

Stress

Vokabeln morgens, abends... Lesen, Hören und Grammatik Modalverb müssen Schreiben und Sprechen Mein Sonntag

VOKABELN

- 1 Starten wir!** Alle im Kurs. Was machen Sie am Wochenende?
Schreiben Sie auf eine Karte. Wer macht das auch?
Gehen Sie im Kursraum umher und suchen Sie eine Person.

*Am Wochenende lade
ich gerne Freunde ein.*

Wann? Am Wochenende. Am Samstag. Am Sonntag.

- 97 **2 Stress-Management Teil 1.** Hören Sie Laura und ordnen Sie zu.

SAMSTAG

1 aufstehen,
duschen, anziehen,
frühstücken



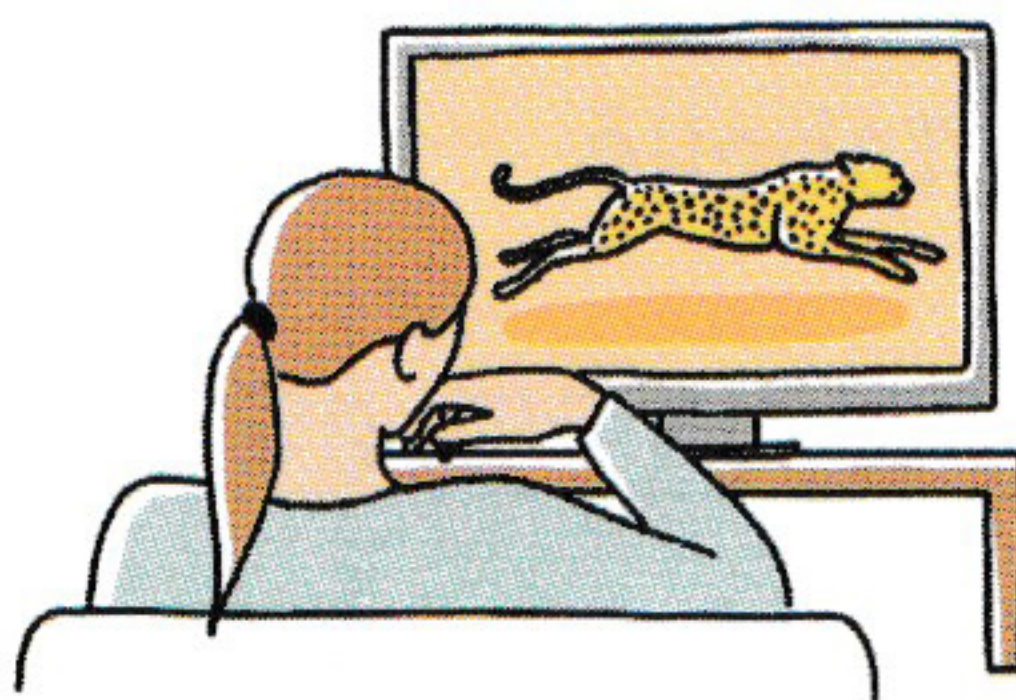
A nachmittags

2 aufräumen,
einkaufen,
Freundin treffen



B nachts

3 ins Fitness-
Studio gehen,
E-Mails schreiben,
telefonieren



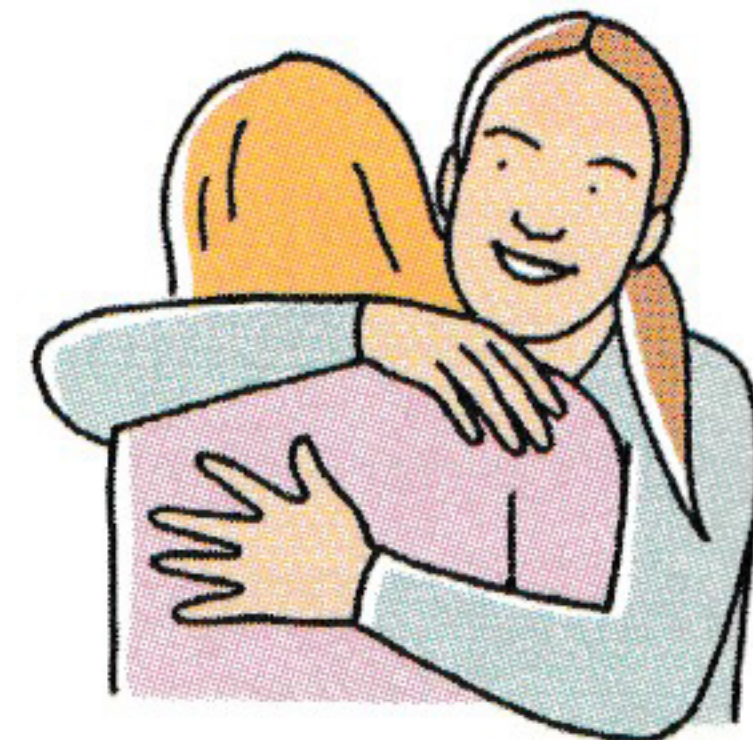
C abends

4 fernsehen,
Freunde treffen,
Pizza essen,
Freunde einladen



D morgens

5 in einen Club gehen,
feiern



E vormittags

- 97 **3** Hören Sie noch einmal und ergänzen Sie.

auf ein fern auf ein

Also, am Samstag stehe ich so um neun Uhr (1) Vormittags
räume ich (2) Ich kaufe (3), treffe eine Freundin und wir
trinken Kaffee. Abends sehe ich (4) und dann treffe ich Freunde.
Manchmal lade ich auch Freunde (5), und wir kochen.



EXTRAS

auf/räumen

- 4** Zu zweit. Ordnen Sie zu.

~~vormittags~~ nachmittags
abends nachts morgens
mittags



- 5** Was macht Ihr(e) Partner(in) am Wochenende?
Was möchten Sie wissen? Schreiben Sie drei Fragen.

*Wann stehst du am Samstag auf?
Was machst du vormittags? ...*

- 6** Nun fragen Sie. Ihr(e) Partner(in) antwortet.

◆ Um ... frühstücke ich. Vormittags treffe ich ... / gehe ...

2			
Ich	treffe	abends	Freunde.
Abends	treffe	ich	Freunde.

LESEN, HÖREN UND GRAMMATIK

7 Lesen Sie den Text und die Überschriften. Welche Überschrift passt?

Freizeitstress Hobbys Familie und Job

.....: Sie haben auch Familie, einen Job und viele Hobbys? Also, Stress und Job! Klar, das kennen Sie: E-Mails schreiben, telefonieren, Meetings organisieren ... **Aber Stress und Freizeit?** „Ich muss, ich muss, ich muss ...!“ auch in der Freizeit? Ja, das geht dann oft so: „Lena sagt, der Film mit Daniel Craig ist super! Du, wir müssen den Film sehen!“ Oder so: „Mein Englischkurs am Mittwoch! Oje! Ich muss Grammatik lernen.“ Und dann: „Oje, mein Body-Mass-Index! Komm, wir müssen joggen!“ Morgens, mittags, abends und auch am Wochenende hören Sie: „Ich habe Stress!“ – Und was tun? Richtig! Nichts! Relaxen! Schlafen, chillen, lesen oder fernsehen. Wichtig ist: **Freizeit muss Spaß machen.**



8 Eine Aussage ist falsch. Kreuzen Sie an.

- ☐ Stress hat man nur im Job.
☐ Freizeit muss Spaß machen.

Ich	 Grammatik lernen .
Du	musst
Er / Es / Sie	muss
Wir	
Ihr	müsst
Sie	müssen

9 Lesen Sie den Text noch einmal und unterstreichen Sie alle Formen von *müssen*.

Dann ergänzen Sie die Grammatik.

10 Stress-Management Teil 2. Hören Sie Fabio. Welche Verben hören Sie? Unterstreichen Sie.

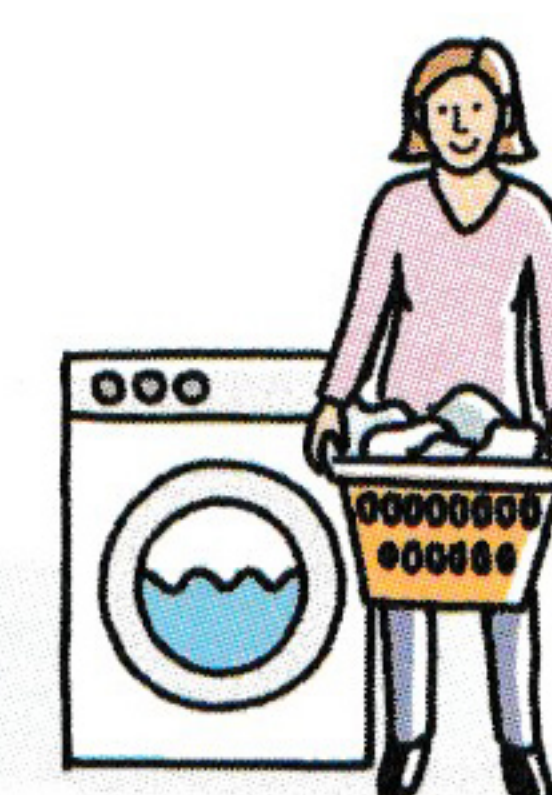
posten einkaufen aufräumen schreiben joggen besuchen lernen waschen

11 Martha wartet auf Fabio. Zu zweit. Hören und sortieren Sie.

- ☐ ♦ Du, wir müssen jetzt gehen. Das Kino fängt um sechs an. ☐ ◐ Gleich. Ich muss noch telefonieren.
☐ ♦ Kommst du, bitte? Es ist schon halb sechs. ☐ ◐ Okay, ich komme.

EXTRAS

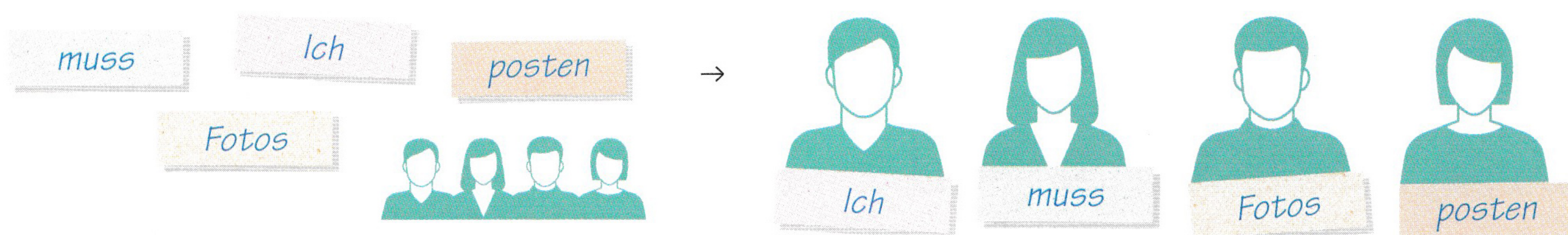
waschen



12 Zu zweit. Hören und wiederholen Sie die Sätze aus 11. Dann schreiben Sie einen Dialog und spielen Sie.

13 In Gruppen. Schreiben Sie einen Satz mit *müssen* auf Karten (1 Wort = 1 Karte).

Mischen Sie die Karten. Jeder nimmt eine Karte und sucht seine Position. Spielen Sie dreimal.



SCHREIBEN UND SPRECHEN

14 Ja, das kann ich ... Mein Sonntag! Schreiben Sie auf eine Karte. Legen Sie dann alle Karten auf einen Tisch und mischen Sie. Nehmen Sie eine Karte und lesen Sie vor. Alle raten. Wer ist das?

Ich stehe um ... auf. Ich frühstücke ... Vormittags muss ... Nachmittags spiele ich ... Ich treffe ... und gehe ...