

# KONTROLLBLATT

## 1. Was ist gesund? Ergänze die Ausdrücke mit den passenden Verben.

sich regelmäßig die Zähne	_____	schlafen
Sport	_____	putzen
keine Zigaretten	_____	essen
genug	_____	anziehen
wenige Süßigkeiten	_____	rauchen
sich im Winter warm	_____	treiben

## 2. Welche Wörter fehlen im Text?

Mein Hals \_\_\_\_\_ mir weh. Ich habe auch Fieber. Ich muss zum \_\_\_\_\_ gehen. Im \_\_\_\_\_ sitzen viele Kranke. Die Krankenschwester \_\_\_\_\_ mich ein. Der Arzt \_\_\_\_\_ mich. Er schaut in meinen \_\_\_\_\_. Leider habe ich eine Halsentzündung. Der Arzt \_\_\_\_\_ mir Medikamente. Ich muss die Tabletten \_\_\_\_\_ dreimal nehmen und im Bett \_\_\_\_\_. Die Krankenschwester schreibt \_\_\_\_\_. Ich kann am Donnerstag wieder in die \_\_\_\_\_ gehen.

## 3. Was gehört zusammen? Schreib auch die Artikel dazu.

_____ Sprech-	druck
_____ Husten-	schein
_____ Blut-	zimmer
_____ Kranken-	verband
_____ Gips-	saft

## 4. Was hat der Arzt gesagt? Schreib Sätze mit „sollen“.

Der Arzt sagt: „Trink viel Tee. Nimm die Tabletten täglich dreimal. Bleib im Bett.“

Der Arzt hat gesagt, ich \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_.

Welche Wörter hast du schon gekannt?

Welche Wörter hast du in dieser Lektion gelernt?

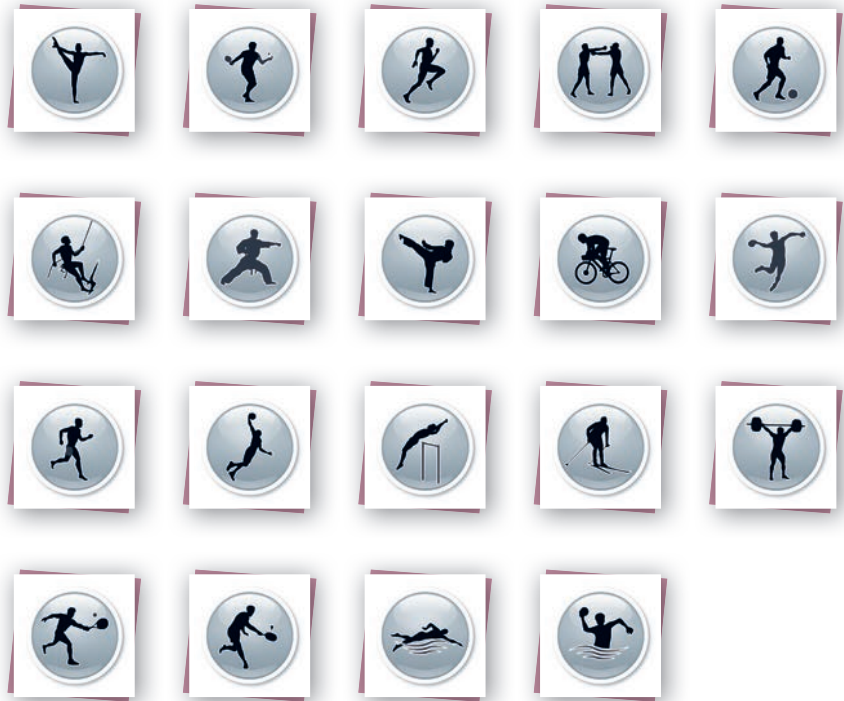
Welche Aufgabe war am leichtesten?

Welche Aufgabe war am schwierigsten?

## A. VORÜBUNGEN

**1. Zu welchen Bildern gehören die folgenden Sportarten? Ordne den Nummern die Piktogramme zu.**

1. das Skilaufen
2. das Schwimmen
3. der Fußball
4. der Basketball
5. die Aerobic
6. der Hochsprung
7. das Boxen
8. der Handball
9. das Tennis
10. die Athletik
11. der Wasserball
12. das Gewichtheben
13. der Federball
14. die Karate
15. das Bergsteigen
16. das Radfahren
17. das Joggen
18. das Tischtennis
19. das Judo



**2. Gruppier die Sportarten in deinem Heft.**

Wassersport	Ballspiele	Kampfsport	Freizeitsport	Wintersport

**3. Welche Sportarten hast du gern? Warum? Erzähl darüber.**



## B. SPORT MACHT MIR SPASS!

Ja, Sport ist wichtig für uns alle. Sport treiben ist eine tolle Freizeitbeschäftigung, es ist gesund und es macht Spaß. Ich spiele zum Beispiel Handball in der Schulmannschaft. Wir haben jede Woche zweimal Training und wir sind Teilnehmer der Schulmeisterschaft in der Schule. Voriges Jahr haben wir diese Meisterschaft gewonnen und jetzt wollen wir wieder die Ersten sein. In unserer Schule gibt es aber auch noch andere Sportmöglichkeiten: unter Basketball, Athletik und Handball können wir wählen. Jeden Winter organisiert unser Sportlehrer ein Skilager, an dem wir freiwillig teilnehmen können.



Sicher habt ihr auch Möglichkeit in der Schule, Sport zu treiben. In dieser Lektion lernt ihr viele interessante Sportarten kennen, ihr könnt über Schulsport und Freizeitsport lesen und lernen.

### 1. Was ist wichtig für dich an Sport? Erzähle.

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Ich kann eine gesunde Lebensweise führen. | <input type="checkbox"/> Er ist ein tolles Freizeitprogramm. |
| <input type="checkbox"/> Ich kann Krankheiten vorbeugen.           | <input type="checkbox"/> Vom Sport bekomme ich gute Laune.   |
| <input type="checkbox"/> Ich kann abnehmen.                        | <input type="checkbox"/> Ich kann schlank bleiben.           |

### 2. Hier kannst du sieben gute Gründe lesen, warum Sport wichtig ist.

#### Regelmäßiges Training ist gesund

Jetzt bist du noch jung und fit. Aber wenn du deine Muskeln nicht regelmäßig trainierst, werden deine Muskeln immer schwächer und sie stützen nicht mehr deine Wirbelsäule.

#### Menschen, die Sport treiben, sind attraktiver

Leider sieht man immer mehr übergewichtige Kinder und Erwachsene. Es kommt nicht nur von der ungesunden Ernährung, sondern auch von zu wenig Bewegung. Besser rund und durchtrainiert als mager und untrainiert. Außerdem bringt die Bewegung den Kreislauf in Schwung, macht eine schöne Haut und zaubert dir ein glückliches Lächeln ins Gesicht.

#### Bewegung macht glücklich

Sport vertreibt traurige Stimmung. Beim Sport produziert dein Körper den Glückshormon Serotonin. Er sorgt im Gehirn für die gute Laune.

#### Sport ist gut gegen Stress

Schule, Hausaufgaben, auf das kleine Schwesterchen aufpassen, den Müll heruntertragen – du kannst leicht Stress bekommen. Bewegung baut den Stress ab: nach einer Stunde Sport geht es dir wieder besser.

#### Sportler/Innen sind interessante Menschen

Leute, die Sport treiben, treffen viele andere interessante Menschen. Sie können sogar ganz schön weit in der Welt herumreisen und auch viele andere Länder und Bräuche kennenlernen.

### Sport hilft, Freunde zu finden

Vor allem bei Team-Sportarten wie z. B. Fußball oder Handball hat man Chance, Freunde zu treffen. Na ja, wenn du ständig vor dem Fernsehen sitzt, kannst du niemanden kennenlernen.

### Sportler/Innen sind klügere Menschen

Jede Art von Bewegung – vor allem an der frischen Luft – lüftet das Gehirn aus. Sportler müssen doch immer neue Strategien und Taktiken ausdenken, besonders bei Wettkämpfen. Dazu braucht man aber nicht nur Muskeln, sondern auch ein wenig Vernunft.

## 3. Welche Sportarten hast du schon ausprobiert?

das Skilaufen

das Schwimmen

der Fußball

der Basketball

die Aerobic

das Boxen

der Handball

das Tennis

die Athletik

der Wasserball

der Federball

die Karate

das Bergsteigen

das Radfahren

das Joggen

das Tischtennis

das Judo



## 4. Petra fragt ihre Mitschüler, welche Sportarten sie treiben. Hör dir die Gespräche an.

- ▶ Treibst du Sport?
- ▷ Ja, ich spiele Fußball.
- ▶ Wie oft hast du Training?
- ▷ Wöchentlich dreimal, montags, mittwochs und freitags.
- ▶ Ist es nicht anstrengend?
- ▷ Manchmal schon, aber es macht Spaß.
- ▶ Macht deine Mannschaft auch Wettbewerbe mit?
- ▷ Ja, im Herbst gibt es die Schulmeisterschaft und im Frühling die Regionenmeisterschaft.
- ▶ Habt ihr schon gewonnen?
- ▷ Voriges Jahr haben wir den ersten Platz erreicht.
- ▶ Toll! Ich gratuliere dir!



- ▶ Hallo, Klaus! Wohin gehst du?
- ▷ Ich gehe zum Training.
- ▶ Und was machst du?
- ▷ Ich spiele Basketball.
- ▶ Seit wann machst du es?
- ▷ Seit einem Jahr. Hast du keine Lust mitzukommen?
- ▶ Weißt du, ich spiele Handball und ich habe wöchentlich dreimal Training. Ich habe leider keine Zeit mehr. Ich wünsche dir viel Spaß.
- ▷ Danke, also dann bis morgen.
- ▶ Tschüss, bis morgen.



## 5. Frag deine Mitschüler, welche Sportarten sie treiben, wie oft sie Training haben. Ergänze die Tabelle in deinem Heft.

Name	Sportart	Training	Wettbewerbe

## 6. Wenn Petra Handball spielt, ist sie eine Handballspielerin. Wie ist es mit den anderen Sportarten? Kannst du es erraten?

Z. B.: *das Handballspielen* → *der/die Handballspieler/in*  
*das Schwimmen* → *der/die Schwimmer/in*

- das Fußballspielen →
- das Eiskunstlaufen →
- das Basketballspielen →
- das Boxen →
- das Sprinten →
- das Autorennen →
- das Bergsteigen →
- das Gewichtheben →



## Substantive und Artikel / Főnevek és névelőjük

A főnevek nemét meghatározhatja a jelentésük, illetve képzett szavak esetében a végződésük, azaz a képző.

### Substantive mit „der“:

1. männliche Personen und Tiere	<i>der Mann, der Löwe</i>
2. die Namen der Wochentage	<i>der Dienstag</i>
3. die Namen der Monate	<i>der November</i>
4. die Namen der Jahreszeiten	<i>der Frühling</i>
5. die Namen der Himmelsrichtungen	<i>der Norden</i>
6. die Namen der Niederschläge	<i>der Regen</i>
7. die Automarken	<i>der Opel</i>
8. Substantive auf Endungen	
-er, -ner, -ler	<i>der Schaffner</i>
-ling	<i>der Lehrling</i>
-ist	<i>der Komponist</i>
-ismus	<i>der Feudalismus</i>

### Substantive mit „die“:

1. weibliche Personen und Tiere	<i>die Frau, die Löwin</i>
2. Zahlen	<i>die Eins, die Million</i>
3. Substantive auf Endungen	
-ung	<i>die Wohnung</i>
-ei	<i>die Bäckerei</i>
-heit/-keit	<i>die Schönheit, die Sehenswürdigkeit</i>
-schaft	<i>die Freundschaft</i>
-ion, -tion	<i>die Lektion</i>
-ie	<i>die Biologie</i>
-ik	<i>die Physik</i>
-in	<i>die Lehrerin</i>

### Substantive mit „das“:

1. junge Personen und Tiere	<i>das Kind, das Kalb</i>
2. der Infinitiv als Substantiv	<i>das Lernen</i>
3. die Namen der Buchstaben	<i>das B, das T</i>
4. die Namen der Farben	<i>das Blau, das Rot</i>
5. die Namen der Sprachen	<i>das Deutsch</i>
6. Substantive auf Endungen	
-chen	<i>das Mäppchen</i>
-lein	<i>das Büchlein</i>

## 7. Welche Artikel haben die folgenden Wörter?

\_\_\_\_\_ Meisterschaft, \_\_\_\_\_ Athletik, \_\_\_\_\_ Marathonläufer, \_\_\_\_\_ Bergsteigen, \_\_\_\_\_ Sportlerin, \_\_\_\_\_ Gold, \_\_\_\_\_ Gewinner



## 8. Petras Familienmitglieder treiben alle Sport. Hör dir die Texte an und ergänze.

### Frau Ilse Klein, 38 Jahre alt:

Meiner Meinung nach ist Sport heutzutage sehr \_\_\_\_\_. Ich sitze den ganzen Tag, weil ich in einem \_\_\_\_\_ arbeite. Abends sitze ich vor dem Fernseher, weil ich schon so müde bin, dass ich nichts machen will. Tja, das ist nicht eben \_\_\_\_\_! Aber in unserem \_\_\_\_\_ ist immer etwas zu tun und manchmal machen wir Ausflüge in die \_\_\_\_\_.

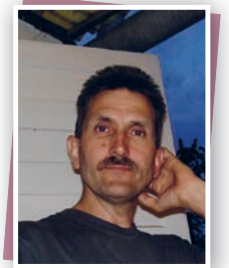


### Daniel Müller, 14 Jahre alt:

Ich treibe regelmäßig Sport. Seit 5 Jahren spiele ich \_\_\_\_\_ in der Schulmannschaft und wir haben wöchentlich \_\_\_\_\_ Training. Außerdem fahren wir an Wochenenden zu Wettbewerben. Ich möchte einmal Leistungssportler oder \_\_\_\_\_ werden. Es ist nicht so leicht, weil ich auch viel lernen muss. Aber ich habe viele \_\_\_\_\_ in der Mannschaft und wir machen gemeinsame \_\_\_\_\_.

### Jens Fischer, 45 Jahre alt:

Ich bin \_\_\_\_\_, also ich treibe jeden Tag Sport. Mit Sport können wir Krankheiten vorbeugen, einige sogar auch heilen. Ich meine, man muss \_\_\_\_\_ etwas Sport machen. Es gibt schon viele Sportmöglichkeiten nicht nur in den Schulen, sondern auch in den \_\_\_\_\_ und Fitnessräumen. Ich selbst spiele \_\_\_\_\_ schon seit 20 Jahren. Das ist nur ein \_\_\_\_\_, aber es schadet nicht!



### Petra Schmidt, 28 Jahre alt:

Für mich ist Sport sehr \_\_\_\_\_, weil ich mich wohler fühle. Und ich bin auch ein paar Kilo leichter! Ich gehe zweimal \_\_\_\_\_ mit meinen Freundinnen zu Aerobic. Dort turnen wir ca. eine Stunde lang zur Musik. Sport macht mir \_\_\_\_\_!

### Franz Lester, 31 Jahre alt:

Ohne Sport kann ich nicht leben! Im \_\_\_\_\_ Kanu- und Fahrradtouren, im \_\_\_\_\_ Ski laufen. Ich gehe dreimal in der Woche ins \_\_\_\_\_ und schwimme immer 2000 Meter. Ich suche immer die neuen Möglichkeiten, ich möchte alle Sportarten ausprobieren. Am besten hat mir bisher das \_\_\_\_\_ gefallen.



## 9. Welche Person sagt es?

Im Sport kann ich mich ausprobieren.

Sport macht mir Spaß.

Ich kann ein paar Kilo leichter sein.

Ich habe viele Freunde und mit ihnen gemeinsame Programme.

Ich kann mit Sport Krankheiten vorbeugen.

## 10. Such in den Texten Beispiele für Substantive und schreib sie in dein Heft.

## 11. Und noch zwei weitere Meinungen – mit welcher Meinung bist du einverstanden? Warum?

Ich denke, bei Sport bekommt man nur Verletzungen. Ich esse lieber viel Schokolade oder Kuchen. Dicke Leute machen keinen Sport, doch sie können auch glücklich sein. Mein Opa hat auch nie Sport getrieben und hat 88 Jahre lang gelebt. Meiner Meinung nach ist Sport unnötig. Wenn ich viel esse, bekomme ich viel Kraft und gute Laune.

Sport ist für mich am wichtigsten! Ohne Sport geht nichts! Ich unterstütze alle Sportinitiativen. Dank Sport kann ich mich besser konzentrieren und viel mehr arbeiten. Viele Jugendliche sind zu fett und sie treiben leider keinen Sport. Wohin führt es?

## 12. Deutsche Jugendliche und ihre Lieblingssportarten – Sprich über die Statistik.

Z. B.: 30 Prozent der deutschen Jugendlichen finden Fußball super.

TOP		FLOP		mögen
Fußball	30%	Golf	26,7%	gern machen
Schwimmen	26,7%	Basketball	20%	prima/super/toll/langweilig
Reiten	20%	Skilaufen	14,8%	finden
Volleyball	13,3%	Radfahren	11,7%	steht an erster/letzter Stelle
Snowboarden	10%	Athletik	7%	macht (keinen) Spaß



## 13. Schreibt in der Klasse 10 bis 15 Sportarten auf einen Zettel. Jeder Schüler soll seine 5 beliebtesten Sportarten nennen. Ihr könnt so eine Klassenstatistik machen.