

A1.40.1 An additional unit

<https://app.colanguage.com/de/deutsch/dialoge/sportarten>



1. Sehen Sie sich das Video an und beantworten Sie die zugehörigen Fragen.

Video: https://www.youtube.com/watch?v=_ZLPdXXPj6A&t=199s&start=231&end=300

Joggen

Fußball

Bewegung

Tennis

Schwimmen

Krafttraining

1. Was passiert, wenn du dein Knie immer wieder belastest?
 - a. Du bekommst Knieprobleme.
 - b. Du hast mehr Energie.
 - c. Du läufst schneller.
 - d. Du schlafst besser.
2. Welche Sportart ist im Text ein Beispiel für gelenkschonende Bewegung?
 - a. Schwimmen
 - b. Krafttraining
 - c. Tennis
 - d. Fußball
3. Warum sind Fußball und Tennis laut Text besser als immer nur joggen?
 - a. Weil man weniger schwitzt.
 - b. Weil sie Abwechslung bieten.
 - c. Weil sie billiger sind.
 - d. Weil man dabei ruhiger ist.
4. Welche Empfehlung gibt die Person am Ende des Textes?
 - a. Mehr joggen
 - b. Nur Tennis spielen
 - c. Krafttraining machen
 - d. Mit dem Sport aufhören

1-a 2-a 3-b 4-c

2. Lesen Sie den Dialog und beantworten Sie die Fragen.

Jan: Das war klasse, Lara. Mach weiter so!

Lara: Dankeschön. Aber was kann ich noch zusätzlich zu unseren Einheiten machen?

Jan: Krafttraining ist auf jeden Fall die Basis für alles. Außerdem könntest du einmal pro Woche schwimmen.

Lara: Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfiehlst du noch?

Jan: Hast du denn als Kind Sport gemacht?

Lara: Bis ich 18 war habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso?

Jan: Sportarten, die du als Kind gemacht hast, sind oft am besten. Ich habe früher zum Beispiel Basketball und Boxen gemacht.

Lara: Und das machst du immer noch?

Jan: Ja, genau. Beides macht mir immer noch so viel Spaß wie früher und es trainiert meine Ausdauer.

Lara: Okay, ich verstehe. Dann schaue ich mal, ob ich noch meinen Tennisschläger habe.

Jan: Das ist perfekt. Mach das zusätzlich zu unseren Einheiten ein- bis zweimal pro Woche!

1. Was sagt Jan am Anfang zu Lara?
 - a. Schwimmen ist langweilig, Lara.
 - b. Du musst mehr Fußball spielen, Lara.
 - c. Das war klasse, Lara.
 - d. Du sollst weniger Sport machen, Lara.
2. Welchen Sport mag Lara nicht?
 - a. Joggen
 - b. Schwimmen
 - c. Tennis
 - d. Basketball

1-c 2-b