

Fit und gesund

1 a Gesund leben. Was muss man tun? Streichen und korrigieren Sie.



viel Obst und
Gemüse
~~schlafen~~
essen



regelmäßig
Sport oder
Yoga arbeiten



lange genug
fahren



nicht zu viel
trinken



viel Wasser
essen



nicht immer
mit dem Auto
machen

b Annikas Blog. Ordnen Sie zu.

1. Annika möchte acht Wochen lang gesund leben. D
2. Annika steht früh auf und macht regelmäßig Sport. ____
3. Nach dem Sport hat Annika Hunger und macht Frühstück: Lecker! ____
4. Abends ist Annika müde und geht früh schlafen. ____
5. Acht Wochen später: Fertig! ____

- A An 5 Tagen joggt sie oder geht ins Fitness-Studio.
- B Am nächsten Tag muss sie wieder früh aufstehen.
- C Annika kann wieder faul sein und Schokolade essen.
- D Sie will 3-mal täglich essen, viel trinken und keine Süßigkeiten essen.
- E Mittags isst sie nur Salat und abends eine Suppe.

2 Sprachnachrichten von Annikas Freunden. Wählen Sie.

A Ergänzen Sie. Die Wörter unten helfen.

B Ergänzen Sie.

Hi Annika! Thomas (1) hier. Du, ich finde dein Experiment (2) ____.

Aber ist es (3) ____ langweilig? Wir vermissen (4) ____ schon! Gesund leben ist ja ok, (5) ____ du kannst doch nicht deine Freunde (6) ____! Am Freitag gehen wir wieder ins „Nightlife“. (7) ____ du auch? Ciao!

Hallo Annika, (8) ____ bin's, Claire. Na, wie (9) ____ es dir? Du machst das super. Ich (10) ____ auch mehr Sport machen, aber nicht (11) _____. Ich will heute schwimmen (12) _____. Hast du Lust? Um halb sieben? Ist (13) ____ okay? Tschüs.

Ja hallo, ich bin's, Mama. (14) ____ geht es dir? Du isst ja jetzt so (15) ____ und machst so viel (16) _____. Ist das wirklich gut (17) ____ dich? Das ist gefährlich. Bist du (18) ____? Hast du am Wochenende (19) ____? Ruf mich an.

gut | hier | ich | kommst | möchte | nicht | Sport | vergessen | wenig | wie | Zeit
aber | allein | das | dich | für | gehen | geht | gesund

3 a Vergleichen Sie die Verbformen. Was ist in der ersten Zeile anders? Markieren Sie.

- | | | |
|---------------------------------|---------------------------------|---|
| 1. Fährst du los?
Fahr los! | 3. Kommst du?
Komm! | 5. Liest du das Buch?
Lies das Buch! |
| 2. Fahrt ihr mit?
Fahrt mit! | 4. Kommt ihr mit?
Kommt mit! | 6. Lesen Sie das Buch?
Lesen Sie das Buch! |

b Was ist richtig? Kreuzen Sie an.

- Leon, ☐ a) steh ☐ b) steht jetzt auf!
- Klara und Anna, ihr könnt das! ☐ a) Gib ☐ b) Gebt alles!
- Leon und Klara, ☐ a) hol ☐ b) holt ein Glas Wasser!
- Gut so, Anna! ☐ a) Mach ☐ b) Macht weiter so!
- Ihr zwei, los geht's! ☐ a) Sei ☐ b) Seid aktiv!
- Sehr gut, Leon. ☐ a) Wiederhol ☐ b) Wiederholt das 10-mal!



4 Was soll die Katze tun? Was sollen die Hunde tun? Schreiben Sie Aufforderungen.



die Milch trinken zu mir kommen
mit mir spielen
ganz lieb sein

Trink die Milch!



da bleiben
mit dem Ball spielen
zu uns kommen nicht so laut sein

5 Svenja im Fitness-Studio. Ergänzen Sie die Lücken.

- Also, Svenja, wir machen jetzt gleich (1) ei___ Fitness-Test.
- (2) W___ alt bist du?
- Ich bin (3) j___ 27.
- Alles (4) kl___. Und wie groß (5) b___ bist du?
- 1 Meter 75.
- Und (6) d___ Gewicht? Wie viel (7) w___ du?
- Oh, das (8) mö___ ich eigentlich (9) n___ sagen.
- Entschuldige, (10) a___ das brauche ich (11) f___ den Test.
- Also gut, (12) ci___ 73 Kilo.
- Gut, (13) d___ machen wir jetzt den (14) Fitness-T___.

6 a Der Körper. Schreiben Sie Wörter mit Artikel und Plural.

K__RP__R	K__PF	H__LS	B__CH
<u>der Körper, Körper</u>	_____	_____	_____
R__CK__N	__RM	H__ND	F__NG__R
_____	_____	_____	_____
B__N	KN__	F__ß	G__S__CHT
_____	_____	_____	_____

b Was machen Sie mit ...? Ordnen Sie die Verben zu.

den	ge	se	chen	cken	hen
hö	rie	schme	ken	ren	hen

mit dem Kopf - denken mit den Augen - _____ mit der Nase - _____
 mit dem Mund - _____ mit den Ohren - _____ mit den Beinen - _____

7 Markieren Sie die Fehler. Schreiben Sie die Wörter richtig.

- Annika will kesund lepen. Sie isst viel Obst und Kemüse und macht mehr Sport.
- Leon kauft in der Päckerei am Bahnhof kern ein paar Prötchen, Putter und Kuchen.
- Sind alle ta? Können wir peginnen? Die Pesprechung geht pis 11 Uhr.
- Ich habe kein Keld. Kannst du pitte für mich pezahlen. Ich kebe es dir morgen zurück.
- Es ist warm, wir können traußen krillen und tann eine Party machen.
- Svenja hat Kepurtstag. Die Käste pringen ein Keschenk für sie mit.

gesund,

8 Ein Unfall. Wählen Sie.

A Ergänzen Sie den Text.
 Die Wörter unten helfen.

B Ergänzen Sie die Verben.

Matteo Glasner hatte einen Unfall. Sein Arm (1) ist verletzt. Er (2) _____ sehr
 _____. Herr Glasner (3) _____ zum Arzt. Frau Doktor Wenger (4) _____
 zuerst die Wunde sauber und dann einen Verband. Sie (5) _____ Herrn Glasner auch ein Rezept
 für Tabletten und eine Salbe.
 Herr Glasner (6) _____ die Medikamente in der Apotheke. Er muss jeden Tag zweimal den
 Verband (7) _____. Er muss auch drei Tage zu Hause (8) _____. Er soll den Arm nur
 wenig (9) _____.

bewegen | bleiben | geht | gibt | holt | ist | macht | tut ... weh | wechseln

9 Ratschläge vom Arzt: Wer soll was machen? Schreiben Sie Sätze mit *sollen*.

Frau Perfler — wenig Fleisch essen
 ihr — nicht Auto fahren — im Bett bleiben
 ich — du — mehr schlafen
 Herr und Frau Aist — nicht so viel arbeiten
 wir — Herr Wagner — den Verband wechseln — mehr Wasser trinken

	<i>soll</i>	<i>mehr</i>	<i>schlafen</i>
ich			
du			
Herr Wagner			
Der Arzt sagt, Frau Perfler			
wir			
ihr			
Herr und Frau Aist			

10 a Was passt: *müssen* oder *(nicht) dürfen*? Ergänzen Sie.

A Herr Wagner hat Bauchschmerzen. Er geht zum Arzt. Er (1) *muss* zu Hause bleiben, er
 (2) arbeiten. Er (3) einen Tag lang nichts essen, aber er
 (4) viel trinken, besonders Tee.

B Ein Kind hat Husten, Hals- und Kopfschmerzen. Es (5) in die Schule gehen, es
 (6) drei Tage lang im Bett bleiben. Es (7) rausgehen. Aber es
 (8) fernsehen. Und es (9) Hustensaft nehmen.

C Frau Aist arbeitet zu viel. Sie hat Rückenschmerzen. Sie (10) Tabletten und Tropfen
 nehmen. Sie (11) aufstehen, aber sie (12) arbeiten gehen oder joggen.

b Schreiben Sie die Sätze richtig.

1. Gutentagfraudoktormirgehtesgarnichtgut , | ! | .

Guten Tag, Frau Doktor! Mir

2. Wastutihnendennwehfrauwnager , | ?

3. Wielangehabensiedasfieberschonundhabensieauchhusten ? | ?

4. Frauwnagerichgebeihneneinrezeptfürtabletten , | .

5. Wannmussichdietablettennehmenvorodernachdemessen ? | ?



11 a Was fragen Ärzte und Patienten? Schreiben Sie Fragen.

1. wo / es / besonders / wehtun / ?
2. seit wann / Sie / die Schmerzen / haben / ?
3. Sie / auch / Fieber / haben / ?
4. ich / in die Arbeit / gehen / dürfen / ?
5. wie lange / ich / im Bett / bleiben / müssen / ?
6. wie oft / die Tropfen / nehmen / müssen / ich / ?

*Wo tut es besonders weh?***b Welches Wort passt nicht? Streichen Sie.**

1. die Apotheke – die Medikamente – ~~die Praxis~~ – das Rezept
2. verletzt – erkältet – gesund – krank
3. die Spritze – das Pflaster – das Fieber – die Tablette
4. die Salbe – die Tropfen – der Hustensaft – die Wunde
5. das Krankenhaus – der Verband – die Apotheke – die Praxis

**12 Ergänzen Sie die Wörter in den Forumsbeiträgen. Schreiben Sie Tipps.**baden | ~~einschlafen~~ | gibt | habe | Hausmittel | müde | nehmen | nichts | Schnupfen | Tipp | willIch kann nicht (1) einschlafen, ich bin total

(2) _____, aber es geht nicht. Schlaftabletten

(3) _____ ich nicht nehmen. Hat jemand einen

(4) _____?

Ich bin oft erkältet und habe immer (5) _____.

Tee trinken, (6) _____, Tabletten oder inhalieren,

(7) _____ hilft. Was (8) _____ es noch?

Ich bin im Urlaub und (9) _____ Zahnschmerzen.

Ich möchte nicht immer Tabletten (10) _____.

Gibt es ein gutes (11) _____?

früher aufstehen,
Milch mit Honig trinkenSteh früher auf!Hühnersuppe machen,
die Suppe heiß essendiesen Tipp probieren: eine Nelke
in den Mund nehmen**13 Ordnen Sie die Bedeutungen zu. Ergänzen Sie dann den Artikel.**1. die Schlaftablette E

2. _____ Rückenschmerzen _____

3. _____ der Erkältungstee _____

4. _____ Zahnarztpraxis _____

5. _____ Sportunfall _____

6. _____ der Motorradunfall _____

A der Tee gegen eine Erkältung

B der Unfall mit dem Motorrad

C der Unfall beim Sport

D die Schmerzen im Rücken

E die Tablette für den Schlaf

F die Praxis von einem Zahnarzt