

A1.29 Körperliche Zustände und Empfindungen

<https://app.colanguage.com/de/deutsch/lehrplan/a1/29>



Der Appetit	(Sich) entspannen
Der Durst	Erschöpft
Der Hunger	Müde
Das Meer	Verschwitz
Die Pause	Verletzt
Baden	Wach
Sich ausruhen	Vielleicht

1. Dialog: Körperliche Zustände und Empfindungen

Franz: Ich habe so einen Hunger. Haben wir noch etwas im Kühlschrank?

Gabi: Der Kühlschrank ist leider leer.

Franz: Haben wir sonst noch etwas zu essen?

Gabi: Ich glaube nicht. Bist du dir sicher, dass du Hunger hast? Wir haben vor einer Stunde einen Döner gegessen.

Franz: Was meinst du? Was habe ich dann, wenn ich keinen Hunger habe?

Gabi: Vielleicht hast du nur Appetit. Das verwechseln wir oft.

Franz: Und wie weiß ich, ob ich Hunger habe oder nur Appetit?

Gabi: Trink einfach mal ein großes Glas Wasser.

Franz: Okay... Ich glaube, es ist weder Hunger noch Appetit. Ich habe Durst und ich bin ein bisschen müde.

1. Was ist am Anfang das Problem von Franz?

- a. Er ist sehr erschöpft von der Arbeit am Meer.
- b. Er hat großen Hunger.
- c. Er ist verletzt.
- d. Er ist wach und ganz fit.

2. Was sagt Gabi über den Kühlschrank?

- a. Der Kühlschrank ist leider leer.
- b. Der Kühlschrank ist kaputt und verletzt.
- c. Der Kühlschrank ist voll mit Döner.
- d. Im Kühlschrank ist Wasser und Franz ist nicht durstig.

1-b 2-a

2. Grammatik: Negation mit "nicht" und "kein" in ganzen Sätzen

Lerne wann du "nicht" und wann du "kein" verwendest.



1. Kein is used to negate nouns with an indefinite article or no article at all.
2. „Nicht“ verneint Adjektive, Verben, bestimmte Artikel oder ganze Sätze.

Kasus (Kasus)	Nominativ (Nominativ)	Akkusativ (Akkusativ)	Dativ (Dativ)
mit "nicht" (mit „nicht“)	Maskulin (Maskulin) kein Mann (kein Mann) Das ist kein Mann. (Das ist kein Mann.)	keinen Mann (keinen Mann) Ich sehe keinen Mann. (Ich sehe keinen Mann.)	keinem Mann (keinem Mann) Ich helfe keinem Mann. (Ich helfe keinem Mann.)
	Feminin (Feminin) keine Frau (keine Frau) Das ist keine Frau. (Das ist keine Frau.)	keine Frau (keine Frau) Ich sehe keine Frau. (Ich sehe keine Frau.)	keiner Frau (keiner Frau) Ich helfe keiner Frau. (Ich helfe keiner Frau.)
	Neutrum (Neutrum) kein Kind (kein Kind) Das ist kein Kind. (Das ist kein Kind.)	kein Kind (kein Kind) Ich sehe kein Kind. (Ich sehe kein Kind.)	keinem Kind (keinem Kind) Ich helfe keinem Kind. (Ich helfe keinem Kind.)
	Plural (Plural) keine Freunde (keine Freunde) Das sind keine Freunde. (Das sind keine Freunde.)	keine Freunde (keine Freunde) Ich sehe keine Freunde. (Ich sehe keine Freunde.)	keinen Freunden (keinen Freunden) Ich helfe keinen Freunden. (Ich helfe keinen Freunden.)
mit "kein" (mit „kein“)	Ich bin nicht müde. (Ich bin nicht müde.)	Ich sehe das Meer nicht. (Ich sehe das Meer nicht.)	Ich antworte dem Kind nicht. (Ich antworte dem Kind nicht.)

1. Ich habe heute _____ Hunger, ich esse nur eine Suppe.
a. keine b. kein c. keinen d. nicht
2. Ich trinke heute _____ Kaffee, ich habe schon zwei Tassen gehabt.
a. keinen b. nicht c. kein d. keine
3. Im Büro gibt es _____ Pause am Nachmittag, deshalb sind alle müde.
a. keine b. kein c. nicht d. keinen
4. Ich bin _____ müde, ich gehe noch einmal im Meer baden.
a. kein b. keinen c. nicht d. keine

1. keinen 2. keinen 3. keine 4. nicht

3.Übungen

1. Hinweisschild im Büro: Kleine Pause am Meer (Audio in der App verfügbar)



Wörter zu verwenden: Vielleicht, müde, Pause, erschöpft, verschwitzt, wach, Appetit, Meer, Wasser, Hunger

Im Büro von Firma Nordsee-IT hängt ein Plakat neben der Kaffeemaschine: „Mach eine _____ ! Dein Körper braucht Erholung.“ Auf dem Plakat ist ein Foto vom _____. Darunter steht: „Bist du _____ oder _____ ? Dann mache fünf Minuten Pause. Setz dich, atme ruhig und trink ein Glas _____.“

Weiter unten steht: „Hast du keinen _____ , aber _____ auf Schokolade? Frag dich: Hast du wirklich Hunger? _____ brauchst du nur Wasser oder Ruhe. Bist du _____ oder verletzt? Sag es deiner Chefin oder deinem Chef. Im Büro ist Gesundheit wichtig. Wenn es dir nicht gut geht, sag: „Ich bin nicht _____ , ich brauche eine Pause.““

1. Was sollst du machen, wenn du müde oder erschöpft bist?

2. Wie erklärt das Plakat den Unterschied zwischen Hunger und Appetit?

2. Ordne jeden Anfang mit dem richtigen Ende zu.

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Nach dem langen Arbeitstag | a. keinen Appetit auf Pizza. |
| 2. Ich habe heute | b. bin ich total erschöpft. |
| 3. Im Büro mache ich | c. keine Pause, das ist ungesund. |
| 4. Am Wochenende möchte ich | d. mich am Meer entspannen. |

1-b: Nach dem langen Arbeitstag bin ich total erschöpft. **2-a:** Ich habe heute keinen Appetit auf Pizza. **3-c:** Im Büro mache ich keine Pause; das ist ungesund. **4-d:** Am Wochenende möchte ich mich am Meer entspannen.

3. Wählen Sie die richtige Lösung

1. Nach acht Stunden im Büro _____ ich mich aus und trinke keinen Kaffee mehr.
a. ruhen b. ruhe mich c. ruhe ich d. ruhe
2. Am Wochenende _____ ich mich und denke nicht an meine Arbeit.
a. entspanne mich b. entspanne ich c. entspannst d. entspannt
3. Im Fitnessstudio _____ du dich nicht aus, du trainierst sehr intensiv.
a. ruhe b. ruhen c. ruhst d. ruht

4. Nach dem Schwimmen im Meer _____ wir uns, weil wir sehr erschöpft sind.
a. entspannst b. entspannen wir c. entspanne d. entspannt ihr
1. ruhe ich 2. entspanne ich 3. ruhst 4. entspannen wir

4. Beende die Dialoge

a. Erschöpft nach der Arbeit

Jonas (Berufstätiger): *Mann, ich bin heute total erschöpft und sehr müde.*

Anna (Partnerin): 1. _____

Jonas (Berufstätiger): *Gute Idee. Ich will mich ein bisschen entspannen und vielleicht eine Pause machen.*

Anna (Partnerin): 2. _____

b. Verschwitzt im Fitnessstudio

Markus (Kollege): *Puh, ich bin total verschwitzt. Ich brauche jetzt etwas zu trinken.*

Lena (Freundin): 3. _____

Markus (Kollege): *Ja, bitte. Dann fühle ich mich wieder etwas wach und nicht mehr so erschöpft.*

Lena (Freundin): 4. _____

1. Oh nein, setz dich erst mal hin und ruh dich kurz aus. 2. Ich mache dir gleich einen Tee, das hilft oft gegen den Kopfschmerz und macht wach. 3. Ich habe auch Durst. Willst du eine Pause und etwas Wasser holen? 4. Perfekt. Nach dem Trinken können wir kurz am Gerät weitertrainieren oder uns ausruhen.

5. Übe zu zweit oder mit deiner Lehrkraft.

1. Du arbeitest im Büro. Es ist 12:30 Uhr. Du hast großen Hunger und willst mit einer Kollegin in die Pause gehen. Sag ihr, wie du dich fühlst und was du jetzt brauchst. (Verwende: der Hunger, die Pause, etwas essen)

Ich habe _____

2. Du bist auf einer längeren Autofahrt mit einem Kollegen. Ihr macht eine kurze Pause an einer Tankstelle. Du möchtest etwas trinken und sagst, wie du dich fühlst. (Verwende: der Durst, Wasser, etwas trinken)

Ich bin _____

3. Du kommst abends nach einem langen Arbeitstag nach Hause. Dein Partner/deine Partnerin fragt: „Wie geht es dir?“ Antworte und sag, wie dein Körper sich fühlt und was du jetzt machen möchtest. (Verwende: müde, sich ausruhen, Sofa)

Ich bin _____

4. Du bist im Fitnessstudio mit einer Freundin. Nach dem Training seid ihr beide verschwitzt und ein bisschen erschöpft. Deine Freundin fragt: „Wie fühlst du dich?“ Antworte und sag, wie du dich fühlst und was du jetzt brauchst. (Verwende: verschwitzt, erschöpft, duschen)

Ich bin _____

6. Schreiben Sie 3 oder 4 Sätze über Ihren Arbeitstag: Wann sind Sie müde, hungrig oder erschöpft, und was machen Sie dann?

*Ich bin müde, weil ... / Ich habe Hunger / keinen Hunger, aber Appetit auf ... / Ich brauche eine Pause, denn ...
/ Mir geht es nicht gut, ich ...*

4. Wichtige Verben

	Sich ausruhen	(Sich) entspannen
ich	ruhe mich aus	entspanne mich
du	ruhst dich aus	entspannst dich
er/sie/es	ruht sich aus	entspannt sich
wir	ruhen uns aus	entspannen uns
ihr	ruht euch aus	entspannt euch
sie	ruhen sich aus	entspannen sich