



## A1.16 Tägliche Routinen

- Praat over je dagelijkse routine.
- Praat over gewoonten.

<b>Das Leben</b>	<i>(Het leven)</i>	<b>Sich die Haare kämmen</b>	<i>(Zich de haren kammen)</i>
<b>Täglich</b>	<i>(Dagelijks)</i>	<b>Sich anziehen</b>	<i>(Zich aankleden)</i>
<b>Aufstehen</b>	<i>(Opstaan)</i>	<b>Sich die Zähne putzen</b>	<i>(Zich de tanden poetsen)</i>
<b>Duschen</b>	<i>(Douchen)</i>	<b>Frühstücken</b>	<i>(Ontbijten)</i>
<b>Sich waschen</b>	<i>(Zich wassen)</i>	<b>Fernsehen</b>	<i>(Tv-kijken)</i>
<b>Sich rasieren</b>	<i>(Zich scheren)</i>	<b>Träumen</b>	<i>(Dromen)</i>

### 1. Dialogo: Linda und Matthias: Morgens fit bei der Arbeit (QR: Audio)



- Matthias:** Wie schaffst du es, so früh zur Arbeit zu kommen und trotzdem so fit zu sein? *(Hoe krijg jij het voor elkaar om zo vroeg op je werk te komen en toch zo fit te zijn?)*
- Linda:** Meine Morgenroutine hilft mir sehr. Mein Tag beginnt jeden Tag gleich, deshalb habe ich jeden Tag Energie. *(Mijn ochtendroutine helpt me enorm. Mijn dag begint elke dag hetzelfde, daarom heb ik elke dag energie.)*
- Matthias:** Willst du mir deine Morgenroutine erzählen? Ich finde es schwer, morgens aufzustehen. *(Wil je me jouw ochtendroutine vertellen? Ik vind het moeilijk om 's ochtends op te staan.)*
- Linda:** Okay. Das Wichtigste ist: Ich stehe sofort auf, wenn der Wecker klingelt. Ich drücke nie die Snooze Taste. *(Oké. Het belangrijkste is: ik sta meteen op als de wekker gaat. Ik druk nooit op de snooze-knop.)*
- Matthias:** Und danach? *(En daarna?)*
- Linda:** Danach wasche ich mir das Gesicht mit kaltem Wasser, ziehe mich an und gehe auf den Balkon. *(Daarna was ik mijn gezicht met koud water, kleed ik me aan en ga ik naar het balkon.)*
- Matthias:** Warum gehst du auf den Balkon? *(Waarom ga je naar het balkon?)*
- Linda:** Damit ich richtig wach werde. Das Sonnenlicht gibt mir Energie. *(Zodat ik goed wakker word. Het zonlicht geeft me energie.)*
- Matthias:** Und das machst du jeden Tag? *(En dat doe je elke dag?)*
- Linda:** Ja, jeden Tag. Manchmal frühstücke ich noch, aber oft esse ich meine erste Mahlzeit erst um 12 Uhr. *(Ja, elke dag. Soms ontbijt ik nog, maar vaak eet ik mijn eerste maaltijd pas om 12 uur.)*

1. Was ist für Linda das Wichtigste am Morgen? *(Wat is voor Linda het belangrijkste in de ochtend?)*
  - a. Sie steht sofort auf, wenn der Wecker klingelt.
  - b. Sie trinkt zuerst zwei Kaffee.
  - c. Sie sieht zuerst fern.
  - d. Sie duscht sofort kalt.
2. Warum geht Linda nach dem Anziehen auf den Balkon? *(Waarom gaat Linda na het aankleden naar het balkon?)*
  - a. Sie putzt dort ihre Zähne.
  - b. Sie träumt dort noch ein bisschen.
  - c. Sie will durch das Sonnenlicht wach werden.
  - d. Sie telefoniert dort mit Matthias.

1-a 2-c



## 2. Grammatica: Wederkerende werkwoorden

Wederkerige werkwoorden moeten met een wederkerig voornaamwoord worden gebruikt.

1. Het wederkerig voornaamwoord staat meestal in de accusatief, maar soms ook in de datief.
2. Het gebruik van de naamval hangt af van het werkwoord. Voorbeeld: Zähne putzen -> altijd met datief

### freuen (mit Akkusativ)

Ich freue **mich** (*Ik verheug me*)

Du freust **dich** (*Jij verheugt je*)

Er freut **sich** (*Hij verheugt zich*)

Wir freuen **uns** (*Wij verheugen ons*)

Ihr freut **euch** (*Jullie verheugen je*)

Sie freuen **sich** (*Zij verheugen zich*)

### putzen (mit Dativ)

Ich putze **mir** (die Zähne) (*Ik poets me (mijn tanden)*)

Du putzt **dir** (*Jij poetst je*)

Sie putzt **sich** (*Zij poetst zich*)

Wir putzen **uns** (*Wij poetsen ons*)

Ihr putzt **euch** (*Jullie poetsen je*)

Sie putzen **sich** (*Zij poetsen zich*)

1. Ich freue \_\_\_\_\_ auf das Wochenende. (*Ik verheug me op het weekend.*)  
 a. dich    b. sich    c. mir    d. mich
2. Du putzt \_\_\_\_\_ jeden Morgen die Zähne. (*Je poetst elke ochtend je tanden.*)  
 a. dein    b. dir    c. dich    d. mich
3. Er kämmt \_\_\_\_\_ vor der Arbeit die Haare. (*Hij kamt zijn haar vóór het werk.*)  
 a. mir    b. sich    c. sein    d. ihn
4. Wir ziehen \_\_\_\_\_ schnell an und gehen dann zur U-Bahn. (*We trekken ons snel aan en gaan dan naar de metro.*)  
 a. wir    b. mich    c. euch    d. uns

1. mich 2. dir 3. sich 4. uns

### 3.Oefeningen

#### 1. Koppel elk begin aan het juiste einde.

- |   |                                 |
|---|---------------------------------|
| 1. Ich stehe jeden Tag um sieben auf      | a. und ziehe mich danach an.    |
| 2. Nach dem Sport dusche ich kurz         | b. und frühstücke dann schnell. |
| 3. Vor der Arbeit putze ich mir die Zähne | c. und gehe dann früh ins Bett. |
| 4. Abends sehe ich oft fern               | d. und kämme mir die Haare.     |

**1-b:** Ik sta elke dag om zeven uur op en ontbijt dan snel. **2-a:** Na het sporten douche ik kort en kleed me daarna aan. **3-d:** Voor het werk poets ik mijn tanden en kam ik mijn haar. **4-c:** 's Avonds kijk ik vaak televisie en ga dan vroeg naar bed.



#### 2. Mededeling op kantoor: ochtendroutine en vergadering (QR: Audio)

**Vul de lege plekken in:** putzen, auf, Frühstücken, stehen, ziehen, rasieren, duschen, waschen



Bitte planen Sie Ihre Zeit am Morgen: Unser Team-Meeting beginnt um 8:30 Uhr im Raum 3B. Wer im Büro (1) \_\_\_\_\_ möchte, kann die Dusche im 2. Stock nutzen. Bitte bringen Sie ein eigenes Handtuch mit. In der Küche stehen Kaffee und Wasser bereit. (2) \_\_\_\_\_ Sie bitte nur in der Küche.

Viele Kolleginnen und Kollegen kommen mit dem Fahrrad und (3) \_\_\_\_\_ deshalb früh (4) \_\_\_\_\_. Vor der Arbeit (5) \_\_\_\_\_ sie sich, (6) \_\_\_\_\_ sich die Zähne und (7) \_\_\_\_\_ sich an. Wenn Sie sich im Bad (8) \_\_\_\_\_ oder die Haare kämmen, achten Sie bitte auf Sauberkeit und Ordnung.

*Plan je tijd in de ochtend: onze teamvergadering begint om 8:30 uur in ruimte 3B. Wie op kantoor wil douchen, kan de douche op de 2e verdieping gebruiken. Neem alsjeblieft je eigen handdoek mee. In de keuken staan koffie en water klaar. Ontbijt alsjeblieft alleen in de keuken.*

*Veel collega's komen met de fiets en staan daarom vroeg op. Voor het werk wassen ze zich, poetsen ze hun tanden en kleden ze zich aan. Als je je in de badkamer scheert of je haar kamt, let dan alsjeblieft op netheid en orde.*

*(1) duschen, (2) Frühstücken, (3) stehen, (4) auf, (5) waschen, (6) putzen, (7) ziehen, (8) rasieren*

#### 3. Luister naar de audiofragmenten en kies de juiste oplossing. (QR: Audio)



1. Wann frühstückt Jana? (*Wanneer ontbijt Jana?*)
  - a. Im Büro
  - b. Vor sieben Uhr
  - c. Um halb acht
2. Was macht Markus zuerst nach dem Aufstehen? (*Wat doet Markus als eerste na het opstaan?*)
  - a. Er frühstückt direkt.
  - b. Er sieht fern.
  - c. Er wäscht sich.

1-c 2-c

#### 4. Kies de juiste oplossing

1. Unter der Woche \_\_\_\_\_ ich um 6:30 Uhr auf. (*Doordeweeks sta ik om 6:30 uur op.*)  
a. *stehen*    b. *steht*    c. *stehe*    d. *stehst*
2. Vor der Arbeit \_\_\_\_\_ er schnell. (*Voor het werk doucht hij snel.*)  
a. *duschst*    b. *duscht*    c. *duschen*    d. *dusche*
3. Im Bad \_\_\_\_\_ ich mich leise an, weil meine Mitbewohnerin noch schläft. (*In de badkamer kleeft ik me stil aan, omdat mijn huisgenote nog slaapt.*)  
a. *zieht*    b. *ziehe*    c. *ziehen*    d. *ziehst*

1. *stehe* 2. *duscht* 3. *ziehe*

#### 5. Rollenspel - dialogen (QR: Audio)



##### a. Im Büro: zu spät gekommen

- Nina (Kollegin):** *Tom, alles gut? Du bist heute spät.*  
(*Tom, alles goed? Je bent vandaag laat.*)
- Tom (Kollege):** *Ja, Entschuldigung. Normalerweise stehe ich täglich um sechs auf, aber heute habe ich lange geträumt.*  
(*Ja, sorry. Normaal sta ik elke dag om zes uur op, maar vandaag heb ik lang gedroomd.*)
- Nina (Kollegin):** *Und dann? Wie ist deine Morgenroutine?*  
(*En toen? Hoe is jouw ochtendroutine?*)
- Tom (Kollege):** *Ich dusche, wasche mich, putze mir die Zähne, ziehe mich an und frühstücke schnell.*  
(*Ik douche, was me, poets mijn tanden, kleeft me aan en ontbijt snel.*)

1. Warum kommt Tom heute zu spät?
- 

##### b. Mitbewohner: Bad am Morgen

- Laura (Mitbewohnerin):** *Markus, ich brauche morgens länger im Bad: duschen, Haare kämmen und Zähne putzen.*  
(*Markus, ik heb 's ochtends langer nodig in de badkamer: douchen, haren kammen en tanden poetsen.*)
- Markus (Mitbewohner):** *Okay. Ich stehe auch täglich um sieben auf und rasiere mich kurz.*  
(*Oké. Ik sta ook elke dag om zeven uur op en scheer me even snel.*)
- Laura (Mitbewohnerin):** *Kannst du heute zuerst frühstücken? Dann bin ich schneller fertig.*  
(*Kun je vandaag eerst ontbijten? Dan ben ik sneller klaar.*)
- Markus (Mitbewohner):** *Ja, kein Problem. Ich ziehe mich an und frühstücke zuerst, dann gehst du ins Bad.*  
(*Ja, geen probleem. Ik kleeft me aan en ontbijt eerst, daarna ga jij naar de badkamer.*)

1. Was macht Laura morgens im Bad?
-

**6. Oefen in tweetallen of met je docent. (QR: AI+)**

1. Du bist neu im Team. In der Kaffeeküche fragt ein Kollege: „Wann stehst du normalerweise auf?“ Antworte kurz und freundlich. (Verwende: aufstehen, um ... Uhr, meistens)



2. Du übernachtet bei einer Freundin / bei einem Freund. Am Morgen ist das Bad besetzt. Sag kurz, was du jetzt machen willst. (Verwende: duschen, gleich, warten)

**7. Schrijven: WhatsApp (QR: AI+)**

Hi! Ich bin **Linda**  
 Ich komme morgen schon um 8:00 ins Büro. Ich stehe um 6:30 auf, **dusche** kurz und **frühstücke** zu Hause.  
 Wie ist deine **Morgenroutine**? Um wie viel Uhr stehst du auf?  
 Kannst du morgen auch um 8:00 da sein? Dann trinken wir kurz zusammen Kaffee.



**Schrijf een passende reactie:** *Ich stehe um ... Uhr auf. / Dann dusche ich und ziehe mich an. / Morgen kann ich um ... Uhr im Büro sein.*

---



---



---

<b>Belangrijke werkwoorden</b>	<b>Aufstehen</b> ( <i>opstaan</i> )	<b>Duschen</b> ( <i>douchen</i> )	<b>Sich anziehen</b> ( <i>zich aankleden</i> )	<b>Sich waschen</b> ( <i>zich wassen</i> )
	Präsens	Präsens	Präsens	Präsens
ich	stehe auf	dusche mich	ziehe mich an	wasche mich
du	stehst auf	duschst dich	ziehst dich an	wäschst dich
er/sie/es	steht auf	duscht sich	zieht sich an	wäscht sich
wir	stehen auf	duschen uns	ziehen uns an	waschen uns
ihr	steht auf	duscht euch	zieht euch an	wascht euch
sie	stehen auf	duschen sich	ziehen sich an	waschen sich