

A1.40 Спорт и упражнения

Sport und Bewegung

<https://app.colanguage.com/de/bulgarisch/lehrplan/a1/40>



Футбол	<i>(Fußball)</i>	Загрявка	<i>(Aufwärmen)</i>
Бягане	<i>(Laufen)</i>	Отпускане	<i>(Entspannung)</i>
Тенис	<i>(Tennis)</i>	Спортът	<i>(Sport)</i>
Фитнесът	<i>(Fitness)</i>	Тренирам	<i>(trainieren)</i>
Плуване	<i>(Schwimmen)</i>	Упражнение	<i>(Übung)</i>
Колело	<i>(Fahrrad)</i>	Треньорът	<i>(Trainer)</i>
Йога	<i>(Yoga)</i>	Състезание	<i>(Wettkampf)</i>

1.Übungen

1. Email



Du erhältst eine E-Mail von deiner Kollegin Maria, die dich nach der Arbeit zu einem gemeinsamen Training einlädt; antworte und sag, ob du kommen möchtest und welchen Sport du bevorzugst.

Здравей,

в нашия офис правим **йога** с инструктор всеки вторник и четвъртък от 18:00. Тренировката е лека, за **отпускане** след работа. Трябват само удобни дрехи, не е нужна специална **спортна екипировка**.

Искаш ли да дойдеш тази седмица? Ако не харесваш йога, можем да правим **бягане** в парка до офиса или лек **фитнес** в залата наблизо.

Поздрави,
Мария

Schreibe eine passende Antwort: Здравей, Мария, / Аз искам / Не искам да дойда, защото... / Предпочитам спорт като...

2. Ordne jeden Anfang mit dem richtigen Ende zu.

- | | |
|--------------------------------|----------------------------------|
| 1. След работа ходя на фитнес, | a. за да съм в добра форма. |
| 2. В неделя играем футбол | b. преди леко бягане в квартала. |
| 3. Всяка сутрин правя замявка | c. с колегите в парка. |
| 4. Искам да се запиша | d. на плуване в близкия басейн. |

1-a: Nach der Arbeit gehe ich ins Fitnessstudio, um mich fit zu halten. **2-c:** An Sonntagen spielen wir Fußball mit Freunden im Park. **3-b:** Die ganze Straße feiert das Fest vor dem kleinen Laden im Viertel. **4-d:** Ich möchte eine Reise zu den Inseln der Ägäis buchen.

3. Wählen Sie die richtige Lösung

- | | |
|---|--|
| 1. Всяка неделя аз _____ футбол в парка до вкъщи. | (Jede Woche spiele ich Fußball im Park bis nach Hause.) |
| a. играем | b. играя |
| c. игра | d. играеш |
| 2. След работа ние _____ на фитнес с колеги от офиса. | (Nach der Arbeit gehen wir mit Kollegen aus dem Büro zum Fitness.) |
| a. ходят | b. ходя |
| c. ходим | d. ходиш |

3. Вечер аз _____ по йога у дома. (Abends trainiere ich Yoga zu Hause.)
 а. се упражняваш б. се упражняваме в. се упражняват
 д. се упражнявам
4. В събота той _____ в басейна и после се разтяга. (Am Samstag schwimmt er im Schwimmbad und dehnt sich danach.)
 а. плува б. плуват в. плуващ д. плувам
1. играя 2. ходим 3. се упражнявам 4. плува

4. Beende die Dialoge

а. Уговарят тренировка след работа

- Мария, колежка:** *Иване, днес след работа отивам на фитнес, искаш ли да дойдеш?* (Ivan, heute sollen wir das Arbeitstraining vorbereiten — willst du mithelfen?)
- Иван, колега:** 1. _____ (Ja, super. Außerdem kann ich die Präsentation übernehmen.)
- Мария, колежка:** *Добре, аз правя загарявка, после правя упражнения за ръце и крака.* (Prima. Die Agenda ist fertig; um Pausen und Technik habe ich mich gekümmert.)
- Иван, колега:** 2. _____ (Perfekt. Dann sehen wir uns nächste Woche vor dem Training.)

б. Говорят за спорт през уикенда

- Георги, приятел:** *Елена, в събота имам мач по футбол с отбора, идваш ли да гледаш?* (Elena, am Wochenende habe ich mit Freund:innen Fußball gespielt. Willst du nächste Woche mitkommen?)
- Елена, приятелка:** 3. _____ (Ja, gerne — ich mag Fußball, und nach dem Training gehe ich oft joggen und mache Dehnübungen.)
- Георги, приятел:** *След мача може да отидем на плуване в басейна до стадиона.* (Nachmittags kann ich dich beim Laufen begleiten, und wir können zusammen ins Stadion gehen.)
- Елена, приятелка:** 4. _____ (Gut, dann nehmen wir ein Handtuch mit und treffen uns am Stadion.)

1. Да, супер, аз искам да тренирам бягане на пътеката. 2. Хубаво, да се видим в шест часа пред фитнеса. 3. Да, хубаво, аз обичам футбол, но аз тренирам йога и плуване. 4. Добре, аз взимам колелото и идвам до стадиона.

5. Übe zu zweit oder mit deiner Lehrkraft.

1. 1. На работа колега те пита какъв спорт правиш след работа. Отговори кратко. (Използвай: футбол, аз тренирам, след работа)

Аз тренирам _____

2. 2. В събота приятел те кани на тенис, но ти искаш да правиш плуване. Кажете какъв спорт искате да правиш. (Използвай: плуване, аз обичам, в басейна)

Аз обичам _____

3. 3. Ти си във фитнес залата и говориш с треньор. Искаш лека тренировка, защото днес не си във форма. Обясни каква тренировка искаш. (Използвай: тренировка, леко, упражнение)

Искам лека _____

4. 4. Пишеш кратко съобщение до приятел и питаш дали утре е почивен ден от спорт, или тренира. Задай въпрос и кажи какво правиш ти. (Използвай: почивен ден, днес, утре)

Утре имам _____

6. Schreiben Sie einen kurzen Text (3 oder 4 Sätze) darüber, wie oft Sie sportlich aktiv sind und wann Sie normalerweise trainieren.

Аз обичам да спортувам, защото... / Обикновено тренирам в ... часа. / Най-често правя ... / Искам да започна да тренирам ...
