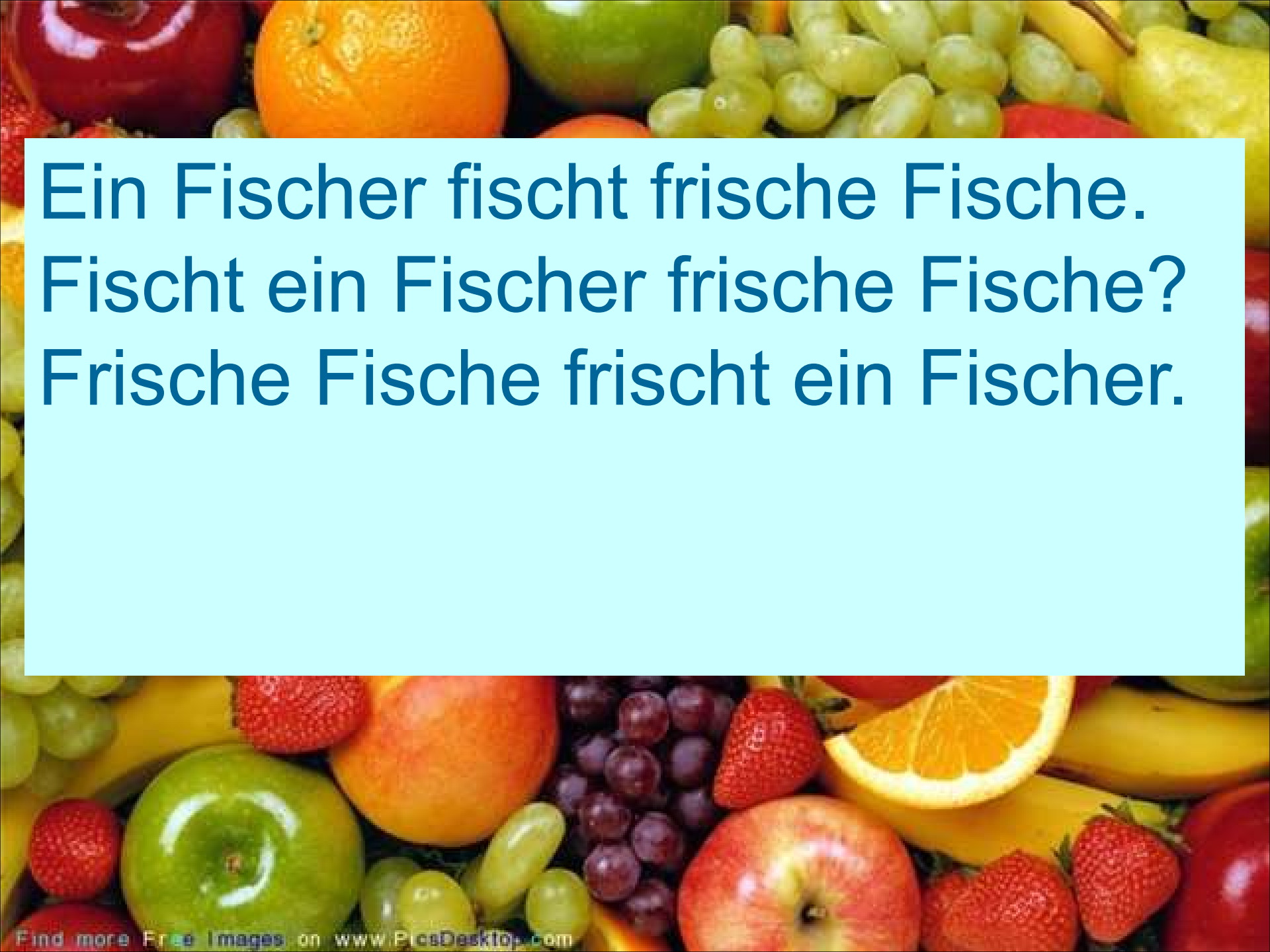


Gesunde Ernährung

Aufgaben der Stunde:

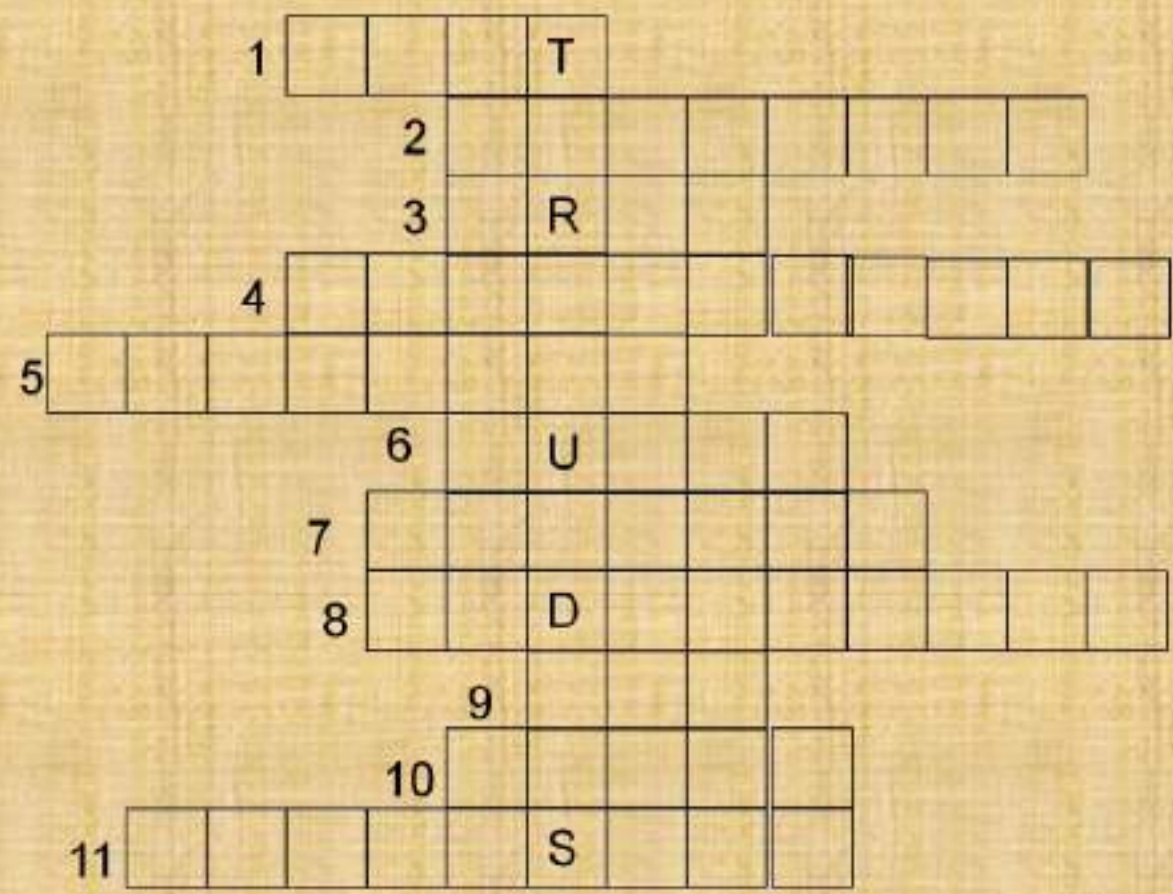
- 1) wir arbeiten an der Lexik zum Thema „Essen“,
- 2) wir inszenieren Rollenspiele
- 3) wir entwickeln weiter unser Können im Deutschen,
- 4) wir besprechen und lösen ein Problem.



Ein Fischer fischt frische Fische.
Fischt ein Fischer frische Fische?
Frische Fische frischt ein Fischer.

Kreuzworträtsel

1. фрукты
2. котлета
3. хлеб
4. обед
5. цыпленок
6. колбаса
7. конфеты
8. суп из лапши
9. мороженое
10. груша
11. яблочный сок



Finden Sie russische Äquivalente zu deutschen Sprichwörtern!

1. Der Appetit kommt beim Essen.
 2. Hunger ist der beste Koch.
 3. Der Satte weiß nicht, wie dem Hunrigen zumite ist.
 4. Salz und Brot macht Wangen rot.
 5. Wer den Brei gekocht hat, der esse ihn.
 6. Wer nicht arbeitet soll auch nicht essen.
- a) Сам кашу заварил, сам и расхлёбывай.
 - b) Аппетит приходит во время еды.
 - c) Хлеб – всему голова.
 - d) Кто не работает, тот не ест.
 - e) Голод – лучший повар.
 - f) Сытый голодного не понимает.



Deutsche Nationalspeisen

**Die Deutschen essen am
meisten ...**

Erbsensuppe mit Speck



Berliner Kartoffelsuppe



Vulletten **Рубленые** **КОТЛЕТЫ**



Schnitzel



© 2012 www.Gaumenkitzler.wordpress.com

Pellkartoffeln mit Quark und Leinöl



Berliner Eisbein



Karpfen blau

**Berliner
Apfelkuchen**



Pfannkuchen



Spritzkuchen





Deutsche Nationalspeisen

**Die Deutschen essen am
meisten ...**



Hört zu und sagt.

**1) Was ist das
Hauptproblem?**

**2) Zu welchen
Problemen führt die
ungesunde Ernährung?**



Unbekannte Wörter

- kalorienreiche Speisen –
- sich ernähren – *питаться*
- die Ernährung –
- das Übergewicht –
- führen zu D. – *приводить к*
- die Krankheit, en – *болезнь, заболевание*
- die Herz-Kreislauf-Erkrankungen – *сердечно-сосудистые заболевания*
- der Bluthochdruck – *высокое давление*

**1) Was ist das
Hauptproblem?**

**2) Zu welchen
Problemen führt die
ungesunde Ernährung?**

- **Es ist sehr gesund, ... zu essen.**
- **Es ist ungesund, ... zu essen.**

Regeln der gesunden Ernährung

Um gesund zu bleiben, muß man:

- regelmäßig essen
- vitaminreiche Speisen essen
- folgende Lebensmittel ... essen
- folgende Lebensmittel ... vermeiden (*избегать*)
- ... trinken
- folgende Getränke ... vermeiden
- zwischendurch ... essen (*перекусить*)