

B2 Fragen zum Lesetext: Warum wir schlafen – und warum es immer weniger wird

Aufgabe 1. Sie lesen Aussagen zum Text. Entscheiden Sie, ob die Aussagen „wahr“ oder „falsch“ sind. Kreuzen Sie an.

- 1.) Die Menschen schlafen heute im Durchschnitt länger als noch vor 100 Jahren.
☐ Richtig
☐ Falsch
- 2.) Durchgearbeitete Nächte gelten in modernen Gesellschaften oft als positiv.
☐ Richtig
☐ Falsch
- 3.) Schlafmangel hat keinen Einfluss auf das körperliche Wohlbefinden.
☐ Richtig
☐ Falsch
- 4.) Der Mittagsschlaf ist in China selbst für Schulkinder nichts Ungewöhnliches.
☐ Richtig
☐ Falsch
- 5.) Thomas Edison schlief konsequent nur vier Stunden pro Tag und lehnte jedes Nickerchen ab.
☐ Richtig
☐ Falsch

Aufgabe 2. Beantworten Sie die folgenden Fragen.

- 1.) Warum halten Schlafforscher*innen frühes Aufstehen für problematisch?
- 2.) Welche Maßnahmen oder Trends zeigen, dass Schlaf wieder an Bedeutung gewinnt?
- 3.) Was sagt der Text über den Zusammenhang zwischen Schlafmangel und Gesundheit?
- 4.) Inwiefern zeigt der Text kulturelle Unterschiede im Umgang mit Schlaf?