A1.40.1 Eine zusätzliche Einheit

Übungen: https://app.colanguage.com/de/deutsch/dialoge/sportarten

1. Sieh dir das Video an und erkenne den Wortschatz. Beantworte dann die Fragen unten.

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

Joggen
Die Bewegung
Schwimmen
Fußball
Tennis
Das Krafttraining

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

Lara hat die erste Einheit mit ihrem Personaltrainer hinter sich und redet mit ihm darüber, welche Empfehlungen er für sie hat Gewicht zu verlieren...

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

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

Jan: Krafttraining ist auf jeden Fall die Grundlage. Du könntest auch einmal pro Woche schwimmen gehen.

Lara: Schwimmen mag ich leider nicht. Was kannst du mir sonst empfehlen?

Jan: Hast du als Kind Sport gemacht?

Lara: Bis ich 18 war, habe ich viel Tennis gespielt. Warum fragst du?

Jan: Sportarten, die man als Kind gemacht hat, sind oft gut. Ich habe früher zum Beispiel Basketball und Boxen gemacht.

Lara: Machst du das heute noch?

Jan: Ja, genau. Beides macht mir immer noch Spaß und trainiert meine Ausdauer.

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

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

3. Wähle die richtige Antwort.

1. Welche Sportart schlägt Jan Lara zuerst vor?
   - ☐ Krafttraining
   - ☐ Basketball
   - ☐ Tennis
   - ☐ Schwimmen
2. Welche Sportart mag Lara nicht gern?
   - ☐ Tennis
   - ☐ Basketball
   - ☐ Boxen
   - ☐ Schwimmen
3. Welche Sportarten hat Jan als Kind gemacht?
   - ☐ Karate und Turnen
   - ☐ Fußball und Laufen
   - ☐ Basketball und Boxen
   - ☐ Tennis und Schwimmen
4. Was soll Lara zusätzlich zu den Einheiten machen?
   - ☐ Einmal in der Woche tanzen
   - ☐ Ein bis zwei Mal pro Woche Tennis spielen
   - ☐ Zweimal pro Woche Fahrrad fahren
   - ☐ Jeden Tag joggen

Lösungen:

***1**. Krafttraining **2**. Schwimmen **3**. Basketball und Boxen **4**. Ein bis zwei Mal pro Woche Tennis spielen*

4. Beantworte die Fragen und korrigiere sie mit deinem Lehrer.

1. Welche Sportarten machen Sie in Ihrer Freizeit, und wie oft trainieren Sie?
2. Haben Sie als Kind regelmäßig eine Sportart gemacht? Erzählen Sie kurz davon.
3. Wie wichtig ist Ihnen regelmäßige Bewegung oder Sport im Alltag? Warum?
4. Welche neuen Sportarten könnten Sie sich vorstellen, um fit zu bleiben, und warum?

_____

_____

_____