

## Training – Arbeit für die Muskeln (1)



Je mehr ein bestimmter Muskel belastet wird, desto größer und leistungsfähiger wird er. Wenn Muskeln dagegen über längere Zeit nicht beansprucht werden, baut sich die Muskulatur ab und wird schwächer. Deshalb sind die Aufwärmübungen zu Beginn einer Sportstunde wichtig und sinnvoll. Die Muskulatur wird dabei erwärmt; dann sind die Muskeln und Sehnen ausreichend auf Belastungen vorbereitet und können auf plötzliche und ruckartige Bewegungen geschmeidig reagieren. Aufwärmübungen helfen, Zerrungen und Muskelfaserrisse zu vermeiden.

1. Gliedere den Text in zwei Sinnabschnitte und schreibe ihn fehlerfrei in dein Heft!
  2. Trenne alle Wörter, die vier oder mehr Silben aufweisen!
- 
- 

3. Trenne alle Wörter mit drei Silben!
- 
- 
- 

4. Welche Rechtschreibstrategie wendest du an, um das Wort an der markierten Stelle richtig zu schreiben? Kreuze an!

Muskelfaserbündel

- Ich zerlege das Wort in einzelne Silben.
- Ich bilde die Steigerungsform.
- Ich suche verwandte Wörter aus der Wortfamilie.

schlimm

- Ich denke über den Sinn des Wortes nach.
- Ich trenne das Wort.
- Ich steigere das Wort.

verständigt

- Ich setze vor das Wort einen Artikel.
- Ich bilde den Infinitiv.
- Ich bilde den Plural.

## **Wir spielen „Nachtwächter“ (1)**

- 1** Die Spieler sitzen um einen Tisch. Der Spielleiter legt einige Gegenstände auf den Tisch und beginnt, eine vorbereitete Geschichte zu erzählen. Sobald einer der auf dem Tisch liegenden Gegenstände erwähnt wird, greifen alle zu und versuchen, dieses Beutestück zu erhaschen.
  
- 2** Anstelle der Gegenstände können auch Spielmarken, Steinchen oder Nüsse verwendet werden. Diese dürfen dann weggenommen werden, wenn bestimmte Wörter im Text vorkommen.
  
- 3** Wer am Ende keinen Gegenstand erhascht hat, wird zum „Nachtwächter“ ernannt. „Nachtwächter“ können auch mehrere Mitspieler werden!

1. Der Text lässt sich in drei Sinnabschnitte einteilen. Finde die einzelnen Abschnitte heraus und schreibe den Text – gegliedert in diese drei Abschnitte – fehlerfrei ab!
  
2. Schreibe die Nomen im Singular und Plural mit den jeweiligen Artikeln aus dem Text heraus!

der Nachtwächter – die Nachtwächter; der Spieler – die Spieler; der Tisch –  
 die Tische; der Spielleiter – die Spielleiter; der Gegenstand – die Gegenstände; die  
 Geschichte – die Geschichten; das Beutestück – die Beutestücke; die Spielmarke –  
 die Spielmarken; das Steinchen – die Steinchen; die Nuss – die Nüsse; das Wort –  
 die Wörter; der Text – die Texte

3. Nomen erkennt man auch, wenn sie die Endungen -heit, -keit, -ung und -schaft aufweisen.

Leite aus den folgenden Verben und Adjektiven Nomen ab und trage sie in die einzelnen Spalten der Tabelle ein. Ergänze jede Spalte mit eigenen Wörtern!

*frei – fruchtbar – meinen – erringen – wirken – achtsam – verwandt – bescheiden*

<b>-heit</b>	<b>-keit</b>	<b>-ung</b>	<b>-schaft</b>
Freiheit	Fruchtbarkeit	Meinung	Errungenschaft
Bescheidenheit	Achtsamkeit	Wirkung	Verwandtschaft
Besonnenheit	Dreistigkeit	Begleitung	Gefolgschaft
Dummheit	Dankbarkeit	Bemerkung	Hundertschaft
Echtheit	Vergesslichkeit	Einsparung	Grafschaft
Erschrockenheit	Formbarkeit	Bewässerung	Hinterlassenschaft
Gelehrtheit	Gangbarkeit	Verdünnung	Mannschaft

# Der Globus – ein Modell der Erde (1)



Nur die wenigsten Menschen besitzen heute noch einen Globus. Dabei bietet er einen besonderen Blick auf die Welt und selbst Angela Merkel hat einen in ihrem Büro im Kanzleramt stehen. Der Globus zeigt die Erde in verkleinerter Form und in ihrer Kugelgestalt. Als Martin Behaim im Jahre 1492 in Nürnberg das erste kugelförmige Modell der Erde entwickelte, gab er ihm die lateinische Bezeichnung für eine Kugel: Globus. Nur ein Globus ermöglicht den Blick auf die Erde mit den richtigen Größenverhältnissen und Entfernungen aller Ozeane, Kontinente und Länder.

1. Schreibe die Nomen in der Einzahl aus dem Text heraus und trenne dann, wenn möglich, das Wort!

---

---

---

2. Bilde nun die Mehrzahl der Nomen aus dem Text und trenne die Wörter!

---

---

---

3. Kläre den Eintrag aus dem Wörterbuch anhand folgender Fragen!

Globus, der; Gen. - u. -ses, Plur. ...ben u. -se [lat., „Kugel“]  
(Nachbildung der Himmelskörper, bes. der Erde)

- a) Was ist ein Globus?

→ \_\_\_\_\_

- b) Welcher Artikel steht vor dem Wort?

→ \_\_\_\_\_

- c) Wie wird der Genitiv gebildet?

→ \_\_\_\_\_

- d) Wie wird der Plural gebildet?

→ \_\_\_\_\_

- e) Aus welcher Sprache stammt das Wort?

→ \_\_\_\_\_

- f) Wie heißt das deutsche Wort für „Globus“? → \_\_\_\_\_

# Lernt der Mensch im Schlaf? (1)



Buch unter das Kopfkissen legen – und am nächsten Morgen ist das Wissen da. Ganz so einfach geht es nicht, doch im Schlaf arbeitet unser Gehirn auf Hochtouren. Tagsüber werden die Informationen nur vorläufig in einem Zwischenspeicher abgelegt. Im Schlaf verarbeitet das Gehirn diese Informationen erneut und überträgt einige in das Langzeitgedächtnis. Dort werden sie mit bestehenden

Inhalten verknüpft. Im Tiefschlaf leert das Gehirn dann den Zwischenspeicher, um wieder Platz zu schaffen für neue Eindrücke. Einige Experten raten Schülern schon zum Nickerchen nach dem Unterricht, um die Lernleistungen zu optimieren.

1. Schreibe die Fremdwörter aus dem Text heraus und erkläre die Bedeutung!

- 
2. Kläre den Eintrag im Wörterbuch anhand folgender Fragen!

Tour [tu:r], die; -, -en (franz.); 1. Umdrehung; 2. Ausflug, Fahrt; in einer Tour (ugs. für ohne Unterbrechung); auf Touren kommen (eine hohe Geschwindigkeit erreichen, übertr. für in Schwung kommen)

- a) Welche Bedeutung hat das Wort? → \_\_\_\_\_
- b) Aus welcher Sprache stammt das Wort? → \_\_\_\_\_
- c) Wie wird das Wort ausgesprochen? → \_\_\_\_\_
- d) Welcher Artikel steht vor dem Wort? → \_\_\_\_\_
- e) Wie wird der Genitiv gebildet? → \_\_\_\_\_
- f) Welche Bedeutung hat das Wort in der Umgangssprache?  
→ \_\_\_\_\_
- g) Was bedeutet „auf Touren kommen“?  
→ \_\_\_\_\_
- h) Was bedeutet „auf Touren kommen“ im übertragenen Sinn?  
→ \_\_\_\_\_

3. Trenne die Fremdwörter aus Aufgabe 1!

---

**1: Anfangsbuchstabendiktat**

Wenn wir \_\_port \_\_reiben, \_\_roduziert unser Körper \_\_ärme. \_\_enn der \_\_örper nun nicht \_\_berhitzt werden \_\_oll, \_\_uss diese Wärme nach \_\_ußen abgegeben werden. Diese \_\_ufgabe übernimmt ein Geflecht aus \_\_einen \_\_lutäderchen in der Haut, die \_\_ogenannten Blutgefäße. Sie \_\_rweitern \_\_ich und \_\_önnen \_\_eshalb viel Wärme \_\_ach außen abgeben.

**2: Lückendiktat**

Die \_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_ Länder Europas liegen am Mittelmeer. Das \_\_\_\_\_ bestimmt hier ganz entscheidend den \_\_\_\_\_. Über die Mittagszeit, wenn die \_\_\_\_\_ am größten ist, wirken die \_\_\_\_\_ und Straßen in den Dörfern wie ausgestorben. Die \_\_\_\_\_ der meisten Häuser sind geschlossen und die Geschäfte werden erst gegen Abend wieder \_\_\_\_\_. In dieser Zeit \_\_\_\_\_ man der Sonne aus dem Weg und bevorzugt \_\_\_\_\_ Orte.

**Text Diktat 1**

Wenn wir Sport treiben, produziert unser Körper Wärme. Wenn der Körper nun nicht überhitzt werden soll, muss diese Wärme nach außen abgegeben werden. Diese Aufgabe übernimmt ein Geflecht aus feinen Blutäderchen in der Haut, die sogenannten Blutgefäße. Sie erweitern sich und können deshalb viel Wärme nach außen abgeben.

**Text Diktat 2**

Die sonnigsten und heißesten Länder Europas liegen am Mittelmeer. Das Klima bestimmt hier ganz entscheidend den Tagesablauf. Über die Mittagszeit, wenn die Hitze am größten ist, wirken die Gassen und Straßen in den Dörfern wie ausgestorben. Die Fensterläden der meisten Häuser sind geschlossen und die Geschäfte werden erst gegen Abend wieder geöffnet.

In dieser Zeit geht man der Sonne aus dem Weg und bevorzugt schattige Orte.

**Kurzdiktat mit anschließender Wörterbuchüberprüfung**

Zu viel Sonne kann nicht nur der Haut schaden, sondern auch zu einem Sonnenstich führen. Wenn der unbedeckte Kopf zu lange der prallen Sonne ausgesetzt ist, kommt es zu einer Überhitzung des ganzen Körpers. Die Folgen davon sind ein hochroter Kopf, ein erhöhter Puls und in schlimmen Fällen Bewusstlosigkeit.

Name:	Datum:	Lösung
<b>Lernzielkontrolle „Nachschlagen von Wörtern“</b>		
<b>(22 Punkte)</b>		
1. Nenne jeweils die Sprache, aus der das Wort stammt. Bilde dann die Singular- und Pluralformen mit dem passenden Artikel! <span style="float: right;">4</span>		
Infektion: Latein; die Infektion, die Infektionen		
Derwisch: Persisch; der Derwisch, die Derwische		
Baby: Englisch; das Baby, die Babys		
Garage: Französisch; die Garage, die Garagen		
2. Wie werden die beiden folgenden Wörter ausgesprochen? Wie ist die Aussprache gekennzeichnet? <span style="float: right;">3</span>		
Clown: [klaun] fair: [fär]		
Gekennzeichnet wird die Aussprache durch eckige Klammern .		
3. Beantworte die folgenden Fragen! Belege deine Antworten mit den entsprechenden Angaben aus dem Wörterbuch! <span style="float: right;">4</span>		
kahl: Wie wird das „a“ gesprochen? → lang und betont; kāhl		
Bronze: Wie wird dieses Wort ausgesprochen? → [Brōse]		
Gliederung: Wie wird hier getrennt? → Glie – de – rung		
erklimmen: Wie wird das „i“ gesprochen? → kurz und betont: erklimmen		
4. Das Wort „leicht“ kannst du mit anderen Wörtern zusammensetzen. Schreibe zwei Adjektive, zwei Verben und zwei Nomen auf! <span style="float: right;">3</span>		
leichtsinnig, leichtfertig, leichtfallen, leichtnehmen, Leichtathlet, Leichtgewicht		
<hr/>		
5. Beschreibe die Bedeutung des Wortes „festhalten“! <span style="float: right;">4</span>		
a) eine Aussage schriftlich festhalten (aufschreiben)		
b) Jemanden eine bestimmte Zeit festhalten (einsperren)		
6. Was bedeutet der folgende Eintrag im Wörterbuch? Ergänze den Lückentext! <span style="float: right;">4</span>		
Schiff, das; -[e]s, -e		
Der Artikel für das Wort „Schiff“ lautet: das . Der Genitiv kann mit zwei		
Formen gebildet werden: des Schiffs oder des Schiffes .		
Der Plural lautet: die Schiffe .		