

## A1.29 Körperliche Zustände und Empfindungen



- Exprésate. Qué necesitas.
- Cuenta cómo se siente tu cuerpo.

<b>Der Hunger</b>	<i>(El hambre)</i>	<b>Verletzt</b>	<i>(Herido/a)</i>
<b>Der Durst</b>	<i>(La sed)</i>	<b>Verschwitz</b>	<i>(Sudado/a)</i>
<b>Der Appetit</b>	<i>(El apetito)</i>	<b>Erschöpft</b>	<i>(Agotado/a)</i>
<b>Die Pause</b>	<i>(La pausa)</i>	<b>Baden</b>	<i>(Bañarse)</i>
<b>Das Meer</b>	<i>(El mar)</i>	<b>Sich ausruhen</b>	<i>(Descansar(se))</i>
<b>Müde</b>	<i>(Cansado/a)</i>	<b>(Sich) entspannen</b>	<i>(Relajarse)</i>
<b>Wach</b>	<i>(Despierto/a)</i>	<b>Vielleicht</b>	<i>(Quizás)</i>

### 1. Diálogo: Franz denkt, sein Körper braucht etwas, aber er weiß nicht genau was. (QR: Audio)



- Franz:** Ich habe so Hunger. Haben wir noch etwas im Kühlschrank? *(Tengo tanta hambre. ¿Nos queda algo en la nevera?)*
- Gabi:** Der Kühlschrank ist leider leer. *(La nevera está lamentablemente vacía.)*
- Franz:** Haben wir sonst noch etwas zu essen? *(¿Tenemos algo más para comer?)*
- Gabi:** Nein. Bist du sicher, dass du Hunger hast? Wir haben doch gerade einen Döner gegessen. *(No. ¿Estás seguro de que tienes hambre? Si acabamos de comer un döner.)*
- Franz:** Was habe ich sonst, wenn ich keinen Hunger habe? *(¿Qué tengo entonces, si no tengo hambre?)*
- Gabi:** Vielleicht hast du einfach nur Appetit. Oft verwechseln wir das. *(Quizá solo tienes apetito. A menudo lo confundimos.)*
- Franz:** Und woher weiß ich, ob ich Hunger habe oder Appetit? *(¿Y cómo sé si tengo hambre o apetito?)*
- Gabi:** Trink einfach mal ein großes Glas Wasser. *(Bebe simplemente un vaso grande de agua.)*
- Franz:** Ich glaube, es ist weder Hunger noch Appetit. Vielleicht ist es nur Durst. *(Creo que no es ni hambre ni apetito. Quizá solo es sed.)*

1. Warum sagt Gabi, dass Franz vielleicht keinen Hunger hat? *(¿Por qué dice Gabi que Franz quizá no tiene hambre?)*
  - a. Weil Franz verletzt ist und nicht essen darf.
  - b. Weil Franz müde ist und sich ausruhen soll.
  - c. Weil der Kühlschrank voll ist.
  - d. Weil sie doch gerade einen Döner gegessen haben.
2. Was soll Franz laut Gabi machen? *(¿Qué debería hacer Franz según Gabi?)*
  - a. Ein großes Glas Wasser trinken.
  - b. Sich entspannen und baden gehen.
  - c. Eine Pause machen und schlafen.
  - d. Ins Meer gehen und schwimmen.

1-d 2-a

## 2. Gramática: Negación con «nicht» y «kein» en oraciones completas

Aprende cuándo usas «nicht» y cuándo usas «kein».



1. „Kein“ se usa para negar sustantivos con un artículo indefinido o sin artículo.
2. „Nicht“ niega adjetivos, verbos, artículos determinados u oraciones completas.

	<b>Kasus</b> (caso)	<b>Nominativ</b> (nominativo)	<b>Akkusativ</b> (acusativo)	<b>Dativ</b> (dativo)
<b>„kein“</b> ( «kein»)	Maskulin (masculino)	<b>kein</b> Mann (ningún hombre) Das ist kein Mann. (Ese no es un hombre.)	<b>keinen</b> Mann (a ningún hombre) Ich sehe keinen Mann. (No veo a ningún hombre.)	<b>keinem</b> Mann (a ningún hombre) Ich helfe keinem Mann. (No ayudo a ningún hombre.)
	Feminin (femenino)	<b>keine</b> Frau (ninguna mujer) Das ist keine Frau. (Esa no es una mujer.)	<b>keine</b> Frau (a ninguna mujer) Ich sehe keine Frau. (No veo a ninguna mujer.)	<b>keiner</b> Frau (a ninguna mujer) Ich helfe keiner Frau. (No ayudo a ninguna mujer.)
	Neutrum (neutro)	<b>kein</b> Kind (ningún niño) Das ist kein Kind. (Ese no es un niño.)	<b>kein</b> Kind (a ningún niño) Ich sehe kein Kind. (No veo a ningún niño.)	<b>keinem</b> Kind (a ningún niño) Ich helfe keinem Kind. (No ayudo a ningún niño.)
	Plural (plural)	<b>keine</b> Freunde (ningunos amigos) Das sind keine Freunde. (Esos no son amigos.)	<b>keine</b> Freunde (a ningunos amigos) Ich sehe keine Freunde. (No veo a amigos.)	<b>keinen</b> Freunden (a ningunos amigos) Ich helfe keinen Freunden. (No ayudo a amigos.)
<b>„nicht“</b> ( «nicht»)		Ich bin <b>nicht</b> müde. (No estoy cansado/a.)	Ich sehe das Meer <b>nicht</b> . (No veo el mar.)	Ich antworte dem Kind <b>nicht</b> . (No le respondo al niño.)

„Es gibt“ se niega con „kein“. Ejemplo: „Es gibt keine Fragen“

1. Ich bin heute \_\_\_\_\_ müde, aber ich brauche eine Pause. (Hoy no estoy cansado, pero necesito un descanso.)  
a. nichts      b. kein      c. nicht      d. keine
2. Ich habe \_\_\_\_\_ Hunger, ich habe nur Durst. (No tengo hambre, solo tengo sed.)  
a. keinen      b. kein      c. nicht      d. keine
3. In der Küche gibt es \_\_\_\_\_ Wasser mehr. (En la cocina ya no queda agua.)  
a. kein      b. nicht      c. keine      d. keinen
4. Ich sehe das Meer heute \_\_\_\_\_, es ist zu neblig. (Hoy no veo el mar, hay demasiada niebla.)  
a. kein      b. keinen      c. nicht      d. keine

1. nicht 2. keinen 3. kein 4. nicht

### 3.Ejercicios

#### 1. Relaciona cada comienzo con su final correcto.

- |                             |                                |
|-----------------------------|--------------------------------|
| 1. Ich bin müde,            | a. ich brauche eine Pause.     |
| 2. Ich habe Durst,          | b. ich esse jetzt nichts.      |
| 3. Ich habe keinen Appetit, | c. dann bin ich wieder wach.   |
| 4. Ich ruh mich kurz aus,   | d. ich trinke ein Glas Wasser. |

**1-a:** *Estoy cansado, necesito una pausa.* **2-d:** *Tengo sed, bebo un vaso de agua.* **3-b:** *No tengo apetito, ahora no como nada.*  
**4-c:** *Descanso un momento, luego vuelvo a estar despierto.*



#### 2. Aviso en la oficina: pausa y bienestar (QR: Audio)

**Rellena los huecos:** Hunger, Appetit, Durst, Pause, auszuruhen, entspannen, keine, müde, verletzt, erschöpft



Hinweis der Personalabteilung: Bitte machen Sie regelmäßig kurze Pausen. Wer lange am Bildschirm arbeitet, wird oft (1) \_\_\_\_\_ oder (2) \_\_\_\_\_. Trinken Sie genug Wasser, auch wenn Sie keinen (3) \_\_\_\_\_ haben. Essen Sie in der (4) \_\_\_\_\_ etwas Leichtes. Wenn Sie keinen (5) \_\_\_\_\_ haben, essen Sie nicht nur aus (6) \_\_\_\_\_.

Wenn Sie sich nicht gut fühlen, sprechen Sie bitte mit Ihrer Teamleitung. Bei Stress hilft es, sich fünf Minuten (7) \_\_\_\_\_ oder kurz zu (8) \_\_\_\_\_. Wenn Sie (9) \_\_\_\_\_ sind, melden Sie das sofort. Für alle gilt: Es gibt (10) \_\_\_\_\_ Meetings in der Pause.

*Aviso del departamento de recursos humanos: Por favor, hagan regularmente pausas cortas. Quien trabaja mucho tiempo frente a la pantalla a menudo se cansa o se agota. Beba suficiente agua, incluso si no tiene sed. Coma algo ligero durante la pausa. Si no tiene hambre, no coma solo por apetito.*

*Si no se siente bien, por favor hable con su jefatura de equipo. En caso de estrés, ayuda descansar cinco minutos o relajarse un poco. Si está lesionado, comuníquelo de inmediato. Para todos vale: no hay reuniones durante la pausa.*

*(1) müde, (2) erschöpft, (3) Durst, (4) Pause, (5) Hunger, (6) Appetit, (7) auszuruhen, (8) entspannen, (9) verletzt, (10) keine*

#### 3. Escucha los fragmentos de audio y elige la solución correcta. (QR: Audio)



1. Wann kommt die Person ins Büro? (*¿Cuándo llega la persona a la oficina?*)
  - a. erst am Nachmittag
  - b. gegen 11:00 Uhr
  - c. um 10:00 Uhr
2. Was bestellt der Mann? (*¿Qué pide el hombre?*)
  - a. ein Bier
  - b. stilles Wasser
  - c. Sprudelwasser

**1-b 2-b**

#### 4. Elige la solución correcta

- Nach der Arbeit \_\_\_\_\_ ich mich nicht aus, ich bin noch zu wach. *(Después del trabajo no descanso, todavía estoy demasiado despierto.)*  
 a. ruht      b. ruhe      c. ruhest      d. ruhen
- In der Pause \_\_\_\_\_ ich mich nicht, weil ich keinen Appetit habe. *(En la pausa no me relajo, porque no tengo apetito.)*  
 a. entspannen      b. entspanne      c. entspannt      d. entspannst
- Am Wochenende \_\_\_\_\_ wir uns am Meer aus und gehen vielleicht baden. *(El fin de semana descansamos en el mar y quizás vayamos a bañarnos.)*  
 a. ruhe      b. ruhen      c. ruhst      d. ruht

1. ruhe 2. entspanne 3. ruhen



#### 5. Juego de rol - diálogos (QR: Audio)

##### a. Kurze Pause im Büro

**Laura**      *Hey Mina, hast du kurz Zeit für eine Pause?*

**(Kollegin):**      *(Hola Mina, ¿tienes un momento para una pausa?)*

**Mina (Kollegin):**      *Ja, gern. Ich bin müde und heute etwas erschöpft.*

*(Sí, con gusto. Estoy cansada y hoy un poco agotada.)*

**Laura**      *Hast du Hunger oder Durst?*

**(Kollegin):**      *(¿Tienes hambre o sed?)*

**Mina (Kollegin):**      *Ich habe Durst. Ich möchte mich kurz hinsetzen und mich entspannen.*

*(Tengo sed. Quiero sentarme un momento y relajarme.)*

- Warum macht Mina eine Pause?
- 

##### b. Nach dem Sport: Erschöpft zu Hause

**Jonas (Freund):**      *Sofia, hast du Appetit? Wir könnten noch etwas essen gehen.*

*(Sofia, ¿tienes apetito? Podríamos ir a comer algo.)*

**Sofia (Freundin):**      *Vielleicht später. Ich bin sehr verschwitzt und ziemlich erschöpft.*

*(Quizá más tarde. Estoy muy sudada y bastante agotada.)*

**Jonas (Freund):**      *Bist du verletzt oder nur müde?*

*(¿Estás lesionada o solo cansada?)*

**Sofia (Freundin):**      *Nicht verletzt. Ich bin müde und möchte mich lieber zu Hause ausruhen.*

*(No estoy lesionada. Estoy cansada y prefiero descansar en casa.)*

- Wie fühlt sich Sofia nach dem Sport? Nenne zwei Wörter.
-

## 6. Practica en parejas o con tu profesor. (QR: IA+)

1. Du bist im Büro in einem langen Termin. Du hast Durst und möchtest kurz etwas trinken. Was sagst du? (Benutze: Der Durst, Wasser, kurz)



2. Du bist mit Kolleginnen in der Mittagspause. Du hast Hunger und willst etwas essen. Was sagst du? (Benutze: Der Hunger, etwas essen, die Pause)

## 7. Escritura: WhatsApp (QR: IA+)

**Lara (Büro):** Hi! Ich mache gleich eine kleine Pause. Ich bin total **müde** und habe **Durst**. Kommst du mit in die Küche?

Wir können Wasser holen und kurz **ausruhen**. Oder wir gehen 5 Minuten raus, ein bisschen **entspannen**.

Bist du auch müde? Hast du **Hunger** oder nur **Appetit**?



**Escribe una respuesta adecuada:** *Ich bin (nicht) ... und ich brauche ... / Ich habe (kein/en/e) ... / Ich habe keinen/keine ... / Vielleicht komme ich mit, aber ...*

### Verbos importantes

#### **Sich ausruhen** (*descansar*)

Präsens

ich	ruhe mich aus
du	ruhst dich aus
er/sie/es	ruht sich aus
wir	ruhen uns aus
ihr	ruht euch aus
sie	ruhen sich aus

#### **(Sich) entspannen** (*relajarse*)

Präsens

entspanne mich
entspannst dich
entspannt sich
entspannen uns
entspannt euch
entspannen sich