

1. Прочитайте текст вслух. У Вас есть полторы минуты на подготовку и полторы минуты, чтобы прочитать текст вслух.

Dunkle Winter machen depressiv. Die Tage sind kurz und die Sonne zeigt sich nur selten, In Nordeuropa leiden in der dunklen Jahreszeit viele Menschen an Depressionen.

Das beste Mittel gegen schlechte Stimmung ist das Tageslicht selbst. Man sollte so viel wie möglich draußen spazieren gehen. Regelmäßiger Sport kann bei Winterdepressionen helfen. Dazu sollte man auf eine gesunde Ernährung achten. Wenn im Frühling dann die Tage wieder länger werden, ist die Depression schnell vorbei.

2. Прочитайте текст вслух. У Вас есть полторы минуты на подготовку и полторы минуты, чтобы прочитать текст вслух.

Heutzutage kann man per Mausklick alles über Gesundheitsfragen erfahren. Man informiert sich im Internet über die neueste Diät und über chronische Krankheiten. Man bekommt Tipps und Empfehlungen, im virtuellen Sprechzimmer kann man sogar einen Arzt konsultieren.

Durch Internet werden die Patienten immer besser informiert. Aber es wird deutlich: wer viele Beschwerden hat, soll möglichst schnell zum Arzt gehen und nicht bei Professor Internet eine Antwort suchen.

3. Прочитайте текст вслух. У Вас есть полторы минуты на подготовку и полторы минуты, чтобы прочитать текст вслух.

Ärzte empfehlen, jeden Tag fünf Portionen Obst und Gemüse zu essen. Das ist nicht so einfach. Leichter fällt es, ein Glas Saft zu trinken. Der enthält auch wichtige Stoffe. Es sind zum Beispiel Vitamine drin. Allerdings hat er wie das Obst selbst auch viel Zucker. Darum sollte man nicht zu viel Saft trinken.

Wenn es um die guten Stoffe geht, dann ist im Saft vor allem Vitamin C. Orangensaft und Tomatensaft enthalten auch viel Provitamin A. Die meisten Säfte geben uns zudem verschiedene B-Vitamine.

4. Прочитайте текст вслух. У Вас есть полторы минуты на подготовку и полторы минуты, чтобы прочитать текст вслух.

Erst eins, dann zwei, dann drei, dann vier, dann steht das Christkind vor der Tür. So lautet ein bekanntes deutsches Kindergedicht. Der Inhalt spielt auf die winterliche Tradition an. Vor Weihnachten stellt man einen Adventskranz aus Tannenzweigen mit vier Kerzen auf.

Da die Adventszeit immer die letzten vier Sonntage vor Weihnachten umfasst, steht jede Kerze für einen Sonntag: Am ersten Adventssonntag zündet man eine Kerze an. Ab dem zweiten Advent kommt die zweite Kerze hinzu und so weiter.

5. Прочитайте текст вслух. У Вас есть полторы минуты на подготовку и полторы минуты, чтобы прочитать текст вслух.

Puppen gehören zu den ältesten Spielzeugen überhaupt. Der Brauch, Menschen in verkleinerter Form als Kinderspielzeug herzustellen, ist sehr alt. Der Puppenmarkt ist riesig: Es gibt viele Spielzeugfabriken auf der Welt.

Die erste Barbie-Puppe kam in Nordamerika auf den Markt. In den nächsten Jahren zog die Barbie-Puppe mit ihren Kleidungsstücken weltweit in die Kinderzimmer ein. Aber die größte Barbie-Sammlung befindet sich in Deutschland. Besonders beliebt sind Barbie-Puppen, die Stars darstellen.

6. Прочитайте текст вслух. У Вас есть полторы минуты на подготовку и полторы минуты, чтобы прочитать текст вслух.

Städtereisen liegen voll im Trend. Schöne Altstädte, interessante Museen und vielfältige Kultur: das bieten die Städte in Österreich.

Städtereisen in österreichische Städte sind sehr beliebt. Wien, Salzburg, Innsbruck oder Bregenz, auch kleinere Städte werden „Besucher-Magnete“. Sie haben ihre eigene Stimmung und sind toll zum Entdecken. Außerdem gibt es viele Möglichkeiten, etwas Interessantes zu erleben. Der absolute Pluspunkt einer Städtereise ist, dass man in kurzer Zeit viel sehen kann.

7. Прочитайте текст вслух. У вас есть полторы минуты на подготовку и полторы минуты, чтобы прочитать текст вслух.

Forscher untersuchten, wie glücklich die Menschen auf der Welt sind. Dafür befragten sie viele Menschen in verschiedenen Ländern. Das machten sie nicht zum ersten Mal. Sie verglichen die Resultate der Studie auch mit den letzten Jahren. In Deutschland sind die Menschen sehr glücklich und zufrieden. An der Spitze liegen die Länder Australien und Kanada. Am wenigsten glücklich sind Menschen in Argentinien. Gesundheit, die eigenen Kinder, die Familie und Freunde, Reisen machen die Menschen glücklich.

8. Прочитайте текст вслух. У вас есть полторы минуты на подготовку и полторы минуты, чтобы прочитать текст вслух.

Der Radweg an der Nordsee ist fast sechstausend Kilometer lang. Dieser Radweg führt durch sieben Länder: Norwegen, Schweden, Dänemark, Deutschland, die Niederlande, England und Schottland. In Deutschland führt er durch die Bundesländer SchleswigHolstein und Niedersachsen. In Europa findet man ganz unterschiedliche Landschaften. Für den nördlichen Teil mit den Bergen brauchen die Radfahrer eine besonders gute Kondition. Der flache Süden aber lädt zum gemütlichen Radeln ein.