

## **Leseverstehen**

1. Lesen Sie den Text und machen Sie zwei Übungen dazu.

### ***Jung, sportlich, tot***

Von FOCUS-Online-Autorin [Petra Apfel](#)

A. ....

Eine italienische Studie hat ergeben, dass Leistungssportler gegenüber Freizeitsportlern ein 2,5-fach erhöhtes Risiko für den plötzlichen Herztod haben. Dahinter steckt ein gefährliches Zusammenspiel von extremer körperlicher Belastung und Risikofaktoren, die der Sportler nicht bemerkt oder ignoriert.

Wenn ein Mensch plötzlich tot umfällt, ist meist ein Problem des Herzmuskels daran schuld, selten auch eine Lungenembolie. „Den plötzlichen Herztod – nicht nur bei Leistungssportlern – lösen vor allem akute Rhythmusstörungen oder ein Herzinfarkt aus“, erklärt Professor Melchior Seyfarth vom Deutschen Herzzentrum in München. „Davon spürt der Betroffene vorher überhaupt nichts.“

B. ....

Als Ursachen für den plötzlichen Herztod nennt der Münchner Kardiologe dreierlei: „Erstens: unerkannte angeborene Herzerkrankungen, zweitens: Schäden durch eine Herzmuskelentzündung, drittens: körperliche Überlastung.“ Ein weiterer Auslöser liegt im Leistungssport leider auch sehr nahe: die Einnahme von unerlaubten Substanzen, also Doping. Der Herzexperte hält es für eine grundsätzliche Fehlannahme, dass durchtrainierte Sportler auch ein gesundes Herz haben müssen. Und er kritisiert, dass im Profisport regelmäßige Herz-Kreislauf-Untersuchungen nicht an der Tagesordnung sind. Gäbe es solche Screenings, könnten vor allem angeborene Herzerkrankungen frühzeitig entdeckt und entsprechende Maßnahmen ergriffen werden. So kickt etwa der deutsche Profifußballer Gerald Asamoah mit einer diagnostizierten Herzmuskelverdickung seit Jahren auf höchstem Niveau.

Der Deutsche Fußballbund verpflichtet zwar die Profivereine seit 1999 zu kardiologischen Untersuchungen. Für ambitionierte Amateure gibt es die obligatorischen Check-ups aber nicht. „Screenings bis zum kleinsten Dorfverein und für jede Sportart wären auch kaum möglich“, sagt Melchior Seyfarth. Sinnvoll, um Todesfälle zu vermeiden, wären sie allerdings.

C. ....

Sinnvoll wären tiefgehende Herzuntersuchungen auch für Hobbysportler, die sich zum Beispiel bei Volksläufen und Marathons über ihre Kräfte hinaus strapazieren. Denn hier gibt es immer wieder Todesfälle aufgrund unerkannter Gesundheitsschäden.

Profisportler und ehrgeizige Hobbysportler hält der Münchner Herzspezialist insofern für besonders gefährdet, da sie manche Risiken nicht ernst genug nehmen. Sie fühlen sich vielleicht aufgrund ihrer Fitness unangreifbar. „Natürlich muss gerade ein Leistungssportler eine Grippe richtig auskurieren, weil sich sonst daraus eine Herzmuskelentzündung entwickeln kann, die bleibende Schäden am Herzen hinterlässt.“ Gönnst sich ein Sportler diese Auszeit nicht, läuft der Tod quasi bei jedem intensiven Training mit.

**Ordnen Sie die Titel den Abschnitten zu. (3 Pkt)**

	<b>Titel</b>	<b>Abschnitt</b>
<b>1.</b>	<b>Leistungssportler haben ein hohes Herzrisiko</b>	
<b>2.</b>	<b>Sportler unterschätzen die Gefahren</b>	
<b>3.</b>	<b>Unzureichende Kardio-Untersuchungen</b>	

**Entscheiden Sie, sind die Sätze richtig oder falsch. (7 Pkt.)**

	<b>richtig</b>	<b>falsch</b>
1. Freizeitsportler sterben häufiger plötzlich ans Herz.		
2. Es gibt vorher meistens keine Symptome der Herzkrankheit.		
3. Den Leistungssportlern schaden verbotene chemische Substanzen.		
4. Es herrscht die Meinung, dass die Sportler gesundes Herz haben.		
5. Es gibt ausreichend häufige Herz-Kreislauf – Untersuchungen für Leistungssportler.		
6. Melchior Seyfarth meint, man solle nicht nur professionelle Leistungssportler sondern auch Amateure genau untersuchen.		
7. Profisportler und Hobbysportler erkranken nicht so oft, wie Leute, die keinen Sport treiben.		

**2. Welcher Text passt zu welcher Überschrift (a-j)?**

**Schreiben Sie die Nummer des Textes neben dem passenden Titel ein. (10 Pkt.)**

<b>Titel</b>	<b>Nummer des Textes</b>
a. Die literarische Forschung von Hartmut Kasper.	
b. Erdgeschichte kurz und treffend.	
c. Tipps für Radfahrer. Wie euer Bike auf die ungemütliche Jahreszeit vorbereiten.	
d. Ärzte warnen – Radfahren schadet der Gesundheit.	
e. UNICUM stellt die Helden auf den Prüfstand.	
f. Belastungsfaktoren in der Arbeit.	
g. „Melancholie als Lebenselixir“ – die neue Erzählung von einem Amerikaner.	
h. Der Sprung von der Schulbank in den Hörsaal. Studienanfänger über Uni-Lust und Uni-Frust.	
i. Der optimale Arbeitsplatz für Computernutzer.	
j. Das Mini-Lexikon fürs Studium.	

1. Viele Romanhelden sind uns mit der Zeit ans Herz gewachsen. Ein Leben ohne sie wäre kaum noch vorstellbar: Faust, sein Gretchen und Mephisto; Dracula, die sieben Zwerge, Winnetou, Old Shatterhand und so weiter. Aber werden sie, gerade weil sie uns so nahe stehen nicht gelegentlich überschätzt? Würden sie, in die Gegenwart versetzt, sich bewähren oder untergehen? Hartmut Kasper hat in der Literatur geforscht und unsere sozialisationsbestimmenden Helden auf ihr Potenzial fürs Heute geprüft.
2. Christina Becker (20), Mediensoziologe. „Der Wechsel vom Schüler zum Studenten? Oh, das war ein Kulturschock! Da war auf einmal nichts mehr mit Stundenplan und ein paar Wahlpflichtfächern. Um alles musst du dich hier selbst kümmern. Das hat mich anfangs ziemlich fertig gemacht. Naja, da muss man halt durch! Nach ein paar Wochen blickt man schon besser durch. Ich kann nur jedem raten, nicht in Panik zu geraten. Am besten man geht die Sache locker an.
3. Fünf Milliarden sind ein langer Streifen, und in der Tat hat sich auf der Erde in diesem Zeitraum einiges getan. Was genau, davon erzählen die Steine unter unseren Füßen. Nur: wie werden sie eigentlich gelesen, diese vorgeschichtliche Zeugnisse, die so oft gewaltigen Veränderungen unterworfen waren? Und was genau berichten sie? Spannend und verständlich berichtet Mac Dougall von der Entstehung der Erde, dem Aufkommen des Lebens. Die Story wird kurz gefasst, aber ungemein deutlich aufs Papier gebracht.
4. Statt Erkältungstees und Fitnessstudio: Fahrradfahren gegen Grippe und Stress. Das bringt den Kreislauf in Schwung und macht, richtig gerüstet, auch im Winter eine Menge Spaß. Für das sichere Vorwärtskommen in der kalten Jahreszeit gelten allerdings verschärfte Regeln: Eine funktionierende Beleuchtung; die Bremsen müssen optimal eingestellt sein, Vorausschauendes Fahren verhindert Unfälle – Abstand halten, Tempo drosseln, maßvoll bremsen und immer abstiegsbereit sein.
5. Bildschirm flimmerfrei, leicht dreh- oder neigbar, ohne Reflexion und Blendung. Ideal: Tageslicht fällt nicht direkt auf den Schirm. Entfernung zum Auge 45 bis 60 cm, der Blick sollte im Winkel von 15 bis 30 Grad auf den Monitor fallen. Wichtig: ausreichende Schriftgröße, mindestens 3 mm. Beleuchtung: blendfreies Oberlicht. Ideal: indirekte Raumbeleuchtung. Arbeitsstuhl: Rückenlehne sollte für Unterstützung und Halt der Wirbelsäule sorgen.

**3. Ordnen Sie die Überschriften den Aussagen zu. (5Pkt.)**

Überschrift	Abschnitt
<b>1. In dieser deutschen Stadt würde ich gern leben:</b>	
<b>2. So würde ich einen freien Tag in Deutschland verbringen:</b>	
<b>3. Ich lerne Deutsch, weil ...</b>	
<b>4. Das wird mir an Deutschland fehlen, wenn ich zu Hause bin ...</b>	
<b>5. Mein erster Tag in Deutschland ...</b>	

## **Jana aus Tschechien**

**Wenn Jana nicht gerade jodelt, schaut sie am liebsten deutsches Fernsehen. Besonders Zeichentrickfilme helfen ihr beim Deutschlernen. Viele Wörter kennt sie aber auch durch ihre Lieblingsband Rammstein.**

**Name:** Jana

**Land:** Tschechische Republik

**Alter:** 18

**Beruf:** Studentin

A: .....

es die einzige Fremdsprache war, die an meiner Schule angeboten wurde. Aber ich hätte wahrscheinlich so oder so Deutsch gewählt. Ich mag die Sprache sehr gern. Seit fünf Jahren gucke ich nur noch deutsches Fernsehen. Denn da kommen viele tolle Zeichentrickserien. Das hilft mir auch beim Deutschlernen.

B: .....

war super. Ich war vor zwei Jahren das erste Mal hier. Ich war so begeistert und dachte immer: "Ich bin in Deutschland, ich bin in Deutschland, ich bin wirklich in Deutschland!". Ich hatte immer davon geträumt nach Deutschland zu fahren. Als wir über die Grenze gefahren sind, da war alles so wunderschön, fand ich. Sogar das Gras und die Bäume kamen mir grüner vor.

C: .....

in Frankfurt. Das ist so eine große, lebendige Stadt. Es gibt den Main und die vielen Hochhäuser. Alles sieht sehr schön und auch sauber aus.

D: .....

in einem Comic-Shop. So etwas gibt es in der Tschechischen Republik nicht. Außerdem würde ich auf der Straße Leute ansprechen und sagen: "Hey, ich will einen Deutschen kennen lernen und mein Deutsch verbessern."

E: .....

die Natur. Die ist in Deutschland viel grüner als bei uns und alles ist hier sauberer. Man sieht hier auf der Straße kein einziges Papier. Und wenn da eins ist, dann würde ich wetten, dass ich es dahin geschmissen habe.

Klucz  
**Leseverstehen**

Leseverstehen 1

1.	A
2.	C
3.	B

**1.2.**

1.	F
2.	R
3.	R
4.	R
5.	F
6.	R
7.	F

Leseverstehen 2

a	b	c	d	e	f	g	h	i	j
1	3	4	0	0	0	0	2	5	0

Leseverstehen 3

1	2	3	4	5
C	D	A	E	B