

МБОУ «СОШ №77 с углубленным изучением английского языка» г. Пермь  
Учитель немецкого языка Перевозчикова Эльвира Борисовна  
Компьютерная презентация на немецком языке по теме «Здоровый образ жизни в технологии ТРКМ»

***Hallo, liebe Freunde!***

Wir sprechen heute zum  
Thema  
„Die gesunde Lebensweise“

## **Wie meinen Sie,**

---

- **lohnt es sich** zu diesem Thema zu sprechen?
- ist dieses Thema wirklich so wichtig?
- ist es ein interessantes Thema für Sie?

***Na also ,***  
Hören wir aufmerksam!

Äußern wir unsere Meinungen!

Beantworten wir die Fragen!

Machen wir natürlich Schlussfolgerungen!

Los! Beginnen wir!

**Jeder Mensch will glücklich und erfolgreich sein.**

---

- Sind Sie damit einverstanden?

## **Aber um seine Träume und Pläne zu **verwirklichen**, braucht der Mensch genug Zeit!**

---

- Er kann seine *Ziele* nur dann *erreichen*, wenn er gesund und stark (psychisch und physisch ) ist. Man sagt:  
**„Gesundheit ist das höchste Gut.“**
  
- Und Sie? Meinen Sie auch so?

# **Aber was heißt eigentlich „gesund sein“?**

---

- Wie sieht ein absolut gesunder Mensch aus? Versuchen Sie bitte solch einen Menschen zu beschreiben.
- Wie lebt der gesunde Mensch: was macht / macht nicht er?  
Denken Sie bitte nach. Sie können Assoziogramme oder Tabelle machen.



# Viele meinen so: ein gesunder Mensch

---

- ist nicht krank
- fühlt sich wohl (gut)
- ist immer fit
- sieht immer gut aus
- ist lebensfroh
- glücklich
- optimistisch...



# Leider sind die Menschen heute oft krank.

---

- Warum?  
Weswegen?  
Wie meinen Sie?  
Lesen Sie bitte den Text  
„Gesund leben“ (A)
- Machen Sie bitte das  
Assoziagramm

## Was muss man also tun um die Gesundheit zu **erhalten** (um gesund zu bleiben)?

---

- Lesen Sie bitte den Text „Gesund leben“ (B)
- Machen Sie bitte eine Assoziogramme „Man muss“.
- Weiter machen Sie bitte Ihre Assoziogramme und Ihre Notizen komplett.

## **Es gibt Meinung: der Mensch, der seine Gesundheit schätzt,**

---

- pflegt seinen Körper und seine Seele
  - isst richtig (gesund)
  - vermeidet schlechte Gewohnheiten (verzichtet auf sie)
  - kann die Tageszeit richtig verteilen
  - sorgt für die Umwelt
- Aber was versteht man darunter?*
- *Denken wir darüber zusammen nach.*

# **Die körperliche Gesundheit pflegen. Was heißt es?**

---

- Machen Sie bitte das Assoziogramm

# **Machen Sie bitte Ihre Assoziogramme komplett ! Den Körper pflegen. Das heißt:**

---

- sich viel bewegen; aktiv sein; Sport treiben
- sich abhärten
- viel spazieren gehen  
(im Freien sein)
- gut ausschlafen
- rechtzeitig den Arzt konsultieren ...  
Im gesunden Körper – gesunder Geist

**Der Mensch ist das ganzeinheitliche System. Der Körper und die Seele sind seine wichtigsten Teile. Sie müssen gut (normal) funktionieren!**

- Wir müssen also nicht nur den Körper, und auch die Seele pflegen.

Erklären Sie bitte was muss man dazu machen? Machen Sie bitte das Assoziogramm.



# **Vielleicht das ist es? Denken Sie bitte nach.**

---

- positiv denken
- schwarz nicht sehen
- mehr lächeln
- nicht faulenzten
- für sich selbst und für die anderen etwas Gutes tun (machen)
- mit anderen Menschen gut *umgehen...*



# **Richtig (gesund) essen. Was bedeutet das?**

---

Machen wir das Assoziogramm!

Lesen wir den Text „Über das richtige Essen“

# **Es gibt noch einige Meinungen. Gesund essen. Das bedeutet:**

---

- nicht viel auf einmal essen
- nicht spät essen
- mehr Obst und Gemüse...
- Vitaminen...
- nicht fett essen
- Diät (en) halten
- auf Kalorien achten
- Essgewohnheiten kontrollieren...
- Und was machst du um richtig zu essen?



# Schlechte Gewohnheiten vermeiden. Was heißt es?

---

- nicht rauchen
- Alkohol nicht trinken
- Drogen nicht nehmen

Was noch ist für  
unsere Gesundheit  
schädlich?

Wie meinen Sie?

# **Erklären wir, was heißt es “die Tageszeit richtig verteilen“**

---

- den Arbeitstag sinnvoll organisieren (gestalten)
- die Zeit für die Arbeit und für die Erholung finden (rechtzeitig relaxen)
- die Zeit einfach nicht verlieren. Vielleicht noch was?

# **Und natürlich die Umwelt!**

## **Nur in der sauberen Umwelt leben gesunde Menschen.**

---

- Wir müssen also die Umwelt sauber halten um gesund zu sein und zu leben
- Wir können unsere Umwelt viel schöner machen.

# Und Sie? Leben Sie gesund?

## Klappt es bei Ihnen?

---

- Nehmen Sie zu Hilfe: -  
*Es ist schwer/leicht für mich...zu...*
  - *Ich habe (leider) einen schwachen (starken) Charakter (Willen).*
  - *Ich verstehe (glaube), es ist wichtig, aber...*
  - *Es ist klar, aber...*

# Es gibt hier zwei verschiedene Meinungen (Text „Gesund leben“ (C):

---

- **A:** Gesund leben – es ist Klasse! Es ist für mich! Unsere Gesundheit hängt davon ab, wie wir mit unseren Mitmenschen umgehen. Man muss nicht nur den Körper, sondern auch die Seele pflegen.
- **B:** Gesunde Lebensweise? Es ist eine blöde Sache! Wir sind alle sowieso sterblich. Man muss seine Zeit ausnutzen und das Leben genießen.
- **Und was meinen Sie dazu? Machen Sie bitte also die Schlussfolgerung zu unserem Gespräch!**



# **Danke für Ihre Aufmerksamkeit!**

---

- Bis bald!
- Leben Sie wo

# Источники материалов:

---

<http://s019.radikal.ru/i610/1205/cb/f6b3d4469bfe.jpg>  
<http://i017.radikal.ru/1205/8f/3f50946ce22a.jpg>  
<http://i065.radikal.ru/1205/22/0a6494f86aae.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i602/1205/c2/0502127b0ec7.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i609/1205/26/ac208fb0bb1c.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i604/1205/a7/012e475b36cd.jpg>  
<http://s54.radikal.ru/i144/1205/da/3309f9e523c9.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i611/1205/81/27b890dbd3ab.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i601/1205/65/870b95a6008a.jpg>  
<http://i076.radikal.ru/1205/c7/3c015bc93367.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i623/1205/0a/0a3016a0de95.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i634/1205/8b/65d53b95ead7.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i639/1205/27/0d2ee4a8a340.jpg>  
<http://s018.radikal.ru/i504/1205/7d/b210feccec59.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i606/1205/04/3119e8f42a5c.jpg>  
<http://s014.radikal.ru/i328/1205/d4/f0a6fb271759.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i611/1205/bd/4251f24f6f63.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i636/1205/6e/f14d76d85883.jpg>  
<http://s50.radikal.ru/i130/1205/11/539236b743ac.jpg>  
<http://s017.radikal.ru/i408/1205/32/77ce400d98b3.jpg>

<http://s55.radikal.ru/i148/1205/5a/e2e287b0591d.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i632/1205/bb/eca91e5a5bee.jpg>  
<http://s017.radikal.ru/i408/1205/5c/22efcaf88119.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i627/1205/46/e03ad73b534a.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i609/1205/ad/37469425bc2f.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i633/1205/23/922f234735dc.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i617/1205/e3/faa5a73a083d.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i605/1205/10/df767c719a9.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i615/1205/ae/16fd625bf72f.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i603/1205/65/77ac3bd081d9.jpg>  
<http://s011.radikal.ru/i316/1205/dc/5d2f4ef44330.jpg>  
<http://s001.radikal.ru/i193/1205/ad/33fd7e7713e0.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i612/1205/b5/1c581a2c5c98.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i604/1205/1f/6de2f63a348b.jpg>  
<http://s06.radikal.ru/i179/1205/53/4fa287077c4d.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i644/1205/91/15133a862871.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i636/1205/49/adf52ad0a06d.png>  
<http://i022.radikal.ru/1205/17/ddb52439d653.jpg>  
<http://s55.radikal.ru/i147/1205/e0/21e505f66ec4.jpg>  
<http://s019.radikal.ru/i610/1205/fc/266dad85204d.jpg>  
<http://s015.radikal.ru/i332/1205/7e/5c5581e29d89.jpg>