

03.02.2022 г. Урок по теме: die Nahrungsmittel «Продукты питания»
(практическое занятие)

Цель: сформировать лексические навыки чтения

Указания к работе:

Вам предстоит познакомиться с новыми словами и выражениями по теме и прочитать текст с их использованием.

Ход работы:

1. Познакомьтесь с новыми словами и выражениями, запишите их в тетрадь и переведите предложения, обращая внимание на эти слова.

Die Nahrung пища, питание, **der Nahrungsbedarf** потребность в пище, **die Kost** пища, питание, **die Auswahl** выбор, **die Nahrungsmittel** продукты питания, **das Kohlenhydrat** углевод, **der Nährstoff** питательное вещество, **die Erhaltung** получение, сохранение, **benötigen** нуждаться в ч-л., **die Bewegung** движение, **das Eiweiß** белок, **das Fett** жир, сало, **die Menge** множество, большинство, масса, **der Schaden** вред, ущерб, **die Ernährung** питание.

1. In der Fachschule für Gastronomie lernen wir die Nahrung richtig zusammensetzen. 2. Der Nahrungsbedarf ist für alle Menschen nicht gleich. 3. Das Fleisch ist für mich eine schwere Kost. 4. Unsere Speisehalle hat immer eine große Auswahl an Gemüsespeisen. 5. Hauptnährstoffe sind Eiweiß, Fette und Kohlenhydrate. 6. Die einzelnen Nahrungsmittel enthalten nur einzelne notwendige Nährstoffe. 7. Die Erhaltung unseres Lebens ist von der Art der Ernährung abhängig. 8. Der Körper benötigt die Energie zur Bewegung und zur Erhaltung der Körpertemperatur. 9. Die Kalorie misst die Wärmemenge. 10. Jede einseitige Ernährung führt zu Gesundheitsschäden.

2. Прочитайте текст «Пища и продукты питания», используя новые слова, найдите в тексте и выпишите предложения, в которых говорится:

- о разном питании в зависимости от возраста и вида деятельности;
- о пище, вредной для здоровья.

Nahrung und Nahrungsmittel

Wie viel Nahrung braucht der Mensch? Wie viel Kalorien darf die tägliche Nahrung eines Menschen enthalten?

Der Nahrungsbedarf ist nach Alter, Tätigkeit und Veranlagung ganz verschieden. Die richtige Auswahl der notwendigen Nahrungsmittel für den Organismus hat eine große Bedeutung.

Unser Körper muss täglich Nahrung aufnehmen. Die Nahrungsmittel enthalten Eiweiß, Fette und Kohlenhydrate. Diese Nährstoffe braucht der Mensch zum Aufbau und Erhaltung des Körpers, zur Erzeugung von Kraft und Wärme (*для получения силы и тепла*). Weitere Bestandteile der Nahrungsmittel sind Wasser, Salze, Vitamine, Mineralstoffe und Gewürze. Beim Abbau der Fette und Kohlenhydrate bekommt der Organismus Energie. Diese Energie benötigt der Körper zur Bewegung und zur Erhaltung der Körpertemperatur. Jede Muskelbewegung steigert den Energiebedarf. 2500 bis 3000 Kalorien sind der durchschnittliche Tagesbedarf eines Menschen. Diese Menge können wir nicht mit einem Nahrungsmittel decken. Jede einseitige Nahrung führt zu Gesundheitsschäden und der Mensch wird krank.

Gesund ist die natürliche Nahrung, sie muss vielseitig sein. Der Mensch braucht eine Kost aus dem Pflanzen- und Tierreich (*из растительного и животного мира*).

3. Ответьте на вопросы к тексту

1. Wovon (*от чего*) hängt der Nahrungsbedarf eines Menschen ab? 2. Welche Nährstoffe enthalten unsere Lebensmittel? Wofür (*для чего*) brauchen wir sie? 3. Wie sollen wir die Nahrung zusammensetzen? 4. Wie bekommt unser Organismus die Energie? 5. Wozu (*для чего*) benötigt der Körper die Energie? 6. Wie viel Kalorien beträgt der durchschnittliche Tagesbedarf eines Menschen? 7. Wozu (*к чему*) führt eine einseitige Nahrung? 8. Welche Nahrung ist gesund?

4. Повторите личные местоимения и вставьте их в соответствующем падеже

Личные местоимения

К личным местоимениям относятся следующие местоимения:

| Единств. ч. | | | Множ.ч | |
|-------------|----------------------|----------------|------------------|----------|
| 1 л. | ich | я | wir | мы |
| 2 л. | du | ты | ihr | вы |
| 3 л. | er / sie / es | он / она / оно | sie / Sie | они / Вы |

Обратите внимание, что местоимение **ihr** (вы) относится к группе лиц, каждого из которых мы называем на "ты". Форма вежливого обращения "Вы" совпадает с третьим лицом множественного числа - **Sie**.

При изменении глагола по лицам к основе глагола добавляются личные окончания:

| | | | fragen |
|------------------|------------|------------|---------------|
| ich | я | -e | frage |
| du | ты | -st | fragst |
| er/sie/es | он/она/оно | -t | fragt |
| wir | мы | -en | fragen |
| ihr | вы | -t | fragt |
| sie / Sie | они / Вы | -en | fragen |

Склонение личных местоимений

| Единственное число | | | | | | Множ. число | | | |
|--------------------|--------------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| | 1 л. | 2 л. | 3 л. | | | 1 л. | 2 л. | 3 л. | |
| N. | ich | du | er | sie | es | wir | ihr | sie | Sie |
| G. | meiner | deiner | seiner | ihrer | seiner | unser | euer | ihrer | Ihrer |
| D. | mir (мне) | dir | ihm | ihr | ihm | uns | euch | ihnen | Ihnen |
| A. | mich (меня) | dich | ihn | sie | es | uns | euch | sie | Sie |

Родительный падеж личных местоимений в современном языке практически не используется.

Личные местоимения в 3-м лице единственного и множественного числа имеют при склонении те же окончания, что и соответствующий определенный артикль (сравните: der - er, dem - ihm, den - ihn и т.д.).

1. ... essen Plinsen mit saurer Sahne. 2. ... brate Pilze in Butter. 3. ... isst Quark mit Sahne und Zucker. 4. ... schält Kartoffeln und wirft die Schalen in den Abfalleimer. 5. Bei ... gibt es heute Schnitzel mit Reis. 6. Der Kellner bringt ... ein Glas Tomatensaft. 7. Ich sehe ... in unserer Speisehalle sehr oft.

**Выполненное задание отправить Шиловой Н.Н. на электронную почту
yflzibkjdf@yandex.ru**

