

Zeit: 5 Minuten

*Die Schüler arbeiten erst nach dem 2. Hören.***Wie gehe ich mit Stress und Druck um?** *Ein Experte erklärt, wie man Stressfreier durchs Leben kommt.***jetzt: Herr Renner, eine AOK-Studie von 2018 hat herausgefunden, dass ein Großteil der jungen Erwachsenen unter hohen Erwartungen an sich selbst leidet. Wie kann man sich von solchen Erwartungen lösen?****Karl-Heinz Renner:** Indem man sich klar macht, dass es völlig irrational ist zu glauben, dass man alles immer perfekt machen muss. Meist reicht es schon, wenn man 80 oder 90 Prozent seiner Kraft investiert. Das Ergebnis ist dann trotzdem sehr gut. Und man sollte sich fragen: Wie wichtig ist es denn wirklich, dass ich diese oder jene Aufgabe perfekt erledige? Oder sind vielleicht auch andere Bereiche meines Lebens wichtig – Freunde, Bewegung und Gesundheit zum Beispiel? Und: Können diese Bereiche vielleicht sogar dazu beitragen, dass ich Ausgleich finde und dann sogar wieder leistungsfähiger bin? Ausdauersport beispielsweise kann in akuten Stresssituationen helfen, überschüssige Energie und Stresshormone abzubauen. Insgesamt muss man sich bewusst darüber werden, was wirklich wichtig ist im Leben.**Woran merke ich denn, dass der Stress in meinem Leben zu viel wird?**

Körperlich merkt man es zum Beispiel daran, dass man zwar ständig erschöpft ist, aber nicht mehr schlafen kann. Man fühlt sich ausgelaugt, hat Rückenschmerzen und wird schneller krank, weil das Immunsystem geschwächt ist. Auf der mentalen Ebene wird man vergesslich, hat Probleme, sich zu konzentrieren, wird schnell gereizt. Man hat das Gefühl, alles ist sinnlos, fühlt sich leer und hoffnungslos. Auch das Interesse an anderen Menschen und die Empathie können verlorengehen. Wer solche Symptome bei sich feststellt, sollte grundlegend etwas ändern.

**Was könnte das sein?**

Ganz banal: Sich regelmäßig etwas Gutes tun. Zum Beispiel essen gehen, Sport treiben, Zeit alleine verbringen. Wenn man nur einmal im Jahr Urlaub macht, hilft das nicht gegen ständige Belastung. Man sollte über den Tag oder zumindest über die Woche hinweg immer wieder Dinge tun, die wirklich Spaß machen.

**Was ist, wenn ich zwar solche Dinge tue, aber trotzdem nicht abschalten kann? Wenn zum Beispiel beim Joggen meine Gedanken weiter um die Prüfungen kreisen?**

Manchmal ist es dann einfach so. Und dann muss man diese Gedanken zulassen, sich die Gedanken anschauen und dann vorbeiziehen lassen. Versuchen, die Gedanken zu unterdrücken, bringt meistens nicht viel. Eine andere Möglichkeit ist, diese Gedanken an die Prüfungen einfach aufzuschreiben, um sie aus dem Kopf zu bekommen.

**Haben Sie noch mehr Tipps, um langfristig weniger gestresst zu sein?**

Ich empfehle, jeden Tag kleine achtsame Momente einzubauen. Kurze Pausen zu machen. Es muss täglich Momente geben, in denen es nichts zu tun und nichts zu erreichen gibt. Und dazu gehört auch, mal nicht auf sein Smartphone zu schauen.

**Die AOK-Studie von 2018 hat auch herausgefunden, dass bei vielen jungen Menschen die Stressresilienz, also die körperliche und geistige Widerstandsfähigkeit, relativ niedrig ist. Kann man lernen, widerstandsfähiger zu werden?**

Ja, das kann man. Ein erster Schritt besteht darin, sich bewusst zu machen, welche Ressourcen, also Kraftquellen, ich selbst zur Verfügung habe und wie ich in der Vergangenheit schwierige Situationen mit diesen Ressourcen gemeistert habe. Das können personale Ressourcen wie Humor oder bestimmte Kompetenzen sein. Das können materielle Ressourcen wie eine schöne Wohnung, oder Geld zum Essen gehen sein. Und das können soziale Ressourcen, zum Beispiel Freunde und Familie und ideelle Ressourcen, also meine Werte sein. Diese Ressourcen schreibt man dann auf ein kleines Kärtchen. Wenn man einen richtig schlechten Tag hat, liest man das Kärtchen und sieht: Ich habe ganz viele Ressourcen! Das vergisst man nämlich häufig, gerade in schwierigen Situationen.

**Bei Stress denkt man meistens an Prüfungen oder die Arbeit. Aber manchmal ist auch die freie Zeit so vollgestopft mit Verpflichtungen, dass es sich eher nach Stress als nach Erholung anfühlt. Wie kann ich damit umgehen?**

Es hilft, sich dabei zu beobachten: Wie ist das, wenn ich mich mit Freunden treffe oder Sport mache – tut mir das wirklich immer gut? Und vor allem sollte man nicht zu streng mit sich selbst sein. Wenn man absolut keine Lust hat, dann sollte man auch einfach mal absagen! Also, nicht jedes Wochenende komplett durchplanen, sich nicht verpflichtet fühlen, auf jeder Hochzeit zu tanzen. Üben, auch einmal „Nein“ zu sagen.

**Ist Stress heute auch ein kleines bisschen Statussymbol geworden? „Busy“ zu sein gehört irgendwie dazu.**

Ja, das ist auf jeden Fall ein Thema. Menschen beschreiben und zeigen sich als besonders engagiert. Man hat den Eindruck, es gehört für einen erfolgreichen Menschen dazu, dass man sich ständig aufreißt, ständig unter Strom steht. Dazu will man neulich noch zeigen: Ich habe zwar Stress, aber ich werde auch ganz locker damit fertig.

**Das klingt noch anstrengender!**

Ja, das ist dann eine doppelte Belastung. Auf der einen Seite soll es nach außen hin unangestrengt und mühelos aussehen. Auf der anderen Seite muss man die eigentliche Belastung trotzdem bewältigen. Aber wenn ich weiß, was mir wirklich wichtig ist im Leben, dann kann ich mich auch von diesem Perfektionismus irgendwann lösen.

<https://www.jetzt.de/gutes-leben/wie-gehe-ich-mit-stress-und-druck-um,12.11.2020/gekürzt/>

<b>Lösung</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
	f	r	f	f	r	f	r	r	r	f

**HÖRVERSTEHEN SCHÜLERBLATT****NUMMER**

Zeit: 5 Minuten

*Die Schüler arbeiten erst nach dem 2. Hören.***Wie gehe ich mit Stress und Druck um?***Ist die Aussage richtig (r) oder falsch (f)? Kreuzen Sie an.*

		r	f
1.	Um ein perfektes Ergebnis zu erzielen, muss man nicht alle Kräfte aufbieten.		
2.	Es ist im Leben wichtig, Prioritäten zu setzen.		
3.	Stressgeplagte Menschen besitzen kein Einfühlungsvermögen.		
4.	Bei jeglichen Stresszeichen muss man sich sofort umstellen.		
5.	Schwer belastete Menschen brauchen Tätigkeiten, die ihnen Glück bringen und Freude bereiten.		
6.	Es gibt keinen Rat, wie man aufhören könnte, sich auf etwas Wichtiges zu konzentrieren.		
7.	Mobiltelefone sollte man von Zeit zu Zeit abstellen.		
8.	Wenn man über persönliche Kraftquellen nicht weiß, ist man leichter stressanfällig.		
9.	Um stressfrei leben zu können, sollte man in der Freizeit weniger vorhaben und auch mal ruhig etwas verpassen.		
10.	Aktive und erfolgreiche Menschen überwinden den Stress unangestrengt.		

## LESEVERSTEHEN

## Schülerblatt

Zeit: 10 Minuten

## Hin &amp; weg

In Deutschland wird fast jeder dritte Bekleidungsartikel im Internet gekauft. Nach Elektronikartikeln sind Mode und Accessoires mittlerweile zur zweitbeliebtesten Warengruppe im Onlineshopping geworden. Das war nicht von Anfang an so, denn Bekleidungsartikel haben im Vergleich zu anderen Produkten einen entscheidenden Nachteil. Während der neue Fernseher, das Verlängerungskabel und die Handyhülle mit einigen technischen Angaben ziemlich eindeutig beschrieben werden können, ist Größe 39 bei Nike bei Weitem nicht dasselbe wie bei Adidas.

Kleider- und Schuhanprobe ist eine schrecklich komplizierte Angelegenheit. Nicht nur die Hersteller haben ihre eigenen Größenskalen, verschiedene Länder nutzen zudem unterschiedliche Einheiten. Schnitte und Materialien lassen sich auf Fotos gerade mal erahnen, dabei ist die Haptik bei keinem Produkt so wichtig wie bei den Textilien, die wir auf unserer Haut tragen. Wie soll man da online eine Entscheidung treffen können?

Das Geschäft mit der Mode kam deshalb im Internet lange nicht in Fahrt. Doch dann entwickelte sich die Idee, dass die Käufer die Sachen gratis zurückgeben können – und damit die Möglichkeit, sich sämtliche Größen nach Hause liefern zu lassen und sie dort bei Wohlfühllicht und Lieblingsmusik anzuprobieren. Man behält die passenden Artikel und schickte den Rest kostenlos zurück. Beim Online-Modehändler Zalando wird zurzeit die Hälfte der bestellten Artikel zurückgeschickt. Andere Unternehmen geben keine Auskunft zur Rücksendestatistik, aber die Zahlen dürften ähnlich hoch sein. In einer Umfrage gaben 53 Prozent der befragten Deutschen an, schon einmal Waren, die sie online eingekauft hatten, retourniert zu haben. Im europäischen Vergleich liegen die Deutschen damit vorn.

Die Gratisretouren sind ein wichtiger Faktor für den Erfolg des Onlineshoppens. Rund 85 Prozent aller Händler bieten diesen Service an, wer es nicht tut, hat einen Wettbewerbsnachteil. Gleichzeitig sind die Rücksendungen aber auch ein riesiger Kostenfaktor für die Händler und haben zudem eine schlechte Ökobilanz.

Die Retouren sind also ein Wettbewerbsvorteil und ein Wettbewerbsnachteil zugleich. Das Problem beschäftigt auch die Wissenschaft: Seit 2012 hat die Universität Bamberg eine Forschungsgruppe zum Thema Retourenmanagement. Im Dezember vergangenen Jahres publizierte diese Gruppe eine Studie, die besagt, dass sich nach Einschätzung der befragten Personen mit einer Rücksendegebühr von rund drei Euro die Zahl der Retouren um 16 Prozent senken ließe.

Doch der Bundesverband E-Commerce und Versandhandel Deutschland (BEVH) sieht in einer verpflichtenden Rücksendegebühr einen Eingriff in Markt und Wettbewerb. Außerdem würde sie wichtige Verbraucherrechte einschränken, die aber EU-weit festgeschrieben seien, heißt es vonseiten des BEVH.

Es ist das erklärte Ziel von Online-Modehändlern, die Anzahl der Retouren zu senken. Statt einer Gebühr würde der BEVH zum Beispiel eine Vereinheitlichung der Größenskalen bei den Herstellern begrüßen.

Manche Händler versuchen auch, den Einkauf zu personalisieren, sodass das System die genaue Größe der Kundin oder des Kunden erkennt, um spezifischere Angebote unterbreiten zu können. Das Ziel dieses Prozesses ist natürlich nicht nur, die Anzahl der Retouren zu senken, es soll auch einfach mehr verkauft werden.

Und hier sind wir wieder bei der Ökobilanz. Denn selbst wenn die Retouren wegfallen, ist der hemmungslose Konsum durch stromlinienförmige Verkaufsprozesse nicht nachhaltig. Der globale Handel mit Textilien und Schuhen ist eine richtiggehende CO<sub>2</sub>-Schleuder, und die Arbeitsbedingungen entlang der Wertschöpfungskette sind in den meisten Fällen schlicht unakzeptabel.

Immerhin lassen sich online auch Tauschbörsen finden und Labels, die sich bei ihren Zulieferern für faire Arbeitsbedingungen engagieren. Und wer weiß, vielleicht ist der Nachmieter der Ladenfläche, die durch den Onlinehandel frei geworden ist, in Zukunft mal wieder eine Reparaturwerkstatt oder eine Änderungsschneiderei. Dann müsste man seine Sachen nicht zurückschicken oder wegwerfen, sondern man könnte sie einfach reparieren beziehungsweise ändern lassen.

<http://www.fluter.de/onlineshopping-nachteile-umwelt,12.11.2020 /gekürzt/>

Ist die Aussage richtig (r) oder falsch (f)? Kreuzen Sie an.

		r	f
1.	Einer von drei Deutschen kauft seine Kleidung in einem Webshop.		
2.	Manche Merkmale der Modewaren sind beim Onlinekauf nur schlecht erkennbar.		
3.	Den Stoff nicht anfühlen zu können, ist kein Hinderungsgrund für den Kauf der Kleidung.		
4.	Der Versandhandel mit der Mode per Internet nahm erst mit den neuen Lieferbedingungen ein Tempo auf.		
5.	Laut Statistik der Modebranche sitzt den Kunden nur 50 Prozent der zugestellten Waren.		
6.	Die Mehrheit der Normalverbraucher in Deutschland hat schon irgendwann mit den Retouren zu tun gehabt.		
7.	Firmen, die kein gebührenfreies Rückgaberecht gewährleisten, sind ohne Konkurrenz.		
8.	Es reicht nicht, die Rücksendezahlen alleine zu senken, um höhere Profite zu erzielen.		
9.	Nicht nur die Retouren wirken umweltbelastend.		
10.	Es gibt kaum einen Ausweg aus dem unkontrollierten Verbrauch.		

**Bewertung:** Für jede richtige Antwort je 1 Punkt. Max. 10 Punkte

Zeit: 10 Minuten

**Hin & weg**

In Deutschland wird fast jeder dritte Bekleidungsartikel im Internet gekauft. Nach Elektronikartikeln sind Mode und Accessoires mittlerweile zur zweitbeliebtesten Warengruppe im Onlineshopping geworden. Das war nicht von Anfang an so, denn Bekleidungsartikel haben im Vergleich zu anderen Produkten einen entscheidenden Nachteil. Während der neue Fernseher, das Verlängerungskabel und die Handyhülle mit einigen technischen Angaben ziemlich eindeutig beschrieben werden können, ist Größe 39 bei Nike bei Weitem nicht dasselbe wie bei Adidas.

Kleider- und Schuhanprobe ist eine schrecklich komplizierte Angelegenheit. Nicht nur die Hersteller haben ihre eigenen Größenskalen, verschiedene Länder nutzen zudem unterschiedliche Einheiten. Schnitte und Materialien lassen sich auf Fotos gerade mal erahnen, dabei ist die Haptik bei keinem Produkt so wichtig wie bei den Textilien, die wir auf unserer Haut tragen. Wie soll man da online eine Entscheidung treffen können? Das Geschäft mit der Mode kam deshalb im Internet lange nicht in Fahrt. Doch dann entwickelte sich die Idee, dass die Käufer die Sachen gratis zurückgeben können – und damit die Möglichkeit, sich sämtliche Größen nach Hause liefern zu lassen und sie dort bei Wohlfühllicht und Lieblingsmusik anzuprobieren. Man behält die passenden Artikel und schickte den Rest kostenlos zurück.

Beim Online-Modehändler Zalando wird zurzeit die Hälfte der bestellten Artikel zurückgeschickt. Andere Unternehmen geben keine Auskunft zur Rücksendestatistik, aber die Zahlen dürften ähnlich hoch sein. In einer Umfrage gaben 53 Prozent der befragten Deutschen an, schon einmal Waren, die sie online eingekauft hatten, retourniert zu haben. Im europäischen Vergleich liegen die Deutschen damit vorn. Die Gratisretouren sind ein wichtiger Faktor für den Erfolg des Onlineshoppens. Rund 85 Prozent aller Händler bieten diesen Service an, wer es nicht tut, hat einen Wettbewerbsnachteil. Gleichzeitig sind die Rücksendungen aber auch ein riesiger Kostenfaktor für die Händler und haben zudem eine schlechte Ökobilanz.

Die Retouren sind also ein Wettbewerbsvorteil und ein Wettbewerbsnachteil zugleich. Das Problem beschäftigt auch die Wissenschaft: Seit 2012 hat die Universität Bamberg eine Forschungsgruppe zum Thema Retourenmanagement. Im Dezember vergangenen Jahres publizierte diese Gruppe eine Studie, die besagt, dass sich nach Einschätzung der befragten Personen mit einer Rücksendegebühr von rund drei Euro die Zahl der Retouren um 16 Prozent senken ließe.

Doch der Bundesverband E-Commerce und Versandhandel Deutschland (BEVH) sieht in einer verpflichtenden Rücksendegebühr einen Eingriff in Markt und Wettbewerb. Außerdem würde sie wichtige Verbraucherrechte einschränken, die aber EU-weit festgeschrieben seien, heißt es vonseiten des BEVH.

Es ist das erklärte Ziel von Online-Modehändlern, die Anzahl der Retouren zu senken. Statt einer Gebühr würde der BEVH zum Beispiel eine Vereinheitlichung der Größenskalen bei den Herstellern begrüßen. Manche Händler versuchen auch, den Einkauf zu personalisieren, sodass das System die genaue Größe der Kundin oder des Kunden erkennt, um spezifischere Angebote unterbreiten zu können. Das Ziel dieses Prozesses ist natürlich nicht nur, die Anzahl der Retouren zu senken, es soll auch einfach mehr verkauft werden.

Und hier sind wir wieder bei der Ökobilanz. Denn selbst wenn die Retouren wegfallen, ist der hemmungslose Konsum durch stromlinienförmige Verkaufsprozesse nicht nachhaltig. Der globale Handel mit Textilien und Schuhen ist eine richtiggehende CO<sub>2</sub>-Schleuder, und die Arbeitsbedingungen entlang der Wertschöpfungskette sind in den meisten Fällen schlicht unakzeptabel. Immerhin lassen sich online auch Tauschbörsen finden und Labels, die sich bei ihren Zulieferern für faire Arbeitsbedingungen engagieren. Und wer weiß, vielleicht ist der Nachmieter der Ladenfläche, die durch den Onlinehandel frei geworden ist, in Zukunft mal wieder eine Reparaturwerkstatt oder eine Änderungsschneiderei. Dann müsste man seine Sachen nicht zurückschicken oder wegwerfen, sondern man könnte sie einfach reparieren beziehungsweise ändern lassen.

<http://www.fluter.de/onlineshopping-nachteile-umwelt,12.11.2020/gekürzt/>

Ist die Aussage richtig (r) oder falsch (f)? Kreuzen Sie an.

		r	f
1.	Einer von drei Deutschen kauft seine Kleidung in einem Webshop.		x
2.	Manche Merkmale der Modewaren sind beim Onlinekauf nur schlecht erkennbar.	x	
3.	Den Stoff nicht anfühlen zu können, ist kein Hinderungsgrund für den Kauf der Kleidung.	x	
4.	Der Versandhandel mit der Mode per Internet nahm erst mit den neuen Lieferbedingungen ein Tempo auf.	x	
5.	Laut Statistik der Modebranche sitzt den Kunden nur 50 Prozent der zugestellten Waren.		x
6.	Die Mehrheit der Normalverbraucher in Deutschland hat schon irgendwann mit den Retouren zu tun gehabt.		x
7.	Firmen, die kein gebührenfreies Rückgaberecht gewährleisten, sind ohne Konkurrenz.		x
8.	Es reicht nicht, die Rücksendezahlen alleine zu senken, um höhere Profite zu erzielen.	x	
9.	Nicht nur die Retouren wirken umweltbelastend.	x	
10.	Es gibt kaum einen Ausweg aus dem unkontrollierten Verbrauch.		x

**Bewertung:** Für jede richtige Antwort je 1 Punkt. Max. 10 Punkte

Zeit: 20 Minuten

Im Text wurden an mehreren Stellen (1 – 30) Wörter ausgelassen. Lesen Sie den Text und wählen Sie für diese Stelle das richtige Wort (A) – (D), das in den Text passt. Es gibt jeweils nur **eine** richtige Antwort.

Markieren Sie Ihre Antworten mit dem Piktogramm ✕.

### Die Geschichte der Farbe Blau

Ein Tuschkasten ohne Blau? Den **01** ihr sicher ins Geschäft zurückbringen! Wie sollte man da das Meer malen oder einen Schlumpf? Tatsächlich aber wurde Blau früher im Vergleich zu Rot, Schwarz und Weiß nur selten **02**.

Zwar stellten die alten Ägypter vor rund 4500 Jahren bereits künstlich den Farbstoff "Ägyptisch Blau" **03** oder verwendeten **04** Lapislazuli, ein von weit her geschafftes blaues Mineral.

Doch beides war aufwendig und **05**. Wohl auch deshalb benutzten die alten Griechen und Römer die Farbe nur **06**. Offenbar hatten sie **07** einmal ein feststehendes Wort für Blau, sondern **08** es mit vielen verschiedenen Ausdrücken.

**09** im frühen Mittelalter beschrieben die Dichter den Himmel meist noch als weiß, rot oder golden, aber nie als blau. Im 12. Jahrhundert entdeckte dann aber die **10** Kirche die Farbe für sich. Glasmacher **11** Kirchenfenster aus **12** Glas, Künstler malten die Gottesmutter Maria auf ihren Bildern in blauen **13**. Könige begannen, sich in Blau **14**, und ihr Hofstaat machte es ihnen **15**.

Bald war die Farbe bei den Tuchmachern und Färbern so **16**, dass **17**. Aus dieser Pflanze ließ sich – mit etwas **18** – blau färbendes Indigo **19**: Die Färber **20** zermahlene und dann wieder getrocknete **21** in einen Bottich und, ähem: pinkelten darauf. Zusammen mit Pottasche **22** der Urin in einem Gärprozess nämlich den Farbstoff aus dem Blattmaterial. Nach drei Tagen konnte man in dieser Brühe schließlich Stoffe färben.

Vermutlich stammt der Ausdruck " **23** „für das Faulenzen und Abwarten aus dieser Zeit. Beim Herausziehen waren die Stoffe übrigens noch gelb gefärbt. Erst während des Trocknens entstand durch den Luftsauerstoff die typische blaue Farbe.

Ab dem 17. Jahrhundert dann kauften die **24** Färber Indigo lieber günstiger in Ostindien. Ende des 19. Jahrhunderts **25** es Chemikern, den Farbstoff sogar künstlich herzustellen, andere Farbstoffe folgten.

Umfragen **26** ist Blau seit rund 100 Jahren in Europa und den USA **27** die Lieblingsfarbe von mehr als der **28** der erwachsenen Menschen! Zum Vergleich: Knapp 20 Prozent bevorzugen Grün, je acht Prozent Weiß oder Rot. Blau in allen Schattierungen ist darum wohl die am häufigsten getragene Modefarbe – und die "Blue Jeans" das **29** Kleidungsstück.

Auch internationale Organisationen schmücken sich gern mit der Farbe Blau: Auf der Flagge der Europäischen Union (EU) ist der blaue Grund ein Zeichen für den Himmel. Auch die Vereinten Nationen (UNO) haben eine blaue Flagge. Die Farbe symbolisiert unter anderem Frieden.

Forscher haben sogar herausgefunden, dass Blautöne die Konzentration und Kreativität **30**.

*Bottich der; -s, -e; ein großer, runder oder ovaler Behälter aus Holz*

<http://www.geo.de/geolino/forschung-und-technik/15962-rtkl-farbenlehre-wieso-die-farbe-blau-erst-spaet-entdeckt-wurde>

Zeit: 20 Minuten

## Die Geschichte der Farbe Blau

	A	B	C	D
01	hättet	würdet	wäret	wurdet
02	verwendet	aufwendet	einwendet	abwendet
03	heraus	aus	vor	her
04	gemalten	malenden	gemahlenden	Malgenommenen
05	günstig	teuer	erschwinglich	preiswert
06	zurückhaltend	zurückgehalten	zurückbehalten	zurückbehaltend
07	nun	auf	nicht	erst
08	verzeichneten	vorzeichneten	unterzeichneten	bezeichneten
09	Allein	Selbst	Selber	Persönlich
10	machtlose	entmachtete	mächtige	ohnmächtige
11	schaffen	schaften	scheffelten	schufen
12	blaue	blauem	blauen	blaue
13	Kleidung	Kleider	Kleide	Kleidern
14	kleiden	zu kleiden	verkleiden	zu verkleiden
15	nach	vor	zu	weiter
16	nachfragt	gefragt	gesagt	nachgesagt
17	der sogenannte Färberwaid wurde in ganz Europa massenhaft angebaut	wurde massenhaft in ganz Europa der sogenannte Färberwaid angebaut	angebaut wurde in ganz Europa massenhaft der sogenannte Färberwaid	in ganz Europa massenhaft der sogenannte Färberwaid angebaut wurde
18	Einwand	Gewand	Aufwand	Vorwand
19	gewinnen	gewannen	gewonnen	abgewinnen
20	werfen	verwerfen	warfen	verwerfen
21	Blätter	Blatte	Blatts	Blättern
22	loste	erlöste	löste	verloste
23	blaufärben	blaumachen	blauärgern	blaublütig
24	europäische	europäischen	europäischer	europäisches
25	gelingt	gelungen	gelänge	gelang
26	zufolge	zuliebe	zunutze	zurate
27	durchgreifend	durchschlagend	durchgehend	durchscheinend
28	Halbe	Halfter	hälfe	Hälfte
29	kauflustigste	meistverkaufte	kaufkräftigste	meisterkaufte
30	fordern	befördern	fördern	auffordern

## TEST

## LEHRERBLATT

## LÖSUNG

Zeit: 20 Minuten

Im folgenden Text wurden an mehreren Stellen (1 – 30) Wörter ausgelassen. Lesen Sie den Text und wählen Sie für diese Stelle das richtige Wort (A) – (D), das in den Text passt. Es gibt jeweils nur **eine** richtige Antwort.

Markieren Sie Ihre Antworten mit dem Piktogramm ✕.

### Die Geschichte der Farbe Blau

Ein Tuschkasten ohne Blau? Den **01** würdet ihr sicher ins Geschäft zurückbringen! Wie sollte man da das Meer malen oder einen Schlumpf? Tatsächlich aber wurde Blau früher im Vergleich zu Rot, Schwarz und Weiß nur selten **02** verwendet.

Zwar stellten die alten Ägypter vor rund 4500 Jahren bereits künstlich den Farbstoff "Ägyptisch Blau" **03** her oder verwendeten **04** gemahlene Lapislazuli, ein von weit her geschafftes blaues Mineral.

Doch beides war aufwendig und **05** teuer. Wohl auch deshalb benutzten die alten Griechen und Römer die Farbe nur **06** zurückhaltend. Offenbar hatten sie **07** nicht einmal ein feststehendes Wort für Blau, sondern **08** bezeichneten es mit vielen verschiedenen Ausdrücken.

**09** Selbst im frühen Mittelalter beschrieben die Dichter den Himmel meist noch als weiß, rot oder golden, aber nie als blau. Im 12. Jahrhundert entdeckte dann aber die **10** mächtige Kirche die Farbe für sich. Glasmacher **11** schufen Kirchenfenster aus **12** blauem Glas, Künstler malten die Gottesmutter Maria auf ihren Bildern in blauen **13** Kleidern. Könige begannen, sich in Blau **14** zu kleiden, und ihr Hofstaat machte es ihnen **15** nach.

Bald war die Farbe bei den Tuchmachern und Färbern so **16** gefragt, dass **17** in ganz Europa massenhaft der sogenannte Färberwaid angebaut wurde. Aus dieser Pflanze ließ sich – mit etwas **18** Aufwand – blau färbendes Indigo **19** gewinnen: Die Färber **20** warfen zermahlene und dann wieder getrocknete **21** Blätter in einen Bottich und, ähem: pinkelten darauf. Zusammen mit Pottasche **22** löste der Urin in einem Gärprozess nämlich den Farbstoff aus dem Blattmaterial. Nach drei Tagen konnte man in dieser Brühe schließlich Stoffe färben.

Vermutlich stammt der Ausdruck **23** "blaumachen" für das Faulenzen und Abwarten aus dieser Zeit. Beim Herausziehen waren die Stoffe übrigens noch gelb gefärbt. Erst während des Trocknens entstand durch den Luftsauerstoff die typische blaue Farbe.

Ab dem 17. Jahrhundert dann kauften die **24** europäischen Färber Indigo lieber günstiger in Ostindien. Ende des 19. Jahrhunderts **25** gelang es Chemikern, den Farbstoff sogar künstlich herzustellen, andere Farbstoffe folgten.

Umfragen **26** zufolge ist Blau seit rund 100 Jahren in Europa und den USA **27** durchgehend die Lieblingsfarbe von mehr als der **28** Hälfte der erwachsenen Menschen! Zum Vergleich: Knapp 20 Prozent bevorzugen Grün, je acht Prozent Weiß oder Rot. Blau in allen Schattierungen ist darum wohl die am häufigsten getragene Modefarbe – und die "Blue Jeans" das **29** meistverkaufte Kleidungsstück.

Auch internationale Organisationen schmücken sich gern mit der Farbe Blau: Auf der Flagge der Europäischen Union (EU) ist der blaue Grund ein Zeichen für den Himmel. Auch die Vereinten Nationen (UNO) haben eine blaue Flagge. Die Farbe symbolisiert unter anderem Frieden.

Forscher haben sogar herausgefunden, dass Blautöne die Konzentration und Kreativität **30** fördern.

**Bottich** der; -s, -e; ein großer, runder oder ovaler Behälter aus Holz

<http://www.geo.de/geolino/forschung-und-technik/15962-rtkl-farbenlehre-wieso-die-farbe-blau-erst-spaet-entdeckt-wurde, 7.11.2017>

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
B	A	D	C	B	A	C	D	B	C	D	B	D	B	A

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
B	D	C	A	C	A	C	B	B	D	A	C	D	B	C

**A. Bild/Bildgeschichte/Foto – Wertung: max. 25 Punkte**

Vorbereitungszeit: 2 Minuten

Zeit für die Bildbeschreibung: 5 – 8 Min.

Die Schüler haben 2 Minuten Zeit, um sich das Bild/Foto anzusehen. Sie beschreiben das Bild/Foto oder erzählen eine Geschichte zu dem Bild/zu den Bildern. Die Jurymitglieder stellen Ergänzungsfragen. Dies gilt für alle Kategorien. Im Rahmen einer Kategorie erhält jeder Schüler dasselbe Bild, damit jeder Schüler dieselbe Aufgabe mit den gleichen Fragen und Themen bekommt. Nach dieser Disziplin darf der Schüler den Raum nicht verlassen, er setzt sich hinten in den Prüfungsraum.

**Bei dem mündlichen Ausdruck – bei „Bildbeschreibung“ – werden bewertet:**

Wortschatz	5 Punkte	Gesprächsfähigkeit	5 Punkte
Grammatik	5 Punkte	Kreativität und Argumentation	5 Punkte
Inhaltliche Angemessenheit	5 Punkte		

**B. Freie Rede – Wertung: max. 25 Punkte**

Vorbereitungszeit: 2 Minuten

Zeit für die „Freie Rede“: 5 Min.

Die Jury zieht unter 13 vorgeschlagenen Themen, die jeweils auf einem Los stehen, 2-3 Themen. Zu diesen Themen führen die Jurymitglieder ein freies Gespräch mit dem Schüler. Alle Schüler derselben Kategorie haben die gleichen Themen. Der Verlauf der Prüfung erfolgt wie bei der Bildgeschichte. Die Schüler betreten den Raum nacheinander in der ausgelosten Reihenfolge. Nach dem Gespräch setzt sich der Schüler nach hinten in den Prüfungsraum. Er darf auf keinen Fall den Raum verlassen.

**Bei dem mündlichen Ausdruck – bei „Freie Rede“ – werden bewertet:**

Wortschatz	5 Punkte	Gesprächsfähigkeit	5 Punkte
Grammatik	5 Punkte	Aussprache und Intonation	5 Punkte
Inhaltliche Angemessenheit	5 Punkte		

Die folgenden Behauptungen und Meinungen sollen die Schüler zur Diskussion anregen.

Der Schüler erhält einen kurzen provokativen Satz zu 2-3 Themen, zu dem er Stellung nehmen soll.

**1. Familie (Generationsprobleme)**

Erst bei den Enkeln ist man dann so weit, dass man die Kinder ungefähr verstehen kann.

**2. Hobby (Freizeit)**

Ich hatte viele Interessen, aber zu einem regelmäßigen Hobby ist keins geworden.

**3. Schule (Beruf)**

Ich hasse Online lernen. Meine Klasse fehlt mir sehr.

**4. Natur (Umwelt)**

Für ein zukunftsfähiges Land muss Nachhaltigkeit zur Priorität werden.

**5. Jugendprobleme (Freundschaften)**

Freunde inspirieren uns, unterstützen uns, teilen Erfahrungen, stehen uns zur Seite.

**6. Reisen (Urlaub)**

Reisen macht Spaß und bildet.

**7. Lesen (Lektüre)**

Ich lese gern Bücher. Bin ich altmodisch?

**8. Medien /Unterhaltung**

Medien sind wichtiger denn je. Ohne Medienkompetenz kommen nicht einmal Schüler aus.

**9. Sport /Mode**

**Sport:** Auch zu Hause kann man Sport treiben, allerdings macht er ohne Freunde weniger Spaß.

**Mode:** Wer bestimmt darüber, was „in“ und was „out“ ist?

**10. Ernährung/Essgewohnheiten**

Alternative Ernährungsformen sind immer beliebter. Ich bin aber noch immer ein Fan von Omas Küche.

**11. Stadt/Verkehr**

Ich bin ein leidenschaftlicher Radfahrer. Das Problem unserer Stadt ist leider Radwegemangel.

**12. Wohnen (Wohnungsprobleme)**

Häuser gibt es viele, doch nur wenige haben das Potenzial zum liebgewonnenen Zuhause zu werden.

**13. Gesundheit (Unser Körper)**

Gesundheit wurde dieses Jahr weltweit großgeschrieben.

