

---

# GESUNDHEITS-ABC

---

## LIEDER IM DAF-UNTERRICHT

---

Modultyp	Zauberwelt Sprache – Märchen, Reime, Lieder
Zielgruppe	Schüler von 10 bis 13 Jahren
Niveaustufe	A1-
Autorinnen	Sárvári Tünde, Szalagyi Csilla

A kiadvány az Educatio Kht. kompetenciafejlesztő oktatási program kerettanterve alapján készült.

A kiadvány a Nemzeti Fejlesztési Terv Humánerőforrás-fejlesztési Operatív Program 3.1.1. központi program (Pedagógusok és oktatási szakértők felkészítése a kompetencia alapú képzés és oktatás feladataira) keretében készült, a sulinova oktatási programcsomag részeként létrejött tanulói információhordozó. A kiadvány sikeres használatához szükséges a teljes oktatási programcsomag ismerete és használata.

A teljes programcsomag elérhető: [www.educatio.hu](http://www.educatio.hu) címen.

Szakmai vezető: Kuti Zsuzsa

Szakmai bizottság: Enyedi Ágnes, dr. Majorosi Anna, dr. Morvai Edit

Szakmai lektor: Zug Klára

Idegen nyelvi lektorok: Csörgő Barbara, Uwe Pohl

Szakértő: Némethné Gálvölgyi Mária

Alkotószerkesztő: Tarajossy Zsuzsa

Grafikai munka: Walton Promotion Kft.

Felelős szerkesztő: Burom Márton

©

Szerzők: Dömők Szilvia, Sárvári Tünde, Szalagyi Csilla, Thurzó Zsuzsa

**Educatio Kht. 2008**

# 1.1 LIEDTEXT MIT NOTEN



## Gesundheits-Rock

Text und Musik: Lorenz Maierhofer  
© by Edition Heibling, Innsbruck

D D D D

Ref.: Schu-bi du-a, o. k., o. k., schu-bi du-a, ja ich ver- steh'!

G G D D

Rei- hen-wei- se klu- ge Leu- te, de- nen ich nie glau- ben wol- te,

A A A7 D

in die- sem Fall, da hab'n sie recht (klatschen) es ist nicht schlecht!

*Fine*

(Einige) Em A D D

1. Wie zum Bei- spiel das Zäh- ne- pu- tzen, ja ich weiß, es ist doch von Nu- tzen,

(Alle) E E A A7 D.C.

schu-bi du- a, o. k., es g' hört zum: G' sund- heits- A- B- C!

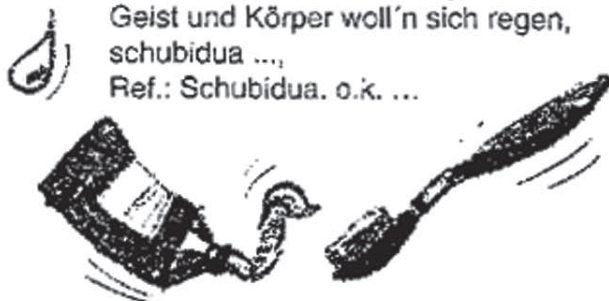
2. Ein gesundes Frühstück essen,  
darauf soll man nicht vergessen.  
schubidua...,  
Ref.: Schubidua, o.k. ...

3. Volles Korn und Vitamine,  
damit ich dem Körper diene,  
schubidua...,  
Ref.: Schubidua, o.k. ...

(4.) Zwischendurch nur wenig naschen,  
öfter mal die Hände waschen,  
schubidua...,  
Ref.: Schubidua, o.k. ...

(5.) Zwei mal jährlich zum Zahnarzt gehen,  
den Termin nicht übersehen,  
schubidua...,  
Ref.: Schubidua, o.k. ...

6. Gehen, laufen, sich bewegen,  
Geist und Körper woll'n sich regen,  
schubidua ...,  
Ref.: Schubidua, o.k. ...



## 1.2 LIEDTEXT – GESUNDHEITS-ROCK

*Refrain:*

Schubidua, o.k., schubidua, ja, ich versteh'!  
Reihenweise kluge Leute, denen ich nie glauben wollte,  
in diesem Fall, da hab'n sie Recht, es ist nicht schlecht!

Wie zum Beispiel das Zähneputzen,  
ja ich weiß, es ist doch von Nutzen,  
schubidua, o.k., es gehört zum G'sundheits-ABC!

*Refrain:*

Ein gesundes Frühstück essen,  
darauf soll man nicht vergessen,  
schubidua, o.k., es gehört zum G'sundheits-ABC!

*Refrain:*

Volles Korn und Vitamine,  
damit ich dem Körper diene,  
schubidua, o.k., es gehört zum G'sundheits-ABC!

*Refrain:*

Zwischendurch nur wenig naschen,  
öfter mal die Hände waschen,  
schubidua, o.k., es gehört zum G'sundheits-ABC!

*Refrain:*

Zweimal jährlich zum Zahnarzt gehen,  
den Termin nicht übersehen,  
schubidua, o.k., es gehört zum G'sundheits-ABC!

*Refrain:*

Gehen, laufen, sich bewegen,  
Geist und Körper woll'n sich regen,  
schubidua, o.k., es gehört zum G'sundheits-ABC!

*Refrain:*

Quelle: Maierhofer – Kern R. – Kern W.: Sim Sala Sing. Das Liederbuch für die Grundschule.  
Allgemeine Ausgabe (D). Edition Helbling, Innsbruck

## 1.3 INTERVIEWFRAGEN

Wie oft putzt du dir die Zähne?

.....  
.....

Was frühstückst du?

.....  
.....

Isst du Vitamine?

.....  
.....

Naschst du gern?

.....  
.....

Wie oft wäschst du dir die Hände?

.....  
.....

Wie oft gehst du jährlich zum Zahnarzt?

.....  
.....

Treibst du Sport?

.....  
.....

## 2.2 AUFGABENBLATT – AUSSAGEN

■ Ein Kind hat dieses Lied auch gesungen und hat dann seiner Mama gesagt, was es machen muss, wenn es gesund bleiben will. Hatte es immer Recht? Unterstreicht die falschen Aussagen und korrigiert sie.

- a) Ich muss vor dem Essen immer Zähne putzen.
- b) Ich muss viele Vitamine essen.
- c) Ich muss viele Süßigkeiten essen.
- d) Ich muss immer am Computer sitzen.
- e) Ich muss zum Frühstück immer Hamburger essen und Cola trinken.
- f) Ich muss jährlich zum Zahnarzt gehen.



## 2.4 LIEDTEXT MIT NOTEN – KAROTTEN-BOOGIE

### Karotten-Boogie

Text: Susanne Kastner  
 Musik: vo Zopt  
 © by Edition Heibling, Innsbruck

C G C C7 F

1. Erb-sen, Fi-so-len, Kraut und Sa-lat, Lauch, To-ma-ten, Pa-

dies-chen, Spi-nat, das al-les eß' ich schon lan-ge nicht mehr,

D7 G

mir wird schon ganz schlecht, wenn ich da-von hör',

F Em

denn für mich gibt's ei-nes nur, da-rauf bin ich wild, al-ies

Dm C G7 C C7

an-d're laß ich lie-gen, wenn ich sie find'. Ja nur Ka-

F F

rot-ten, Ka-rot-ten, Ka-rot-ten, die laß ich nie ver-

C C

rot - ten, ver - rot - ten, ver - rot - ten, denn A-

G F

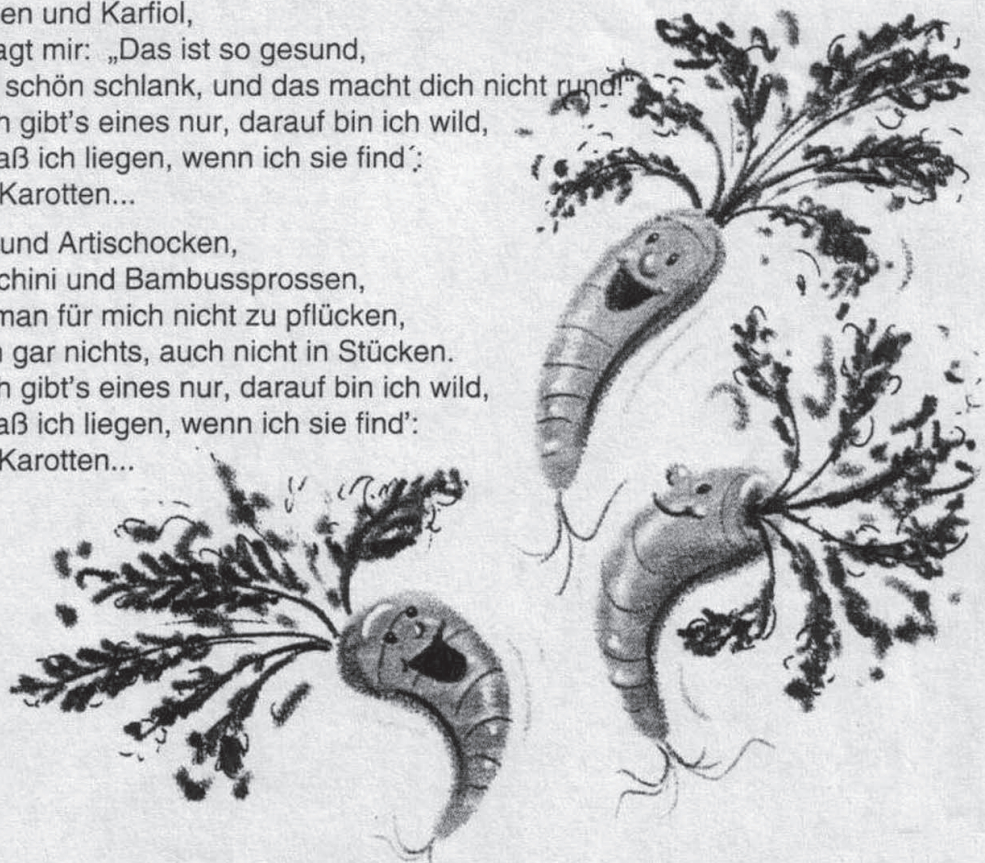
ro - ma, Vi - ta - mi - ne und Ge - schmack, sind für mich

C G7 1. C C7 2. C

wich - tig, das hält mich in Trab. Ja, im - mer nur Ka - Trab.

2. Kartoffel, Schwammerl, Zwiebel und Kohl,  
 Paprika, Linsen und Karfiol,  
 jedermann sagt mir: „Das ist so gesund,  
 da bleibst du schön schlank, und das macht dich nicht rund!“  
 Doch für mich gibt's eines nur, darauf bin ich wild,  
 alles and're laß ich liegen, wenn ich sie find':  
 Ref.: Ja, nur Karotten...

3. Oliven, Mais und Artischocken,  
 Spargel, Zucchini und Bambussprossen,  
 das braucht man für mich nicht zu pflücken,  
 davon eß' ich gar nichts, auch nicht in Stücken.  
 Denn für mich gibt's eines nur, darauf bin ich wild,  
 alles and're laß ich liegen, wenn ich sie find':  
 Ref.: Ja, nur Karotten...



### 3.2 SUCHWORTRÄTSEL

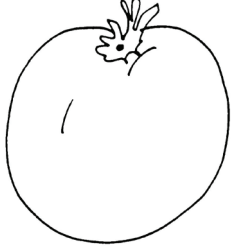
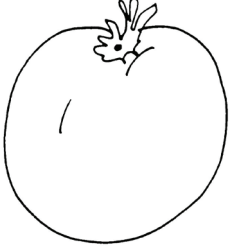
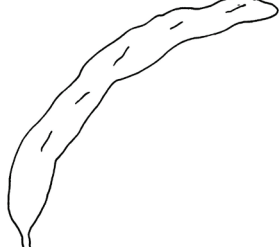
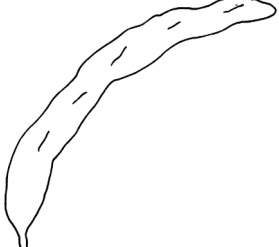




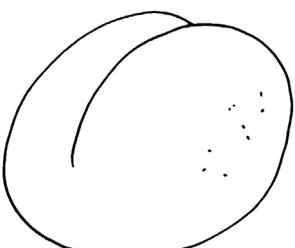
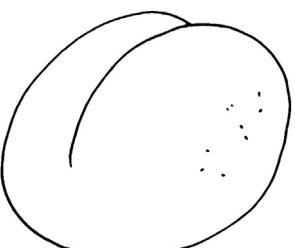
■ Im Rätsel sind 20 Gemüsesorten versteckt. Findest du alle? (→←↓↑)

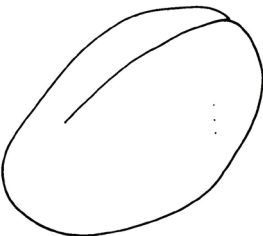
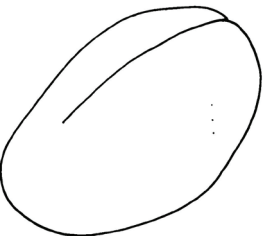
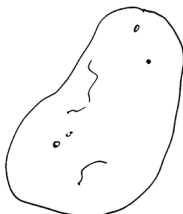
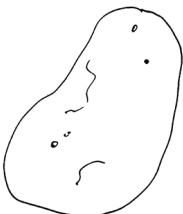

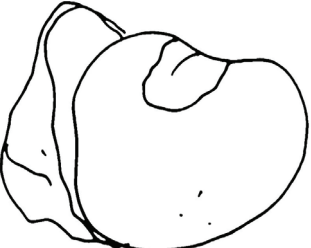




B	A	M	B	U	S	S	P	R	O	S	S	E
N	R	K	A	L	O	I	F	R	A	K	C	S
E	T	A	F	I	S	O	L	E	K	O	H	L
H	I	R	K	I	E	L	E	B	E	I	W	Z
C	S	T	A	T	T	A	K	I	R	P	A	P
S	C	O	R	O	T	K	R	A	U	T	M	M
E	H	F	O	M	A	E	R	B	S	E	M	A
I	O	F	T	A	L	A	U	C	H	S	E	I
D	C	E	T	T	A	N	I	P	S	W	R	S
A	K	L	E	E	S	P	A	R	G	E	L	O
R	E	S	C	H	Z	U	C	C	H	I	N	I

Lösung:

B	A	M	B	U	S	S	P	R	O	S	S	E
N	R	K	A	L	O	I	F	R	A	K	C	S
E	T	A	F	I	S	O	L	E	K	O	H	L
H	I	R	K	I	E	L	E	B	E	I	W	Z
C	S	T	A	T	T	A	K	I	R	P	A	P
S	C	O	R	O	T	K	R	A	U	T	M	M
E	H	F	O	M	A	E	R	B	S	E	M	A
I	O	F	T	A	L	A	U	C	H	S	E	I
D	C	E	T	T	A	N	I	P	S	W	R	S
A	K	L	E	E	S	P	A	R	G	E	L	O
R	E	S	C	H	Z	U	C	C	H	I	N	I

3.3 MEMO-KARTEN

<p>D</p>  <p>die Tomate</p>	<p>A</p>  <p>der Paradeiser</p>
<p>D</p>  <p>die grüne Bohne</p>	<p>A</p>  <p>die Fisole</p>
<p>D</p>  <p>der Blumenkohl</p>	<p>A</p>  <p>der Karfiol</p>
<p>D</p>  <p>der Pilz</p>	<p>A</p>  <p>das Schwammerl</p>
<p>D</p>  <p>die Aprikose</p>	<p>A</p>  <p>die Marille</p>

<p>D</p>  <p>die Pflaume</p>	<p>A</p>  <p>die Zwetschke</p>
<p>D</p>  <p>die Kartoffel</p>	<p>A</p>  <p>der Erdapfel</p>
<p>D</p>  <p>die Kastanie</p>	<p>A</p>  <p>die Maroni</p>
<p>D</p>  <p>der Mais</p>	<p>A</p>  <p>der Kukuruz</p>
<p>D</p>  <p>die Johannisbeere</p>	<p>A</p>  <p>die Ribisel</p>

### 3.3 TEST – VARIANTE A

- Weißt du noch, wie diese Gemüse- und Obstsorten in Deutschland und in Österreich heißen? Schreibe sie in die Tabelle.

<i>Deutschland</i>	<i>Österreich</i>
die Tomate	
	die Fische
der Blumenkohl	
	das Schwammerl
	die Marille
	die Zwetschke
die Kartoffel	
die Kastanie	
	der Kukuruz
	die Ribisel

Lösung:

<i>Deutschland</i>	<i>Österreich</i>
die Tomate	der Paradeiser
grüne Bohne	die Fislö
der Blumenkohl	der Karfiol
der Pilz	das Schwammerl
die Aprikose	die Marille
die Pflaume	die Zwetschke
die Kartoffel	der Erdapfel
die Kastanie	die Maroni
der Mais	der Kukuruz
die Johannisbeere	die Ribisel

### 3.3 TEST – VARIANTE B

- Weißt du noch, welche Gemüse- und Obstsorten in Österreich so heißen?  
Zeichne das in die Tabelle.

<i>Österreich</i>	<i>Bild</i>
der Paradeiser	
die Fiole	
der Karfiol	
das Schwammerl	
die Marille	

<i>Österreich</i>	<i>Bild</i>
die Zwetschke	
der Erdapfel	
die Maroni	
der Kukuruz	
die Ribisel	

## 4.1 LAUFDIKTAT

### GEMÜSE

Es ist gar nicht so einfach zu sagen, was alles Gemüse ist.

Erbsen und Bohnen zählt man natürlich zum Gemüse, auch Gurken und Johannisbeeren.

Manches Gemüse isst man meistens nur gekocht, zum Beispiel rote Bete und Erdbeereis.




Manches Gemüse isst man dagegen roh, zum Beispiel in einem Salat aus Gummibärchen und Tomaten.

Manche essen auch eine Suppe aus Gemüse sehr gern, besonders wenn Würstchen drin sind.

Andere wieder bevorzugen Gemüserohkost aus Möhren, Zwiebeln und Kieselsteinen.

Rohes Gemüse ist besonders gesund, denn es enthält viele Edelmetalle und Vitamine.

### 5.3 FRAGEBOGEN – MEINE MEINUNG

	es hat mir sehr gut gefallen 	ich empfand es leicht 	ich empfand es sehr schwierig 
Gesundheits-Rock singen			
Karotten-Boogie singen			
Sprachvarianten kennen lernen			
Laufdiktat schreiben			
Gesundheits-ABC zusammenstellen			
Obstsalat vorbereiten (und essen)			