

Mecklenburg-Vorpommern



Prüfung zum Erwerb der Berufsreife

2020

Deutsch

Prüfungsaufgaben

Hinweise für den Prüfling

- Aufgaben:** Bearbeiten Sie die Aufgaben I, II und III vollständig.
- Bearbeitungshinweise:** Bearbeiten Sie die Arbeitsaufträge in der angegebenen Reihenfolge. Achten Sie auf eine saubere äußere Form. Arbeiten Sie ausschließlich auf Ihrem gestempelten Prüfungspapier.
- Arbeitszeit:** Die Arbeitszeit beträgt 180 Minuten zuzüglich 15 Minuten Einlesezeit.
- Hilfsmittel:** Ihnen steht ein Nachschlagewerk zur Neuregelung der deutschen Rechtschreibung zur Verfügung. Schülerinnen und Schüler, deren Muttersprache nicht die deutsche Sprache ist, können als zusätzliches Hilfsmittel ein zweisprachiges Wörterbuch in gedruckter Form verwenden.
-

Name des Prüflings: _____

Datum: _____

Nach folgendem Bewertungsmaßstab werden die Noten 1 – 6 erteilt:

Bewertungseinheiten (BE)	34-38	29-33	23-28	15-22	8-14	0-7
Note	1 (ab 90 %)	2 (ab 75 %)	3 (ab 60 %)	4 (ab 40 %)	5 (ab 20 %)	6

Aufgabe I: Verstehender Umgang mit einem Sachtext

Aufgabenstellung:

**Lesen Sie den Text „Warum sollte man Sport treiben?“ aufmerksam.
Bearbeiten Sie im Anschluss die Aufgaben 1a bis 1d.**

M1: Warum sollte man Sport treiben?

Der Mangel an körperlicher Bewegung ist in unserer Gesellschaft ein weit verbreitetes Phänomen. Oft ist unser Alltag auch so schon anstrengend genug, da ist man meist froh, in der Freizeit nichts anderes zu tun außer die Beine hochzulegen. Dabei ist einem jeden von uns sicherlich klar, dass sich ein Bewegungsmangel nicht gerade positiv auf unseren Körper und unsere allgemeine Fitness auswirkt. Dies ist auch der Grund, weshalb so viele Menschen Sport treiben. Sich sportlich zu betätigen, ist der beste Weg, den Risiken durch mangelnde Bewegung entgegenzuwirken. Dabei tut uns grundsätzlich jede Art von Sport gut, solange es vielleicht nicht gerade irgendein Extremsport ist. Etwa schon zügiges Spazieren oder Radfahren kann für einen Sportmuffel der Einstieg zu mehr körperlicher Bewegung sein. Die Regelmäßigkeit der sportlichen Betätigung ist dabei ein besonders wichtiger Aspekt.

Vor allem durch regelmäßigen Ausdauersport wird das Herz - Kreislaufsystem effektiv trainiert. Mehr Kalorien werden verbrannt und so lassen sich überflüssige Pfunde abbauen. Regelmäßiges Sporttreiben regt auch die Sauerstoffversorgung an. Ebenso wird der Bewegungsapparat trainiert und gestärkt. Unsere Knochen werden durch sportliches Training zur Bildung neuer Knochensubstanz angeregt, was mit zunehmendem Alter immer wichtiger wird, da die Knochendichte langsam abnimmt.

Es gibt viele weitere gute Gründe für Sport. Wer etwa regelmäßig joggen oder schwimmen geht, befreit seinen Kopf von den alltäglichen Sorgen und zu vielen grüblerischen Gedanken. Zusätzlich werden vermehrt Serotonin und Endorphine, die körpereigenen Glückshormone freigesetzt, welche Laune und Wohlbefinden verbessern. Im Gegenzug werden Stresshormone wie Adrenalin, Kortisol und Noradrenalin schneller abgebaut, was deutlich zur Entspannung von Körper und Geist beiträgt. Sich mal richtig auszupowern ist daher das optimale Mittel gegen zu viel Stress im Alltag.

Eine größere körperliche Fitness und ein gut aussehender, sportlicher Körper sind natürlich ebenfalls gute Gründe für Sport. Für Sportenthusiasten ist es oft sogar der wichtigste Beweggrund. Wir verlieren durch regelmäßiges Sporttreiben überflüssiges

Körperfett und bauen vor allem durch Krafttraining die Muskulatur auf. Zusätzlich
schütten die Drüsen vermehrt wichtige Altersschutzstoffe wie Wachstums- und
33 Sexualhormone aus. Das erhält den Körper nicht nur bis ins hohe Alter jung, sondern
lässt uns auch jünger fühlen.

Doch nicht nur die körperliche Leistungsfähigkeit nimmt durch sportliche Bewegung
36 zu, auch unsere geistige Fitness lässt sich damit deutlich stärken. Mehr Kraft und ein
attraktives, sportliches Äußeres beflügelt zudem unser Selbstbewusstsein. Darüber
hinaus macht es uns stolz, wenn wir unsere körperlichen Fähigkeiten verbessern,
39 hart trainieren und sportliche Ziele erreichen.

Wer sich sportlich betätigt, hat auch die Möglichkeit, neue Leute kennenzulernen und
soziale Kontakte zu pflegen, etwa beim Sport im Verein oder als gemeinsames
42 Hobby unter Freunden. Gerade auch für alleinstehende Personen ist es ein guter
Weg, aus dem Haus zu kommen und andere Menschen zu treffen, die ebenfalls
sportlich aktiv sind.

45 Vor allem im Mannschaftssport findet man schnell neue Freunde und hat auch häufig
im privaten Umfeld Spaß mit den Teamkollegen. Man lernt für die Mannschaft
Verantwortung zu übernehmen und erlebt gemeinsam Siege und Niederlagen, was
48 die sozialen Kompetenzen stärkt.

Die guten Gründe für Sport sind also äußerst vielseitig: Er trägt entscheidend zu
einer besseren Gesundheit bei, daneben macht uns Sport leistungsfähiger,
51 attraktiver, ausgeglichener und selbstbewusster - und macht ganz einfach Spaß.

52

Quelle: <https://www.warum-wieso.de/sport/warum-sport-treiben/> / Letzter Aufruf 13.01..2020 (Für
Prüfungszwecke bearbeitet.)

Aufgabe 1a:

Ordnen Sie den folgenden Überschriften die passenden Zeilenabschnitte zu, indem Sie die entsprechende Ziffer eintragen

____ / 5 BE

Ziffer	Überschrift
1	Sport hält gesund.
2	Sport hilft Freunde zu finden.
3	Sport fördert Bewegung.
4	Sport unterstützt bei Problembewältigung.
5	Sport sorgt für ein gutes Wohlfühl.

Zeilenabschnitte	Ziffer der Überschrift
Zeilen 1 bis 13	
Zeilen 14 bis 19	
Zeilen 20 bis 27	
Zeilen 28 bis 39	
Zeilen 40 bis 51	

Aufgabe 1b:

Erklären Sie die Begriffe aus dem Textzusammenhang.

____ / 2 BE

Begriffe aus dem Text	Erklärung
Phänomen (Zeile 3)	
effektiv (Zeile 15)	
Sportenthusiasten (Zeile 29)	
sozial (Zeile 41/48)	

Aufgabe II: Anwenden grammatisch-orthografischer Grundkenntnisse**Aufgabe 2a:**

Tragen Sie die in Großbuchstaben gedruckten Wortgruppen des folgenden Textes M2 in richtiger Groß- und Kleinschreibung in die Tabelle ein. _____ / 3 BE

M2:

Bleibe ich zu Hause oder fahre ich ins Studio?

Wer schon einmal AM FRÜHEN ABEND in einem völlig überfüllten Fitnessstudio war, hat sicher bereits darüber nachgedacht, sich daheim ein eigenes Studio einzurichten. KEINE ÖFFNUNGSZEITEN und Anfahrtswege! Beim Trainieren OHNE LÄSTIGES WARTEN vor begehrten Geräten könnte man konsequent dem Work-out nach eigenen Wünschen nachgehen. Das Heimstudio bedeutet allerdings auch VERZICHT AUF PROFESSIONELLE BERATUNG und auf die MÖGLICHKEIT VON SOZIALEN KONTAKTEN.

Quelle: Bleibe ich zu Hause oder fahre ich ins Studio? <https://bodyweight-workout.com/fitnessstudio-oder-training-zuhause/#gs.ykugdy> / Letzter Aufruf 05.03.2020 (Für Prüfungszwecke bearbeitet.)

Wortgruppe	Korrekte Schreibweise
AM FRÜHEN ABEND	
KEINE ÖFFNUNGSZEITEN	
OHNE LÄSTIGES WARTEN	
VERZICHT AUF PROFESSIONELLE BERATUNG	
MÖGLICHKEIT VON SOZIALEN KONTAKTEN	

Aufgabe 2b:

Bestimmen Sie die Wortarten der folgenden Wörter, indem Sie diese in die entsprechende Spalte der Tabelle eintragen. _____ / 5 BE

sportlich – trainieren – Gesundheit – der – Sport – von – gut – mit – ein – stärken

Nomen	Verb	Adjektiv	Artikel	Präposition

Aufgabe 2c:

_____ / 3 BE

Verbinden Sie die folgenden Sätze sinnvoll miteinander. Nutzen Sie verschiedene Mittel der Satzverknüpfung.

Ich möchte gern zu Hause trainieren.	Ich muss in ein gut ausgerüstetes Heimstudio finanzieren.

Viele Jugendliche nehmen lange Wege für das Training auf sich.	Fitnessstudios bieten eine reichhaltige Ausstattung für verschiedene Trainingseinheiten.

Ich bin bereits ein erfahrener Sportler.	Im Studio kann ich wertvolle Tipps der Trainer für die Ausführung der Übungen nutzen.

