

# WILLKOMMEN BEI GOETHE

## Lernvideos des Goethe-Instituts Ljubljana



1

### Arbeitsblätter zum Video

**Autorin:** Stanka Emeršič

#### Unterrichtsziele:

- Schülerinnen und Schüler können grundlegende Ausdrücke zum Thema Schönheit/ Gesundheit benennen.
- Schülerinnen und Schüler können über eigene Gewohnheit zum Thema reflektieren.
- Schülerinnen und Schüler können einen Wochen-Fitness-Plan erstellen
- Schülerinnen und Schüler können Lob bzw. Komplimente aussprechen.

**Zielgruppen:** Deutschlernende 7. bis 9. Klasse – Grundschule (Primarbereich)

**Sprachniveau:** A2 – B1

**Bildquellen:** [www.colourbox.de](http://www.colourbox.de)

**Zum Video:** Starte das Video, indem du auf den Link / das Symbol klickst, oder den QR-Code einscannst: <https://youtu.be/hNwIUjAOYzI>





## Vor dem Sehen

1. Bevor du dir das Video ansiehst, lerne folgende Ausdrücke.

gesund **sein**: Ich **bin** gesund.

die Gesundheit = zdravje

schön **sein**: Ella **ist** schön.

die Schönheit = lepota

**sich bewegen**: Tobias **bewegt sich** regelmäßig. Er macht Sport jeden Tag.

die Bewegung = gibanje

positive Energie **haben**: Julia **hat** positive Energie. Sie \*strahlt.

\*strahlen = žareti

2. Finde die Gegensätze wie im Beispiel. Verbinde sie mit Farbstiften.

gesund sein	groß sein
schön sein	unsportlich sein
fit sein	krank sein
sportlich sein	unglücklich sein
glücklich sein	unattraktiv sein
klein sein	untrainiert sein

😊 Wenn ein Wort neu für dich ist, nimm ein (Online)Wörterbuch und schreibe die Übersetzung dazu.



## Während des Sehens

Vor dem Sehen lies einmal alle Fragen und Aufgaben.

Mach mit bei unserem Schönheits- und Gesundheitsquiz. Markiere die richtige Antwort.

Sieh dir das Video bis 01:18 Minuten an. Beantworte danach die Frage.

Frage 1: Wie viel Bewegung braucht man, um gesund und fit zu sein?



A: 20 min/Tag

B: 60 min/Tag

C: 90 min/Tag

Die Lösung: von 01:18 bis 02:00 Minuten.

Tipp 1: Du sollst 150 Minuten pro Woche sportlich aktiv sein.

Tipp 2: Nimm dein Smartphone und schaue nach, wie viele Schritte du schon heute gemacht hast.

😊 Ich bin sehr fit. 😊 Ich bin fit. 😞 Ich bin untrainiert.

Sieh dir das Video von 02:00 bis 02:14 Minuten an. Beantworte danach die Frage.

Frage 2: Wie viel Wasser sollte man täglich trinken?



A: 0,5 Liter

B: 1,5 Liter

C: 3,5 Liter

Trinkst du mehr als 1,5 Liter Wasser pro Tag oder weniger?

A: Ich trinke mehr als 1,5 l Wasser pro Tag.

B: Ich trinke weniger als 1,5 l Wasser pro

> mehr als

< weniger als

Was trinkst du am liebsten?

Die Lösung: von 02:16 bis 03:08 Minuten.

Sieh dir das Video von 03:09 bis 03:22 Minuten an. Beantworte danach die Frage.

Frage 3: Was verfärbt deine Zähne unschön?



A: Rote Bete

B: Schokolade

C: schwarzer Tee

Tipp: Putze dir mindestens zwei Mal täglich deine Zähne.

Die Lösung: von 03:23 bis 03:49 Minuten.

Sieh dir das Video von 03:50 bis 04:06 Minuten an. Beantworte danach die Frage.

Frage 4: Was gilt als Anti-Aging-Lebensmittel?



A: Zucker

B: gesättigte Fettsäuren

C: rote Weintraube

Die Lösung: von 04:07 bis 04:57 Minuten.

Markiere Lebensmittel, in denen sich viele gesättigte Fette verstecken.

Kokosnussöl    Fisch    Kartoffeln    Käse  
Paprika    fette Wurst    Brötchen  
Sahne    Salat    fettes Fleisch    Schokolade  
Radiesche    Chips    Gurke

5

Sieh dir das Video von 04:58 bis 05:12 Minuten an. Beantworte danach die Frage.

Frage 5: Was kann deine Haut besonders zart und schönmachen?



Die Lösung: von 05:13 bis 05:54 Minuten.

Tipp: Geh in einen Drogeriemarkt und suche nach der Schneckencreme.

Lies die Anwendung!

Kreuze an: Wie sieht die Haut nach der Verwendung der Schneckencreme

aus?

- Haut ist trocken und unelastisch.
- Haut ist zart, weich, elastisch und glänzend.
- Haut ist zart aber trocken.

Sieh dir das Video von 05:55 bis 06:40 Minuten an.

## Selbstgemachte Creme

Dazu brauchst du:



Aloe Vera-Pflanze



Kamille

Feuchtigkeitscreme

mixen

6

Sieh dir das Video von 06:40 bis 07:38 Minuten an.

Wir haben heute gelernt, dass man täglich mindestens 1,5 Liter Wasser trinken soll. Das ist gesund.

die Gesundheit



das Wasser



das

## Gesundheitswasser

Dazu brauchst du:



2 Liter Wasser

1 Stück Ingwer

1 Gurke - mittelgroß

12 Blätter Minze

1 Zitrone - unbehandelt

Den Ingwer musst du reiben.

Die Gurke musst du schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Den Wasserkrug sollst du über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Du sollst jeden Tag einen Schluck davon trinken.

### Eine Knobelaufgabe:

Auf dem Tisch im Esszimmer sind 4 Wasserkrüge.  
In jedem Krug sind 2 Liter Wasser.  
Auf dem Tisch sind auch viele Gläser.  
In jedes Glas gibst du 2 dcl Wasser.  
Jede Person bekommt ein Glas.

Wie viele Personen trinken aus 4 Wasserkrügen?

---

7

### DIE ZUSAMMENFASSUNG:

Sieh dir das Video von 07:40 bis 08:38 Minuten an.

#### Lies die Sätze und markiere die richtige Lösung:

- ① Du sollst dich regelmäßig bewegen. / Du sollst dich nicht bewegen.
- ② Du sollst gesund essen. / Du sollst ungesund essen.
- ③ Du sollst täglich Wasser trinken. /  
Du sollst zwei Mal in der Woche Wasser trinken.
- ④ Du sollst viel Kaffee und Tee trinken. Das ist gut für deine Zähne. /  
Du sollst wenig Kaffee und Tee trinken. Das ist nicht gut für deine Zähne.

## Nach dem Sehen

### ♥ Mache einen Fitnessstest!

Du brauchst:

bequeme oder sportliche Klamotten,

Sportschuhe,

eine Stoppuhr.

Eine Person soll die Stoppuhr bedienen!



Mache 20 Kniebeugen!

Mache 20 Hampelmann-Sprünge!

Mache 20 Liegestützen!

Bist du mit deinen Ergebnissen zufrieden?



### ♥ Erstelle deinen eigenen Wochen-Fitness-Plan.

♥ Frage deine Mama / deine Großmutter:

Was machst du, um jünger auszusehen?

-----

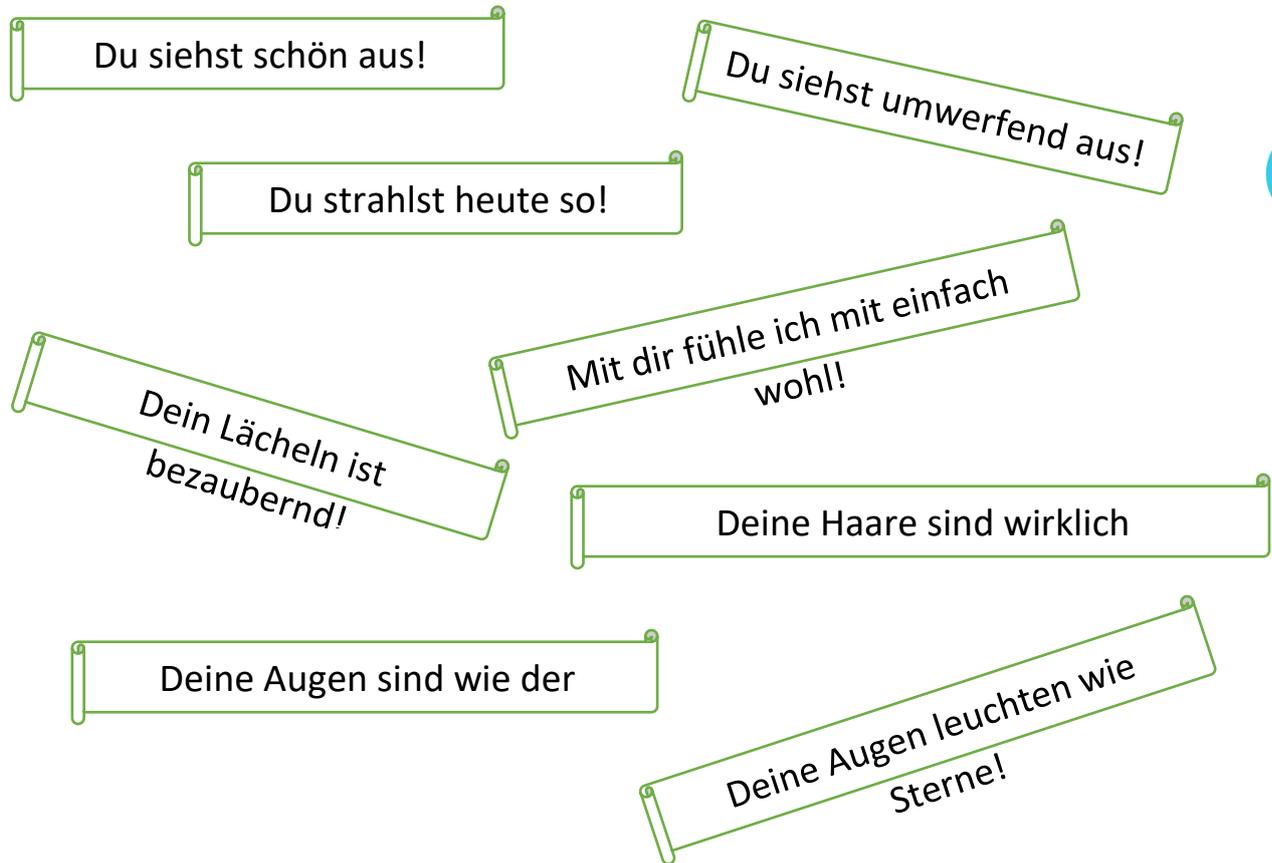
♥ Verwendest du Naturkosmetik?



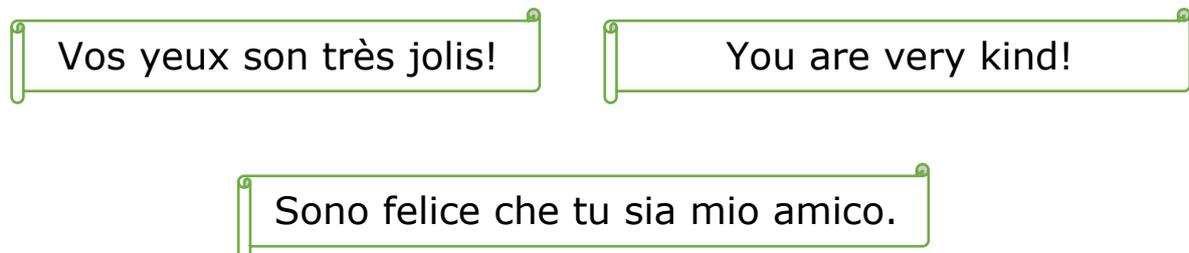

Sieh dir das Video von 08:40 Minuten bis zum Ende an.

Mache Komplimente, weil das anderen Menschen glücklich macht!

Tipp: Schreibe Komplimente auf Zetteln und verteile sie in deiner Klasse.



Tipp: Du kannst auch Komplimente in verschiedenen Sprachen schreiben.



Viel Spaß!