора Бэка.
15	die Krankenakte, -, -n Syn.: die Krankenkarte, -, -n	карточка больного
16	klagen (te, t), h über etw. Akk. über Kopfschmerzen klagen Syn.: sich beschweren (te, t), h über etw. Akk. die Beschwerde, -, -n (nur Pl.) Schluckbeschwerden	жаловаться на что-л. жаловаться на головные боли жалобы затрудненное глотание
17	untersuchen (te, t), h j-n/etw. Akk. einen Patienten sorgfältig, gründlich, oberflächlich untersuchen sich ärztlich untersuchen lassen (ließ, lassen), h die Untersuchung, -, -en	обследовать кого-л./что-л. обследовать пациента тщательно, основательно, поверхностно пройти врачебное обследование обследование
18	der Puls, -es, -e Wie ist der Puls?	пульс Какой пульс?

	Der Puls geht ruhig, langsam, schnell. den Puls fühlen (te, t), h j-m Dat.	Пульс спокойный, медленный, быстрый. щупать пульс у кого-л.
19	der Oberkörper, -s, - den Oberkörper frei machen	верхняя часть туловища раздеться до пояса
20	abhorchen (te, t), h etw. Akk. das Herz und die Lunge abhorchen	выслушивать выслушивать сердце и легкие
21	die Blutprobe, -, -n eine Blutprobe bei j-m Dat. machen	анализ крови делать анализ крови кому-л.
22	die Röntgenaufnahme, -, -n	рентген
23	die Diagnose, -, -n die Diagnose bestimmen (te, t), h auf etw. Akk. auf der Diagnose bestehen (bestand, bestanden), h eine richtige, falsche Diagnose	диагноз ставить диагноз настаивать на диагнозе правильный, неправильный диагноз
24	krank schreiben (schrieb, geschrieben), h j-n Akk. Sein Hausarzt hat ihn für eine Woche krank geschrieben. <i>Ant.:</i> gesund schreiben (schrieb, geschrieben), h j-n Akk.	выдать больничный лист Участковый врач выписал ему больничный на неделю. закрыть больничный лист (<i>только наша реалья</i>)
25	die Bescheinigung, -, -en eine Bescheinigung ausstellen, vorlegen	медицинская справка выписать, предъявить справку
26	behandeln (te, t), h j-n/etw. Akk. mit etw. Dat. den Schnupfen mit Tropfen behandeln <i>Syn.:</i> heilen (te, t), h j-n/etw. Akk. mit etw. Dat./durch etw. Akk. den Patienten von seiner Krankheit mit einem neuen Medikament heilen sich ärztlich behandeln lassen	лечить кого-л./что-л. чем-л. лечить насморк каплями лечить пациента/больного новым лекарством лечиться у врача
27	die Behandlung, -, -en von etw./j-m Dat. <i>Syn.:</i> die Therapie, -, -n eine ambulante, stationäre Behandlung die Selbstbehandlung, -, (ohne Pl.)	лечение кого-л./чего-л. амбулаторное, стационарное лечение самолечение
28	verordnen (te, t), h j-m Dat. etw. Akk. <i>Syn.:</i> verschreiben (verschrieb, verschrieben), h dem Patienten ein Medikament, eine	назначить/прописать кому-л. что-л. прописать пациенту лекарство,

	Kur, Diät, eine Brille verordnen die Verordnung, -, -en ärztliche Verordnungen befolgen	лечение, диету, очки назначение следовать назначениям врача
29	das Rezept, -es, -e ein Rezept ausschreiben/ausstellen das Mittel nach dem Rezept in der Apotheke holen	рецепт выписывать рецепт кому-л. забрать/получить лекарство по рецепту в аптеке
30	rezeptpflichtig Syn.: nur auf Rezept Ant.: rezeptfrei Dieses Medikament kann man rezeptfrei bekommen.	отпускаемый только по рецепту отпускаемый без рецепта Это лекарство можно получить без рецепта.
31	die Apotheke, -, n Welche Apotheke hat Nachtdienst?	аптека Какая аптека является дежурной ночью?
32	die Spritze, -, -en j-m Dat. eine Spritze geben/machen	укол сделать укол
33	gurgeln (te, t), h etw. Akk. mit etw. Dat. mit Kamille gurgeln	полоскать что-л. чем-л. (всегда имеется в виду горло) полоскать ромашкой
34	der Umschlag, -s, Umschläge Syn.: der Wickel, -s, - feuchter, heißer, kalter Umschlag Halsumschläge machen	компресс мокрый, горячий, холодный компресс делать компрессы на горло
35	die Bettruhe, -, (ohne Pl.) drei Wochen Bettruhe einhalten Syn.: das Bett hüten (te, t), h Der Arzt hat ihm strenge Bettruhe verordnet.	постельный режим соблюдать 3 недели постельный режим Врач прописал ему строгий постельный режим.
36	die Arznei, -, -en gegen/für etw. Akk. Syn.: die Medizin, -, -en/das Medikament, -es, -e/das Heilmittel, -s, - eine Arznei einnehmen (nahm ein, eingenommen), h	лекарство от чего-л. принимать лекарство
37	die Salbe, -, -n Salbe auftragen/mit Salbe einreiben	мазь наносить мазь
38	die Tablette, -, -n	таблетка
39	die Mixtur, -, -en	микстура
40	der Sirup, -s, -e	сироп
41	der/das Hustenbonbon, -s, -s Syn.: die Hustenpastille, -, en	(леденцовая) карамель от кашля

42	die Naturheilkunde, -, (ohne Pl)	народная медицина
43	die Komplikation, -, -en ohne Komplikationen verlaufen Komplikationen bekommen	осложнение протекать без осложнений получить осложнения
44	das Krankenhaus, -es, -häuser Syn.: die Klinik, -, -en j-n Akk. ins Krankenhaus einliefern (te, t), h im Krankenhaus liegen j-n Akk. aus dem Krankenhaus entlassen (entließ, entlassen), h	больница поместить кого-л. в больницу (по скорой помощи) лежать в больнице выписать кого-л. из больницы
45	operieren (te, t), h 1) j-n Akk. an etw. Dat. einen Patienten am Magen operieren 2) etw. Akk. den Tumor operieren die Operation, -, -en eine schwere, komplizierte Operation eine Operation (gut) überstehen	оперировать 1) делать кому-л. операцию на чем-л. делать пациенту операцию на желудке 2) оперировать что-л. оперировать опухоль операция тяжелая, сложная операция (хорошо) перенести операцию
46	die Erleichterung, -, -en Erleichterung fühlen j-m Dat. Erleichterung bringen	облегчение чувствовать облегчение принести кому-л. облегчение
47	sich bessern (te, t), h Der (Gesundheits)Zustand bessert sich. die Besserung, -, (ohne Pl.) Gute Besserung!	улучшаться Состояние (здоровья) улучшается. выздоровление, поправка Поправляйтесь!
48	heilen (te, t), s Die Wunde heilt schnell. Syn.: ausheilen	вылечиваться, поправляться Рана заживает быстро.
49	genesen (genas, genesen), s Syn.: gesund werden nach/von einer Krankheit genesen die Genesung, -, -en auf dem Weg der Genesung/Besserung sein	выздороветь выздороветь после/от болезни выздоровление выздоровливать/поправляться

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Врач, лечащий врач, консультация, пульс, врач-специалист, поликлиника, регистратура, жалобы, запись на прием к врачу, участковый терапевт, карточка больного, медицинская сестра, часы приема, затрудненное глотание, обследование, верхняя часть туловища, диагноз, облегчение, анализ крови, больница, рентген, лекарство, самолечение, назначение, карамель от кашля, рецепт, выздоровление, народная медицина, лечащий врач, осложнение, постельный режим, компресс, мазь, врачебный кабинет.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Жаловаться на что-л., идти к врачу, проводить прием, направить в больницу, выслушивать, выздороветь, выдать больничный лист, проконсультироваться у кого-л., лечить кого-л./что-л. чем-л., закрыть больничный лист, прописать кому-л. что-л., обследовать, обращаться к кому-л., выписать из больницы, протекать без осложнений, улучшаться, делать кому-л. операцию на чем-л.

Aufgabe 3. Setzen Sie in die Lücken fehlende Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Sie sah krank aus, sie sollte sich ... Arzt wenden. 2. Die Patienten gehen vor der Behandlung ... Anmeldung. 3. Er klagt oft ... Kopfschmerzen. 4. Viele Sportler müssen sich oft ... Knie operieren lassen. 5. Nächste Woche gehe ich ... Arzt ... Sprechstunde. 6. Der Arzt sollte dir etwas ... deinen Husten verordnen. 7. Die geschwollene Stelle muss man dreimal täglich ... Salbe einreiben. 8. Ich komme morgen etwas später zur Arbeit, denn ich habe einen Termin ... Arzt. 9. Leider muss man die ärztliche Beratung ... einen anderen Tag verschieben, da die Ergebnisse der Blutprobe noch nicht vorliegen. 10. Kommen Sie bitte ... meine Sprechstunde! 11. Dem Arzt fehlt es an Erfahrung in der Behandlung ... Zuckerkranken. 12. Die ärztliche Diagnose wird ... Lungenentzündung bestimmt. 13. Den Patienten kann man ... seiner Krankheit ... neuen Medikament heilen. 14. Bei Schluckbeschwerden gurgelt man ... Kamille. 15. Die Behandlung beim Arzt ist nur ... vorheriger Anmeldung möglich. 16. Ich musste das verordnete Mittel ... der Apotheke holen. 17. Die Befunde zeigen, dass sie ... Wege der Genesung ist. 18. Nun bin ich ... einer langen Krankheit genesen.

Aufgabe 4. Ersetzen Sie die kursiv markierten Vokabeln/Wortgruppen durch Synonyme.

1. Man hat Angst, dass der Kranke nicht mehr richtig *genesen* kann. 2. Die Frau muss umgehend in eine *Klinik*. 3. Die junge Dame ist durch das tägliche Bad im Meer rasch *gesund geworden*. 4. Du sollst 2 Wochen *Bettruhe einhalten*. 5. Viele

Patienten wurden *mit* dieser *Arznei* *geheilt*. 6. Man *beschwert sich* oft über Kopfschmerzen. 7. Der Arzt bestimmte schnell eine Grippe und *verschrieb* eine Kur. 8. Sie bewirbt sich um einen Ausbildungsplatz als *Arzthelferin*. 9. Ärzte sollten moderne *Medikamente* *verordnen*. 10. Diese *Therapie* hilft nur jedem zehnten Patienten. 11. Der *Wickel* bleibt etwa für eine Stunde und man kann das sechsmal täglich anwenden. 12. Dieses *Heilmittel* gibt es *nur auf Rezept*.

Aufgabe 5. Gebrauchen Sie die Verben *heilen* oder *ausheilen* im Perfekt.

1. Heute weiß ich, dass die Zeit sehr vieles 2. Sie ... sich im Kurort. 3. Die Salbe ... wirklich. 4. Normalerweise ... diese Verletzungen viel schlechter. 5. Er ... sein Leiden durch eine bestimmte Lebensweise. 6. Eine bis zwei Wochen wird die Lunge jetzt 7. Die Lungenentzündung 8. Die Wunde ... gut. 9. Erst einmal ... der Oberkiefer. 10. Sie ... und erst dann wird aus dem Krankenhaus entlassen. 11. Der Arzt ... den Patienten. 12. Viele ... sich vornehmlich selbst. 13. Er ... durch die Kur. 14. Heilgymnastik klingt gut, sie ... ja wohl.

Aufgabe 6. Finden Sie für jedes Substantiv passende Entsprechung.

- | | |
|---------------------------|---|
| 1) die Diagnose | a) schriftliche Anweisung des Arztes an den Apotheker zur Abgabe oder Herstellung bestimmter Arzneimittel |
| 2) das Wartezimmer | b) Als Arzt schriftlich bestätigen, dass jemand auf Grund einer Krankheit arbeitsunfähig ist |
| 3) die Anmeldung | c) Erkennung einer Krankheit nach ihren Merkmalen |
| 4) die Sprechstundenhilfe | d) das Zimmer in einer Arztpraxis, in dem sich Wartende aufhalten können |
| 5) die Behandlung | e) der Raum, in dem man sich anmeldet |
| 6) die Sprechstunde | f) Angestellte, die dem Arzt in der Praxis hilft, Instrumente und Patientenkartei betreut |
| 7) Gesund schreiben | g) Zeit, wenn man einen Arzt zur Konsultation aufsuchen kann und in der er Behandlungen vornimmt |
| 8) das Rezept | h) Therapie |
| 9) der Krankenbesuch | i) Tätigkeitsbereich und Räume eines Arztes |
| 10) krank schreiben | j) die Arbeitsfähigkeit schriftlich bescheinigen |
| 11) die Arztpraxis | k) Besuch bei einem Kranken |

Aufgabe 7. Wählen Sie das richtige Wort aus, setzen Sie es ein und achten Sie auf den Artikelgebrauch.

Bescheinigung, Rezept, Behandlung, Untersuchung, Diagnose, Komplikation, Sprechstunde, Facharzt, Operation, Krankenkarte

1. Nach diesem ... holen Sie die Arznei in der Apotheke. 2. Holen Sie zuerst Ihre ... in der Anmeldung, dann gehen Sie in 3. Der kranke Student bekommt vom Arzt ... für die Uni. 4. Der Zahnarzt hat gesagt, dass meine Krankheit eine

komplizierte Sache ist. Die ... wird mehrere Wochen dauern. 5. Wenn dir dein Hausarzt nicht helfen kann, warum gehst du nicht mal zum Spezialisten? Ich kenne einen sehr guten ... für innere Medizin. 6. Nach einem Blick auf das kranke Bein bestimmte der erfahrene Chirurg 7. Grippe kann einige ... zur Folge haben. 8. In diesem Fall ist eine gründliche ... notwendig. 9. Der Patient hat bei der ... sehr viel Blut verloren.

Aufgabe 8. Ergänzen Sie Substantive mit passenden Adjektiven. Bilden Sie Sätze damit.

Behandlung, Anmeldung, Verordnung, Diagnose, Beratung, Untersuchung, Arznei.

Aufgabe 9. Ergänzen Sie die Wörter/Wortgruppen durch passende Verben. Bilden Sie kurze Sätze mit den Wortverbindungen.

1) Nach/von einer Krankheit ... , 2) einen Arzt ... , 3) zum Kranken ... , 4) bei der Arztpraxis ... , 5) einen Termin ... , 6) in die Sprechstunde ... , 7) das Rezept ... , 8) im Wartezimmer ... , 9) den Schnupfen mit Tropfen ... , 10) mit Kamille ... , 11) die Diagnose auf Angina ... , 12) den Kranken von seiner Krankheit mit einem Medikament ... , 13) das Mittel in der Apotheke ... , 14) eine Bescheinigung ... , 15) eine Brille ... , 16) mit der Salbe ... , 17) aus dem Krankenhaus

Aufgabe 10. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. У него болят глаза, поэтому он должен записаться на прием к главному врачу. 2. У меня сегодня талон к хирургу. 3. Врач назначил больному строгую диету. 4. Только врач-специалист может порекомендовать тебе эффективное средство от головной боли. 5. Твой знакомый должен бросить курить, так как он часто жалуется на боли в сердце. 6. Я сейчас позвоню в поликлинику. 7. Не относитесь к этому заболеванию слишком легкомысленно. Вам нужно обследоваться у врача, он назначит необходимое лечение. 8. Если Вы порезали палец, у вас болит горло или вы поранились, не всегда нужно обращаться к врачу. Можно использовать народные средства. 9. Рентген ничего не показал. Еще я сделал анализ крови, результат меня обрадовал: я здоров! 10. Когда я был на приеме у врача, медсестра измерила мне давление и температуру, а потом врач выписал мне справку для университета. 11. Лечащий врач сделал запись в карточку о состоянии больного. 12. Самолечение очень опасно, так как оно может привести к осложнениям. 13. В последнее время она страдает головными болями. Ее лечащий врач полагает, что она переутомляется и ей не хватает витаминов. Это показало и врачебное обследование. 14. Чтобы получить талон к врачу, Вам надо пройти в регистратуру. Без предварительной записи врач не принимает. 15. Очень хорошо, что многие лекарства отпускаются только по рецепту.

Aufgabe 11. Erklären Sie.

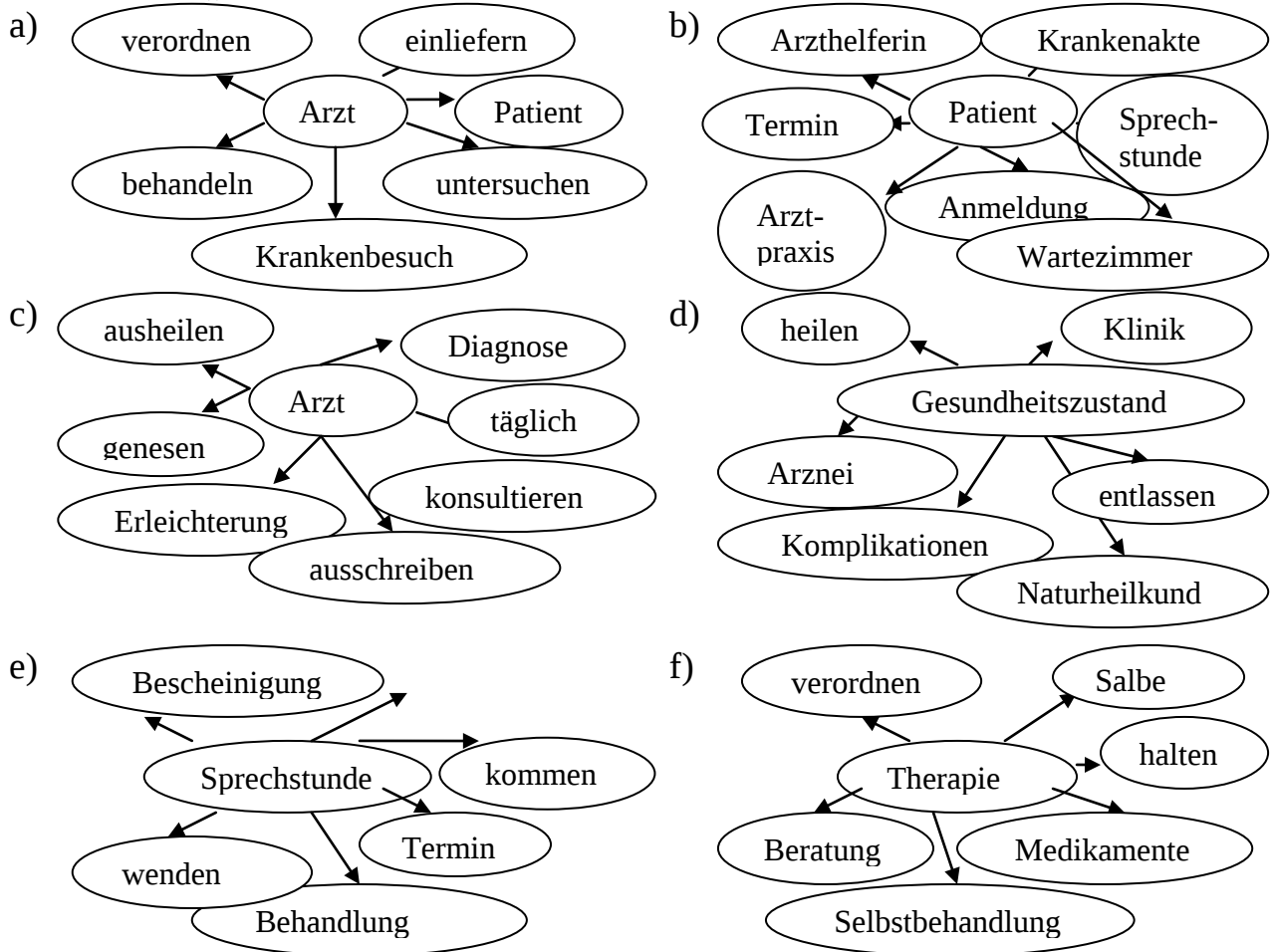
a) Was behandeln die folgenden Fachärzte?

Der Internist, HNO-Arzt, Augenarzt, Hautarzt, Notarzt, Zahnarzt, Allgemeinarzt.

b) Was bedeuten die folgenden Begriffe?

Beratung, Sprechstunde, Naturheilkunde, Genesung, Komplikation, Bettruhe, Rezept.

Aufgabe 12. Bilden Sie anhand folgender Assoziogramme kurze Situationen zum Thema „Beim Arzt“.



Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenz

Aufgabe 1. Beim Arzt in der Studentenpoliklinik

a) Lesen Sie den Text durch und notieren Sie Wörter und Wortgruppen, die den Etappen des Praxisbesuches entsprechen.

Krank	Anmeldung	Wartezimmer	Untersuchung	Verordnungen	Genesung
-------	-----------	-------------	--------------	--------------	----------

werden					

Peter stand heute mit heftigem Husten und Schnupfen auf. Schon in der letzten Nacht hatte er sehr schlecht geschlafen, weil ihn der Husten so plagte. Wahrscheinlich hat sich Peter erkältet. Er war gestern trotz des schlechten Wetters viele Stunden durch die Stadt gelaufen.

Viktor gab ihm ein Fieberthermometer, um die Temperatur zu messen. Peter lag im Bett, sein Gesicht war gerötet, er hatte fiebrige Augen. Nach zehn Minuten nahm ihm Viktor das Thermometer ab, das 37,5 anzeigte, also erhöhte Temperatur.

Viktor wollte einen Arzt rufen, aber Peter wollte selbst zur Poliklinik gehen. Er bat Viktor, sich telefonisch nach der Sprechstunde des Arztes zu erkundigen. Um halb 12 ging Peter zur Poliklinik, die nicht weit vom Studentenheim lag.

In der Poliklinik sah Peter an der Wand eine große Tafel mit der Sprechstunde der praktizierenden Ärzte. Peter ging zum Zimmer 5. Im Wartezimmer saßen schon einige Patienten. Nach etwa einer halben Stunde betrat Peter das Behandlungszimmer. Der Arzt begrüßte den Patienten freundlich und erkundigte sich nach seinen Beschwerden, dabei ließ er Peter über die Symptome seiner Erkrankung berichten. Dann ließ er ihn den Oberkörper freimachen und untersuchte ihn gründlich. Er horchte das Herz und die Lunge ab, sah sich die Zunge und die Mandeln an. Der Arzt stellte fest, dass sich Peter eine Grippe zugezogen hatte, die er aber nicht auf die leichte Schulter nehmen sollte. Peter sollte alle Verordnungen des Arztes genau befolgen, sonst kann sogar eine leichte Erkältung zu Komplikationen führen. Er sollte einige Tage das Bett hüten. Der Arzt verschrieb dem Kranken Tabletten gegen Halsschmerzen und Fieber. Mit dem verschriebenen Hustenbalsam sollte Peter abends die Brust gründlich einreiben und mit einem angewärmten Tuch bedecken, damit sich der Husten löst.

Peter bedankte sich bei dem Arzt für die gründliche Behandlung und nahm die Rezepte, um die Medikamente in der Apotheke zu holen. Zu Hause nahm Peter gleich die Tabletten ein und legte sich hin. Am Abend rieb er seine Brust mit dem Balsam ein und legte ein angewärmtes Tuch darauf so, wie der Arzt das empfohlen hatte. Am nächsten Morgen verspürte Peter schon Besserung. Die Temperatur war wieder normal. Auch der Husten hatte sich schon gelockert. Peter blieb aber trotzdem noch im Bett und befolgte alle Verordnungen des Arztes. Nach einer Woche schrieb ihn der Arzt gesund.

b) Übernehmen Sie die Rolle von Peter und erzählen Sie über seine Krankheit anhand der ausgefüllten Tabelle.

c) Vergleichen Sie Peter's Erfahrung beim Arzt mit der Ihrigen: Waren Sie schon in der Studentenpoliklinik? Wie läuft das ab?

Aufgabe 2. Ein Praxisbesuch in Deutschland

a) Lesen Sie den Text. Finden Sie im Text folgende Begriffe, übersetzen Sie diese ins Russische und geben Sie kurze Definitionen.

<i>Bestellsystem, Wartezeit, Rechnung, individuelle Leistungen, Versicherung,</i>

Anna Mariano fühlt sich krank und möchte zum Arzt. Sie hat seit einigen Tagen starke Kopfschmerzen. Nun hat sie auch noch Fieber bekommen. Sie überlegt: Welcher Arzt ist dafür zuständig? Sie kann frei wählen, zu welchem Arzt sie gehen möchte. Sie entscheidet sich für einen Internisten und sucht die Nummer heraus.

In jeder Arztpraxis arbeitet man mit einem Bestellsystem. Warum? Ganz einfach, man findet es nicht gut, wenn Besucher lange warten müssen. Man lässt sich daher für die Sprechstunde telefonisch einen Termin geben. Durch das Bestellsystem gelingt es, die Wartezeiten in der Regel gering zu halten. Man muss ein kurzes Stichwort über den Grund des Besuchs sagen, dann kann man den entsprechenden Termin reservieren.

„Guten Tag, hier ist Anna Mariano“, meldet sie sich am Telefon, „ich hätte gern einen Termin bei Herrn Dr. Stevens.“ „Dr. Stevens hat erst am Donnerstag Nachmittag um 15 Uhr 30 noch einen Termin frei,“ sagt die Sprechstundenhilfe. „Ja, gut, der Termin passt mir. Vielen Dank, auf Wiederhören“.

Am Donnerstag Nachmittag kommt Anna in die Praxis. Sie geht erst zur Anmeldung: „Ich habe um 15 Uhr 30 bei Herrn Dr. Stevens einen Termin“. „Wie ist Ihr Name?“ fragt die Sprechstundenhilfe. „Mariano, Anna Mariano;“ sagt sie.

„Ihre Versicherungskarte, bitte!“ Anna Mariano gibt der Sprechstundenhilfe das Kärtchen von ihrer Versicherung. Sie ist bei der AOK¹ versichert. Die Rechnungen werden an die Krankenkasse geliefert. Es gibt aber eine Reihe von Leistungen, die der Patient selbst bezahlt. Sie heißen individuelle Leistungen. Das sind zum Beispiel kleine Chirurgie, ärztliche Bescheinigungen für Kindergarten, Schule, Fitnesscenter, viele Medikamente gegen Erkältungen, aber auch Vitaminenpräparate, Schutzimpfungen vor Reisen in exotische Länder usw. In diesen Fällen geht die Rechnung des Arztes für seine Leistungen direkt an den Patienten und er muss sie privat bezahlen.

In einer modernen Praxis läuft alles über die EDV². Die Sprechstundenhelferin liest die Karte in den Computer ein³. Deshalb muss Anna noch ein Formular mit Personaldaten und mit dem Grund des Besuches ausfüllen.

„Und hier die 10 Euro Praxisgebühr,“ sagt Anna noch, „ich war in diesem Quartal noch nicht da.“ Anna bekommt eine Quittung, um bei einem anderen Arztbesuch nachweisen zu können, dass die Praxisgebühr bereits bezahlt ist.

„Sie können ins Wartezimmer gehen, es wird nicht so lange dauern.“ Nach kurzer Zeit wird sie aufgerufen. „Frau Mariano bitte, Behandlungsraum 2.“

Anna geht in den Raum und begrüßt den Arzt: „Guten Tag, Herr Doktor.“ „Guten Tag, Frau Mariano.“ Herr Dr. Stevens fragt gleich: „Na, was kann ich für Sie tun?“ Anna erzählt kurz von ihren Beschwerden. „Wie hoch ist das Fieber heute?“ fragt der Arzt. „37,8.“ Der Arzt befragt die Patientin, untersucht sie, indem er ihre Lunge abhorcht, den Puls und Blutdruck misst, und trifft die Therapieentscheidung. Die Symptome lauten auf eine Grippe. Man braucht keine weiteren Untersuchungen und therapeutischen Maßnahmen, nur viel trinken und Bettruhe halten. Dann schreibt Dr. Stevens die Bescheinigung aus.

Anna Mariano geht aus dem Sprechzimmer. Sie ist mit der Qualität der Behandlung zufrieden, da das Motto dieser Arztpraxis ist: möglichst viele Menschen müssen aus der Praxis gehen und sagen „Mensch, die haben mir wirklich geholfen.“

Bei den Sprechstundenhilfen draußen holt sie sich das Rezept ab, auf dem die Medikamente stehen, die ihr Herr Dr. Stevens verschrieben hat. Bezahlen muss die Patientin in der Praxis nichts. Über Computer wird die Rechnung direkt bei der AOK eingereicht. Sie geht nun zu einer Apotheke, um sich die verschriebenen Medikamente zu holen.

¹die AOK [a:o'ka:], allgemeine Ortskrankenkasse – общая местная больнично-страховая касса

²die EDV [e:de:'fau], die elektronische Datenverarbeitung – электронная обработка данных

³einlesen (las ein, eingelesen), h = eingeben – вводить данные в компьютер

b) Formulieren Sie 7-8 Fragen zum Inhalt des Textes und lassen Sie Ihre Studienkollegen diese beantworten.

c) Fassen Sie den Inhalt des Textes kurz (ca. 7 Sätze) zusammen.

d) Finden Sie im Text Unterschiede der Arztpraxis in Deutschland und Belarus. Füllen Sie die folgende Tabelle stichwortartig aus.

		Belarus	Deutschland
1)	krank werden		
2)	Anmeldung		
3)	Wartezimmer		
4)	Untersuchung		
5)	Verordnungen		
6)	Genesung		

e) Geben Sie Ihre Stellungnahme ab, was Sie in den beiden Fällen für gut und nicht gut halten? Begründen Sie kurz ihre Meinung.

f) Bilden Sie einen Dialog zwischen einem Deutschen und einem Belorussen zum Thema „Arztpraxis“. Vergleichen Sie die Informationen aus den beiden Texten.

Aufgabe 3. Krankheiten und Verordnungen.

a) Ergänzen Sie folgende Sätze mit den Informationen unten.

das Knie röntgen, den Blutdruck regelmäßig messen, die Herztöne regelmäßig abhören lassen, den Bauch untersuchen, das Gewicht regelmäßig prüfen, einen Allergietest machen, von einem Spezialisten weiter behandelt werden

1. Wenn man eine Diät macht, 2. Wenn man eine Allergie hat, 3. Wenn man Bauchschmerzen hat, 4. Wenn man Herzprobleme hat, 5. Wenn man

hohen Blutdruck hat, 6. Wenn man Schmerzen am Knie hat, 7. Wenn der Hausarzt einem Patienten nicht mehr helfen kann,

b) Setzen Sie die Übung mit Ihren Ideen (ca. 4) fort. Gebrauchen Sie dabei wenn-Sätze.

c) Lesen Sie die Beschwerden der Patienten und finden Sie passende Ratschläge dazu.

1_____ 2_____ 3_____ 4_____

Die Beschwerden:

1. *Sabine S., Düsseldorf.* Seit drei Jahren leide ich an Schwindel. Ich war bei vielen Ärzten, aber keiner konnte eine Ursache dafür feststellen. Es ist immer dasselbe: Sie hören sich kurz meine Probleme an, dann werde ich zu irgendeiner Untersuchung in ein Krankenhaus oder zu einem Spezialisten geschickt. Man nimmt mich überhaupt nicht ernst. Ich weiß wirklich nicht mehr, was ich tun soll. Können Sie mir helfen?

2. *Klaus Thornston, Rattingen.* Ich habe seit meiner Jugend sehr starken Heuschnupfen. Meine Augen schwellen an, ich bekomme kaum mehr Luft, und im Gesicht habe ich dicke rote Flecken. Ich reagiere auf sehr viele Stoffe allergisch. Jahrelang habe ich Cortison bekommen, drei Hautärzte haben alles in allem 14 Jahre lang an mir herumgedoktert – ohne Erfolg. Ich habe nun von einer Freundin gehört, dass Heuschnupfen mit einer Eigenbluttherapie behandelt werden kann. Was halten Sie von dieser Methode? Soll ich sie ausprobieren?

3. *Peter Schober, Frankfurt.* Seit sechs Monaten leide ich an starken Bauchkrämpfen und habe immer wieder Durchfall. Ich war bei verschiedenen

Frau Dr. Sommer rät:

A. Ich halte sehr viel von der Eigenbluttherapie. Gerade bei chronischen oder immer wieder auftretenden Krankheiten wie zum Beispiel Heuschnupfen, Asthma, Magen- und Darmgeschwüren und Neurodermitis wird sie mit gutem Erfolg angewendet. Probieren Sie es aus. Am Anfang kann es aber sein, dass Sie nach den Spritzen leichtes Fieber bekommen und Ihre Beschwerden sich zunächst verschlimmern. Diese Reaktion ist erwünscht: Danach setzt die Heilung ein.

B. Ihr Immunsystem ist geschwächt. Sie sollten auf jeden Fall auf eine vitaminreiche Ernährung achten. Viel frische Luft und viel Bewegung sind auch hilfreich, um das Immunsystem zu stärken. Sie können auch bei einer Heilpraktikerin eine Eigenbluttherapie beginnen. Bei dieser Therapieform wird Ihnen etwas Blut aus der Armvene entnommen und sofort in den Gesäßmuskel eingespritzt. Die Behandlung muss mehrmals durchgeführt werden. Sie bringt aber bei den meisten Patienten gute Erfolge.

C. Sie sollten trotz schlechter Erfahrungen zum Arzt gehen. Aber zu einem, der sich auch mit alternativen Heilmethoden auskennt. Eine

Internisten, die alle möglichen Untersuchungen gemacht haben. Aber sie konnten nichts finden. Ein Internist gab mir folgenden Rat: Achten Sie etwas auf Ihre Ernährung und essen Sie nichts aus der Pfanne.“ Damit kann ich nichts anfangen. Ich ernähre mich gesund. Ich esse kein Weißbrot, keinen Industriezucker, trinke keinen Alkohol und wenig Kaffee. Ich habe keine Lust mehr, immer nur untersucht oder geröntgt zu werden: Was soll ich tun?

4. Jan H., Gelsenkirchen. Jedes Jahr im Winter habe ich eine Erkältung nach der anderen. Ich komme überhaupt nicht zur Ruhe. Wenn ich zum Arzt gehe, werden mir meistens Antibiotika verschrieben. Ich fühle mich dann immer sehr schwach und ausgelaugt. Bisher konnte mir kein Arzt weiterhelfen. Ich bin total ratlos.

Möglichkeit, wie Ihre Darmerkrankung behandelt werden kann, ist die Symbioselenkung. Sie nehmen dabei ein spezielles Medikament (bestimmte Darmbakterien) ein. Mit Hilfe dieser Bakterien wird Ihr Darm saniert. Sie brauchen aber viel Geduld, Sie müssen das Mittel längere Zeit nehmen.

D. Hatten Sie in letzter Zeit viel Stress und viele Sorgen? Dann sollten Sie darüber nachdenken, ob Sie vielleicht einen Psychotherapeuten aufsuchen sollten. Schwindel ist oft ein Ausdruck von tief sitzenden Ängsten. Gespräche mit einem Therapeuten könnten diese Ängste beseitigen. Auch ein Heilpraktiker wird Ihnen weiterhelfen können.

d) Füllen Sie die Tabelle stichwortartig aus.

Krankheit/Symptome	Empfehlung des Arztes

e) Welche Ratschläge finden Sie effektiv/nicht effektiv? Begründen Sie Ihre Meinung.

f) Übersetzen Sie die Wortgruppen ins Russische. Auf Grund von dem folgenden Gespräch führen Sie ähnliche Gespräche, gebrauchen Sie dabei diese Wortgruppen.

Einen Sonnenbrand haben; Durchfall haben; Schwindel haben; Schluckauf haben; sich mit verdorbenem Essen vergiften; sich den Finger verletzen; eine verstopfte Nase haben; Hustenanfall haben, Muskelkater in den Armen haben; von Schlaflosigkeit geplagt sein.

A: Was hast du denn? (Was fehlt dir?)

B: Ich habe mir *das Bein gebrochen*.

A: Wie ist das denn passiert?

B: Ich bin auf eine Leiter gestiegen, und mein Hund hat plötzlich gebellt, ich habe mich erschrocken, die Leiter hat gewackelt, ich bin herunter gesprungen und habe mir dabei *das Bein gebrochen*.

A: Bist du beim Arzt gewesen?

B: Ja.

A: Und was hat er dazu gesagt?

B: Er hat den Fuß gewickelt und mir eine Salbe zum Einreiben verschrieben.

Aufgabe 4. Alternative Therapien

a) Was passt? Wählen Sie das richtige Wort aus.

Viele Menschen leiden an Migräne. Sie probieren immer wieder andere Medikamente aus, die meist jedoch keine Besserung (bringen/geben/kommen). Irgendwann (bringen/geben/kommen) die Patienten dann die Hoffnung (an/auf/ab). In den letzten Jahren sind verschiedene alternative Therapien in Mode (unterzogen/gebracht/gekommen). Aromatherapie und Akupunktur zum Beispiel (bringen/geben/kommen) auch bei Migräne zum Einsatz. Frau M. (42) erzählt: „Seitdem ich 15 Jahre bin, habe ich Migräne. Alles Mögliche habe ich versucht, aber nichts hat Erfolg (gekommen/gebracht/unterzogen), bis ich mich vor einem Jahr einer Akupunktur (gebracht/unterzogen/gekommen) habe. Früher hatte ich mindestens einmal im Monat einen Migräneanfall und jetzt habe ich seit über zwei Monaten keine Beschwerden mehr.“

b) Lesen Sie folgende Informationen über die größten Mediziner aller Zeiten. Füllen Sie die Tabelle aus.

Heilkundige	seine/ihre wichtigste Idee	sein/ihr bester Tipp	sein/ihr wichtigstes Medikament
Sebastian Kneipp			
...			

Medizin? Ja, aber ... Natürlich!

Hildegard von Bingen war eine deutsche Abtissin, Mystikerin, Heilkundige, Komponistin und Naturforscherin im 11. Jahrhundert. Sie war von der Idee besessen: Unsere Gesundheit ist – wie unser ganzes Leben – in der Hand Gottes. Mit einem regelmäßigen Lebensrhythmus und mit der richtigen Ernährung können wir unserem Körper und unserem Geist aber helfen, gesund zu bleiben oder gesund zu werden. Sie empfahl, dass man ein Leben führen sollte, das Gott gefällt.

Maximilian Oskar Bircher-Benner war ein schweizer Arzt und Ernährungswissenschaftler im 19. Jahrhundert. Er hatte die Idee, dass pflanzliche Nahrung die meiste Sonnenenergie enthält. Das ist für den Menschen deshalb viel gesünder als Fleisch. Er riet: Man sollte das Essen möglichst nicht kochen, weil dadurch wichtige Inhaltsstoffe verloren gehen. Das Medikament, das er erfunden hat, ist die Sonnenkraft im Essen. Dazu entwickelte er das Original-Birchermüsli. Es enthält Äpfel, Nüsse, Haferflocken, Zitronensaft und ein wenig gezuckerte Kondensmilch. Die Zutaten sollten so frisch und naturbelassen wie möglich sein. Was man noch wissen sollte: Viele Müslis, die man heute kaufen kann, haben nichts mehr mit der Idee von Maximilian Bircher-Benner gemeinsam. Sie enthalten industriell hergestellte Zutaten und sind viel fetter und süßer als das Original.

Friedrich Christian Samuel Hahnemann war ein deutscher Arzt und Pharmazeut im 18. Jahrhundert. Er glaubte, dass man Ähnliches durch Ähnliches heilen muss. Man kann Krankheiten heilen, wenn man eine Arznei in kleiner Menge gibt, die in großer Menge zu dieser oder einer ähnlichen Krankheit führt. Mit der Kraft gegen das Medikament entwickelt der Körper gleichzeitig auch Kraft gegen die Krankheit. Dies ist die Grundidee der Homöopathie. Er war überzeugt: Der Körper ist der beste Arzt. Wenn man ihm nur ein bisschen dabei hilft, dann kann er sich sehr gut selbst heilen. Adolf Just war ein deutscher Buchhändler und Naturheiler im 19-20. Jahrhundert. „Alle Menschen, die etwas leisten wollen, nehmen die Natur zu Hilfe. Gott ist so nahe, und die Erde, das Wasser, die Luft und die Sonne sind auch so nah.“ Er weist darauf hin, dass man möglichst naturgemäß leben sollte. Naturgemäß bedeutet: viel körperliche Bewegung im Freien, viel Sonnenlicht und frische Luft und eine gesunde Nahrung wie zum Beispiel Vollkornbrot, frisches Obst und Gemüse. Das wichtigste Medikament ist die Erde. Schon die Ärzte der Antike haben die Heilkraft der Erde gekannt und genutzt. Adolf Just hat sie für die moderne Naturheilkunde wieder entdeckt und ihr den Namen „Heilerde“ gegeben. Unter diesem Namen bekommt man sie auch heute noch in jeder Apotheke. Sie hilft zum Beispiel gegen einen zu sauren Magen oder gegen manche Hautkrankheiten. Sebastian Kneipp war ein deutscher Theologe und Naturheiler im 19. Jahrhundert. Als Student wurde er schwer krank: Er hatte Lungentuberkulose. Kein Arzt konnte ihm helfen. Da fand er ein altes Buch über die Heilkraft von kaltem Wasser. In seiner Verzweiflung probierte er aus, was darin stand. Er badete im Winter dreimal pro Woche kurz im eiskalten Wasser der Donau. Und die Krankheit verschwand, er wurde wieder völlig gesund. Wenn das Wasser ihm geholfen hat, dann kann es sicher auch anderen Menschen helfen, vielleicht auch gegen andere Krankheiten? Er riet: Man sollte seinen Körper stark machen, dann kann er gar nicht krank werden. Das wichtigste Medikament, seiner Meinung nach ist das Wasser. Pfarrer Kneipp hat im Lauf seines Lebens eine richtige „Wasser-Wissenschaft“ entwickelt. Ob kaltes oder warmes Wasser, ob Vollbad oder Sitzbad – für (fast) jede Krankheit hat er die beste Wasserkur gefunden. „Kneipp-Kuren“ kann man heute aber fast überall in den deutschsprachigen Ländern machen.

c) Wählen Sie eine der Ideen für sich, sprechen Sie darüber anhand der Tabelle. Nennen Sie Vorteile und Nachteile.

d) Bereiten Sie sich auf eine kurze Mitteilung über andere alternative Therapien vor, die Sie selbst kennen oder ausgeübt haben.

e) Was passt zusammen? Bringen Sie die Repliken in die richtige Reihenfolge. Dann spielen Sie das Gespräch zu zweit vor.

- a) Herr Fischer, Sie sollten wirklich etwas abnehmen.
- b) An Ihrer Stelle würde ich weniger essen.

- c) Nein, leider nicht. Mit Medikamenten habe ich nur schlechte Erfahrungen.
- d) Es ist am besten, wenn Sie viel frisches Obst und Gemüse und wenig Fett essen.
- e) Ich empfehle Ihnen Mineralwasser und Kräutertee.
- f) Ohh! Rauchen ist ganz ungesund. An Ihrer Stelle würde ich sofort damit aufhören.
- g) Aber ich habe immer so viel Hunger. Kennen Sie vielleicht ein gutes Medikament?
- h) Was? Kein Bier? Aber rauchen darf ich doch wenigstens? Das macht doch nicht dick!
- i) Ja, ich weiß. Aber wie soll ich das denn machen?
- j) Oje, so werde ich vielleicht dünn, aber unglücklich.
- k) Schade, dass es kein gutes Medikament gibt. Was können Sie mir denn sonst empfehlen?
- l) Aha, also wenig Fett. Und was soll ich trinken? Können Sie mir etwas raten?

f) Was für ein Problem hat Herr Fischer? Welche alternativen Therapien können Sie ihm empfehlen?

Aufgabe 5. Im Sprechzimmer eines Arztes

a) Setzen Sie die Substantive in der richtigen Form in die Lücken ein.

Schnupfen, Luft, Rezept, Erkältung, Halsschmerzen, Fieber, Kopf, Hals, Temperatur, Mund, Apotheke

Herr Kleinmeyer ist sehr erkältet. Er geht zum Arzt, Dr. Braun.

Dr. Braun. Guten Morgen!

Herr Kleinmeyer. Guten Morgen!

Dr. Braun. Was fehlt Ihnen denn?

Herr Kleinmeyer. Ich habe eine ziemlich starke ..., also ..., ich bekomme kaum ..., und dann hab` ich auch noch

Dr. Braun. Ja, lassen Sie mal sehen. Das haben im Moment viele. Machen Sie einmal ... auf.

Herr Kleinmeyer. (Husten).

Dr. Braun. Ja, der ... ist ziemlich gerötet.

Dr. Braun. Haben Sie ...?

Herr Kleinmeyer. Ich weiß nicht, aber mein ... ist sehr heiß.

Dr. Braun. Ihre ... ist nicht besonders hoch. Ich schreibe Ihnen mal ein ... aus, damit gehen Sie in die ... und holen sich etwas zum Einnehmen.

Herr Kleinmeyer. Hm. Kann ich damit arbeiten gehen, oder?

Dr. Braun. Ich denke schon. Versuchen Sie es einmal. Wenn es bis Ende der Woche nicht besser wird, dann kommen Sie noch einmal vorbei, dann werde ich Sie krank schreiben.

Herr Kleinmeyer. Ja, in Ordnung.

Dr. Braun. Auf Wiedersehen.

Herr Kleinmeyer. Auf Wiedersehen.

b) Bringen Sie die Aussagen in eine logische Reihenfolge. Die Buchstaben in Klammern ergeben ein Wort bei der richtigen Lösung.

	Wo tut es denn genau weh? (E)
1	Vielen Dank, Herr Doktor. (M)
	Nach dem Essen. (R)
	Kommen Sie am Montag wieder, wenn die Schmerzen nicht nachlassen. Auf Wiedersehen, Herr Weiß. (P)
	Ich schreibe Ihnen ein Medikament auf. Sie müssen die Tabletten dreimal täglich vor dem Essen nehmen. (A)
	Ich habe seit zwei Tagen Magenschmerzen. (A)
	Hier! (N)
	Haben Sie vor dem Essen Schmerzen oder nach dem Essen? (K)
	Guten Tag, Herr Weiß. Was fehlt Ihnen denn? (M)
	Bitte machen Sie Ihren Oberkörper frei. Ich möchte Sie untersuchen. (G)
	Auf Wiedersehen, Herr Doktor! (F)

1:M 2:___ 3:___ 4:___ 5:___ 6:___ 7:___ 8:___ 9:___ 10:___ 11:___

c) Ergänzen Sie sinngemäß die fehlenden Aussagen:

Arzt. ...

Patient. Guten Tag, Herr Schmidt!

Arzt. ...

Patient. Ich habe oft Kopfschmerzen, besonders abends.

Arzt. ...

Patient. In letzter Zeit habe ich auch oft Herzklopfen. Ich bin immer sehr schnell müde.

Arzt. Ihr Herz gefällt mir nicht. Wieviel wiegen Sie?

Patient. ...

Arzt. Bitte stellen Sie sich auf die Waage. Oh, ...

Patient. ...

Arzt. Sie müssen schnellstens abnehmen.

Patient. Wie soll ich das machen, Herr Doktor?

Arzt. ...

Patient. Vielen Dank, Herr Schmidt.

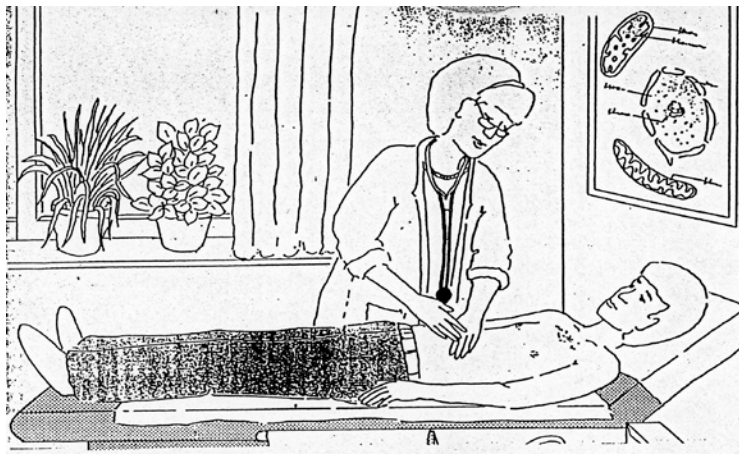
Arzt. Versuchen Sie es mal, wenn

d) Sehen Sie sich die Bilder an. Bereiten Sie zu einem der Bilder einen Dialog zwischen einem Arzt und einem Patienten in der Sprechstunde vor. Halten Sie sich an die folgenden Punkte:

- Untersuchung
- Diagnose
- Verordnungen
- Genesung



A.



B.

Aufgabe 6. Zahnarztangst – wer hat Angst vorm weißen Mann?

a) Sehen Sie sich das Bild an. Um welches Problem handelt es sich hier? Welche Gefühle empfinden Sie beim Zahnarzt?



b) Lesen Sie den folgenden Text zu diesem Thema und fassen Sie den Inhalt kurz (4-5 Sätze) zusammen.

Mehr Angst vor dem Zahnarzt als vor dem Tod?

Kennen Sie einen Menschen, der gern zum Zahnarzt geht? Nur schon das Wort – „ich muss zum Zahnarzt“ – brrr, das kann einem den ganzen Tag verderben. Wenn es auch eine Zahnärztin ist, nützt das nichts gegen die Angst vor dem Schmerz. „Ich muss zur Zahnärztin“ ist genau so schlimm wie „Ich muss zum Zahnarzt“. Im Wartezimmer treffen sich also meistens Leute, die Angst vor dem Schmerz haben. Der Besuch einer Zahnarztpraxis gehört nicht gerade zu den Dingen, die wir am liebsten tun. Wer aber heutzutage gesunde und schöne Zähne haben und sie vor allem auch behalten möchte, kommt eben an dem einen oder anderen Zahnarzttermin nicht vorbei. Sicher kennen Sie das auch: Sie haben einen Termin beim Zahnarzt vereinbart – und je näher er rückt, desto „mulmiger“¹ wird Ihnen. Damit stehen Sie nicht allein: Studien zeigen, dass rund zwei Drittel aller Menschen Angst vor dem Besuch einer Zahnarztpraxis haben.

Die schlimmste Angst des Menschen ist nicht die Angst vor dem Tod, sondern die vor dem Zahnarzt. Die Angst beim Zahnarzt nagt² in allen Kulturen, in allen Altersgruppen und in allen Schichten. Gesellschaftlich ist eine solche Angst vorm Zahnarzt akzeptiert. Frauen haben stärkere Angst vor dem Zahnarzt als Männer. Die Frage ist: Ist diese Angst angeboren, erlernt oder lügt man einfach?

Die Erinnerung an Gerüche beim Zahnarzt oder an das Surren des Zahnarzt-Bohrers wecken bei den Menschen schlimmste Befürchtungen. Die Angst ist manchmal so groß, dass man jeglichen Zahnarztbesuch umgeht. Oft schränken sie damit ihre Lebensqualität erheblich ein: Sie leiden an Schmerzen oder möchten wegen ihres schlechten Gebisses nicht lachen oder frei sprechen.

Glücklicherweise überwinden die meisten Menschen ihre Zahnarztangst und lassen ihre Zähne regelmäßig untersuchen – um nach der Behandlung erleichtert festzustellen, dass doch alles „gar nicht so schlimm“ war.

Warum gerade Angst beim Zahnarzt? Die Ursachen für Zahnarztangst können ganz unterschiedlich sein. Viele Betroffene haben schlechte Erfahrungen beim Zahnarzt gemacht, die sie nicht wiederholen möchten. Dazu gehören z. B. Schmerzen, Behandlungsfehler, Bohrgeräusche oder auch ein unsensibler Zahnarzt. Sehr häufig ist die Spritze beim Zahnarzt der Auslöser der Angst.

Dass man negative Erlebnisse nicht wiederholen möchte, ist nachvollziehbar. Diesen Schutzmechanismus „Angst“ kennen wir alle. Oft kann die Vernunft über die Angst siegen. Wer aber unter einer Phobie leidet, wird erst zum Zahnarzt gehen, wenn der Leidensdruck größer als seine Angst ist. Dann handelt es sich in der Regel um einen Notfall. Dementsprechend wird auch die Behandlung unangenehm sein. Solche negativen Erfahrungen bestärken die schon vorhandene Angst. Interessant ist es, dass auch Erwachsene und Kinder, die selbst noch nie bei einem Zahnarzt waren, unter Angst vor dem Zahnarzt leiden. In diesem Fall wird das Unbekannte gefürchtet.

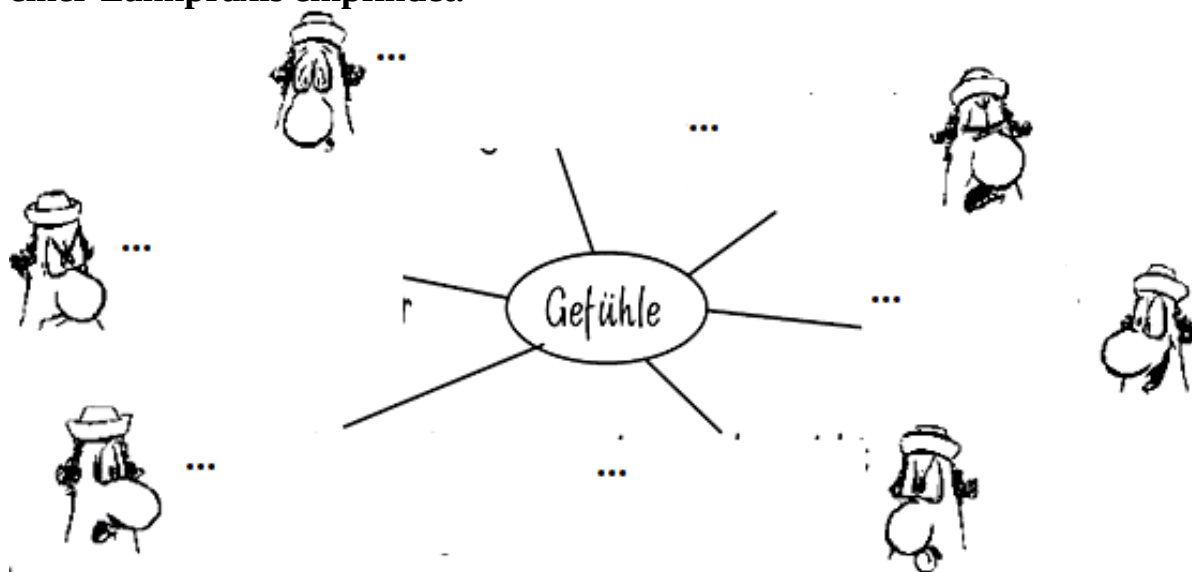
¹ mulmig = unsicher, nicht ganz wohl – сомнительный

² nagen (te, t), h j-m Dat. = peinigen – мучить

c) Beantworten Sie die Fragen zum Text.

1. Warum ist Zahnarzttermin heute nicht zu vermeiden? 2. Warum ist die Zahnarztangst gesellschaftlich akzeptiert? 3. Was weckt bei der Zahnpraxis schlimmste Befürchtungen? 4. Welche Ursachen oder Auslöser für Zahnarztangst gibt es? 5. Warum fühlt man sich nach der Behandlung erleichtert? 6. Kann die Angst vor dem Zahnarzt die Lebensqualität einschränken?

d) Erstellen Sie ein Assoziagramm und erzählen Sie über Gefühle, die man in einer Zahnpraxis empfindet.



Aufgabe 7. Ein guter Arzt

a) Was ist ein Arzt? Ein Halbgott in Weiß? Wie verstehen Sie das? Wie ist Ihre Meinung dazu?

b) Übersetzen Sie den Dialog ins Deutsche und setzen Sie dieses Gespräch fort.

В комнате ожидания одной поликлиники сидят больные. Возле кабинета врача две женщины ведут разговор:

– Я переехала в другой дом, а прихожу все к тому же врачу в свою старую поликлинику.

– А разве в вашей поликлинике нет хороших врачей?

– Нет, конечно, есть. Но этот врач лечит меня уже много лет. Он знает мою болезнь, он проводил разные виды лечения. Я Вам говорю, он творит чудеса.

– Да, мне тоже очень нравится этот врач. Он разговаривает с больным спокойным тоном, и это успокаивает больного.

– В прошлый раз врач был недоволен мной. Я не принимала лекарства, которые он мне прописал.

– Он прав, так очень трудно лечить больного. Надо следовать его указаниям и делать все, что он считает нужным.

– Да, конечно. Вот в прошлом году врач велел мне бросить курить. Это он сказал мне категорическим тоном. Я бросила, хотя это было мне очень трудно. Но теперь я ему за это благодарна. Я себя чувствую значительно лучше. А что с Вами?

– Я чувствую себя в последнее время неважно. ...

c) Welche Züge eines guten Arztes sind hier genannt? Nennen Sie weitere Züge eines guten Arztes.

Aufgabe 8. Über Ärzte mit Humor

a) Entsprechen Ihrer Meinung nach die folgenden Witze der Wirklichkeit? Begründen Sie Ihre Entscheidung.

1. Was ist der Unterschied zwischen einem Internisten, einem Chirurgen, einem Psychiater und einem Pathologen? Der Internist hat Ahnung, kann aber nichts. Der Chirurg hat keine Ahnung, kann aber alles. Der Psychiater hat keine Ahnung und kann nichts, hat aber für alles Verständnis. Der Pathologe weiß alles, kann alles, kommt aber immer zu spät.

2. „Ist ihr Herr Vater eines natürlichen Todes gestorben?“

„Nein. Er hatte einen Arzt.“

3. Wenige Tage vor den tollen Fastnachtstagen kommt ein kräftiger Koch einer Großküche wegen unklarer Bauchbeschwerden zur Ultraschall-Untersuchung des Bauchraumes. Während der Untersuchung spricht der Arzt immer mit dem Patienten über die Organe, die er gerade sieht, um die Spannung etwas abzubauen.

– Die rechte Niere ist völlig in Ordnung. Was Sie jetzt am Monitor sehen, ist die Leber, die ...

– Leber!! Sagten Sie Leber?

– Ja, das ist die Leber. Wieso, ist was nicht in Ordnung? Haben Sie dort Schmerzen?

– Nee, nur mir fällt gerade beim Stichwort Leber ein, dass wir in einer Woche in der Küche Leberknödel machen – mehr nicht.

Er sah weiter an die Decke, hing in Gedanken seinen Leberknödeln nach, während der Arzt in seiner Leber nach den Gallengängen gesucht hat.

4. Kommt ein Mann wegen dauernder Kopfschmerzen zum Arzt.

– Lassen Sie die Zigaretten sein.

– Ich bin Nichtraucher.

– Vielleicht des öfteren ein Gläschen zuviel?

– Ich bin Antialkoholiker.

– Stresst Sie Ihr Liebesleben?

– Ich habe noch nie eine nackte Frau gesehen.

– Ha! ruft da der Arzt. Ihr Heiligenschein drückt!

b) Inszenieren Sie den Witz, der Ihnen am meisten gefallen hat.

c) Sehen Sie sich das Bild an. Welche Überschrift würden Sie dem Bild geben? Begründen Sie kurz Ihre Entscheidung.



d) Sammeln Sie lustige Geschichten, Witze oder Bilder zum Thema „Arzt“ und präsentieren Sie diese im Plenum. Wählen Sie die Präsentationsform, die zu Ihrer Geschichte am besten passt.

Aufgabe 9. Lesen Sie die Aussprüche zum Thema „Ärzte“ und übersetzen Sie diese ins Russische. Bilden Sie mit einem der Sprichwörter eine kurze Situation (10-12 Sätze).

1. Ärzte geben Medikamente, von denen sie wenig wissen, in Menschenleiber, von denen sie noch weniger wissen, zur Behandlung von Krankheiten, von denen sie überhaupt nichts wissen.“ (Voltaire) 2. Wenn die Ärzte eine Krankheit nicht heilen können, geben sie ihr wenigstens einen schönen Namen.“ (Voltaire) 3. Es ist der größte Fehler bei der Behandlung von Krankheiten, dass es Ärzte für den Körper und Ärzte für die Seele gibt, wo beides doch nicht getrennt werden kann.“ (Platon) 4. Die Wartezeit, die man bei Ärzten verbringt, wurde in den meisten Fällen ausreichen, um selbst Medizin zu studieren.“ (D. Hallervorden, ein deutscher Komiker, Moderator, Schauspieler und Sänger.) 5. Die Zeit ist der beste Arzt.

THEMENBEREICH 3

DIE SÄULEN DER GESUNDHEIT

Aktiver Wortschatz

1	vorbeugen (te, t), h etw. Dat. einer Krankheit vorbeugen <i>Syn.:</i> verhüten (te, t), h etw. Akk./ sich schützen (te, t), h gegen etw. Akk. sich gegen Erkältung schützen die Vorbeugung, -, -maßnahmen gegen etw. Akk.	предупреждать что-л. предупреждать болезнь защищаться от простуды предупреждение, профилактика чего-л.
2	die Vorsorge, -, (ohne Pl.) für/ gegen etw. Akk. die Vorsorge gegen Krankheiten treffen Vorsorge für die Gesundheit treffen die Vorsorgeuntersuchung, -, -en	профилактика осуществлять профилактику заболеваний позаботиться заранее о здоровье профилактический осмотр
3	das Gesundheitsrisiko, -s, -risiken vor Gesundheitsrisiken warnen	риск для здоровья предупреждать о риске для здоровья
4	gesundheitsfördernd gesundheitsfördernde Maßnahmen: Sport und Ernährung	способствующий сохранению здоровья мероприятия, способствующие сохранению здоровья: спорт и питание
5	pflegen (te, t), h j-n/etw. Akk. seinen Körper pflegen sich pflegen die Gesundheitspflege, -, (ohne Pl.)	заботиться о ком-л., о чем-л. заботиться о своем теле заботиться о своем здоровье или внешнем виде гигиена (забота о здоровье)
6	die Lebenserwartung, -, (ohne Pl.) hohe, niedrige Lebenserwartung	средняя продолжительность жизни высокая, низкая продолжительность жизни
7	die Lebensart, -, -en die heutige Lebensart <i>Syn.:</i> die Lebensweise, -, -n eine gesunde, sportliche Lebensweise die Lebenseinstellung, -, -en	образ жизни, поведение сегодняшний образ жизни здоровый, спортивный образ жизни взгляд(ы) на жизнь
8	lebensnotwendig <i>Syn.:</i> lebenswichtig	жизненно важный

9	das Wohlbefinden, -s, (ohne Pl.) psychisch-seelisches Wohlbefinden	здоровье; хорошее самочувствие душевное равновесие
10	das Seelenklima, -s, -s	душевный климат
11	fit (fitter, fittest) fit sein, bleiben die Fitness, -, (ohne Pl.) sportliche Fitness bis ins hohe Alter	в форме быть, оставаться в форме хорошее физическое состояние хорошее физическое состояние до преклонного возраста
12	vital [vi:ˈta:l] ein vitaler Mensch	полный жизненных сил
13	entlasten (te, t), h etw./j-n Akk. durch etw. Akk. von etw. Dat. das Herz entlasten den Körper durch eine gesunde Ernährung entlasten	разгружать что-л. посредством чего-л. от чего-л. уменьшить нагрузку на сердце разгрузить организм благодаря правильному питанию
14	ausgleichen (glich aus, ausgeglichen), h etw./j-n Akk. durch etw. Akk. das Fehlen körperlicher Bewegung durch tägliche Gymnastik ausgleichen	уравновешивать/компенсировать что-л./кого-л. посредством чего-л. отсутствие физической нагрузки компенсировать ежедневной гимнастикой
15	die Energiereserve, -, -n Syn.: das Energiepotential, -s, -e Energiereserven tanken/erhöhen	энергоресурс(ы) пополнять энергоресурсы организма
16	erholsam erholsamer Schlaf	содействующий отдыху благодетельный сон
17	der Dickmacher, -es, - Die Kartoffel ist oft als Dickmacher beschimpft.	продукт, от которого толстеют Картофель часто называют продуктом, от которого поправляются.
18	das Übergewicht, -(e)s, -e Übergewicht verkürzt das Leben. das Übergewicht abtrainieren	лишний вес, избыток веса Избыток веса сокращает жизнь. сгонять (путем занятий спортом) лишний вес
19	belasten (te, t), h j-n/etw. Akk. Zu viel Fett belastet den Magen.	отягощать Слишком жирное вызывает тяжесть в желудке.
20	strapazieren (te, t), h etw. Akk. Als Jugendliche habe ich meine Gesundheit so strapaziert. sich strapazieren	чрезмерно напрягать что-л.; не щадить В молодости я совсем не щадила свое здоровье. переутомляться, надрываться

	Ich habe mich so strapaziert, dass ich krank geworden bin.	Я так переутомился, что заболел.
21	vermeiden (vermied, vermieden), h etw. Akk.	избегать чего-л.
22	schaden (te, t), h etw./j-m Dat. Zu viel Sonne schadet mir. Syn.: schädigen (te, t), h etw./j-n Akk. Das schädigt deine Augen.	вредить кому-л./чему-л. Слишком много солнца вредно для меня. Это вредит твоим глазам.
23	stärken (te, t), h etw. Akk. die Gesundheit stärken Ant.: schwächen (te, t), h etw. Akk.	укреплять что-л. укреплять здоровье ослаблять что-л.
24	abhärten (te, t), h j-n/etw. Akk. gegen etw. Akk., durch etw. Akk. seinen Körper abhärten sich abhärten die Abhärtung, -, (ohne Pl.)	закалять кого-л./делать кого-л. невосприимчивым к чему-л. посредством чего-л. закалять организм закаляться закалка
25	herangehen (ging heran, herangegangen), s an etw. Akk. an seine Gesundheit ganz im Ernst herangehen	браться, приниматься за что-л. приниматься серьезно за свое здоровье
26	der Bewegungsmuffel, -s, - Syn.: der Stubenhocker, -s, -	домосед; человек, который мало двигается

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und die Pluralform.

Профилактическая медицина, здравоохранение, средняя продолжительность жизни, хорошее самочувствие, образ жизни, душевный климат, хорошее физическое состояние, профилактический осмотр, избыток веса, закалка, энергоресурсы, гигиена (забота о здоровье), риск для здоровья, предусмотрительность, взгляд на жизнь.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

благоприятствовать, предупреждать что-л., отягощать, чрезмерно напрягать, переутомляться, разгружать, избегать чего-л., вредить кому-л., укреплять что-л., закалять кого-л., приниматься за что-л., заботиться о своем здоровье.

Aufgabe 3. Setzen Sie in die Lücken fehlende Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Dieses Mittel soll ... Grippe schützen. 2. Nach dem Schlaganfall musste er ... seine Gesundheit ganz im Ernst herangehen. 3. Der Arzt muss den Patienten ... Gesundheitsrisiken in tropischen Ländern warnen. 4. Das Ziel dieser Impfung ist, Menschen ... Infektionen zu schützen. 5. Eine der wichtigsten Aufgaben des Arztes ist heute die Vorbeugung ... Erkrankungen. 6. ... Aufregungen, Anstrengungen muss man sich schützen. 7. Die Ärzte raten ihm den Magen ... leichtes Essen zu entlasten. 8. Er hat sich ... Luft und Wasser ... Strapazen abgehärtet. 9. Das sportliche Training garantiert körperliche Fitness ... das hohe Alter. 10. Er kann den Arbeitsstress ... tägliches Training ausgleichen.

Aufgabe 4. Ersetzen Sie die markierten Vokabeln und Wortverbindungen durch Synonyme.

1. Dieses Lebensmittel enthält *lebenswichtige* Nährstoffe. 2. Durch eine vernünftige *Lebensweise* kann man Erkältungen *vorbeugen*. 3. Das Lesen bei schlechtem Licht *schadet* deinen Augen. 4. Heute, wegen der sitzenden Lebensweise ist der Mensch zu einem *Stubenhocker* geworden. 5. Die *Energiereserven* kann man bei einem Spaziergang tanken.

Aufgabe 5. Finden Sie eine passende Entsprechung.

- | | |
|-----------------------------|--|
| 1) vital | a) Maßnahmen zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit |
| 2) der Dickmacher | b) Zeitraum, den ein Mensch wahrscheinlich durchleben wird |
| 3) die Vorbeugung | c) gutes körperliches, seelisches Befinden |
| 4) das Wohlbefinden | d) j-n zur Erhaltung eines guten Zustands mit den erforderlichen Maßnahmen behandeln |
| 5) pflegen | e) stark beanspruchen, nicht schonen; abnutzen |
| 6) die Lebenserwartung | f) die rechtzeitige Vorsorge zur Verhütung von Krankheiten |
| 7) strapazieren | g) regelmäßige Untersuchung, um Krankheiten im frühest möglichen Stadium zu erkennen |
| 8) die Gesundheitspflege | h) kalorienreiches und daher dick machendes Nahrungsmittel |
| 9) die Vorsorgeuntersuchung | i) voller Lebenskraft, voller Leistungskraft |

Aufgabe 6. Ergänzen Sie die Substantive durch passende Adjektive. Bilden Sie Sätze mit den Wortverbindungen.

Die Lebenserwartung, das Wohlbefinden, die Ernährung, die Maßnahmen, die Fitness, das Klima, die Lebensweise.

Aufgabe 7. Ergänzen Sie die Verben durch passende Objekte und Wortgruppen. Bilden Sie Sätze mit den Wortverbindungen.

Verhüten, belasten, strapazieren, abhärten, pflegen, herangehen, stärken, schaden, vorbeugen, schädigen, entlasten, vermeiden, ausgleichen, tanken.

Aufgabe 8. Ergänzen Sie die folgenden Adjektive durch Verben oder Substantive. Bilden Sie Sätze mit den Wortverbindungen.

Gesundheitsfördernd, fit, lebensnotwendig, vital, gesund, erholsam.

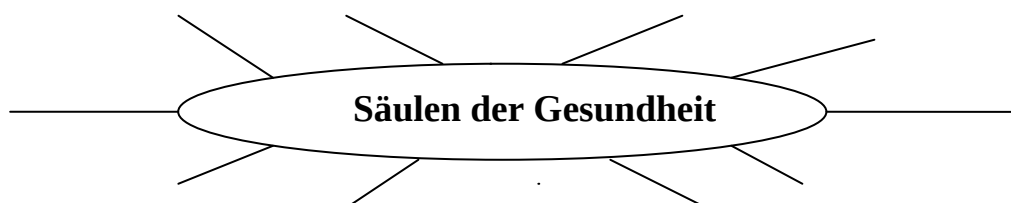
Aufgabe 9. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. Чтобы пополнить энергоресурсы организма, врачи рекомендуют продолжительные прогулки на свежем воздухе. 2. Избыточный вес – болезнь века. 3. Продолжительность жизни очень зависит от социального положения. 4. Положительные мысли, достаточный сон, разнообразное питание, достаточное количество жидкости, все это укрепляет иммунную систему. 5. Избегайте стрессов, раздражения и огорчений (der Kummer), это ослабляет иммунную систему. 6. Жирная пища вызывает сильную тяжесть в желудке. 7. Хлеб, рис, макароны несправедливо называют продуктами, от которых поправляются. 8. Старайтесь питаться сбалансированно! 9. Чтобы сохранить работоспособность в течение всего дня, нужно принимать пищу до 5 раз в день. 10. Избегайте переохлаждения, поэтому одевайтесь соответственно погоде. 11. Сна должно быть достаточно для того, чтобы он был благотворным. 12. К профилактическим мероприятиям против многих болезней относят сауну, контрастный душ, здоровое питание. 13. Болезнь легче предупредить, чем лечить. 14. Каждый должен заботиться о своем здоровье и внешнем виде. 15. Отсутствие физической нагрузки нужно компенсировать регулярными занятиями спортом.

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenz

Aufgabe 1. Die Säulen der Gesundheit

a) Welche Assoziationen haben Sie mit der Wortverbindung „Die Säulen der Gesundheit“? Füllen Sie das Assoziagramm aus.



b) Lesen Sie den folgenden Text durch, überprüfen Sie, ob die Information im Text mit Ihren Assoziationen übereinstimmt. Was haben Sie noch nicht genannt?

¹ Schon wenige Stunden, nachdem wir schreiend das so genannte Licht der Welt erblickt haben, machen wir zum ersten Mal Bekanntschaft mit verschiedenen Behörden. Das hört dann nicht mehr auf und dauert unser ganzes Leben lang. Nicht ganz begeistert sind wir in unseren ersten Jahren von den
⁵ Staatsangestellten, die man uns mit dem Beiwort „Onkel“ schmackhafter zu machen versucht. Es ist der „Onkel Doktor“ vom Gesundheitsamt, der uns den Mund aufmachen, die Zunge zeigen und „Ah“ sagen lässt, und beklopft, durchleuchtet und – das ist auch bei der „Tante Doktor“ das Unangenehme – uns impft. Mutter weiß, dass es für uns nicht nur peinlich, sondern angesichts
¹⁰ der um uns besorgten Vertreter des Gesundheitsamtes eine Unhöflichkeit ist, wenn wir an solchen Tagen, die im Voraus angekündigt werden, unsere Zähne nicht besonders lange putzen, uns nicht besonders gut waschen und keine frische Wäsche tragen.

Wenn man schon erwachsen ist, muss man an seine Gesundheit ganz im Ernst
¹⁵ herangehen. Man spricht dabei von den sogenannten Säulen der Gesundheit. Die erste Säule bildet eine positive und aktive Lebenseinstellung. Diese kann man auf verschiedene Weise gewinnen. Meine Freunde und ich kommen ohne chemische Aufputzmittel aus. Wenn wir eine Aufmunterung brauchen, stellen wir uns drei Minuten lang unter die Dusche, und der angenehme
²⁰ Wasserstrahl gibt uns unsere gute Laune wieder.

Die zweite Säule fehlt, wie ich leider feststellen muss, bei den meisten bereits. Es geht um das Energiepotential unseres Körpers. Unser Energiepotential können wir durch Bewegung an frischer Luft, richtiges Atmen, Abhärtung und Kontakt mit der Natur erhöhen. Zur Abhärtung dienen kaltes Wasser, Eis- und
²⁵ Dampfbäder.

Leber und Nieren schlagen bei vielen bereits Alarm: Die Körperschlacken sind Ursache vieler Krankheiten: Krebs, Herzleiden und Allergien. Man soll die Selbstreinigung des Körpers durch eine Reihe von Maßnahmen unterstützen. So soll man sich zum Beispiel jeden Morgen die Nase mit leicht salzigem
³⁰ Wasser spülen, um die Schleimhaut von Viren und Mikroben zu befreien. Wichtig ist auch die Reinigung des Darms und der Lymphgefäße. Ich persönlich bin ein Verfechter des Heilfastens. Einmal pro Woche sollte man 36 Stunden hindurch fasten. Dadurch werden viele Schadstoffe im Körper verbrannt. Verstärkt wird der Effekt durch intensive Bewegung.

³⁵ Die Gesundheit ist etwas so Wertvolles, dass man vernünftig damit umgehen muss.

c) Bringen Sie die Punkte der Gliederung des Textes in die richtige Reihenfolge. Notieren Sie zu jedem Punkt entsprechende Textstellen/Zeilen.

Abschnittstitel	Reihenfolge	Textstellen/Zeilen
Das Energiepotential erhöhen.		
Die erste Bekanntschaft mit den Ärzten.		
Die Reinigung des Körpers.		
Die positive Lebenseinstellung.		
An seine Gesundheit ernst herangehen.		

d) Übersetzen Sie die Wortverbindungen aus dem Text ins Deutsche. Bilden Sie Sätze damit.

Быть в восторге, пытаться сделать «вкуснее», подходить к здоровью серьезно, объявлять заранее, приобрести различным способом, очищать нос соленой водой, обходиться без химических стимуляторов, повысить энергетический потенциал, разумно обходиться, освободить от вирусов, двигаться на свежем воздухе.

e) Formulieren Sie Fragen zum Inhalt des Textes. Stellen Sie diese Fragen an Ihre Kommilitonen.

f) Wie ist Ihre Stellungnahme zu den beschriebenen Richtlinien. Berichten Sie darüber im Plenum. Begründen Sie kurz Ihre Meinung.

Aufgabe 2. Der beste Weg zur Gesundheit.

a) Lesen Sie den Dialog durch und notieren Sie sich, um welche Probleme/Krankheitssymptome es im Gespräch geht.

Arzt. So, guten Tag, Herr Wacker. Na, was fehlt Ihnen denn?

Patient. Guten Tag, Herr Doktor, ich weiß nicht, ich fühle mich seit ein paar Tagen einfach nicht mehr richtig gesund.

Arzt. Aha, haben Sie Schmerzen?

Patient. Nun Schmerzen eigentlich nicht. Nur, ich bin immer so schnell müde. Beim Treppensteigen zum Beispiel.

Arzt. Hm! Haben Sie das Gefühl, dass Sie keine Luft bekommen?

Patient. Nein, das wäre zu viel gesagt. Aber ich bekomme leichte Herzschmerzen.

Arzt. Machen Sie bitte den Oberkörper frei. – So, tief atmen... Husten Sie mal bitte... Noch einmal...

Patient. Ein Bekannter von mir meint, das ist der Blutdruck, ich soll jeden Tag ein Glas Rotwein trinken.

Arzt. Soso? Ich meine aber ganz das Gegenteil: Trinken Sie überhaupt keinen Alkohol! Sie sollten übrigens auch nicht so viel rauchen.

Patient. Sie meinen, das Rauchen ist schuld?

Arzt. Ihr Herzklopfen hängt sicher damit zusammen. Wenn alle Leute dazu gebracht werden könnten, mit dem Rauchen und Trinken aufzuhören, dann hätte ich nur noch halb so viele Patienten.

Patient. Ach, wissen Sie, Herr Doktor, ich habe es schon so oft versucht, aber ich schaffe es einfach nicht. Daheim rauche ich ganz wenig, aber dafür im Büro um so mehr ...

Arzt. Es ist schwierig, ich weiß. – Essen Sie gut? Haben Sie Appetit?

Patient. Ja. Na ja, normal. Seit gestern habe ich übrigens leichten Durchfall, aber...

Arzt. Aha. Ja, Herr Wacker, ich glaube nicht, dass es sich um eine wirkliche Krankheit handelt. Sie sind zwar etwas erkältet, aber vor allem haben Sie einfach zu wenig Bewegung und zu viel Arbeit. Machen Sie jeden Abend vor dem Essen einen langen Spaziergang. Es kommt nicht von ungefähr, dass man behauptet, der beste Weg zur Gesundheit ist der Fußweg. Und versuchen Sie wirklich weniger zu rauchen!

Patient. Und ... brauche ich kein Medikament?

Arzt. Sehen Sie, Herr Wacker, ich könnte Ihnen natürlich Tabletten verschreiben. Aber davon halte ich nicht viel. Essen Sie mehr Obst und Gemüse und machen Sie Ihren Spaziergang jeden Abend – das nützt mehr, und außerdem macht es mehr Spaß. Auf Wiedersehen, Herr Wacker!

Patient. Auf Wiedersehen, Herr Doktor!

b) Finden Sie Aussagen, die dem Dialog nicht entsprechen und korrigieren Sie die Fehler.

1. Herr Wacker bekommt starke Schmerzen beim Treppensteigen. 2. Der Doktor fragt, ob der Patient in seinem Behandlungszimmer genug Luft bekommt. 3. Der Arzt lässt den Patienten den Oberkörper frei machen, aber der fängt an, stark zu husten. 4. Gegen den erhöhten Blutdruck hilft ein Glas Rotwein, meint der Arzt. 5. Der Arzt möchte halb so viele Patienten haben. 6. Der Patient hat keinen Appetit, weil er leichten Durchfall hat. 7. Der Patient hat eine schwere Krankheit. 8. Der Arzt verschreibt Herrn Wacker keine Medizin, weil ihm nichts helfen kann.

c) Stellen Sie sich vor, Sie sind Herr Wacker. Sie erzählen Ihrer Frau über den Praxisbesuch und über die gegebenen Ratschläge. Bereiten Sie den Dialog zur Präsentation im Plenum vor.

d) Äußern Sie Ihre Meinung zu den Ratschlägen, die der Arzt gegeben hat. Was kann man tun, um der Abgeschlagenheit vorzubeugen? Was können Sie Herrn Wacker noch raten?

e) Testen Sie sich: Wie müde bin ich? Ein einfacher Test zur Bestimmung der Tagesschläfrigkeit.

Mit dem folgenden Test (Epworth Sleepiness Scale) kann man leicht herausfinden, ob man von einer erhöhten Tagesmüdigkeit betroffen oder nicht betroffen

ist. Aus diesem Test alleine ergibt sich noch keine Diagnose, er kann dem Arzt aber erste Hinweise auf Probleme mit der Wachheit geben.

Wie wahrscheinlich ist es, dass Sie in den folgenden Situationen einschlafen? Bewerten Sie wie folgt.

- 0 Punkte: „Ich schlafe nie ein“.
 1 Punkt: „Ich schlafe kaum ein“.
 2 Punkte: „Ich schlafe möglicherweise ein“.
 3 Punkte: „Ich schlafe mit großer Wahrscheinlichkeit ein“.



Die Situationen:

1. Beim Sitzen und Lesen.
2. Beim Fernsehen.
3. Beim untätigen Sitzen in der Öffentlichkeit (z. B. im Theater, in einer Sitzung, bei einem Vortrag).
4. Als Beifahrer in einem Auto während einer Stunde ohne Halt.
5. Beim Hinlegen für eine Ruhepause am Nachmittag.
6. Beim Sitzen während einer Unterhaltung mit einer anderen Person.
7. Beim ruhigen Sitzen nach einem Mittagessen ohne Alkohol.
8. In einem Auto, das an einer Verkehrsampel für wenige Minuten stoppt oder im Verkehrsstau steckt.

mehr als 10 Punkte	Sie sollten besorgt sein und sich im Notfall zur weiteren Abklärung an den Arzt wenden
unter 8 Punkten	Es wird als „normal“ angesehen

f) Besprechen Sie in Kleingruppen.

- Welche Resultate hat der Test?
- Sind Sie mit den Ergebnissen einverstanden?
- Welche Ursachen Ihres Zustandes können Sie nennen?
- Was tun Sie, wenn Sie sich müde fühlen?
- Was tun Sie, um die Abgeschlagenheit zu bekämpfen?

Aufgabe 3. Vital bis 100 Jahre

a) Nachfolgend gibt es acht Tipps für Ihre Gesundheit. Wählen Sie das richtige Wort aus den Klammern. Dann äußern Sie sich zu jedem Tipp.

1. Man sollte den Tag mit einem gesunden Frühstück beginnen und sich auch sonst gesund ... (ernähren, abnehmen, essen).
2. Wenn Sie Übergewicht haben, sollten Sie ... (messen, abnehmen, ernähren).
3. Ihr Arzt kann Sie bei Ernährungsfragen ... (nachdenken, raten, beraten).
4. Wenn Sie Rückenprobleme haben, sollten Sie sich zu einem Kurs für Wirbelsäulengymnastik ... (treiben, anmelden, übernehmen).
5. Wenn Sie über 40 Jahre alt sind, sollte Sie Ihr Hausarzt einmal im Jahr gründlich ... (behandeln, untersuchen, operieren).
6. Lassen Sie sich rechtzeitig gegen Grippe ... (impfen, schonen, abhören).
7. Viele Spaziergänge ... die Ärzte besonders älteren Menschen (empfehlen, beraten, betreuen).
8. Wenn Sie diese Tipps beachten, dann ... Sie Ihre Gesundheit (verwöhnen, schützen, behandeln).

b) Lesen Sie die Texte. Wer tut was für die Gesundheit? Wer hat/hatte Gesundheitsprobleme? Füllen Sie die Tabelle stichwortartig aus.

Name	Alter	Beruf	Gesundheitsprobleme	Gesundheitsaktivitäten

Elena Beketova (Studentin, 27). Ich mache jeden Morgen Sport. Das brauche ich. Ich stehe jeden Tag um 7.00 Uhr auf und gehe für eine Stunde ins Sportstudio. Dann dusche ich und frühstücke. Danach fahre ich mit dem Fahrrad zur Universität. Mittags mache ich eine Pause. Ich gehe in die Cafeteria, treffe Freunde und esse etwas. An zwei Nachmittagen habe ich frei. Dann gehe ich schwimmen. Sport ist gesund und tut gut.

Konstantinos Antoniadis (Kellner, 53). Meine Gesundheit? Ja, die ist mir sehr wichtig! Ich lebe in einem Dorf. Da gibt es viel Natur und die Luft ist noch gut. In der Stadt gibt es zu viele Autos. Ich fahre selbst viel Auto, aber im Sommer fahre ich auch gerne Fahrrad. Ich arbeite in einem Restaurant. Da muss man viel stehen und gehen. Oft tun mir dann am Abend die Füße weh und ich habe ein bisschen Rückenschmerzen. Dann gehe ich schwimmen und es geht mir wieder gut.

Sabine Kohler (Arzthelferin, 26). Ich bin Arzthelferin. Mein Beruf gefällt mir gut, aber am Abend bin ich oft sehr müde. Dann muss ich zu Hause noch putzen, waschen und kochen. Ich habe nämlich einen Sohn: Mike. Er geht schon in die Schule. Am Nachmittag macht er viel Sport. Er spielt gern Fußball. Am Abend hat er dann natürlich Hunger. Er soll kein Fast Food essen, also koche ich alles frisch. Das braucht Zeit, aber manchmal hilft mir Mike auch.

Jamila El-Said (Krankenschwester, 24). Lebe ich gesund? Ich denke nicht. Ich arbeite als Krankenschwester. Da muss man oft sehr früh aufstehen und vier Mal pro Monat auch die ganze Nacht arbeiten. Ich schlafe oft zu wenig und dann bekomme ich Kopfschmerzen. Früher habe ich geraucht, aber seit einem Jahr rauche ich nicht mehr. Das war am Anfang schwer, aber jetzt bin ich froh. Sport? Nein, ich mache keinen Sport. Das heißt, ich tanze sehr gerne. Ist das auch Sport? Beim Tanzen vergesse ich sogar meinen Stress in der Arbeit. Also ist Tanzen doch gesund, oder?

Stanka Antirova (Sekretärin, 48). Ja, meine Gesundheit ist mir wichtig. Früher war das nicht so. Früher habe ich oft Bier oder Wein getrunken. Jetzt trinke ich nur noch wenig Alkohol. Ich arbeite am Vormittag als Sekretärin, am Nachmittag gehe ich immer spazieren. Ich habe nämlich einen Hund – Fiffi. Er ist noch sehr jung und will immer viel spazieren gehen. Wir gehen oft in den Park. Dort kann er mit anderen Hunden spielen. Ich bin also jeden Tag draußen. Das tut mir gut. Ich glaube, ich lebe gesund.

c) Besprechen Sie zu zweit, wer von den Leuten wirklich gesund lebt und wer etwas für die Gesundheit tut. Begründen Sie Ihre Meinung.

d) Was halten die Leute aus dem Text vom Sport? Äußern Sie Ihre Meinung, welche Rolle Sport bei der Gesundheitsvorsorge spielt.

e) Sehen Sie sich die Bilder an, und erzählen Sie, was man machen kann, um seine Gesundheit zu schützen, nehmen Sie Stellungnahme zu diesen Maßnahmen.



Aufgabe 4. Gesund und fröhlich bis zur Rente

a) Machen Sie den „Lebenserwartungs-Test“.

 Spiel & Spaß	Bewertung			Punkte
	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	
1. Wenn ich merke, dass meine Hose plötzlich zu eng ist, dann denke ich:	Ich sollte mir eine weitere Hose kaufen.	Ich sollte etwas weniger essen.	Vielleicht sollte ich mehr Sport treiben?	
2. Wenn ich zwei unterschiedlich große Portionen Eis bekommen kann,	dann nehme ich beide.	dann nehme ich die größere.	dann nehme ich die kleinere.	

3. Wenn ich zwischen zwei Verkehrsmitteln wählen muss,	dann stresst mich das so, dass ich lieber zu Fuß gehe.	dann entscheide ich mich für das schnellere Verkehrsmittel, aber unbequemere.	dann entscheide ich mich für das bequemere, aber langsamere.	
4. Wenn man schon Sport treiben muss,	dann sollte man höchstens einmal pro Woche Billard spielen.	dann sollte man täglich mindestens eine Stunde joggen.	dann sollte man zweimal pro Woche Rad fahren.	
5. Was? Telefonieren mit dem Handy ist gesundheitsschädlich!? Wenn das wirklich stimmt,	dann telefoniere ich nie wieder.	dann ist es mir auch egal.	dann telefoniere ich in Zukunft weniger.	
6. Wenn drei Leute zur gleichen Zeit etwas von mir wollen,	dann stresst mich das so sehr, dass ich weinen muss.	dann mache ich zuerst das Wichtigste.	dann freue ich mich, dass ich so wichtig bin.	
7. Zum Thema „Fisch“ ist mein erster Gedanke,	dass er oft auch Giftstoffe enthält.	dass er gesund ist und wenig Kalorien hat.	dass er prima schmeckt.	
Gesamtzahl:				

7–9 Punkte	Sie sind zu ängstlich und sorgen sich viel zu sehr um Ihre Gesundheit. Wenn Sie 100 Jahre alt werden wollen, sollten Sie schon ein bisschen „cooler“ sein und sich nicht gleich über alles aufregen. Tun Sie lieber etwas für Ihren Körper! Essen Sie weniger und treiben Sie mehr Sport!
10–18 Punkte	Tja, Sie leben ziemlich normal, so wie die meisten Menschen. Das heißt, dass Sie manchmal schon etwas mehr für Ihre Gesundheit tun sollten. Aber keine Sorge, im Prinzip sind Sie schon auf dem richtigen Weg.
19–21 Punkte	Sie kann man wohl gar nicht aus der Ruhe bringen, was? Wenn Sie mit Stress weiter so gut umgehen und immer das richtige Maß beim Essen und beim Sport halten, dann haben Sie die besten Chancen, sehr alt zu werden.

b) Besprechen Sie in Kleingruppen.

- Welche Resultate hat der Test?
- Sind Sie mit den Ergebnissen einverstanden?
- Was werden Sie weiter in Richtung gesunder Lebensweise tun?

c) Fassen Sie die Testergebnisse mit 4-5 Sätzen zusammen. Welche Unterschiede/Gemeinsamkeiten lassen sich feststellen? Was sollte man ändern?

d) Lesen Sie den Text und finden Sie Überschriften zu den Abschnitten. Begründen Sie Ihre Entscheidung.

1

Jeder möchte lange leben, aber nicht alt werden. Die Kunst ist es also, möglich lange, gesund zu leben. Gesund und fröhlich bis zur Rente und natürlich auch danach, wer möchte das nicht? Es geht um ein gesundes Älterwerden und damit um eine solide Gesundheit auch im Alter.

Auch wenn es noch kein Patentrezept gegen das Altern an sich gibt, so kann zum Beispiel eine entsprechende Ernährung dazu beitragen, aktiv und vital das Rentneralter zu erleben. Deshalb hat sich die Vorsorge zur Medizin des 21. Jahrhunderts entwickelt.

Prävention ist das Schlagwort des 21. Jahrhunderts. Die Menschen leben länger und gesünder, als noch vor einer Generation. Das soll ein Thema eben für junge Menschen sein, die noch vital und aktiv sind. Denn Gesundheit ist wichtig!

Die „Grundarbeiten“ unseres Körpers: Herz-, Lungen- und Verdauungsfunktion laufen „mechanisch“ ab. Daran lässt sich nicht viel ändern. Aber es liegt in der Hand jedes Einzelnen, dieses „System“ zu unterstützen.

Nehmen wir an, man geht mit 65 in Rente. Bis dahin wird unsere Lunge rund 500 Millionen mal Atemluft aufnehmen, verarbeiten und weiterleiten. Das Herz wird fast 2,5 Milliarden mal schlagen und der Magen wird über 71.000 Mahlzeiten verdauen.

Das hört sich nach sehr viel Arbeit an, es ist auch so. Doch je mehr man den Körper bei diesen Grundfunktionen unterstützt, umso weniger anfällig wird man für Krankheiten und umso höher wird die theoretische Lebenserwartung sein.

Drei Faktoren beeinflussen den Gesundheitszustand und das Seelenklima eines Menschen: Bewegung, Ernährung, Kontakte.

2

Die alte Volksweisheit „Wer rastet, der rostet“ trifft den Kern der Sache. Durch Bewegung und richtige Ernährung entlastet man den Körper und Organe und ist außerdem psychisch ausgeglichener.

Bewegung ist nicht nur im Zusammenhang mit sportlicher Fitness wichtig. Es geht auch um die Beweglichkeit des Geistes. Wer nicht ein Leben lang auf den eingefahrenen Gleisen bleibt, sondern neue Wege ausprobiert, bleibt länger jung.

Bewegung hat auch mit sozialen Aktivitäten zu tun. Wenn man darauf achtet, auch mit „neuen“ Menschen Kontakte zu knüpfen, so kann man neue Perspektiven kennenlernen und den Horizont erweitern.

Auch Wandern bringt uns viele neue Eindrücke. Hier spielt die Distanz keine große Rolle, ein Spaziergang oder eine schöne Waldwanderung kann genauso viel „bringen“ wie der „Abenteuerurlaub“ in der Karibik.

3

Zu einer „gesunden Ernährung“ gehört nicht nur ausreichende Versorgung mit lebensnotwendigen Stoffen, man sollte auch Spaß beim Essen haben. Das umfasst

mindestens drei Aspekte:

1. Das Auge isst mit. Das heißt nicht, dass Sie gleich jedes Mal das Silber und Kristall auspacken müssen. Doch niemand wird bestreiten, dass eine optisch schöne Mahlzeit besser schmeckt. Schön und gesund ist auch die Farbenvielfalt: Eine Kombination von grün, rot, gelb oder orange erfreut die Augen und den Magen.
2. Es soll schmecken: Eine Mahlzeit kann sehr gesund sein, aber wenn sie nicht schmeckt, ist es in der Regel auch nicht von Nutzen.
3. Essen ist auch ein soziales Ereignis: In vielen Familien ist das gemeinsame Abendessen – an Wochenenden auch das Mittagessen – die einzige Gelegenheit, bei der alle beisammen sitzen, sich austauschen und miteinander lachen können.
4. Wer der Umwelt und sich selbst etwas Gutes tun möchte, sollte sich möglichst auf regionales Gemüse und Obst der Saison beschränken.

4

Ob am Arbeitsplatz, mit Freunden oder mit der Familie, es sind vor allem soziale Beziehungen, die das Leben lebenswert machen, d.h. Familien- und Freundeskreis pflegen und seine Hobbies nicht vernachlässigen.

Soziale Kontakte sind von größter Wichtigkeit für ein gesundes und fröhliches Leben. Sie nehmen denselben Stellenwert wie Ernährung und Bewegung ein. Hier ist die Rede von Gesundheit und Fröhlichkeit oder anders gesagt, seelischem Wohlbefinden. Das sind eng verbundene Begriffe, Grundsteine der individuellen Lebensqualität.

Soziale Geborgenheit beschränkt sich keineswegs auf das „Privatleben“ mit Familie oder Lebenspartner, es betrifft alle Lebensbereiche. Natürlich ist die Karriere wichtig, aber sie sollte nicht im Vordergrund stehen .

e) Welche Unterthemen können Sie im Rahmen dieser Textabschnitte noch bestimmen? Erklären Sie, was diese Unterthemen bedeuten und warum sie wichtig sind. Begründen Sie kurz Ihre Meinung.

f) Erklären Sie die folgenden Wörter und Wortgruppen aus dem Text. Welche Bedeutung haben diese Begriffe für die Erhöhung der Lebenserwartung?

Älterwerden, Prävention, Beweglichkeit des Geistes, Seelenklima, Lebensbereiche, Lebensqualität, Geborgenheit, Abenteuerurlaub, Lebenspartner.

g) Wie bewerten Sie den Artikel – auch aus Ihrer Erfahrung? Gebrauchen Sie dabei folgende Redemittel.

1. Folgendes war für mich neu: ...
2. Besonders im Zusammenhang mit ... finde ich folgende Informationen aus dem Artikel interessant: ...
3. Folgendes hat mir in dem Artikel gefehlt: ...

h) Anbei sind 8 natürliche Heilmittel angegeben. Beschreiben Sie, welche Auswirkung diese Heilmittel auf unsere Gesundheit haben.

Saubere Luft, viel Sonne, Mäßigkeit, genügend Schlaf, ausreichende Bewegung, vernünftige Ernährung, Wasser, Gottvertrauen, soziale Beziehungen.

i) 12 gesundheitsfördernde Lebensregeln:

Bereiten Sie sich auf eine Präsentation vor, indem Sie 1-3 Regeln ganz ausführlich und anschaulich erklären und begründen. Gebrauchen Sie dabei Bilder/Plakate (auch selbst gemalte).

1. Führe ein einfaches Leben. 2. Nicht dauernd fragen: „Wo tut’s mir weh?“
3. Liebe Deine Arbeit! 4. Um glücklich zu leben, braucht man neben seiner Arbeit unbedingt auch andere Interessen, die fesselnd und schöpferisch zugleich sind.
5. Die Kunst zufrieden zu sein. 6. Liebe die Menschen. 7. Sprich freundlich mit jedermann! 8. Der Egoist ist schlechter dran. 9. Sei konsequent in Deinen Entscheidungen! 10. Jeder Augenblick ist wichtig. 11. Pläne machen, die Freude bringen. 12. Immer mit der Ruhe!

k) Erinnern Sie sich an die 10 Gebote aus der Bibel, schreiben Sie solche zehn Gesundheitsgebote.

Aufgabe 5. Den Stress nicht so zu Herzen nehmen

a) Sehen Sie sich das Bild an. Besprechen Sie im Plenum, was das Bild darstellt und welche Probleme damit zum Ausdruck gebracht werden.



b) Lesen Sie den Dialog zwischen Ärztin und Patientin und bestimmen Sie die Gründe, warum die Patientin die Ärztin aufgesucht hat.

Das strapaziert das Herz

Ärztin. Worüber klagen Sie, Frau Schmidt?

Patientin. Ach, alles tut mir weh. Besonders mein Herz. Und heute habe ich stärkere Herzschmerzen als vor einem Monat. Ich habe schon das Rauchen aufgegeben, aber...

Ärztin. Sie rauchen also nicht mehr. Das ist gut. Und sonst? Ich sehe, Sie haben ein paar Kilo zugenommen. Habe ich recht?

Patientin. Ja, ich habe immer einen guten Appetit.

Ärztin. Nun horche ich Ihr Herz ab, und dann erzählen Sie mir weiter... Nein, ich finde nichts Gefährliches. Sagen Sie, wie sieht es in Ihrem Büro aus? Haben Sie dort eine ruhige Arbeitsatmosphäre?

Patientin. Ab und zu ärgere ich mich über meine Kollegen. Ich glaube, sie haben oft nicht Recht.. Natürlich werde ich in solchen Situationen sehr nervös. Meine Nerven sind ein bisschen strapaziert. Aber was hat das alles mit meinen Herzschmerzen zu tun?

Ärztin. Sie erleben ab und zu Stresssituationen, und das strapaziert das Herz. Und Ihr Übergewicht ist auch daran schuld. Sie müssen erst mal Ihr Gewicht korrigieren.

Patientin. Ja, Frau Doktor, können Sie mir eine Diät empfehlen? Ich möchte sehr gern schlank werden.

Ärztin. Ein paar Kilo müssen Sie abnehmen, Frau Schmidt. Aber keinen Schlankheitsterror. Es kommt ja nicht von ungefähr, dass man behauptet, das Erste, was man bei einer Abmagerungskur zu verlieren beginnt, ist gute Laune. Und gerade Depression ist in Ihrem Fall vor allem zu vermeiden.

c) Ergänzen Sie die Tabelle.

Probleme der Patientin	Ursachen der Probleme	Ratschläge der Ärztin

d) Verbinden Sie die folgenden Wortgruppen zu einer Situation zum Thema „Was strapaziert das Herz?“.

- 1) das Rauchen aufgeben, zunehmen, eine ruhige Arbeitsatmosphäre haben, die Abmagerungskur, gute Laune haben, Depression vermeiden, Risikofaktoren, unter die Lupe nehmen, erhöhten Bluthochdruck haben;
- 2) Müdigkeit, Herzschmerzen, strapaziert, das Rauchen, der Stress, das Übergewicht, Diät halten, an der frischen Luft, sich gesund ernähren, das Magengeschwür;
- 3) psychischer Stress, etwas Schlimmes dem Herzen zusetzen, hektisch und nervenaufreibend sein, Muskelkrämpfe, Abgeschlagenheit und Nervosität, seelische Belastungen, die Stresstoleranz reduzieren, die Stressanfälligkeit senken, sich ärgern, strapaziert sein, Stresssituationen erleben.

e) Übernehmen Sie die Rolle des Arztes. Berichten Sie über mögliche Ursachen der Herzbeschwerden. Welche Rezepte kennen Sie (auch aus Ihrer Erfahrung), um Stress vorzubeugen?

Aufgabe 6. Schlaf

a) Mit diesem Test können Sie herausfinden, ob Sie mit einem gesunden Schlaf gesegnet sind, oder ob bei Ihnen eine Schlafstörung vorliegt.

1. Sind Sie abends vor dem Schlafengehen müde?	- Ja, sehr. (0 Punkte) - Ja. (0 Punkte) - Nein. (1 Punkt) - Eher wach. (1 Punkt)
2. Wie lange brauchen Sie zum Einschlafen?	- Ich schlafe sofort ein. (0 Punkte) - Ich brauche länger als 10 Minuten. (0 Punkte) - Ich brauche länger als 30 Minuten. (1 Punkt)
3. Schlafen Sie nachts durch?	- Ja. (0 Punkte) - Ich wache gelegentlich kurz auf. (0 Punkte) - Ich liege lange Zeit wach. (2 Punkte) - Ich kann oft gar nicht mehr einschlafen. (3 Punkte)
4. Schnarchen Sie nachts?	- Nein. (0 Punkte) - Ja. (1 Punkt) - Es wurden schon Atemstillstände beobachtet. (2 Punkte)
5. Werden Sie morgens zur gewünschten Zeit wach?	- Mehr als 60 Minuten zu früh. (3 Punkte) - Etwas früher (10 bis 60 Minuten) .(1 Punkt) - Genau richtig. (0 Punkte) - Es fällt mir nicht leicht. (0 Punkte) - Es fällt mir sehr schwer. (3 Punkte)
6. Wann fühlen Sie sich nach dem Aufstehen frisch und munter?	- Sofort. (0 Punkte) - Nach 10 Minuten. (0 Punkte) - Nach dem Frühstück. (1 Punkt) - Erst gegen Mittag. (3 Punkte)
7. Wenn Sie den ganzen Tag betrachten, dann...?	- sind Sie durchgehend fit .(0 Punkte) - sind Sie mittags etwas müder. (1 Punkt) - sind Sie mittags sehr müde. (2 Punkte) - sind Sie tagsüber häufig müde. (3 Punkte) - schlafen Sie gelegentlich ungewollt ein. (4 Punkte)

Interpretieren Sie Ihr Ergebnis: Weniger als 10 Punkte – Sie haben einen guten bis durchschnittlichen Schlaf. Mehr als 10 Punkte – man kann davon ausgehen, dass Sie an einer Schlafstörung leiden. Wenn Sie schon länger unter diesen Symptomen leiden, ist ein Besuch beim Arzt ratsam.

b) Vergleichen Sie in Kleingruppen, welche Unterschiede/Gemeinsamkeiten lassen sich feststellen? Fassen Sie die Ergebnisse in der Gruppe kurz zusammen.

c) Lesen Sie den Text und fassen Sie seinen Inhalt mit 7-8 Sätzen zusammen.
Ausreichend Schlaf hält fit und leistungsfähig

In der globalisierten Welt läuft alles „just-in-time“¹. Wir machen die Nacht zum Tag, arbeiten gegen die innere Uhr und gönnen uns nur wenig Pausen.

Doch im dauernden Kampf gegen den Schlaf kann man nicht gewinnen. Schlaf ist lebensnotwendig für Körper und Geist. Auf Dauer führen Schlafstörungen zu Leistungsabfall, Gereiztheit und Unaufmerksamkeit.

Nur die Wenigsten kommen auf die gesunde Menge Schlaf von etwa acht Stunden pro Nacht. Dabei hat der Körper nur eine begrenzte Energiereserve, die durch die nächtliche Ruhe geschützt wird. Deshalb macht Schlafmangel ernsthaft krank. Kurzschläfer haben eine deutlich geringere Lebenserwartung als Langschläfer.

Zu wenig Schlaf auf Dauer macht dick. Das liegt zum einen daran, dass wir nachts zwölf Stunden ohne Nahrung auskommen. Zum anderen ist das Gehirn nachts sehr aktiv und verbraucht fast genauso viele Kalorien wie tagsüber.

Wer wie viel Schlaf benötigt, ist individuell unterschiedlich. Ein Erwachsener benötigt ca. 7-8 Stunden Schlaf, ein alter Mensch meist nur noch 5-6 Stunden.

Einschlafstörungen sind häufig nervös bedingt. Daneben können noch andere körperliche Beschwerden auftreten, häufig kommt es z. B. zu Kopfschmerzen oder Magen- und Darmbeschwerden.

Zu häufigen Ursachen der Schlafstörungen gehören folgende:

- Seelische Probleme wie Familienprobleme, berufliche Sorgen, Partnerverlust, Prüfungsangst oder sehr harte geistige Arbeit.
- Zu langes Fernsehen.
- Unregelmäßige Schlafenszeiten durch Schichtarbeit oder durch die Zeitverschiebung bei einer Fernreise.
- Zu schweres Essen am Abend oder coffeinhaltige Getränke.
- Lärm und schlechte Luft.
- Psychische und körperliche Erkrankungen (z. B. Schmerzen und Depressionen).
- Nebenwirkung von Medikamenten (z. B. Appetitzügler).
- Schlaftablettenmissbrauch.

Damit doch der Schlaf erholsam wirkt, gibt es folgende Ratschläge:

- ✓ Sorgen Sie tagsüber für gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung und frische Luft. Essen Sie die letzte Mahlzeit 3 bis 4 Stunden vor dem Schlafengehen.
- ✓ Vermeiden Sie schwarzen Tee, Kaffee, Cola oder größere Mengen Alkohol.
- ✓ Vor dem Schlafengehen muss man körperlich entspannen oder ein Glas warme Milch trinken, einen ruhigen Spaziergang machen.
- ✓ Halten Sie regelmäßige Schlafenszeiten ein. Gehen Sie möglichst regelmäßig zu einer bestimmten Zeit ins Bett.
- ✓ Sorgen Sie für optimale Schlafbedingungen: gute Ausstattung der Betten, gut gelüftetes Schlafzimmer, nicht zu warme Raumtemperatur (nicht über 18°C), möglichst Ruhe und Dunkelheit.
- ✓ Ein paar Seiten zu lesen, bringt häufig die nötige „Bettschwere“². Keine aufregenden Filme sehen oder sehr spannende Bücher lesen.
- ✓ Greifen Sie nicht zu beruflichen Unterlagen. Diskutieren Sie keine schwerwiegenden Probleme direkt vorm Zubettgehen.

- ✓ Mit einem Block und Bleistift am Bett können Einfälle notiert werden und so wird der Kopf wieder frei für einen gesunden Schlaf.

¹ „just-in-time“ [dʒʌst in 'taɪm] – gerade (noch) rechtzeitig

² die Bettschwere – сонливость

d) Bereiten Sie eine kurze Mitteilung zu einem der Tipps vor.

- Bereiten Sie zu Ihren Mitteilungen kurze Spickzettel vor. Schreiben Sie den Tipp lesbar auf die Rückseite des Spickzettels.
- Finden Sie passende Beispiele für jeden Tipp, die diesen veranschaulichen.
- Sind Sie damit einverstanden oder nicht? Warum? Warum nicht?

e) Besprechen Sie das in Kleingruppen.

- Welche Zusammenhänge gibt es zwischen dem Gesundheitszustand und Schlaf?
- Welche Ursachen der Schlafstörungen sind Ihnen persönlich bekannt? Wie beseitigen Sie solche Ursachen?
- Welche anderen Ratschläge können Sie noch hinzugeben?

Aufgabe 7. Heilkraft des Humors

a) Notieren Sie sich alles, was Ihnen einfällt, wenn Sie an das Sprichwort „Lachen ist die beste Medizin“ denken.

b) Lesen Sie den Text durch und vergleichen Sie Ihre Meinungen mit den Textinformationen.

Lachen ist gesund – diese alte Spruchweisheit wurde durch zahlreiche wissenschaftliche Versuche bestätigt: Lustige Menschen sind gesünder.

Es macht Spaß, die Lebensfreude wieder anzukurbeln¹. Dazu eignet sich Lachen am besten. Es steht fest: Lachen ist nicht nur eine Zaubermedizin, sondern ein natürliches Potential, das wir alle haben, ein „Geburts Geschenk“. Jeder hat schon erlebt, wie befreit und entspannt man sich nach einem Lachanfall fühlt.

Trotzdem: Nur noch rund sechs Minuten lacht der Durchschnittsbürger am Tag. Vor 40 Jahren war es noch dreimal so lang. Hat es uns das Lachen verschlagen? Oder liegt es daran, dass wir immer „erwachsener“ werden? Kinder lachen 500mal mehr als Erwachsene. Allerdings ist auch hier die Tendenz sinkend, seit die Kids schon mit fünf Jahren vor dem Computer sitzen. In einer Leistungsgesellschaft mit steigenden Anforderungen hat Humor kaum mehr Platz – das geben wir unbewusst an unseren Nachwuchs weiter.

Die körperlichen Auswirkungen des Lachens beschäftigen Wissenschaftler schon seit den 70er Jahren. Dazu hat die Forschungsrichtung sich einen ernsten Namen gegeben: Gelotologie nennt sich die Lachlehre – abgeleitet von Griechisch „gelos“, d. h. lachen. Die Gelotologen fanden heraus, dass herzhaftes Lachen zahlreiche Stoffwechselfunktionen positiv beeinflusst. Das Lachen aktiviert die Atmung,

stimuliert das Herz-Kreislaufsystem, verbessert die Durchblutung der Muskulatur, vermindert Stresshormone und fördert „Glückshormone“, regt die Verdauung an, stärkt die Immunabwehr.

Eines ist unumstritten: Die Kraft des Humors kann helfen und die medizinische Tendenz. Die Kranken verlieren für einen Moment ihre Ängste, vergessen ihre Therapie unterstützen. Zum Beispiel, in den USA liegt die Lachtherapie schon lange im Trend. In jedem Fall ist Lachen das beste Mittel gegen Stress. Versuchen Sie deshalb, eine positive Lebenseinstellung zu gewinnen und zu erhalten.

¹ ankurbeln – стимулировать

c) Beantworten Sie die Fragen zum Text.

1. Warum hält man das Lachen für eine Medizin? 2. Wer lacht mehr, Kinder oder Erwachsene? Woran liegt das? 3. Warum stand es mit dem Lachen früher anders? 4. Warum lachen heute die Kinder viel weniger? 5. Wie beeinflusst das Lachen unseren Körper? 6. Warum kann das Lachen als Therapie benutzt werden?

d) Was können Sie über die Heilkraft des Humors aus Ihrer eigenen Erfahrung sagen?

Aufgabe 8. Projekt „Rauchen oder nicht rauchen?“

a) Entscheiden Sie sich für eines der Themen.

1. Folgen von Rauchen für unseren Körper. 2. Rauchverbot. 3. Rauchen und Kinder. 4. Rauchen und Frauen. 5. Wie kann man mit Rauchen aufhören?

b) Sammeln Sie Materialien (aus Zeitungen, Zeitschriften, Internet u.Ä.).

c) Wählen Sie auch eine passende Präsentationsform für Ihr Material und bereiten Sie sich zur Präsentation im Plenum vor.

d) Erstellen Sie auch Aufgabenblätter mit 3 Aufgaben für die anderen Studenten, die sie beim Zuhören ausfüllen.

Aufgabe 9. Vorsorge ist besser als Nachsorge

a) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

Современный образ жизни ослабляет организм.

Чтобы человек не болел, его иммунная система должна бодрствовать 7 дней в неделю круглые сутки. Молодые активные люди реже имеют проблемы с иммунитетом (Immunabwehr). Иначе обстоит дело с пожилыми или работающими людьми, которые ведут сидячий образ жизни и имеют мало времени и возможностей бывать на свежем воздухе.

Современный человек очень мало двигается. Он проводит почти 2/3 дня сидя. Это плохо сказывается на здоровье. Большинство людей, которые

сетуют на головную боль, совершенно здоровы. Боль им причиняет не их физическое состояние (Schmerzen bereitet), а неправильное сидячее положение. Кроме того, из-за этого еще снижается и работоспособность, т.е. правильная поза сидячего (der Sitz) и производительность находятся в непосредственной связи.

Решение проблемы можно найти в занятиях спортом. Спорт – это всегда хороший выбор. Он поддерживает в человеке молодость и здоровье. Он помогает сократить стресс, стать более подвижным, избавиться от избыточного веса, просто почувствовать себя лучше. Каждый может выбрать подходящую форму занятий спортом. Вот несколько примеров: для человека, который хочет успокоиться (zur Ruhe kommen), подходят йога и прогулки (пешком). Бег, велоспорт, бег на лыжах (Skilanglauf) в комбинации с правильным питанием позволяют побороть избыточный вес.

b) Bilden Sie zum Thema „Vorsorge ist besser als Nachsorge“ eine Mind-Map.

c) Sprechen Sie zum Thema anhand der Mind-Map.

Aufgabe 10. Erklären Sie den Sinn der folgenden Sprichwörter. Entscheiden Sie sich für eines der Sprichwörter und bilden Sie damit eine Situation (10-15 Sätze).

1. Gesundheit ist der größte Reichtum. 2. Gesundheit schätzt man erst, wenn man krank wird. 3. Nichts ist ungesünder als krank zu sein. 4. Kühl den Kopf, die Füße warm, das macht jeden Doktor arm. 5. Dem Gesunden ist jeden Tag ein Fest. 6. Freude, Mäßigkeit und Ruh' schließt dem Arzt die Türe zu. 7. Ich möchte lieber gesund als reich sein (Cicero). 8. Der Gesunde weiß nicht, wie reich er ist. 9. Gesundheit ist nicht Alles, aber ohne Gesundheit ist Alles nichts. 10. Kurze Abendmahlzeit macht lange Lebenszeit. 11. Ruhe und Mäßigkeit kurieren das Fieber. 12. Gesundheit und Geld durchstreifen die Welt.

THEMENBEREICH 4

DIE JAHRESZEITEN UND DIE GESUNDHEIT

Aktiver Wortschatz

1	das Wetter, -s, - trübes, sonniges Wetter Das kommt vom Wetter. das Unwetter, -s, -	погода пасмурная, солнечная погода Это из-за погоды. непогода
2	der Wetterbericht, -s, -e das Wetter voraussagen (te, t), h	прогноз погоды прогнозировать погоду
3	der Wetterwechsel, -s, ohne Pl. wechselhaft Syn.: veränderlich	перемена погоды изменчивый
4	die Wetterfähigkeit, -, ohne Pl. wetterfähig	чувствительность к изменениям погоды, метеозависимость
5	die Luft, -, ohne Pl. die Heizungsluft an der frischen Luft sein	воздух воздух в отапливаемом помещении быть на свежем воздухе
6	vertragen (vertrug, vertragen), h etw. Akk. Hitze schlecht vertragen	переносить плохо переносить жару
7	der Einfluss, -es, Einflüsse Syn.: die Wirkung, -, -en auf etw. Akk. Einfluss haben auf etw./j-n Akk. Syn.: wirken (te, t), h auf etw. Akk.	влияние оказывать влияние на что-л./кого-л.
8	sich umstellen (stellte um, umgestellt), h auf etw. Akk. die Umstellung, -, en	приспосабливаться к чему-л. перестройка, переключение
9	sich anpassen (te, t), h etw./j-m Dat. sich raschem Wetterwechsel anpassen	приспосабливаться к чему-л., акклиматизироваться приспосабливаться к быстрому изменению погодных условий
10	anfällig sein für etw. Akk.	подверженный чему-л.
11	das Licht, -es, -er der Lichtmangel, -s, (ohne Pl.) die Lichttherapie, -, (ohne Pl.)	свет нехватка света светотерапия
12	die Wechseldusche, -, -n	контрастный душ
13	die Kleidung, -, (ohne Pl.) wind- und regendichte, luftige Kleidung	одежда непродуваемая и непромокаемая, легкая одежда

14	der Urlaub, -s, -e Syn.: die Urlaubszeit auf/in Urlaub sein, gehen	отпуск быть в отпуске, идти в отпуск
15	der Sonnenbrand, -es in der Sonne liegen (lag, gelegen), h sich mit einem Sonnenschutzmittel eincremen (te, t), h	солнечный ожог загорать намазаться солнцезащитным кремом
16	saisonal [ˌzeːzɔˈna:l] eine saisonale Erkrankung	сезонный сезонное заболевание
17	auftreten (trat auf, aufgetreten), s Die Symptome treten im Herbst auf.	проявляться Симптомы проявляются осенью.
18	die Depression, -, en depressiv Ant.: antidepressiv	депрессия депрессивный антидепрессивный
19	frieren (fror, gefroren), h Ich habe fürchterlich gefroren.	мерзнуть Я жутко (за)мерз.
20	schwitzen (te, t), h der Schweiß, -es, -e	потеть пот
21	sich beschränken (te, t), h auf etw. Akk.	ограничиваться чем-л.
22	lauern (te, t), h auf j-n/etw. Akk. Die Gefahren lauern auf uns an allen Ecken.	подстерегать кого-л. Опасности подстерегают нас на каждом шагу.
23	die Abwehrkraft, -, -kräfte Die Abwehrkräfte lassen nach.	защитные силы (организма) Защитные силы ослабевают.
24	schwächen (te, t), h geschwächt	ослаблять кого-л. ослабленный
25	widerstandsfähig	выносливый
26	gereizt	раздражённый
27	schlapp	вялый
28	der Kreislauf, -s	кровообращение
29	der Stoffwechsel, -s	обмен веществ
30	die Magenverstimmung, -, -en	расстройство желудка
31	die Frühjahrsmüdigkeit, -, -en	недомогание, слабость в весенний период

Aufgaben zur Festigung des aktiven Wortschatzes

Aufgabe 1. Übersetzen Sie die Substantive aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Genitiv- und Pluralform.

Погода, свет, воздух, влияние, кровообращение, обмен веществ, светотерапия, метеозависимость, прогноз погоды, перемена погоды, нехватка света, солнечный ожог, воздух в отапливаемом помещении, непогода, отпуск, защитные силы, расстройство желудка, контрастный душ, одежда.

Aufgabe 2. Übersetzen Sie die Verben aus dem Russischen ins Deutsche, nennen Sie ihre Grundformen, das Hilfsverb und die Rektion.

Приспосабливаться к чему-л., прогнозировать погоду, акклиматизироваться, переносить, проявляться, мерзнуть, оказывать влияние на что-л./кого-л., идти в отпуск, загорать, намазаться (кремом), ограничиваться, потеть, подстерегать, ослаблять.

Aufgabe 3. Setzen Sie in die Lücken fehlende Präpositionen und, wenn es nötig ist, Artikel ein.

1. Im Spätherbst beschränkt sich ein Spaziergang oft ... eine halbe Stunde. 2. Das kommt ... Wetter. 3. ... heftigen Unwettern hat man oft Probleme. 4. ... frischen Luft fühlt man sich besser. 5. Alle Jahreszeiten haben Einfluss ... Natur und somit ... Menschen. 6. Viele leiden ... Wetterfühligkeit. 6. Wenn man eine weite Urlaubsreise unternimmt, muss man sich ... anderes Klima umstellen. 7. Selbst einer kerngesunden Person ist oft schwierig sich ... raschem Wetterwechsel anzupassen. 8. Geh schnell ... Urlaub, du musst dich entspannen! 9. Von 13 bis 16 Uhr darf man nicht ... Sonne liegen. 10. Er geht ... jedem Wetter spazieren. 11. Sie ist im Winter ... Erkältungen anfällig. 12. Erkrankungen lauern ... uns ... allen Ecken. 13. Wenn es sonnig ist, muss man sich ... Sonnenschutzmittel eincremen.

Aufgabe 4. Übersetzen Sie die Adjektive aus dem Russischen ins Deutsche. Ergänzen Sie die Adjektive durch passende Substantive. Bilden Sie Sätze mit den Wortverbindungen.

Пасмурный, сезонный, ослабленный, солнечный, изменчивый, непромокаемый, легкий, депрессивный, выносливый, непродуваемый, раздражённый, вялый.

Aufgabe 5. Bilden Sie Komposita mit den folgenden Wörtern. Bilden Sie dann mit den 5 Komposita Sätze zum Thema „Jahreszeiten und Gesundheit“.

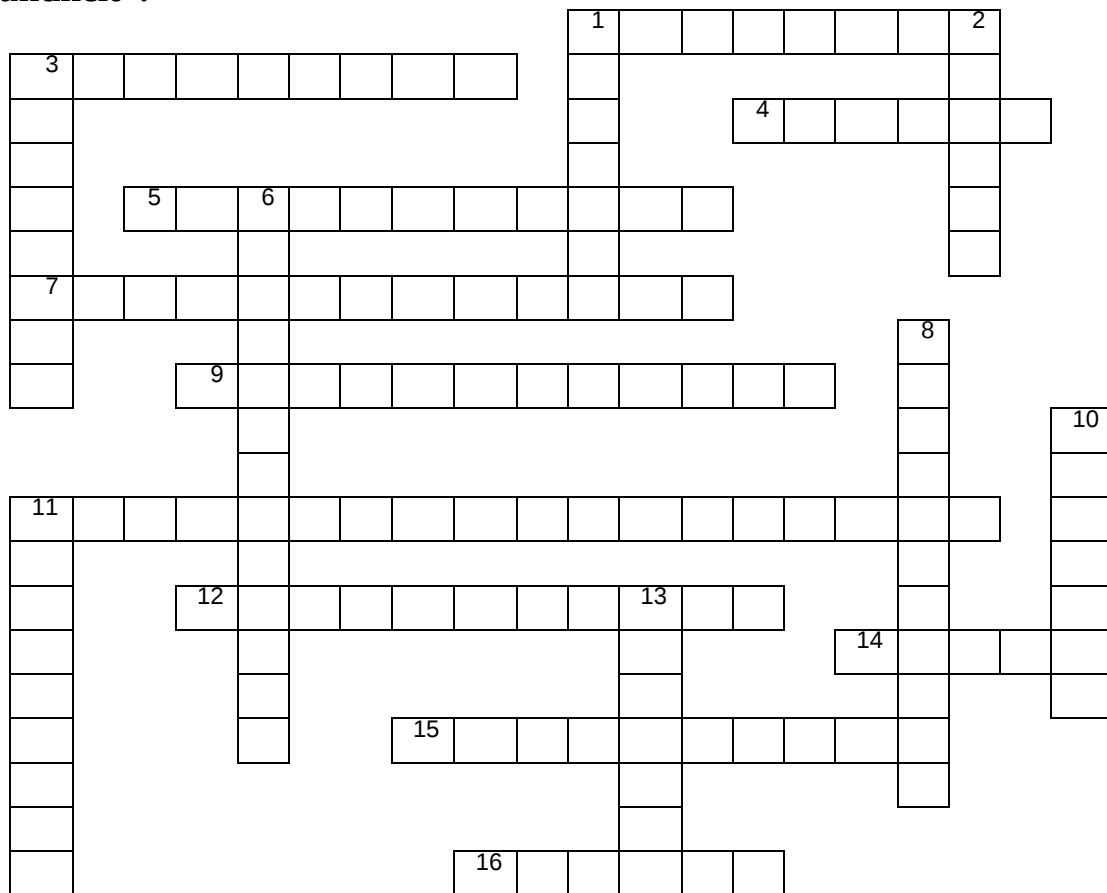
Abwehr, Kreis, Bericht, Therapie, Heizung, Kraft, Stoff, Dusche, Mangel, Lauf, Magen, Sonne, Regen, dicht, Urlaub, Zeit, Wechsel, Brand, Licht, Verstimmung, Wetter, Luft.

Aufgabe 6. Übersetzen Sie die Sätze aus dem Russischen ins Deutsche.

1. В хорошую солнечную погоду мы гораздо реже болеем, чем в пасмурную. 2. «Это из-за погоды» – именно такое объяснение плохого самочувствия можно часто услышать. 3. Зима – это серьезное испытание для здоровья и защитных сил организма. 4. Сейчас даже среди молодежи очень много метеозависимых людей. 5. Чтобы узнать о погодных изменениях, мы

слушаем прогноз погоды. 6. Воздух в отапливаемых помещениях не является здоровым, поэтому в холодное время года надо обязательно гулять на свежем воздухе. 7. Симптомы аллергии проявляются у многих только весной как сезонное заболевание. 8. Пожилые люди плохо переносят жару. 9. Люди, подверженные простудным заболеваниям, должны тепло одеваться осенью и зимой. 10. Если Вы идете в отпуск жарким летом, не стоит весь отпуск лежать на солнце, потому что это вредно для здоровья. 11. Защитные силы организма к концу зимы ослабевают, опасности подстерегают нас на каждом шагу и мы чаще болеем. 12. В феврале многие чувствуют себя вялыми и раздраженными.

Aufgabe 7. Lösen Sie das Kreuzworträtsel zum Thema „Jahreszeiten und Gesundheit“.



Waagerecht: 1) die Saison betreffend, von ihr bedingt; 3) plötzlich da sein, vorkommen; 4) dienst-, arbeitsfreie Zeit, die jmd. zum Zwecke der Erholung erhält; 5) Fähigkeit des Organismus, Krankheitserreger, Allergene u.Ä. abzuwehren; 7) Lichtbehandlung; 9) wechselhaft; 11) Mittel zum Einreiben der Haut, das die schädliche Wirkung der Sonnenbestrahlung abschwächt; 12) Mangel an Tageslicht; 14) nicht von der Sonne erhellt und relativ dunkel, nach Regen aussehend, regnerisch; 15) Niedergeschlagenheit, seelische Verstimmung, traurige Stimmung; 16) Zustand der Atmosphäre, der in Gestalt von Sonnenschein, Regen, Wind, Wärme o.Ä. in Erscheinung tritt.

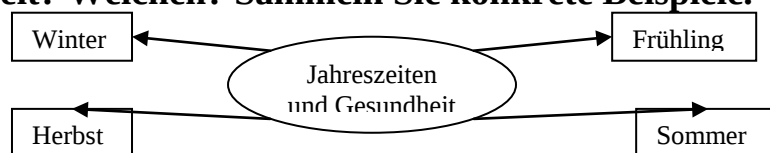
Senkrecht: 1) erschöpft, ohne Spannkraft, Energie und Schwung; 2) auf jmdn., etw. warten; 3) zu Krankheiten, Störungen neigend, widerstandsunfähig; 6) Bericht des Wetterdienstes über Wetterentwicklung; 8) starke Rötung der Haut durch zu starke Einwirkung der Sonne; 10) einen Mangel an Wärme empfinden; 11) kraftlos und schwach machen, entkräften; 13) seelisch in einem Zustand sein, in dem man auf vieles gleich nervös, böse und ärgerlich reagiert.

Aufgaben zur Entwicklung kommunikativer Kompetenz

Aufgabe 1. Jahreszeiten und Gesundheit

a) Welche Jahreszeiten mögen Sie am besten? Warum? Tauschen Sie aus.

b) Gibt es Ihrer Meinung nach einen Zusammenhang zwischen Jahreszeiten und Gesundheit? Welchen? Sammeln Sie konkrete Beispiele.



Aufgabe 2. Jahreszeiten und ihr Einfluss auf die Gesundheit.

a) Lesen und markieren Sie den Text nach den Markierungsregeln.
(*Methodenkoffer)

Der Frühling

Der Frühling ist die Jahreszeit, auf die man sich am meisten freut. Endlich wird es wärmer! Die Natur erwacht, in den frühen Märztagen klettert das Thermometer in manchen Jahren erstaunlich hoch, und man hat den Eindruck, die grauen, kalten und feuchten Tage hinter sich zu haben. Die dunkle Jahreszeit endet, und der Frühling zieht ein. Die Menschen sehnen sich nach der Wärme der Sonne und nach den bunten Farben der Natur. Der Frühling ist die Zeit des Jahres, in der alles zum neuen Leben erwacht. Es wird ganz leicht ums Herz. Die Vögel zwitschern und singen ihre Lieder. Der lange, trübe Winter ist vorüber, die Tage werden endlich wieder freundlicher, heller und länger. Die Luft wird milder und hat einen Geruch, der gut für das Wohlbefinden ist. Wir fühlen uns befreit. Alles in allem, der Winterschlaf der Menschen und der Natur ist zu Ende. Das Frühjahr ist die Jahreszeit der Diät. Es werden mindestens 30 Prozent „auf Diät sein“ und versuchen, ein paar Kilo abzunehmen. Zu keiner Jahreszeit melden sich mehr Menschen im Fitness-Center an. Zudem bietet das Frühjahr frisches Gemüse und im späten Frühjahr auch wieder frisches Obst. Es gibt aber auch Menschen, die unter dem Frühlingserwachen leiden. Das sind vor allem Allergiker, die auf Blütenstaub allergisch reagieren.

Der Sommer

Der Sommer ist neben dem Frühling die beliebteste Zeit des Jahres. Endlich hat man genügend Zeit, den Hobbies nachzugehen, die man vielleicht schon länger

nicht mehr richtig genießen konnte. Der Sommer ist die Zeit, in der man normalerweise die schönsten und unbekümmertsten Wochen des Jahres durchlebt – es ist Urlaubszeit. Eine spannende Sache ist das Wetter im Sommer. Das schöne Wetter hat den Vorteil, dass man viel Zeit an der frischen Luft verbringen kann. Wenn die Sonne scheint, lockt das Meer zum Baden, man kann eine Wanderung im schattigen Wald unternehmen oder ein Eis vor einem Café schlecken. Aber das Sommerwetter ist oft veränderlich, deshalb leiden viele Menschen an Kopfschmerzen. Man kann das Sommerwetter in aller Regel max. für 3-5 Tage voraussagen – und auch dann ist es oft falsch. Also Sommer und Sonne ziehen viele Menschen ins Freie. Sonne macht gute Laune, viele Stunden werden in der Sonne verbracht. Das Risiko des Hautkrebses durch intensive Sonneneinstrahlung ist den meisten bekannt, aber es hält viele nicht davon ab, über viele Stunden in der Sonne zu liegen. Ende August tauchen alle Urlauber nacheinander alle wieder auf – jeder erzählt von seinen Urlaubserlebnissen. Man hört von Sonnenbränden, die zwei Drittel des Urlaubs verdorben haben, und von Magenverstimmungen, die nur deswegen aufgetreten sind, weil man einmal einen verdorbenen Fisch verspeist hat. Aber im Endeffekt sind alle zufrieden, es war ein schöner Sommer, man hat sich gut erholt und ist wieder für die Arbeit und den bevorstehenden Herbst fit.

Der Herbst

Der Herbst ist eine interessante und abwechslungsreiche Jahreszeit, denn es ist alles vertreten: Vom strahlenden Sonnenschein der rot gefärbten Bäume über ungemütliche Tage mit Regen und Wind bis hin zu Nebel und dem ersten Frost. Der Herbst ist eine „zweigeteilte“ Jahreszeit. Einmal wegen des so genannten Altweibersommers, der sich gravierend von den grauen, trüben Herbsttagen unterscheidet. Zum Zweiten, weil der Herbst die Jahreszeit ist, welche die warme Zeit im Sommer von der kalten Winterzeit trennt. Die Natur vollführt ein farbenprächtiges Schauspiel, bevor sie sich für die nächsten Monate endgültig zurückzieht. Es gibt den ersten Nachtfrost und die Morgenluft hat schon einen winterlichen Charakter. Der Winterschlaf wird vorbereitet. Die Tage werden kürzer, Nebel und Wolken verhüllen die Sonne, die Zeit der trüben Tage beginnt. Für die meisten Menschen ist der Herbst nicht gerade die Lieblingsjahreszeit. Die allgemeinen Abwehrkräfte des Körpers lassen im Herbst nach, da es durch weniger Sonne in der Haut weniger Vitamin D gibt. Deswegen klagen in dieser Zeit die Menschen häufiger über Störungen des Wohlbefindens. Bei mehr als 10% führt das zu einer Verschlechterung der Stimmung und Leistungsfähigkeit, und zu Energielosigkeit. Man schläft länger und ist trotz mehr Schlaf oft auch am Tag müde. Es handelt sich dabei um eine saisonale Depression, da die Symptome meist im Oktober oder November auftreten und im März oder April wieder verschwinden, wenn die Tage länger werden. Meist genügt in solchen Fällen ein Spaziergang von mindestens einer halben Stunde, und dies bei jedem Wetter! Denn Tageslicht hat eine gute antidepressive Wirkung auf unseren Organismus. Darüber hinaus sollte man in dieser Jahreszeit mehr auf eine ausgewogene Ernährung und Bewegung an der frischen Luft achten, Kleidung mit fröhlichen, frischen Farben

tragen. Das wirkt positiv auf die Stimmung. Schöne Musik, eine Duftlampe mit Duftöl, ein entspannendes Bad oder eine Tasse Tee verbessern auch die Laune und sorgen für das Wohlbefinden.

Der Winter

Der Winter ist eigentlich eine der friedlichsten und ruhigsten Jahreszeiten. Die Natur ist zur Ruhe gekommen, die Bäume sind kahl, und die Tiere halten Winterschlaf. Keine Kinder auf dem Spielplatz, keine Spaziergänger unterwegs. Aber gerade im Winter gibt es jede Menge Aktivitäten, die auch richtig stressig werden können! Es ist ja die Zeit des Weihnachtsfestes und des Jahreswechsels. Klassisch ist zum Beispiel ein „Geschenkeinkaufsmarathon“. Gerade hier lauern viele Gefahren, denn Menschenansammlungen schaffen die ideale Voraussetzung für eine schnelle Virenverbreitung. Im Winter friert man oft. Kaum jemand kommt im Winter auf die Idee, etwas kaltes wie Eis zu essen. Ein warmer Tee oder andere warme Getränke sorgen für angenehme Wärme. Die kurzen Tage wirken eher negativ auf die Stimmung. Die Menschen fühlen sich müde und schlapp und die Laune sinkt. Das sind die Folgen des Lichtmangels, die man oft als Winterdepression bezeichnet. In den nördlichen Ländern, wo es manchmal tagelang nicht richtig hell wird, ist sie weit verbreitet. Eine Alternative bietet Lichttherapie. Zu den allgemeinen Maßnahmen gehören auch Spaziergänge an der frischen Luft oder Joggen, Tee oder Glühwein und Gebäck am Kamin, um die unfreundlich kalte Jahreszeit zu überstehen. Wer im Winter fit bleiben will, soll sich bewegen. Untersuchungen haben gezeigt, dass Laufen positiv auf die Stimmung wirkt. Ist man bereits erkältet, sollten sich sportliche Betätigungen auf Spaziergänge an der frischen Luft beschränken. Neben all dem „Winterstress“ gibt es etwas, worauf man sich besonders freut: Wintersport, was aber oft mit einer Gefahr – Knochenbrüchen – verbunden ist, wenn man ein „Nichtfachmann“ ist. Beim Wintersport sollte man auf die richtige Kleidung achten. Die muss warm halten, wind- und regendicht sein. Sobald die Grenze vom alten zum neuen Jahr überschritten ist, hat man subjektiv den Eindruck, dass es irgendwie aufwärts geht. Die meisten Bürger haben die fünfte Erkältung hinter sich, sind geschwächt und blass, aber voller Vorfreude auf den bevorstehenden Frühling.

b) Erstellen Sie einen Spickzettel zu Ihrem Text, dabei darf der Spickzettel höchstens sieben Wörter und möglichst viele Zeichen und Symbole enthalten.

c) Erzählen Sie die Texte nach Ihrem Spickzettel in Kleingruppen nach und füllen Sie beim Zuhören die Tabelle stichwortartig aus.

	Frühling	Sommer	Herbst	Winter
Wettererscheinungen				
Typische Erkrankungen				
Worauf muss man achten				
Freizeitmöglichkeiten				

d) Besprechen Sie folgende Fragen.

1. Was haben Sie früher über die einzelnen Jahreszeiten gewusst? 2. Welche Informationen waren für Sie neu? 3. Was haben Sie selber erlebt?

e) Erweitern Sie ein Gespräch „Jahreszeiten und Gesundheit“ zwischen einem Optimisten (O.) und einem Skeptiker (S.).

S. (sieht ins Fenster): Ich möchte gern spazieren gehen, aber es regnet den ganzen Tag. Der Herbst Man kann sich leicht erkälten.

O.: Und ich habe den Herbst doch gern

S.: Bald kommt auch der Winter. Ich friere schon jetzt, wenn ich daran denke

O.: Ich weiß, alle Kinder erwarten den Winter mit Ungeduld. ...

S.: Das schon, aber jeden Winter liege ich im Bett mit Temperatur. ...

O.: Aber nach dem Winter kommt der Frühling. Ich hoffe, der Frühling gefällt dir.

S.: Wie man es nimmt. ...

O.: Warum siehst du nur das Schlechte? Der Frühling ist, meiner Meinung nach, die schönste Jahreszeit für viele Menschen. ...

S.: Das ja, aber ich habe Angst vor dem Gewitter. ...

O.: Und Sommer? Hoffentlich hast du nichts gegen den Sommer? ...

S.: Und die Hitze? ...

O.: Du hast einen unmöglichen Charakter. ...

Aufgabe 3. Der Winter

a) Lesen Sie den Text. Notieren Sie Ratschläge als Imperativsätze (2.P. Sg.).

Der Winter ist eine harte Probe für Ihre Gesundheit und Ihre Abwehrkräfte: Kälte, wenig Licht, trockene und warme Zimmerluft sowie nasses und kaltes Wetter schwächen Ihr Immunsystem. Und dann sind Sie manchmal noch von erkälteten Partnern oder Kindern, von hustenden Arbeitskollegen oder Freunden umgeben. Aber Sie können viel dafür tun, damit Sie auch in dieser Jahreszeit gesund bleiben. Ein einfaches Mittel – öfter mal am Tag eine heiße Tasse Tee oder Kakao trinken. Das tut nicht nur dem Körper gut, sondern auch der Seele. Überhaupt ist es wichtig, auch im Winter viel zu trinken (ca. zwei Liter am Tag). Früchtetee oder Mineralwasser sind dafür am besten geeignet. Und gegen trockene, warme Luft in den geheizten Zimmern hilft einfach, dass Sie regelmäßig lüften. Essen Sie in dieser Jahreszeit besonders abwechslungsreich und vitaminreich. Wenn Sie fünfmal am Tag frisches Obst und Gemüse zu sich nehmen, stärkt das Ihre Abwehrkräfte. Besonders wichtig sind Vitamin C (in Äpfeln, Kiwis oder Kohl) und – zum Schutz von Nase und Hals – Vitamin A (in Milchprodukten oder Fisch). Gehen Sie täglich aus dem Haus, auch wenn es draußen nass und kalt ist. Das kann eine Wanderung im Schnee sein oder auch ein Spaziergang mit Regenschirm. Bewegung an der frischen Luft tut gut – sie aktiviert Ihren Blutkreislauf. Natürlich sollten Sie dabei so angezogen sein, dass Sie nicht frieren. Danach genießen Sie Ihre warme und gemütliche Wohnung um so mehr. Vermeiden Sie, zu lange angespannt zu arbeiten – übermäßiger Stress schadet dem Immunsystem, und im Winter um so mehr. Nutzen Sie viele Gelegenheiten, sich zu entspannen. Dazu

gehören ausreichender Schlaf in der Nacht, aber auch so einfache Dinge am Tag, wie hin und wieder etwas Bewegung bei langer Tätigkeit im Sitzen, kleine Pausen im Arbeitsprozess, eine ruhige, erholsame Stunde am Abend bei Musik oder ein Treffen mit Freunden, bei dem das Lachen nicht zu kurz kommt. Diese Tipps und noch viele weitere können Ihnen helfen, den Winter gesund zu überstehen. Dann haben Husten und Schnupfen bei Ihnen keine Chance.

b) Welche Tipps gegen Erkältungen im Winter können Sie selbst geben?

c) Bilden Sie einen Dialog zum Thema „Winter: Eine harte Zeit für die Gesundheit?“

Aufgabe 4. Der Frühling

a) Lesen Sie den Text durch und wählen Sie eine passende Überschrift. Begründen Sie kurz Ihre Entscheidung.

Licht und Wärme wecken im Frühjahr Gefühle in Schwung. Den Frühling mit Wärme und Blüten begrüßen zwar die meisten Menschen, doch die Hälfte klagt über Krankheitsgefühle oder Unwohlsein. Viele Studien zeigen, dass gerade im Frühling viele Menschen unter Frühjahrsmüdigkeit und Nervosität leiden.

Die Blutgefäße passen sich den Temperaturen an: Bei Wärme werden sie weit, bei Kälte wieder enger. Oft können sie sich im Frühjahr aber nicht schnell genug an die raschen, häufigen und teils extremen Wetterwechsel anpassen. Schwindel und Kopfschmerzen sind die Folgen. Eine gute Hilfe kann ein gezieltes Gefäßtraining leisten, z.B. Wechseldusche.

Der Wechsel vom Winter in den Frühling schlägt besonders auf die nervösen Steuerungsmechanismen. So sinkt im Frühjahr die Zahl der Morgenmuffel auf die Hälfte. Nervosität nimmt zu. Im Mai und Juni erleben Depressive besonders häufig schwere Episoden. Etwa 54 Prozent der Männer und 60 Prozent der Frauen werden laut Umfragen von Frühjahrsmüdigkeit betroffen: Sie fühlen sich schlapp, müssen immerzu gähnen, sind unkonzentriert und gereizt. Dabei sollte der Frühling eigentlich für gute Laune sorgen, denn die Tage werden länger, und die Luft wird wärmer, Blumen blühen, und es zeigt sich das erste Grün.

Der vorausgegangene Winter hat zudem an den körperlichen Reserven gezehrt, weil man sich häufiger mit Infektionskrankheiten auseinandersetzen musste und weniger Bewegung hatte. Aber wenig frische Luft und wenig Bewegung bedeuten für den Körper weniger Sauerstoff, der Stoffwechsel verlangsamt sich. Man wird müde und träge. Frische Luft und Sport sind daher im Frühjahr besonders wichtig – das bringt den Kreislauf wieder in Schwung und regt den Stoffwechsel an. Hilfreich ist körperliche Bewegung wie Joggen, Walken *[ˈvɔ:kʰn]* oder Radfahren.

Außerdem isst man im Winter mehr fettreiche Speisen, was zu Gewichtszunahme führt. Nach dem Winter fehlen dem Körper Vitamin- und Mineralstoffe. Jetzt müssen frisches Gemüse und Obst als Fitmacher auf den Tisch. Frisches Obst und

Zitrusfrüchte machen nicht nur munter, sondern stärken auch das Immunsystem gegen Viren und Bakterien. Besonders heimisches frisches Gemüse, beispielsweise Möhren, Lauch und Frühlingszwiebeln sind zu empfehlen. Zum Frühjahrsprogramm dazu gehört auch viel Flüssigkeit, mindestens zwei Liter pro Tag. Ideal sind Wasser, verdünnte Fruchtsäfte oder Kräutertees. Erstes Motto aber soll sein: Zwingen Sie sich zu nichts. Wenn man sich trotzdem mal müde fühlt, ist auch ein Nickerchen zwischendurch erlaubt. Dem Ratschlag aber, möglichst viel zu schlafen, soll man nicht so direkt folgen: Wer den Schlaf künstlich in die Länge zieht, riskiert sich noch erschöpfter und müder zu fühlen. Außerdem verstärken Schlafüberdosierungen die Neigung zur Depression.

Nach Informationen aus dem Internet

b) Welche Unterthemen finden Sie im Text, notieren Sie diese in Form von kurzen Untertiteln.

c) Erklären Sie folgende Begriffe aus dem Text.

Frühjahrmüdigkeit, Wetterwechsel, Gefäßtraining, Morgenmuffel, Infektionskrankheiten, Wechseldusche, Gewichtszunahme, Fitmacher, Nickerchen, Schlafüberdosierungen, Depression.

d) Sammeln Sie im Text positive und negative Prozesse, die für den Gesundheitszustand im Frühling charakteristisch sind.

Wetter	Gesundheitszustand	positive/negative	Ihre Beispiele
Licht und Wärme	bringen Gefühle in Schwung	positive	...
...			

e) Beschreiben Sie, was ist für den Gesundheitszustand im Frühling charakteristisch, halten Sie sich dabei an Ihre Notizen in der Tabelle.

f) Ihre Gesundheit im Frühling

1. Wie fühlen Sie sich im Frühling? Warum? 2. Kennen Sie das Gefühl der Frühlingsmüdigkeit? Was tun Sie dagegen?

Aufgabe 5. Der Sommer

a) Lesen Sie den Text durch und wählen Sie eine passende Überschrift. Begründen Sie kurz Ihre Entscheidung.

Der Sommer kommt und mit ihm die große Hitze. Was können wir tun, um uns zu schützen? Der Körper stellt bei großer Hitze die Gefäße in der Haut weit und produziert mehr Schweiß. Der Schweiß kühlt die Haut und hilft, die Körpertemperatur trotz Hitze konstant zu halten. Unter extremen Bedingungen, vor allem bei heißem Wetter, kann dieses Kühlsystem jedoch überlastet sein und es kommt dann zu gesundheitlichen Problemen. Ungeeignete Kleidung, Flüssigkeitsmangel sowie zu viele körperliche Aktivitäten verstärken die Belastung

zusätzlich. Der Körper leidet dann unter Flüssigkeitsverlust und Wärmestau. Besonders Ältere und Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen haben dabei Probleme mit der Gesundheit. Symptome dafür sind vor allem Erschöpfung, Übelkeit, Aggressivität, Kopfschmerzen und Schwindel. Da unser Körper zu 80% aus Wasser besteht, ist es wichtig, den Flüssigkeitsverlust durch etwa 1,5 Liter täglich zu ergänzen. An sehr heißen Sommertagen kann der Körper aber sogar bis 3-4 Liter benötigen. Außer Flüssigkeiten kann man noch folgendes empfehlen: Essen Sie leichte Speisen, denn fettreiche oder üppige Mahlzeiten liegen schwer im Magen und belasten den Körper sehr. Für den Sommer empfiehlt sich helle, luftige Kleidung aus Naturstoffen, dadurch kann man einen Hitzestau im Körper vermeiden. Man sollte auch eine Kopfbedeckung tragen. Vermeiden Sie Überanstrengungen, denn das erhöht die Körperwärme, deswegen sollte man Sport in den frühen Morgenstunden oder am Abend treiben. Lüften Sie morgens und abends Ihre Wohnung gut durch und schließen Sie tagsüber Rollläden und Jalousien. Wenn es gar nicht mehr geht, können Sie zur schnellen Abkühlung kaltes Wasser über die Handgelenke laufen lassen oder noch besser ein kaltes Fußbad nehmen. Dadurch wird der Kreislauf wieder gestärkt.

Nach Informationen aus dem Internet

b) Finden Sie im Text, welche Kombinationen „Adjektiv+Substantiv“ möglich sind. Bilden Sie damit Beispielsätze zum Inhalt des Textes mit *denn*, *weil*, *da*.

Kleidung, Anstrengung, Hitze, Mahlzeiten, Probleme, Speise, Morgenstunde, Wasser, Sonneneinstrahlung.	gesundheitslich, direkt, fettreich, leicht, ungeeignet, groß, kalt, luftig, üppig, hell, früh, körperlich.
---	--

c) Ratschläge für den Sommer.

1. Schematische Darstellungen: Finden Sie im Text Ratschläge für den Sommer. Erstellen Sie zu diesen Tipps schematische Darstellungen und formulieren Sie die Tipps schriftlich auf die Rückseite in der 2. Person Sg. Imperativ.
2. Lassen Sie dann Ihre Studienkollegen raten, was Sie gezeichnet haben.
3. Äußern Sie sich zu den Ratschlägen.
 - Welche Ratschläge finden Sie vernünftig/nicht sinnvoll?
 - Welchen Ratschlägen folgen Sie selber?
 - Welche Ratschläge können Sie aus Ihrer eigenen Erfahrung geben?

d) Verhalten in der Sonne.

Lesen Sie die Aussagen durch und entscheiden Sie, ob sie richtig (r) oder falsch (f) sind. Kreisen Sie den jeweiligen Buchstaben ein, dann erhalten Sie von oben nach unten gelesen ein Lösungswort.

	r	f
1. Bevor du in die Sonne gehst, solltest du dich mit einem Sonnenschutzmittel eincremen.	S	T
2. Du kannst den Lichtschutzfaktor deines Sonnenschutzmittels durch	A	O

mehrmaliges Eincremen erhöhen.

3. Nach dem Schwimmen solltest du dich wieder eincremen.

4. Von 11–15 Uhr ist die Sonne am stärksten.

5. Ein Sonnenbrand tut zwar weh, ist aber nicht gefährlich.

6. T-Shirt und Sonnenhut sind ein guter Schutz gegen zu viel Sonne.

7. Dein Kopf braucht keinen Sonnenschutz, deine Haare schützen dich.

8. Auch deine Lippen sind empfindlich, benutze einen Pflegestift mit Lichtschutz.

9. Schau nie direkt in die Sonne.

10. Setze eine Sonnenbrille zum Schutz deiner Augen auf.

11. Im Urlaub solltest du dich erst langsam an die Sonne gewöhnen und viel in den Schatten gehen.

12. Im Süden, in den Bergen und am Meer benötigst du einen hohen Lichtschutzfaktor.

N	S
N	E
P	E
N	B
C	S
C	H
H	S
U	T
T	Z
Z	O

e) Besprechen Sie die Fragen.

1. Welche Ratschläge für Verhalten in der Sonne kannten Sie früher? Welche waren für Sie neu?
2. Warum ist es wichtig, sich an diese Ratschläge zu halten?
3. Welche Tipps kennen Sie noch?

Aufgabe 6. Der Herbst

a) Lesen Sie den Text durch und wählen Sie eine passende Überschrift. Begründen Sie kurz Ihre Entscheidung.

Die warme Jahreszeit ist vorbei. Langsam wird es draußen kälter und regnerischer. Jetzt beginnt wieder die Hustensaison. Milliarden von Viren und Bakterien fliegen durch die Luft. Die Ansteckungsgefahr wächst. Unser Immunsystem wird durch feuchte Kälte geschwächt. Die Tage werden wieder kürzer: Wir müssen dann morgens wieder im Dunklen aus dem Haus und kommen am späten Nachmittag ebenfalls bei Dunkelheit zurück. Die Temperaturen sinken. Wir müssen uns warm anziehen. Und das wahre Problem: Rund um uns sind bereits wieder viele Menschen erkältet, sie husten und niesen. Wie kann man denn die Abwehrkräfte stärken, um gesund und vital durch den Herbst zu gehen? Hier sind einige Tipps: Man steckt sich im Herbst leicht an, weil in beheizten Räumen wieder trockene Luft herrscht, und deshalb vermehren sich Viren und Bakterien schnell. Unser Körper braucht eine Luftfeuchtigkeit von 45 bis 55 Prozent. Wenn die Luft zu trocken ist, gibt es viele Möglichkeiten dagegen zu kämpfen: Man kann feuchte Tücher im Raum aufhängen oder Wasserschalen auf die Heizkörper stellen.

Bemühen Sie sich, einmal am Tag vom ganzen Herzen zu lachen. Humor und gute Laune stärken das Immunsystem, weil sich im Gehirn dabei viele Glückshormone bilden. Das macht stark gegen schlechte Herbststimmung und gegen Infektionen.

Achten Sie darauf, dass die Verdauung richtig funktioniert, das ist eine wesentliche Basis für die Immunkraft. Siebzig Prozent der Abwehrkräfte werden im Darm

gebildet und stabilisiert. Daher sollte man im Herbst nicht zu viel, nicht zu üppig, nicht zu fett und nicht zu süß essen. Das bedeutet: mehr Obst und Gemüse, am besten aus der Region. Damit tankt man viele Vitalstoffe.

Trinken Sie jeden Tag auch in der kühlen Jahreszeit zwei Liter Wasser und treiben Sie Sport. Auf diese Weise kann man Gift- und Schadstoffe schneller aus dem Körper abtransportieren. Und das hilft wieder dem Immunsystem.

Wenn Sie hohe Temperaturen vertragen, ist es ratsam, im Herbst regelmäßig in die Sauna zu gehen: Das ist gut für Kreislauf, Stoffwechsel und Abwehrsystem. Man kann sich aber auch im Badezimmer daheim abhärten: mit Wechselduschen. Dabei ist es wichtig, dass man immer mit einer kurzen, kalten Dusche endet. Im Herbst ist es auch sehr gut fürs Immunsystem, wenn man sich zweimal die Woche abends Zeit für ein Wannenbad nimmt. Man badet zwanzig bis dreißig Minuten. Dann geht es ab ins Bett.

Sehr bewährt für Vitalität und Gesundheit im Herbst hat sich Wassertreten nach Pfarrer Kneipp. Man lässt in die Bade- oder Duschwanne kaltes Wasser etwa dreißig Zentimeter hoch ein und geht zwischen zwanzig und sechzig Sekunden darin im Storchenschritt umher. Danach werden die Füße gut abgetrocknet. Man zieht Wollsocken an und läuft dreißig Minuten damit in der Wohnung umher.

Achten Sie auch auf einen erholsamen, ungestörten Schlaf von sieben bis acht Stunden pro Nacht. Dabei regeneriert sich der Körper am besten und stärkt das Immunsystem.

Nach Informationen aus dem Internet

b) Finden Sie im Text, was die Zahlwörter bedeuten, und bilden Sie mit erstellten Wortverbindungen Finalsätze zum Inhalt des Textes.

7, 55, 30, 60, 2, 70, Millionen, 20, Milliarden.

c) Bilden Sie zum Inhalt des Textes Sätze mit den vorgegebenen Wörtern.

1. Kälte, Hustensaison. 2. Ansteckungsgefahr, Immunsystem. 3. Temperaturen, Problem. 4. Luft, sich vermehren. 5. Lachen, Infektion. 6. Schlaf, sich regenerieren. 7. Region, Vitalstoffe. 8. Wasser, abtransportieren. 9. Sauna, Badezimmer. 10. Storchenschritt, Füße. 11. Wollsocken, Immunsystem. 12. Verdauung, Immunkraft.

d) Formulieren Sie Fragen zum Inhalt des Textes und lassen Sie Ihre Studienkollegen diese beantworten.

e) Formulieren Sie zu dem Inhalt des Textes 2 richtige und 2 falsche Aussagen und lassen Sie Ihre Studienkollegen bestimmen, welche Aussagen dem Text entsprechen.

f) Äußern Sie sich zu den Fragen.

1. Haben Sie im Herbst Probleme mit Ihrer Gesundheit? Welche? Womit ist es verbunden? 2. Welche Maßnahmen treffen Sie, um gesundheitliche Probleme im Herbst zu vermeiden? 3. Welche Tipps aus dem Text würden Sie gerne ausprobieren? Warum? 4. Welche Tipps für den Herbst können Sie selber geben?

Aufgabe 7. Jahreszeiten: Probleme und Empfehlungen.

a) Übersetzen Sie aus dem Russischen ins Deutsche.

Человек является частью природы и поэтому во многом зависит от изменений в природе, от смен пор года и погоды. Весной, когда дни становятся длиннее и постепенно теплеет, наше настроение улучшается, мы, как правило, чувствуем себя лучше как физически, так и душевно. Однако в этот период времени начинают цвести деревья и растения, и у многих появляются проблемы: аллергия. Летом, когда много солнца и тепло, улучшается и наше самочувствие. Кроме того, летом мы проводим много времени на свежем воздухе, много двигаемся, едим большей частью свежие фрукты и овощи. Все это положительно влияет на наш организм и укрепляет иммунитет. Осенью же начинается сезон дождей, а вместе с ним и сезонные проблемы со здоровьем: чаще всего это простудные и вирусные заболевания. Поэтому стоит избегать мест, где много людей, так как в этом случае повышается риск заразиться. Зимой, когда мало света, холодно и сыро, мы чаще сидим дома, мало двигаемся, больше едим и при этом предпочитаем более жирную пищу, наша иммунная система ослаблена и мы чаще болеем. В зимний период надо больше внимания уделять своему здоровью: заниматься спортом, правильно и сбалансированно питаться, высыпаться. Независимо от времени года и погоды, однако, всем рекомендуется хорошее настроение и смех – это самые эффективные средства в борьбе с болезнями.

b) Erklären Sie, was diese Probleme bedeuten und welche Ratschläge man dabei geben kann.

Depression, Erkältung, Frühjahrsmüdigkeit, Halsschmerzen, Husten, Kreislaufprobleme, Gewichtszunahme, Flüssigkeitsverlust, Ansteckungsgefahr.

c) Diskutieren Sie über folgende Fragen, begründen Sie dabei Ihre Meinung.

1. Zu bestimmten Jahreszeiten werden Menschen häufiger krank? Wovon hängt das ab? 2. In einigen Ländern herrscht fast immer Sommer. Welche Vor- und Nachteile sehen Sie dabei? 3. Gibt es schöne und schlechte Jahreszeiten?

Aufgabe 8. Wetterfähigkeit.

a) Lesen Sie den Text, überlegen Sie, welcher Titel dazu passt. Begründen Sie Ihre Entscheidung.

¹ Bekanntlich ist der Mensch, als Bewohner unserer Erde, ein wichtiger Bestandteil der Natur. Und ein wichtiges Element dieser Natur sind die Jahreszeiten. Und diese Jahreszeiten ihrerseits haben wiederum Einfluss auf

diese Natur. Und somit haben sie auch einen großen Einfluss auf die Menschen.
 5 Der Wechsel der Jahreszeiten bedeutet für den Menschen immer eine Umstellung. Die Jahreszeiten mit ihren unterschiedlichen Wetterlagen und Temperaturen beeinflussen unser psychisches, aber auch unser physisches Wohlbefinden. Sie haben Einfluss darauf, ob wir gut oder schlecht gelaunt sind, ob wir anfällig für Erkältungskrankheiten oder andere körperliche Leiden sind.
 10 Kennen Sie das? Es regnet, und Sie haben plötzlich Kopfschmerzen oder das Denken fällt Ihnen schwer. „Das kommt vom Wetter“, sagen viele Menschen. Andere meinen, das stimmt nicht. Tatsächlich leiden ca. 30 % der Menschen in Mitteleuropa unter Wetterfühligkeit. Aber Ärzte sagen, das ist keine richtige Krankheit. Es gibt keine Beweise. Doch auch in Zimmern mit Klimaanlage
 15 leiden Menschen unter Wetterfühligkeit. Aber in schlechten Zeiten, zum Beispiel im Krieg, sind die Menschen weniger wetterfühlig. Ist Wetterfühligkeit neu, nur ein Problem von Menschen in modernen Ländern? Man weiß es nicht. Und doch geht es den Menschen bei Sonnenschein gut, sie lachen viel und sind fröhlich und gut gelaunt. Regnet es
 20 aber und ist der Himmel grau, dann sind viele Menschen traurig und haben wenig Lust auf ihre Hobbies.

b) Stimmen Sie dem Gedanken in den Zeilen 7-9 zu, dass Wetterfühligkeit in den schwierigen Zeiten weniger verbreitet ist. Begründen Sie Ihre Meinung.

c) Zu welchem Satz im Text passt die Aussage unten? Finden Sie den Satz und notieren Sie die Zeilen.

- a) Das Wetter ist schlecht und ich bin traurig.
- b) Eine Krankheit ist das nicht.
- c) Zum Beispiel meine Großmutter mit ihren acht Kindern hatte wenig zu essen. Dann die Kriegsjahre! Wetterfühligkeit kennt sie bis heute nicht.
- d) Das Wetter ist mir egal. Mir geht es immer gut.
- e) In meinem Büro sind immer 21°C. Es hat kein Fenster. Ich kann oft nicht richtig arbeiten, und dann weiß ich, es regnet.
- f) Von einhundert Leuten leiden dreißig unter Wetterfühligkeit.

Zeile

d) Leiden Sie selbst unter Wetterfühligkeit? Wenn ja, was denken Sie, was der Grund dafür ist.

e) Beantworten Sie die Fragen.

1. Ist Wetterfühligkeit mit einer bestimmten Jahreszeit verbunden? 2. Ist es möglich, das Wetter richtig vorauszusagen? Für wen spielt es eine besonders große Rolle? 3. Spielt das Wetter in Ihrem Leben eine wichtige Rolle? Wann fühlen Sie sich besonders gut? Warum? 5. Wie vertragen Sie Kälte (Hitze)? 6. Welches Wetter ist gesünder?

PROJEKTARBEIT

1. Projekte zum „Freizeitgestaltung“ (Museum, Ausstellung, Theater, Kino)

1.1. Thematische Gruppen

Bilden Sie 4 Gruppen (im Unterricht) nach solchen Veranstaltungen:

- Museum,
- Ausstellung,
- Theater,
- Kino.

1.2. Angebote in Minsk

- a) Sammeln Sie in Ihrer Gruppe Informationen, welche Angebote man in Minsk zu Ihrer Veranstaltung bekommen kann? Erstellen Sie eine Liste mit den Angeboten.
- b) Besuchen Sie mit Ihrer Gruppe eines der Angebote, machen Sie Fotos, bringen Sie Flyer oder Ähnliches von der Veranstaltung mit.
- c) Bereiten Sie Ihre Projektergebnisse in Form eines kurzen Vortrags (ca. 10 Minuten) zur mündlichen Präsentation im Unterricht vor.
- d) Beachten Sie bitte, dass Sie keine fertigen Texte kopieren dürfen: alles muss umgearbeitet und an das Niveau der Gruppe angepasst sein.
- e) Erstellen Sie auch Aufgabenblätter mit Fragen, auf die alle anderen Studenten beim Zuhören Antworten finden müssen.

1.3. Präsentation

- a) Es werden vier Gruppen gebildet, in jeder Gruppe sollen Vertreter aller vier Gruppen sein.
- b) Präsentieren Sie Ihr Projekt in Ihrer Kleingruppe. Beachten Sie dabei die folgenden Regeln:
 - man darf nicht vorlesen;
 - die Präsentation ist für die anderen, deswegen müssen Sie klar und verständlich sprechen.

1.4. Besprechung

- a) Welche Präsentation hat Ihnen am besten gefallen? Nennen Sie die Gründe dazu.
- b) Welche Veranstaltung würden Sie gerne besuchen, nachdem Sie die Mitteilung Ihrer Studienkollegen gehört haben? Warum?

1.5. Bewertung

Bewerten Sie die vorgestellten Projekte nach den Kriterien (*die eigene Gruppe dürfen Sie nicht bewerten).

- Wie finden Sie die Ideen für die Präsentation? (max. 10 Punkte)

- Wie interessant finden Sie die präsentierten Informationen? (max. 10 Punkte)
- Wie klar und verständlich haben die Vertreter der Gruppe gesprochen? (max. 10 Punkte)

2. Projekte zum Themenkreis „Essen und Esskultur“

2.1. Internetprojekt: Kochbuch „Deutsche Küche“

a) Entscheiden Sie sich in Kleingruppen für eine regionale deutsche Küche.

1. Südwestdeutschland; 2. Rheinland; 3. Bayern; 4. Franken; 5. Saarland; 6. Hessen; 7. Nordwestdeutschland; 8. Nordostdeutschland; 9. Mitteldeutschland.

b) Bereiten Sie sich zur Internet-Recherche vor. (*Methodenkoffer)

c) Überlegen Sie, welche Informationen Sie für die Präsentation brauchen.

Zum Beispiel: welche Rezepte von Gerichten/Getränken; Fotos von Gerichten/Getränken; Herkunft der Gerichte;

d) Führen Sie eine Internet-Recherche durch. Die folgenden Links können Ihnen hilfreich sein:

<http://de.wikipedia.org/wiki>, <http://www.chefkoch.de/rezepte/>,
<http://www.daskochrezept.de/rezepte>, <http://www.rezeptewiki.org/wiki>

e) Präsentieren Sie die gewählte Region im Plenum.

f) Bewerten Sie die Präsentation nach den folgenden Kriterien.

- Wie finden Sie die Ideen für die Präsentation? (max. 10 Punkte)
- Wie interessant finden Sie die präsentierten Informationen? (max. 10 Punkte)
- Wie klar und verständlich haben die Vertreter der Gruppe gesprochen? (max. 10 Punkte)

2.2. WWW-Recherche „McDonalds: Vor- und Nachteile von Fastfood“

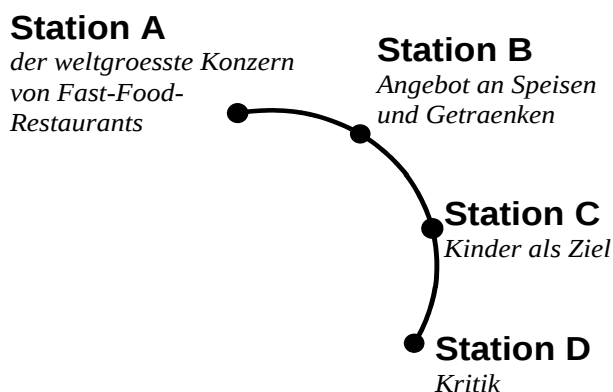
a) Arbeiten Sie in Kleingruppen und recherchieren Sie im Internet zu Ihrem Aufgabenbereich.

	Aufgabenbereich	Suchbegriffe
Station A: „der weltgrößte Konzern von Fast-Food-Restaurants“	- allgemeine Infos über die Entstehung und Geschichte, die Struktur heute	- McDonald`s, McDrive, McCafé
Station B: „Angebot an Speisen und Getränken“	- Speisekarte, für Vegetarier	- McDonald`s Speisekarte
Station C: „Kinder als Ziel“	- Kinderpolitik, Kindergeburtstage	- Happy Meal, Ronald McDonald
Station D: „Kritik“	- stark fett- und zuckerhaltige Produkte, Abfall	- McDonald`s Kritik

b) Halten Sie sich an die Tipps für die Durchführung einer Internet-Recherche und suchen Sie nach Informationen im Internet. (*Methodenkoffer)

c) Erstellen Sie eine Wandzeitung zu Ihrer Station. Bereiten Sie die Ergebnisse der Recherche zur mündlichen Präsentation vor.

d) Präsentieren Sie die Ergebnisse in der Stunde nach der Methode „Wandergruppen“. (*Methodenkoffer)



e) Meinungsaustausch: Tauschen Sie im Plenum Ihre Meinungen zum Thema „McDonald`s: Vor- und Nachteile von Fastfood“ aus.

2.3. Projekt „Verhaltensregeln international“

a) Vorbereitung des Projektes

1. Entscheiden Sie sich in Ihrer Kleingruppe für ein Land, dessen Verhaltensregeln Sie gerne präsentieren möchten.
2. Sammeln Sie Informationen über Verhaltensregeln in diesem Land.

b) Vorbereitung der Präsentation

1. Bereiten Sie die Ergebnisse Ihrer Arbeit zur Präsentation in Form eines kurzen Theaterstücks/Sketches vor.
2. Beachten Sie bitte, dass Sie keine fertigen Texte kopieren dürfen: alles muss umgearbeitet und an das Niveau der Gruppe angepasst sein.
3. Erstellen Sie auch Aufgabenblätter, die andere Studenten beim Zuhören ausfüllen müssen.

c) Präsentation der Projekte im Plenum

1. Verteilen Sie an die Studenten die vorbereiteten Arbeitsblätter.
2. Präsentieren Sie Ihr Projekt im Plenum. Beachten Sie dabei die folgenden Punkte:
 - alle müssen an der Präsentation beteiligt sein;
 - man darf nicht vorlesen;
 - die Präsentation ist für die anderen, deswegen sprechen Sie klar und verständlich.

3. Prüfen Sie nach der Präsentation, wie Ihre Studienkollegen Ihre Aufgabenblätter ausgefüllt haben.

d) Bewerten Sie die vorgestellten Projekte nach den folgenden Kriterien.

- Wie finden Sie die Ideen für die Präsentation? (max. 10 Punkte)
- Wie interessant finden Sie die präsentierten Informationen? (max. 10 Punkte)
- Wie klar und verständlich haben die Vertreter der Gruppe gesprochen? (max. 10 Punkte)

3. Projekte zum Themenkreis „Wohnen“

3.1. Projekt „Wohnen international“

a) Bilden Sie Gruppen mit 3 bis 5 Teilnehmern.

b) Entscheiden Sie sich in Ihrer Kleingruppe für ein bestimmtes Land, über welches Sie mehr erfahren wollen.

c) Surfen Sie im Internet und benutzen Sie für Ihr Recherchieren verschiedene Nachschlagewerke, finden Sie dabei Informationen zu den folgenden Fragen.

1. Welche Haustypen sind in diesem Land verbreitet? 2. Welche Besonderheiten hat dieses Land bezüglich Bauwerke? 3. Welche berühmten Bauten gibt es in diesem Land?

d) Sammeln Sie Fotos und Bilder für Ihre Präsentation.

e) Bereiten Sie die Ergebnisse Ihrer Recherche als eine Power-Point-Päsentation vor, achten Sie auf die folgenden Punkte.

- Bilder und Fotos,
- Informationen dazu (wenig Text und möglichst einfach und verständlich formuliert),
- Präsentationszeit max.15 Minuten,
- alle Gruppenmitglieder müssen sich an der Präsentation beteiligen.

f) Präsentieren Sie die gefundene Information im Plenum.

g) Bewerten Sie die vorgestellten Projekte nach den folgenden Kriterien.

- Wie finden Sie die Ideen für die Präsentation? (max. 10 Punkte)
- Wie interessant finden Sie die präsentierten Informationen? (max. 10 Punkte)
- Wie klar und verständlich haben die Vertreter der Gruppe gesprochen? (max. 10 Punkte)

3.2. Projekt „Garten“

a) Arbeiten Sie in Ihrer Kleingruppe und sammeln Sie Informationen zu den folgenden Fragen.

1. Was bedeutet der Begriff „Garten“?
2. Welche Bedeutung hat der Garten in Ihrem Land:
 - Ist es üblich, einen eigenen Garten zu haben?
 - Was wächst in den Gärten?
 - Hat sich die Funktion des Gartens in der letzten Zeit geändert?
 - Welche Personen verbindet man mit dem Garten? Was tun sie dort?
 - Wie ist der Garten mit verschiedenen Jahreszeiten verbunden?
 - Gibt es Unterschiede bei verschiedenen Generationen?
3. Welche Bedeutung hat der Garten in anderen Ländern, z.B. Deutschland: ...?
4. Gibt es auf Deutsch/in Ihrer Sprache Sprichwörter/Redensarten mit „Garten“?

b) Erstellen Sie ein deutsch-russisches Glossar zu Ihren Materialien (max. wichtigste 30 Wörter). Beachten Sie bitte, dass Sie die Vokabeln im Glossar mit allen grammatischen Formen und kurzen Beispielsätzen auflisten sollen. Es sind auch Fotos und Bilder als Veranschaulichung erwünscht.

c) Vorbereitung der Präsentation

1. Entscheiden Sie sich, wie Sie die Projektergebnisse präsentieren werden. Hier gibt es einige Möglichkeiten: Wandzeitung; PowerPoint-Präsentation; Theaterstück/Sketch; Spiele; Lied/Geschichte ...
2. Bereiten Sie Ihr Projekt zur Präsentation vor. Beachten Sie bitte, dass Sie keine fertigen Texte kopieren dürfen: alles muss umgearbeitet und an das Niveau der Gruppe angepasst sein.
3. Erstellen Sie auch Aufgabenblätter, die andere Studenten beim Zuhören ausfüllen müssen.

d) Präsentation

1. Präsentieren Sie Ihr Projekt im Plenum. Beachten Sie dabei die folgenden Punkte:
 - alle müssen an der Präsentation beteiligt sein;
 - man darf nicht vorlesen;
 - die Präsentation ist für die anderen, deswegen sprechen Sie klar und verständlich.
2. Prüfen Sie, wie Ihre Studienkollegen Ihre Aufgabenblätter ausgefüllt haben.

e) Bewerten Sie die vorgestellten Projekte nach den folgenden Kriterien.

- Wie finden Sie die Ideen für die Präsentation? (max. 10 Punkte)
- Wie interessant finden Sie die präsentierten Informationen? (max. 10 Punkte)
- Wie klar und verständlich haben die Vertreter der Gruppe gesprochen? (max. 10 Punkte)

4. Projekte zum Themenkreis „Gesundheit“

4.1. Rauchen oder nicht rauchen?

a) Entscheiden Sie sich in Ihrer Gruppe für eines der folgenden Themen.

1. Folgen von Rauchen;
2. Rauchen abgewöhnen;
3. Jungedliche rauchen;
4. Passiv rauchen;
5. Kinder und Rauchen;
6. Frauen und Rauchen;
7. Rauchverbot.

b) Erstellen Sie ein Konzept der Wandzeitung zu dem gewählten Thema, achten Sie auf die folgenden Punkte.

- Welche inhaltlichen Schwerpunkte möchten Sie in Ihrer Wandzeitung präsentieren?
- Wie sollen diese Inhalte sein (Texte, Interviews, Zeitungsartikel, Berichte, Umfragen usw.)?
- Wie können Sie die besten Argumente sein?
- Welche Fotomaterialien brauchen Sie?
- Wie werden Sie Ihre Wandzeitung gestalten? Was brauchen Sie dafür?

c) Verteilen Sie die Rollen, wer in Ihrer Gruppe was für dieses Projekt machen wird. Und bestimmen Sie den zeitlichen Rahmen.

d) Sammeln Sie Informationen zu Ihrem Thema.

- Recherchieren Sie im Internet, Nachschlagewerken, Zeitungen, Zeitschriften usw.
- Sammeln Sie Bilder, Fotos, Texte, Sprüche, usw.

e) Erstellen Sie mit den gesammelten Informationen eine Wandzeitung.

d) Hängen Sie Ihre Wandzeitungen in der Ausstellung „Rauchen oder nicht rauchen?“ aus.

METHODENKOFFER

Tipp 1. Markierungsregeln

1. Legen Sie das Arbeitsmaterial (einen Bleistift, einen gelben Textmarker, einen dünnen roten Stift und einen Radiergummi) bereit.
2. Überfliegen Sie den Text: „Worum geht es?“
3. Lesen Sie den Text gründlich, markieren Sie Schlüsselwörter und Nebeninformationen zuerst mit dem Bleistift.
4. Lesen Sie nochmals, markieren Sie jetzt Schlüsselwörter mit Textmarker und die Nebeninformationen unterstreichen Sie mit einem dünnen roten Stift.

Tipp 2. Methode „aktives Zuhören“

1. Bei dieser Methode ist es wichtig, einander aufmerksam zuzuhören und sich die gehörten Informationen stichwortartig zu notieren.
2. Bei der Kontrolle im Plenum antworten auf die gestellten Fragen zuerst diejenigen Lerner, die die Informationen gehört und nicht gelesen haben, und erst danach können die Lerner, die den Text gelesen haben, die fehlenden Informationen hinzufügen.

Tipp 3. Spickzettel

1. Lesen und Bearbeiten Sie Ihren Text nach den Markierungsregeln.
2. Erstellen Sie einen Spickzettel zu Ihrem Text: der Spickzettel darf höchstens sieben Wörter (Schlüsselwörter) und möglichst viele Zeichen und Symbole enthalten.
3. Erzählen Sie anhand Ihres Spickzettels den gelesenen Text in der Gruppe mit gleichen Texten nach.
4. Arbeiten Sie zu zweit oder bilden Sie Kleingruppen, wenn es mehr als 2 verschiedene Texte sind, erzählen Sie einander die gelesenen Texte anhand der Spickzettel nach.
5. Hören Sie einander aufmerksam zu, halten Sie sich an die Methode „aktives Zuhören“ an.
6. Erzählen Sie den gehörten Text anhand des Spickzettels nach.

Tipp 4. Methode „Tauschbörse“

1. Zwei Studenten erzählen einander die vorbereiteten Informationen (z.B. anhand eines Spickzettels).
2. Wenn sie fertig sind, tauschen dann ihre Informationen (z.B. Spickzettel).
3. Danach erzählen Sie das Gehörte einem anderen Studenten.
4. Wenn sie fertig sind, tauschen dann ihre Informationen (z.B. Spickzettel).
5. Nach einer angemessenen Zeit wird die Börse geschlossen.

Tipp 5. Effektiv Lesen

1. „Manche Wörter kann man verstehen, wenn man diese mit den Wörtern in Ihrer Muttersprache oder in einer anderen Sprache, die Sie gelernt haben, vergleicht.“

Gibt es solche Wörter in der Liste?

2. „Manche Wörter muss man nicht wortwörtlich verstehen, um zu wissen, was sie in diesem Kontext bedeuten, z.B.:

– das Wort bildet im Text mit den Ihnen gut bekannten Wörtern Bedeutungskombinationen, die man leicht verstehen kann;

– es gibt eine Beziehung zwischen dem unbekannten Wort und den benachbarten Teilen im Text, die Ihnen beim Verstehen helfen.“

– die Bedeutung eines zusammengesetzten Wortes kann man aus der Bedeutung der einzelnen Teile entleihen.

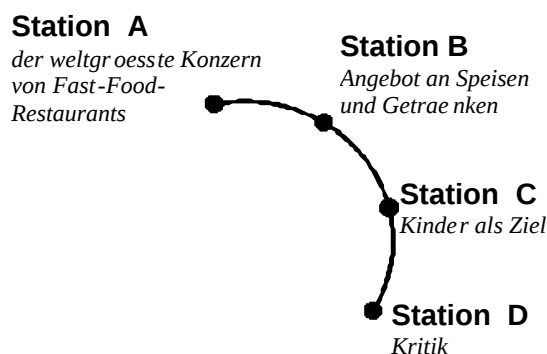
Gibt es solche Wörter in der Liste?

Tipp 6. Methode „Wandergruppen“

1. Die Wandergruppen sind so gebildet, dass da Vertreter von jeder Station sind.

2. Die Gruppen wandern von Station zu Station.

3. Sobald der Vertreter der Gruppe an der eigenen Station landet, präsentiert er die Ergebnisse der Recherche, antwortet auf die Fragen der anderen Teilnehmer der Wandergruppe.



Tipp 7. Durchführung einer Recherche

1. Wählen Sie den Leiter in Ihrer Kleingruppe, der das ganze Projekt koordinieren wird.

2. Entscheiden Sie sich für das Thema.

3. Überlegen Sie sich das Konzept der Präsentation (z.B.: welche Informationen gehören dazu; was brauchen Sie für die Präsentation usw.)

4. Verteilen Sie die Aufgaben in der Gruppe, wer welche Informationen sammeln wird.

5. Sammeln Sie Informationen zu Ihrem Aufgabenbereich.

6. Bestimmen Sie den Abgabetermin.

7. Bereiten Sie die gesammelten Informationen zur Präsentation vor.

Tipp 8. Evaluationsbogen zur Anwendung von neuen Methoden

a) Füllen Sie den Evaluationsfragebogen stichwortartig aus (Einzelarbeit).

Evaluationsfragebogen zur Anwendung der Methode „...“	
1. Was haben Sie gemacht, um sich auf die Präsentation vorzubereiten?	
2. Welche Vorteile dieser Methode haben Sie gemerkt?	
3. Welche Nachteile dieser Methode haben Sie gemerkt?	
4. Sind Sie mit dem Resultat zufrieden? • Wenn ja, warum? • Wenn nicht, warum nicht?	
5. Werden Sie nächstes Mal auch so arbeiten? • Wenn ja: warum? • Wenn nicht, warum nicht? Was werden Sie anders machen?	
6. Wo und wann können Sie die Methode noch anwenden?	

b) Besprechen Sie die Evaluationsbögen in Kleingruppen. Vergleichen Sie die Ergebnisse: Was finden Sie ähnlich bzw. anders?

c) Fassen Sie anschließend die Ergebnisse Ihres Gesprächs in Kleingruppen kurz zusammen und präsentieren Sie diese im Plenum.

QUELLENVERZEICHNIS

Ur, P. 111 Kurzrezepte: Deutsch als Fremdsprache / P. Ur, A. Wright. – Neuaufl. – Stuttgart: Klett, 2008. – 110 S.

Duden-Deutsches Universalwörterbuch. – 6., überarbeitete Aufl. – Mannheim; Leipzig; Wien; Zürich: Dudenverl., 2007. – 1104 S.

Fleer, S. Logisch! Deutsch für Jugendliche: Arbeitsbuch: in 5 Bd./ S. Fleer, C. Schurig, A. Padrós. – Langenscheidt, 2009. – Bd.1. – 144 S.

Prange, L. 44 Sprechspiele für Deutsch als Fremdsprache / L. Prange. – 1. Aufl. – Ismaning: Hueber, 1993. – 104 S.

Schritte international 3: Lehrerhandbuch. – 1. Aufl. – Ismaning: Max Hueber Verl., 2006. – 164 S.

Kalender, S. Schritte 4: Lehrerhandbuch. Deutsch als Fremdsprache / S. Kalender, P. Klimaszyk. – 1. Aufl. – Ismaning: Max Hueber Verl., 2005. – 148 S.

Kalender, S. Schritte 5: Lehrerhandbuch. Deutsch als Fremdsprache / S. Kalender, P. Klimaszyk. – 1. Aufl. – Ismaning: Max Hueber Verl., 2006. – 160 S.

Kalender, S. Schritte 6: Lehrerhandbuch. Deutsch als Fremdsprache / S. Kalender, P. Klimaszyk. – 1. Aufl. – Ismaning: Max Hueber Verl., 2006. – 159 S.

Bock, H. Themen aktuell 1: Arbeitsbuch / H. Bock, M. Gerdes, H. Aufderstrabe. – 1. Aufl. – Ismaning: Max Hueber Verl., 2003. – 143 S.

Wörterbuch der deutschen Sprache / hrsg. und neu bearb. von R. Wahrig-Burfeind. – München: Dt. Taschenbuch-Verl., 2007. – 1151 S.

Учебное издание

Бондаренко Елена Валерьевна
Гурьева Светлана Сергеевна
Сытько Анна Васильевна

ПРАКТИКА УСТНОЙ И ПИСЬМЕННОЙ НЕМЕЦКОЙ РЕЧИ

Учебно-методическое пособие

В двух частях
Часть 2

Корректор *С.О. Иванова*

Ответственный за выпуск *Е.В.Бондаренко*

Компьютерное оформление *Е.В. Бондаренко, А.В. Сытько*

Подписано в печать 2010г. Формат 60х84 1/16. Бумага офсетная.
Гарнитура Times. Ризография. Усл. печ. л. 15,81. Уч.-изд. л. 20,42.
Тираж 350 экз. Заказ

Издатель и полиграфическое исполнение: учреждение образования
«Минский государственный лингвистический университет».
ЛИ №02330/0548503 от 16.06.2009. Адрес: ул. Захарова, 21, 220034, г. Минск.