

ALEMÁN

OPCIÓN A

Fernsehen erhöht Depressionsrisiko

Stundenlanges Glotzen im Teenageralter rächt sich später bitter. Amerikanische Forscher sehen zwischen dem tagtäglichen TV-Konsum und typischen Depressionszeichen im Erwachsenenalter einen wesentlichen Zusammenhang.

An der University of Pittsburgh School of Medicine wurde über 15 Jahre lang der Medienkonsum von mehr als 4000 Jugendlichen beobachtet und dokumentiert. Die Wissenschaftler kommen zu dem Schluss, dass jede zusätzliche Stunde vor dem Fernseher erheblich zum Risiko einer Depressionserkrankung beiträgt. Radio, Videokassetten oder Computerspiele dagegen stehen in keinem Verhältnis zu einer Depression.

Vor dem Fernsehapparat sind die Kinder isoliert. Sie haben keinerlei sportliche Betätigung, lassen sich berieseln und werden intellektuell nicht gefordert. Soziale Kontakte fehlen ganz. Laufen dann noch Actionfilme, schlafen sie wahrscheinlich wenig oder unruhig. Angstzustände oder verstärkte Aggressionen spielen sich weit häufiger ab. Ärzte und Psychiater raten den Eltern, ihre Kinder zu beobachten. Ziehen sie sich zurück? Haben sie kaum Freunde oder Lebensfreude? Verbringen sie ihre Freizeit vor der Glotze? Welche Inhalte haben die Sendungen?

Das genaue Hinsehen während der Pubertät lohnt sich. Reagieren Eltern und Erzieher umgehend, kann das traurige Kind in einem sozialen Netz aufgefangen werden. Das Selbstwertgefühl wird gestärkt, Mädchen und Jungen gehen aktiver auf die Umwelt zu. Im günstigsten Fall wendet ein wachsames Auge eine eventuelle Depression ab. Doch Feingefühl und Takt sei geboten; zu viele Fragen führen auch zum Rückzug.

Aufgaben

1. Betiteln Sie den Text und fassen Sie ihn dann mit eigenen Worten zusammen (zwischen 5 und 10 Sätze). **Verwenden Sie bitte nicht die Formulierungen des Textes!** (2,5 Punkte)

2. Erklären Sie folgende Wörter (Synonyme, Umschreibungen, Beispiele usw.). (2 Punkte)

- Jugendliche der/die
- zu dem Schluss kommen
- Fernsehapparat, der
- schlafen
- beobachten
- Freund, der
- Eltern, die
- traurig

3. Ergänzen Sie folgenden Text. (2 Punkte)

Seit circa 9 Monaten habe ich kein__ Fernseher mehr und vermisse ihn auch nicht. __ ich Filme oder Serien sehen will, kaufe ich sie. Fußball sehe __ übers Netz und die wenigen Sachen, __ mich ab und zu noch interessieren, sehe ich dann meistens in der jeweiligen Sendermediathek. __ Hilfe des Programms Mediathek kann man problemlos, legal und kostenlos Filme und Serien des öffentlich rechtlichen Fernsehens runterladen __ gucken. Da man hierfür schon Gebühren gezahlt __, steht dieser Service kostenlos zur Verfügung. Aktuell__ Kinofilme sind da leider nicht dabei.

4. Glauben Sie, dass Fernsehen isolieren kann? Begründen Sie bitte Ihre Antwort. Wie verbringen Sie Ihre Freizeit? Schreiben Sie einen kurzen Aufsatz (60 bis 100 Wörter). (2,5 Punkte)

ALEMÁN

OPCIÓN B

Radfahren hält fit und macht Spaß

Fahrrad fahren lernen die meisten von uns schon im frühen Kindesalter. Erst mit Stützrädern und dann ohne Hilfsmittel. Zuerst klappt das noch ziemlich wacklig und unsicher. Aber irgendwann läuft es wie von selbst und das Fahrrad wird zum Begleiter.

Zusammen mit Familie oder Freunden einen Fahrradausflug zu unternehmen, ist ein toller Freizeitspaß. Vorab eine Route auswählen, alles vorbereiten und dann geht es los. Eine Hilfe sind dabei kleine Broschüren mit den verschiedensten Radwegen. Für viele Regionen ist so ein kleiner Helfer erhältlich. Meist auch mit Möglichkeiten zum Einkehren wie Biergärten oder Gasthäuser. Wer möchte kann auch ein kleines Picknick einplanen. Vorab sollten die Fahrräder noch mal gecheckt werden. Der Fahrradhelm gehört natürlich ebenfalls mit auf die Tour. Vorsorglich ist es auch gut, ein kleines Erste Hilfe Set dabei zu haben. So sind beispielsweise bei einem Sturz gleich Pflaster zur Hand. Sind Kinder dabei, sollten diese am besten in der Mitte der Truppe fahren, so dass man sie vorne und hinten absichert. Auch sollte bedacht werden, dass Kinder noch nicht die Ausdauer für sehr lange Strecken haben. Denn nicht nur der Hinweg sondern auch die Rückfahrt müssen geschafft werden.

Das Fahrrad ist ein tolles Verkehrsmittel: Es hält fit, hilft gegen Klimawandel, macht Spaß und besticht durch preisgünstiges Fortbewegen.

Aufgaben

1. Betiteln Sie den Text und fassen Sie ihn dann mit eigenen Worten zusammen (zwischen 5 und 10 Sätze). **Verwenden Sie bitte nicht die Formulierungen des Textes!** (2,5 Punkte)

2. Erklären Sie folgende Wörter (Synonyme, Umschreibungen, Beispiele usw.). (2 Punkte)

- lernen
- Freund, der
- vorbereiten
- klein
- Radweg, der
- Biergarten, der
- Picknick, das
- Spaß machen

3. Ergänzen Sie folgenden Text. (2 Punkte)

Ich fahre sehr ___ Rad. Ich ___ als kleines Kind mit meinen Eltern immer Rad gefahren. Dann eine Zeit lang nicht, aber seit kurzem habe ___ wieder angefangen. Ich habe ein tolles Mountainbike und fahre oft aufs Land oder in ___ Wald. Außerdem hält Radfahren fit ___ entspannt. Ärzte raten immer wieder zur Bewegung und zur sportlichen Betätigung. Da ___ das Radfahren genau richtig. Wer öfter mal das Auto stehen lässt und dafür das Rad benutzt, spart nicht nur Geld und schont die Umwelt, ___ tut auch was für ___ Gesundheit.

4. Fahren Sie gerne Rad? Erzählen Sie von einer Erfahrung mit dem Rad, zum Beispiel von einer Radtour oder davon, wie Sie gelernt haben, Fahrrad zu fahren. Schreiben Sie einen kurzen Aufsatz (60 bis 100 Wörter). (2,5 Punkte)

ALEMÁN

Kreuze die richtige Antwort an

- 1.- Seit wann arbeitet Daniela Cappelluti in Frankfurt?
 - a) Seit 23 Jahren
 - b) Seit 31 Jahren
 - c) Seit 22 Jahren
- 2.- Was ist Daniela Cappelluti von Beruf?
 - a) Kulturmanagerin
 - b) Musikerin
 - c) Lehrerin
- 3.- In Frankfurt leben
 - a) viele Beamte
 - b) viele Schweizer
 - c) viele Emigranten
- 4.- Frankfurt ist
 - a) eine wahnsinnige große und laute Stadt
 - b) eine kleine Stadt
 - c) eine chaotische Stadt
- 5.- Daniela Cappellutis erste Empfehlung ist das Main Äppelhaus Lohrberg. Wie ist sie dorthin gefahren?
 - a) Mit dem Auto
 - b) Mit dem Fahrrad
 - c) Mit dem Bus
- 6.- Was kann man im Main Äppelhaus Lohrberg machen?
 - a) Tiere pflegen
 - b) Sich mit Emigranten treffen
 - c) Äpfel pflücken und kaufen
- 7.- Warum empfiehlt Daniela Cappelluti das Hotel Nizza?
 - a) Weil das Hotel sehr modern ist
 - b) Weil das Hotel ein sehr gutes Restaurant hat
 - c) Weil das Hotel eine sehr ruhige und schöne Dachterrasse hat
- 8.- Wenn man im Restaurant Club Michel essen möchte,
 - a) muss man sich per E-Mail anmelden
 - b) muss man sich telefonisch anmelden
 - c) braucht man sich nicht anzumelden
- 9.- Wie oft öffnet das Restaurant Club Michel?
 - a) Täglich
 - b) Nur am Wochenende
 - c) Nur einmal in der Woche
- 10.- Warum geht Daniela Cappelluti gern ins Restaurant Club Michel?
 - a) Weil sie dort ihre liebsten Freunde trifft
 - b) Weil sie dort eine riesige Auswahl an vegetarischen Produkten hat
 - c) Weil sie dort immer neue Menschen kennen lernt