

A2.25 Hausaufgaben / Übungen

A2.25 Homework / Exercises

 <https://app.colanguage.com/german/syllabus/a2/25>



Übung 1:

Gesprächsübung

Anleitung:

1. Haben Sie jemals eine Diät gemacht oder sind Sie gerade dabei?
(Have you ever been on a diet or are you right now?)
2. Schauen Sie sich beim Einkaufen im Supermarkt normalerweise die Zutatenliste an? *(Do you usually look at the ingredient list when buying food in the supermarket?)*
3. Würden Sie Ihre Essgewohnheiten als gesund oder eher ungesund beschreiben? *(Would you describe your food habits as healthy or rather unhealthy?)*



Example phrases:

- Ich habe noch nie eine Diät gemacht. Allerdings bin ich Vegetarier, daher esse ich kein Fleisch.
- Ich habe in der Vergangenheit einige Diäten ausprobiert, aber sie haben mir nicht gefallen. Jetzt versuche ich, aktiver zu sein.
- Ich schaue mir immer die Zutaten an. Ich überprüfe den Zucker und das Salz in den Lebensmitteln.
- Ich ernähre mich meistens sehr gesund, aber manchmal esse ich etwas Schokolade.
- Ich habe eine gute Balance zwischen ungesund und gesunder Ernährung.
- Ich esse ziemlich ungesund. Ich werde bald eine Diät machen.

.....

.....

.....

.....

A2.25 Hausaufgaben / Übungen

A2.25 Homework / Exercises

<https://app.colanguage.com/german/syllabus/a2/25>



Übung 2:

Dialogkarten

Anleitung: Schreibe einen kurzen Dialog für jede Situation.

1. Gesundes Mittagessen planen

Discuss together what you want to eat for lunch today, and pay attention to healthy options.

.....

.....

.....

.....

A2.25 Gesunde Ernährung und Gewohnheiten / Healthy food and habits

Modul 4 Lifestyle / Lifestyle

Was möchtest du heute zum

Mittagessen essen?

What do you want to eat for lunch today?

Ich denke an einen Salat mit viel

Gemüse. Und du?

I'm thinking of a salad with lots of vegetables. And you?

Ich möchte Hähnchenbrust mit gedünstetem Gemüse essen. Das ist gesund.

I want to eat chicken breast with steamed vegetables. That's healthy.

Ja, das klingt gut. Wir sollten auch etwas Obst dazu nehmen.

Yes, that sounds good. We should also have some fruit with it.

Stimmt, ein Apfel oder eine Birne sind gute Ideen.

True, an apple or a pear are good ideas.

Dann machen wir das so!

Then let's do it that way!

Hast du schon überlegt, was du heute isst?

Have you already thought about what you're eating today?

Ja, ich überlege, einen Vollkorn-Sandwich mit Salat zu machen.

Yes, I'm thinking of making a whole grain sandwich with salad.

Das ist eine gute Idee. Vollkorn ist besser als Weißbrot.

That's a good idea. Whole grain is better than white bread.

Genau, und ich vermeide frittierte Speisen.

Exactly, and I avoid fried foods.

Ich denke auch, weniger Zucker zu essen ist wichtig.

I also think eating less sugar is important.

Das hilft wirklich für eine gesunde Ernährung.

That really helps for a healthy diet.

2. Gesunde Gewohnheiten im Alltag

Have a conversation about which healthy habits you have in daily life
and which you want to improve.

.....

.....

.....

.....

A2.25 Gesunde Ernährung und Gewohnheiten / Healthy food and habits

Modul 4 Lifestyle / Lifestyle

Was tust du für deine Gesundheit?

What do you do for your health?

Ich trinke jeden Tag viel Wasser und gehe spazieren.

I drink plenty of water every day and go for walks.

Das ist gut! Ich versuche, weniger Süßigkeiten zu essen.

That's good! I try to eat fewer sweets.

Das fällt mir auch manchmal schwer.

I also sometimes find that difficult.

Vielleicht können wir zusammen Sport machen?

Maybe we can do sports together?

Das ist eine tolle Idee. So bleiben wir motiviert.

That's a great idea. That way we stay motivated.

Achtest du auf deine Ernährung?

Do you pay attention to your diet?

Ja, ich esse oft Obst und Gemüse.

Yes, I often eat fruits and vegetables.

Ich versuche auch, jeden Tag Frühstück zu essen.

I also try to have breakfast every day.

Frühstück ist sehr wichtig, um Energie zu haben.

Breakfast is very important to have energy.

Und wie sieht es mit Süßigkeiten aus?

And what about sweets?

Ich esse nur selten Süßigkeiten, das ist besser für die Zähne.

I rarely eat sweets, that's better for the teeth.

3. Wochenmenü planen

Plan a healthy weekly menu together and discuss the main ingredients.

.....

.....

.....

.....

A2.25 Gesunde Ernährung und Gewohnheiten / Healthy food and habits

Modul 4 Lifestyle / Lifestyle

Was wollen wir diese Woche kochen?

What do we want to cook this week?

Am Montag möchte ich Linsensuppe machen.

On Monday, I want to make lentil soup.

Das ist gesund und lecker. Was gibt es am Dienstag?

That's healthy and tasty. What's there on Tuesday?

Vielleicht gebratenen Fisch mit Salat.

Maybe fried fish with salad.

Gute Idee! Und was essen wir am Mittwoch?

Good idea! And what do we eat on Wednesday?

Wie wäre es mit einer Gemüsepfanne und Reis?

How about a vegetable stir-fry with rice?

Hast du schon das Wochenmenü vorbereitet?

Have you already prepared the weekly menu?

Ja, ich plane Gemüse und Eiweiß für jeden Tag.

Yes, I plan vegetables and protein for every day.

Perfekt, welche Gerichte hast du im Kopf?

Perfect, what dishes do you have in mind?

Am Donnerstag gibt es Omelett mit Spinat.

On Thursday, there will be omelet with spinach.

Klasse, und am Freitag?

Great, and on Friday?

Wir können gebackene Kartoffeln mit Quark essen.

We can eat baked potatoes with quark.

A2.25 Hausaufgaben / Übungen

A2.25 Homework / Exercises

 <https://app.colanguage.com/german/syllabus/a2/25>



Übung 3:

Mehrfachauswahl

Anleitung: Wählen Sie die richtige Lösung

1. Ich ____ mehr Obst und Gemüse essen, um mich ausgewogen zu ernähren.

- a. sollst b. sollte c. sollen
d. soll

2. Du ____ versuchen, auf fettige Snacks zu verzichten.

- a. sollst b. soll c. solltet d.
sollen

3. **Wir ____ uns vegetarisch ernähren, um gesünder zu leben.**

- a. solltest b. sollen c. soll
d. sollten

4. **Letzte Woche ____ ich mehr Sport machen, habe es aber nicht geschafft.**

- a. soll b. sollte c. sollen d.
sollst

Solutions:

1. soll 2. solltest 3. sollten 4. sollte

A2.25 Hausaufgaben / Übungen

A2.25 Homework / Exercises

 <https://app.colanguage.com/german/syllabus/a2/25>



Übung 4:

Healthy Eating and New Habits

Anleitung: Fülle die Lücken, um diese kurze Geschichte zu vervollständigen

Jeden Morgen _____ ich ein ausgewogenes Frühstück essen, weil ich gesund bleiben möchte. Letzte Woche _____ ich abnehmen, deshalb _____ ich weniger fettige Snacks essen. Mein Freund hat mir einen Tipp gegeben: „Du _____ versuchen, mehr Gemüse zu essen.“ Am Wochenende _____ wir gemeinsam einen Wochenplan machen. Ich _____ mich vegetarisch ernähren, um meine Ernährung zu verbessern.

A2.25 Gesunde Ernährung und Gewohnheiten / Healthy food and habits

Modul 4 Lifestyle / Lifestyle

Every morning I **should** (should - present) eat a balanced breakfast because I want to stay healthy. Last week I **should have** (should - simple past) lose weight, so I **should have** (should - simple past) eat fewer fatty snacks. My friend gave me a tip: "You **should** (should - present) try to eat more vegetables." On the weekend we **should** (should - present) make a weekly plan together. I **should** (should - present) eat vegetarian to improve my diet.

Sollen

Should-Present

ich soll

du sollst

er/sie/es soll

wir sollen

ihr sollt

sie/Sie sollen

Sollen

Should-Simple

Past

ich sollte

du solltest

er/sie/es sollte

wir sollten

ihr solltet

sie/Sie sollten

