

VERBAL- UND NOMINALSTIL

In dieser Übungsreihe trainieren wir verschiedene Satzkonstruktionen mit einfachem Wortschatz zum Thema Gesundheit.

Unser Ziel: einfache Sätze, Nebensätze, Satzgefüge und Infinitivkonstruktionen sicher verwenden.

Heute lernen wir zwei Ausdrucksweisen im Deutschen:

- Verbalstil (mit Verben) und
- Nominalstil (mit Nomen).

Wenn du die Videolektion aus dem Kurs „Sichere Kommunikation“ über Morpheme gesehen hast, erinnerst du dich: Die Bedeutung eines Wortes liegt im Stamm.

Wenn wir Suffixe oder Präfixe hinzufügen, können wir daraus andere Wortarten machen.

Beispiel:

Verb: **arbeiten** → Nomen: **die Arbeit**

Verbalstil: *Ich arbeite viel.*

Nominalstil: *Viel Arbeit macht mich krank.*

Aufgabe 1:

Hier findest du Beispiele mit einfachen Wörtern aus dem Alltag zum Thema Gesundheit. Bitte sprich beide Varianten laut nach!

Verb / Adjektiv	Substantiv (Nomen)	Beispiele
müde sein	die Müdigkeit	Verbalstil: Ich bin müde. Nominalstil: Die Müdigkeit macht mich krank.

Verb / Adjektiv	Substantiv (Nomen)	Beispiele
schlafen	der Schlaf	Verbalstil: Ich schlafe wenig. Nominalstil: Wenig Schlaf macht mich krank.
essen	das Essen	Verbalstil: Ich esse ungesund. Nominalstil: Ungesundes Essen macht mich krank.
sich entspannen	die Entspannung	Verbalstil: Ich entspanne mich wenig. Nominalstil: Wenig Entspannung macht krank.
arbeiten	die Arbeit	Verbalstil: Ich arbeite viel. Nominalstil: Viel Arbeit macht mich krank.
rauchen	das Rauchen	Verbalstil: Ich rauche. Nominalstil: Rauchen macht mich krank.
lachen	das Lachen	Verbalstil: Ich lache nie. Nominalstil: Wenig Lachen macht mich krank.

Aufgabe 2:

Bilde jetzt deine eigenen Paare (Verb oder Adjektiv + das passende Nomen)

Formuliere zwei Sätze:

- einen im Verbalstil (z.B. Ich bin gestresst.)
- und einen im Nominalstil (z.B. Viel Stress macht mich krank)

Grammatiktraining: Satzgefüge mit „wenn“

In diesen Aufgaben trainieren wir Nebensätze mit „wenn“ und die richtige Wortstellung im Nebensatz. Wir verbinden zwei einfache Sätze zu einem Satzgefüge.

Besonders wichtig: Im Nebensatz steht das Verb am Ende!

Aufgabe 3:

Sätze kombinieren – vom Hauptsatz zum Nebensatz

1. **Lies den einfachen Hauptsatz laut vor.**
2. **Lies direkt danach den Nebensatz mit „wenn“.**
3. **Achte darauf, dass im Nebensatz das Verb am Ende steht.**

*Ich bin müde. – Wenn ich müde bin.
Ich arbeite viel. – Wenn ich viel arbeite.
Ich bin wenig aktiv. – Wenn ich wenig aktiv bin.
Ich bin gestresst. – Wenn ich gestresst bin.
Ich schlafe schlecht. – Wenn ich schlecht schlafe.
Ich bin nicht ruhig. – Wenn ich nicht ruhig bin.*



Aufgabe 4:

Satzgefüge formulieren – mit „Ich bin krank, wenn ...“

1. **Beginne mit: Ich bin krank, wenn ...**
2. **Vervollständige den Satz mit einer passenden Bedingung.**
3. **Achte wieder auf die Wortstellung im Nebensatz (Verb am Ende!) und wiederhole!**

1. *Ich bin krank, wenn ich wenig schlafe.*
2. *Ich bin krank, wenn ich zu viel arbeite.*
3. *Ich bin krank, wenn ich mich wenig bewege.*
4. *Ich bin krank, wenn ich mich nicht erhole.*
5. *Ich bin krank, wenn ich schlecht esse.*
6. *Ich bin krank, wenn ich keinen Sport mache.*
7. *Ich bin krank, wenn ich zu viel Stress habe.*
8. *Ich bin krank, wenn ich alleine bin.*

Aufgabe 5:

Schreibe nun deine eigenen Beispiele.

Tipps:



Wenn du spontan und schnell sprechen willst, reicht es nicht, die Grammatik nur zu verstehen.

Du musst sie automatisieren – wie beim Sport oder Musikinstrument.

☞ Deshalb ist es so wichtig, Satzstrukturen regelmäßig zu üben.

So gewöhnt sich dein Gehirn an die Muster – und du sprichst bald ganz automatisch und sicher.

Warum Satzvielfalt wichtig ist

Oft sagen wir ganz einfach:

„Ich arbeite viel und ich fühle mich krank.“

oder:

„Ich bin müde, weil ich viel arbeite.“

Das ist grammatisch korrekt – aber es gibt viele Möglichkeiten, unsere Gedanken klarer, interessanter und abwechslungsreicher auszudrücken.

So zeigen wir nicht nur unser Sprachniveau, sondern auch wer wir sind und wie wir denken.

Schau mal:

◆ Statt „Ich arbeite viel und ich fühle mich krank“ kannst du sagen:

„Zu viel Arbeit macht mich krank.“

(= Nominalstil)

◆ Oder:

„Ich fühle mich krank, wenn ich viel arbeite.“

(= Nebensatz mit Bedingung)

◆ Oder mit einer Infinitivkonstruktion:

„Ich habe mich daran gewöhnt, früher ins Bett zu gehen, jeden Morgen spazieren zu gehen und gesund zu essen, wenn ich viel arbeite.“

„Diese Gewohnheiten machen mich gesund.“

So kannst du besser über dich erzählen, Menschen überzeugen und auch in Beruf und Alltag souveräner kommunizieren.

Diese Satzmuster und Ausdrucksformen gehören eigentlich zum fortgeschrittenen Sprachniveau (C1 und höher).

Aber: Man kann sie schon ab A1 trainieren, wenn man Schritt für Schritt versteht:

- welche Rolle jedes Wort im Satz spielt
- wie ein Satz aufgebaut ist

und wie man Satzstrukturen bewusst kombiniert.

Wiederhole bei Bedarf:

- Verbkonjugation in der Gegenwart und im Perfekt
- Infinitivkonstruktionen mit „zu“ und mit Verben wie „sich gewöhnen an + Akk“
- Nebensätze mit „wenn“, „weil“, „damit“...
- Satzgefüge und Wortstellung

Denn: **Gute Sprache verändert nicht nur den Satz – sie verändert dein ganzes Denken.**