

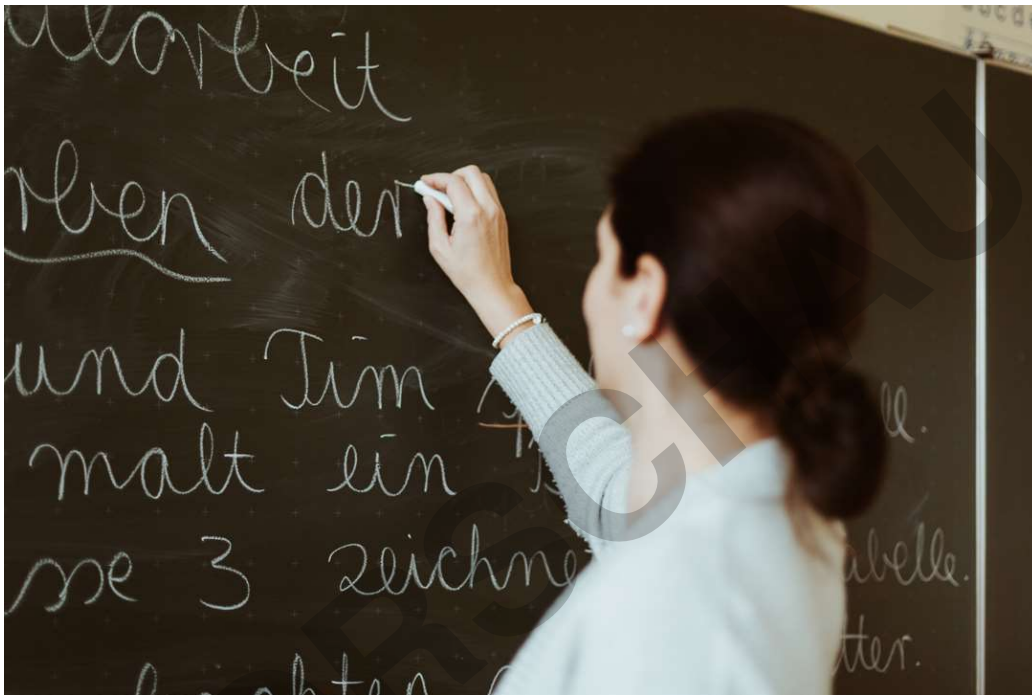
# 10.18

## Grammatik intensiv

### Nebensätze mit *dass*, *damit*, *weil* und *obwohl* – Gesund und fit durchs Leben

Von Dr. Petra Schappert

Mit Illustrationen von Julia Lenzmann



© RAABE 2023

© Andreas Selzer/Moment

Gesund zu leben, das beinhaltet gesundes Essen und Bewegung. Über beide Bereiche geht es in diesem Beitrag. Um sich in diesem – und natürlich auch jedem anderen Bereich des Lebens – angemessen ausdrücken zu können, erfordert es mehr Sprachkompetenz als das Sprechen in parataktischen Hauptsätzen. Gerade die Nebensätze mit *weil*, *damit*, *obwohl* und *dass* helfen den Sprechern, Ansichten zu begründen, Ziele und Absichten zu vermitteln oder über das nicht Erwartete zu sprechen. Daher werden sie in diesem Beitrag intensiv behandelt.

#### KOMPETENZPROFIL

<b>Niveau:</b>	Grundstufe
<b>Grammatik:</b>	Nebensätze mit <i>dass</i> , <i>weil</i> , <i>damit</i> , <i>obwohl</i>
<b>Wortschatz:</b>	gesund essen, gesund leben
<b>Medien:</b>	Übungen zu Wortschatz
<b>Zusatzmaterialien:</b>	Zusätzliche Grammatik-Übungen zur Differenzierung (ZM 09)



## Auf einen Blick

### 1 Wortschatz aktivieren

- |             |                                   |                                      |
|-------------|-----------------------------------|--------------------------------------|
| <b>M 01</b> | Wimmelbild – Gesund und fit leben | <b>W</b> Gesund und fit durchs Leben |
| <b>M 02</b> | Gesund leben – Gesund essen       | <b>W</b> Gesund essen                |
| <b>M 03</b> | Gesund leben – Sport treiben      | <b>W</b> Sport treiben               |


### 2 Grammatik üben und anwenden

- |             |  |                                       |
|-------------|--|---------------------------------------|
| <b>M 04</b> | Gesund leben – Ein Lesetext                                | <b>G</b> Nebensätze                   |
| <b>M 05</b> | Es gibt für alles einen Grund – Nebensätze mit <i>weil</i> | <b>G</b> Nebensätze mit <i>weil</i>   |
| <b>M 06</b> | Auf ein Ziel hinsteuern – Nebensätze mit <i>damit</i>      | <b>G</b> Nebensätze mit <i>damit</i>  |
| <b>M 07</b> | Ich finde, dass – Nebensätze mit <i>dass</i>               | <b>G</b> Nebensätze mit <i>dass</i>   |
| <b>M 08</b> | Gegen die Erwartungen – Nebensätze mit <i>obwohl</i>       | <b>G</b> Nebensätze mit <i>obwohl</i> |
| <b>M 09</b> | Alles klar? – Vermischte Übungen                           | <b>G</b> Nebensätze                   |

### 3 Test

- |             |  |                                      |
|-------------|--|--------------------------------------|
| <b>M 10</b> | Bist du fit? – Nebensätze mit <i>dass</i> , <i>damit</i> , <i>weil</i> und <i>obwohl</i> | <b>G</b> Nebensätze                  |
| <b>M 11</b> | Meine Wortschatzliste – Gesund und fit durchs Leben                                      | <b>W</b> Gesund und fit durchs Leben |

#### Legende

-  kennzeichnet Extra-Übungsmaterial im neuen **Online-Archiv** auf [www.raabe.de](http://www.raabe.de) (Login über Kunden-Zugangsdaten)
- W** kennzeichnet den behandelten Wortschatz
- G** kennzeichnet die behandelte Grammatik

Hinweise und Lösungen zu den Materialien finden Sie ab Seite 22.

## M 02 Gesund leben – Gesund essen

### Aufgabe 1:

Schreibe das richtige Wort unter das Bild. Wähle aus dem Kasten aus.

Bohnen • Obst • Gemüse • Hülsenfrüchte • Linsen • Kichererbsen



© SimpleImages/Moment



© lacaosa/Moment



© Elizaveta Antropova/Moment



© Istetiana/Moment



© Jenny Detrick/Moment



© Helen Camacaro/Moment

### Aufgabe 2:

Was gehört in die Lücke? Fülle die passenden Wörter aus der Box ein.

Kohlenhydrate • Vitamin • Nährstoffe • Hülsenfrüchte • Eiweiß

- \_\_\_\_\_ findet man nicht nur in Fleisch.
- \_\_\_\_\_ geben Kraft und Energie.
- In Orangen ist viel \_\_\_\_\_ C.
- In jedem Lebensmittel sind verschiedene \_\_\_\_\_ enthalten.
- \_\_\_\_\_ sind Linsen, Bohnen und Kichererbsen.

## M 04 Gesund leben – Ein Lesetext



### Aufgabe 1:

Lies den Text aufmerksam durch.



© fuse/corbis

### Eliana lebt gesund

Hallo, ich bin Eliana. Ich bin 13 Jahre alt. Seit zwei Jahren esse ich kein Fleisch mehr. Warum ich mich dazu entschieden habe, Vegetarierin zu werden? Das kann ich euch erzählen: Ich habe eine Sendung im Fernsehen gesehen. Dort wurde gezeigt, dass Schweine und Kühe, Hühner und Gänse unter schlimmen Umständen leben müssen. Ganz viele Tiere lebten auf sehr wenig Platz. Man nennt das Massentierhaltung. Ich fand das ganz schlimm, dass Tiere so leben müssen. Weil ich möchte, dass das aufhört, habe ich beschlossen: Ich esse ab jetzt kein Fleisch und keinen Fisch mehr. Ich mache das, obwohl ich den Geschmack von Schnitzel und so gerne mag. Damit der Körper gut funktioniert, braucht man aber Eiweiß. Eiweiß, auch Protein genannt, gibt es auch in Gemüse und Hülsenfrüchten (Linsen, Bohnen, Kichererbsen und so). Hülsenfrüchte esse ich jetzt sehr oft, damit ich gut mit Nährstoffen versorgt bin. Ich bin also auch ohne Fleisch gesund. Weil ich mich gerne bewege, mache ich viel Sport. Sport sollte jeder Mensch machen, damit er fit bleibt. Sport ist gut für das Herz. Ich spiele Fußball in einem Verein. Manche Leute sagen, dass das kein Sport für Mädchen ist, aber das stimmt nicht! Damit ich auf dem Fußballplatz schnell rennen kann, gehe ich zweimal pro Woche im Park joggen und ich mache auch viele Übungen für meine Muskeln. Mein Bruder lacht mich manchmal aus, weil viele Übungen sehr lustig aussehen. Weil ich aber viel schneller rennen kann als er, hört er sehr schnell mit dem Lachen wieder auf. Obwohl er mich oft neckt, können wir uns sehr gut leiden und spielen manchmal auch Fußball zusammen. Das ist es also, mein gesundes Leben. Und was macht ihr so?



### Aufgabe 2:

Entscheide, ob die folgenden Aussagen richtig oder falsch sind.

	richtig	falsch
a) Eliana darf kein Fleisch essen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Viele Tiere haben kein schönes Leben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Ohne Fleisch kann man nicht gesund leben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Eliana macht Sport, weil sie Herzprobleme hat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Elianas Bruder findet es doof, dass sie Fußball spielt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

© RAABE 2023

## M 06 Auf ein Ziel hinsteuern – Nebensätze mit *damit*

In einem Nebensatz mit *damit* kann man ein Ziel oder eine Absicht formulieren.

Beispiel: *Ich esse kein Fleisch mehr, **damit** die Massentierhaltung aufhört.*

Auch hier gilt die Verbendstellung. Der Nebensatz kann der erste oder der zweite Teil des Satzes sein.



### Aufgabe:

Lies den kurzen Text von Francesca. Überlege dir dann, was Francesca wohl für ihr gesundes Leben tut und welche Ziele Francesca damit verfolgt. Schreibe alles in die Sprechblasen wie im Beispiel.

Ich trinke viel Wasser, damit  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

Ich esse Müsli zum Frühstück, **damit ich Energie für den Tag habe.**

Ich gehe nicht zu spät schlafen, damit  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

Ich bewege mich viel, damit  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

Hallo, ich bin Francesca. Ich bin Influencerin und erzähle dir jetzt, was ich für meine Gesundheit tue.

Ich trainiere mit Hanteln, damit  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

© Luis Alvarez/Moment



## Ich finde, dass ... – Nebensätze mit *dass*

M 07

In einem Nebensatz mit *dass* hat die Konjunktion *dass* keine inhaltliche Bedeutung. *Dass* ist nur dazu da, einen Hauptsatz mit einem Nebensatz zu verbinden.

Beispiel: *Ich wusste nicht, dass du Vegetarier bist.*



### Aufgabe 1:

Lies den Text.

### Was tust du für ein gesundes Leben?

Es gibt viele verschiedene Arten, für seine Gesundheit zu sorgen. Wir haben Menschen auf der Straße gefragt.



Ich bin Fatma. Ich mache jeden Abend Yoga. Das entspannt mich nach einem stressigen Tag. Nach einer Stunde Yoga geht es mir immer viel besser. Ich kann meine Gedanken fließen lassen.

© We are/DigitalVision

Ich heiße Tom. Harmonie ist sehr wichtig für mich. Ich möchte mich nicht mit anderen Menschen streiten. Streit ist schlecht für die Gesundheit. Beim Streiten regt man sich auf und das ist nicht gut für die Nerven und für den Blutdruck.



© Luis Alvarez/DigitalVision



Mein Name ist Chernob. Ich koche jeden Tag frisches Essen. Fertiggerichte sind voller Chemie und das macht krank. Mit frischen Lebensmitteln tut man seinem Körper etwas Gutes und bekommt viele Vitamine.

© jacoblund/iStock/Getty Images Plus

Ich heiße Tatiana. Ich gehe viel an die frische Luft. Sauerstoff ist gut für den Kopf. Man bekommt wieder klare Gedanken. Sauerstoff ist auch gut für die Haut. Am schönsten ist es im Wald.



© Aleksandr Zubkov/Moment