



Name: _____

Sprachfeststellungsprüfung 2025

anstelle von Pflichtfremdsprachen oder Wahlpflichtfremdsprachen

Schriftliche Prüfung

**Anspruchsniveau des Erweiterten Ersten Schulabschlusses
(EESA, vormals HSA 10) am Ende der Sekundarstufe I**



Name: _____

Aufgabenstellung:

Aufgabenstellung (farsi)

تغذیه‌ی روزانه‌ی من چگونه است؟

در حال حاضر در مدرسه تو پروژه‌ی هفتگی با موضوع "تغذیه سالم" در حال اجرا است. معلم شما متنی را در اختیار شما قرار داده است و تو دوست داری مقاله‌ای در این زمینه برای روزنامه دیجیتالی مدرسه بنویسی.

تغذیه‌ی روزانه

اینکه ما چگونه و چه چیزی می‌خوریم، تأثیر زیادی بر سلامت ما دارد. بسیاری از مردم اغلب مواد غذایی ارگانیک را انتخاب می‌کنند، زیرا این گونه مواد غذایی طبیعی‌تر و دوستدار محیط زیست هستند. علاوه بر این، بسیاری از مردم محصولات منطقه‌ای را ترجیح می‌دهند، تا از کشاورزان محلی حمایت کرده و اثرات مخرب زیست محیطی ناشی از مسیرهای حمل و نقل طولانی را کاهش دهند. برخی دیگر هم کم گوشت می‌خورند یا از رژیم گیاه خواری و یا حتی وگان پیروی می‌کنند. با این حال، فست فود همچنان محبوب است، زیرا تهیه آن سریع و راحت است، اما اغلب ناسالم و حاوی مقدار زیادی چربی، قند و نمک است. در زندگی روزمره خوردن غذای سالم همیشه آسان نیست. با این وجود مهم است بین لذت و سلامتی تعادل برقرار کنیم تا در درازمدت سر حال باقی بمانیم.

متن بالا را بخوان و سپس مقاله‌ی خودت را برای روزنامه الکترونیکی پروژه بنویس.
نوشتن مقدمه، بخش اصلی و نتیجه گیری را فراموش نکن.
درباره همه نکاتی که در زیر نام برده شده است، بنویس.
برای نوشتن مقاله‌ی خود از متن بالا هم استفاده کن.
حداقل 200 تا 250 کلمه بنویس.



Name: _____

https://tulpenweg-schule.de/category/aktuelles/ ★				
آرشیو	تماس	پروژه «تغذیه سالم»	مدرسه ما	▲
(1) عادت‌های غذایی خودت را توصیف کن. در این باره بنویس که • معمولاً در طول روز کی و کجا غذا می‌خوری، • کدام یک از مواد غذایی را ترجیح می‌دهی، • کجا غذایت را می‌خوری. (6 امتیاز)				- - - -
(2) توضیح بده که، • تا چه حد زندگی روزمره غذا خوردن تو را تحت تاثیر قرار می‌دهد، • چه عادت‌های غذایی بدی داری و تا چه حد برای اصلاح آن‌ها تلاش می‌کنی. (6 امتیاز)				▼
(3) در باره‌ی این پرسش اظهار نظر کن که عوامل خارجی تا چه میزان روی عادت‌های غذایی ما تاثیر می‌گذارند. • به نکات زیر توجه کن: • رسانه‌ها (شبکه‌های اجتماعی) و تبلیغات، • خانواده و دوستان. (8 امتیاز)				



Name: _____

Aufgabenstellung (deutsch)

Wie ernähre ich mich im Alltag?

In deiner Schule läuft zurzeit eine Projektwoche zum Thema „Gesunde Ernährung“. Dein Lehrer hat euch einen Text zur Verfügung gestellt und du möchtest zu diesem Thema einen Beitrag für die digitale Schülerzeitung schreiben.

Ernährung im Alltag

Wie und was wir essen, hat einen großen Einfluss auf unsere Gesundheit. Viele Menschen entscheiden sich oft für Bio-Lebensmittel, da diese als natürlicher und umweltfreundlicher gelten. Zudem bevorzugen viele Menschen regionale Produkte, um Bauern in der Umgebung zu unterstützen und die Umweltbelastung durch lange Transportwege zu reduzieren. Andere Menschen dagegen essen wenig Fleisch oder ernähren sich vegetarisch oder sogar vegan. Trotzdem bleibt Fast Food weiterhin beliebt, da es schnell und praktisch ist. Allerdings ist es häufig ungesund und enthält viel Fett, Zucker und Salz. Im Alltag ist es nicht immer einfach, sich gesund zu ernähren. Dennoch ist es wichtig, eine Balance zwischen Genuss und Gesundheit zu finden, um langfristig fit zu bleiben.

- ☒ *Lies den obigen Text und verfasse anschließend deinen Beitrag für die digitale Projektzeitung.*
- ☒ *Denke daran, eine Einleitung, einen Hauptteil und einen Schluss zu verfassen.*
- ☒ *Schreibe über alle Aspekte, die im Folgenden genannt sind.*
- ☒ *Nutze dazu auch den obigen Text.*
- ☒ *Schreibe mind. 200 – 250 Wörter.*



Name: _____

https://tulpenweg-schule.de/category/aktuelles/ ★				
Unsere Schule	Projekt „Gesunde Ernährung“	Kontakt	Archiv	▲
(1) Beschreibe deine aktuellen Essgewohnheiten. Schreibe darüber, • wann und wo du normalerweise während des Tages isst, • welche Art von Lebensmitteln du bevorzugst, • wo du dein Essen kaufst. (6 Punkte)				- - - -
(2) Erkläre, • inwiefern dein Lebensalltag deine Ernährung beeinflusst, • inwiefern du schlechte Essgewohnheiten hast und versuchst, diese zu verbessern. (6 Punkte)				
(3) Nimm Stellung zu der Frage, inwiefern äußere Faktoren Einfluss auf unser Essverhalten haben. Berücksichtige dabei folgende Aspekte: • (soziale) Medien und Werbung • Familie, Freunde und Freundinnen (8 Punkte)				