

Thema: Zeitlos und mehr als nur Gymnastik**Vor dem Lesen**

1. Welche aus den unten genannten Sportarten assoziiert du mit der asiatischen Kultur? Haben diese Sportarten gemeinsame Eigenschaften?

Boxen – Ringen – Fechten – Hochsprung – Judo – Karate – Diskuswurf
– Sumo – Stierkampf – Aikido – Gewichtheben – Yoga – Taekwondo

2. Beantworte bitte folgende Fragen:

- Hast du schon einmal eine der asiatischen Sportarten trainiert/ausprobiert?
- Wodurch zeichnet sich die asiatische Kultur aus?
- Was hast du von Yoga gehört? Hast du zu dieser Sportart eine positive oder negative Einstellung? Warum?

Beim Lesen

3. Finde bitte Synonyme zu den in der Tabelle angegebenen Wörtern:

angeblich – glaubwürdige Angaben – Abnehmen – an etw. erkrankt sein – blitzschnell – Armut

rapide	an etw. leiden
verlässliche Zahlen	vermeintlich
ärmliche Verhältnisse	Gewichtsverlust

Nach dem Lesen

4. Würdest du versuchen, Yoga zu praktizieren? Begründe bitte deine Meinung.

5. Richtig oder falsch? Entscheide bitte!

1. In der europäischen Kultur hat sich Yoga stark etabliert. *R/F*
2. Yoga ist auf keine Religion zurückzuführen. *R/F*
3. Hitler war ein Befürworter von Yoga. *R/F*
4. Die Menschen treiben Yoga, um sowohl psychische als auch körperliche Beschwerden loszuwerden. *R/F*
5. Die steigende Popularität von Yoga kurbelt die Weltwirtschaft an. *R/F*

6. Ergänze bitte folgende Sätze mit entsprechenden Wörtern und Ausdrücken.

Atemtechnik – ins Leben gerufen – widmen – anstrengend – Beschäftigung

1. Die Vereinten Nationen (UN) wurden 1945 _____.
2. Zu viel Freizeit macht den Menschen faul, deshalb soll er eine _____ haben.
3. Die Bergwanderungen sind zwar _____ aber zugleich entspannend.
4. Die richtige _____ ist beim Sport(treiben) von großer Bedeutung.
5. Eva arbeitet nicht, denn sie will sich ihren Kindern _____

Thema: Zeitlos und mehr als nur Gymnastik

7. Schau dir bitte dieses Bild an. Was meinst du – wer sind diese Personen? Wo sind sie, was machen sie und worüber sprechen sie? Bilde eine Geschichte dazu in Form eines Comics.



8. Gruppenarbeit

Im Text werden zwar zahlreiche Vorteile von Yoga genannt, aber in der Öffentlichkeit spricht man immer mehr über geistige Bedrohungen dieser Sportart für den Menschen. Wie ist deine Meinung dazu? Bist du ein Anhänger oder Gegner von Yoga? Bildet bitte zwei Gruppen, die für und gegen Yoga sind, sammelt Argumente und führt miteinander eine Diskussion zu diesem Thema.

9. Hausaufgabe

Stell dir vor, dass du als Journalist in einer deutschsprachigen Zeitung arbeitest. Dein Chef bittet dich, eine Umfrage zum Thema „Yoga in Polen“ durchzuführen. Frage deine Familie, Freunde, Bekannten und Leute auf der Straße, was sie von Yoga halten und ob sie diese Sportart bereits trainiert haben. Stelle ihre Antworten in Form eines Zeitungsblattes dar.