

A1.40 Sport und Bewegung

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



Das Boxen
Das Karate
Das Tennis
Das Turnen
Die Leichtathletik
Der Ball
Der Basketball
Der Fußball
Der Sport
Das Training

Das Gewicht
Fit sein
Fahrrad fahren
Joggen
Laufen
Mitkommen
Schwimmen
Sport machen
Tanzen

1. Dialog: Sport und Training mit Lara

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. Das war klasse, Lara.
- b. Du musst mehr Fußball spielen, Lara.
- c. Schwimmen ist langweilig, Lara.
- d. Du sollst weniger Sport machen, Lara.

2. Welchen Sport mag Lara nicht?

- a. Schwimmen
- b. Joggen
- c. Basketball
- d. Tennis

1-a 2-a

2. Grammatik: Adverbien der Häufigkeit

Lerne, wie du mit Wörtern wie „immer“, „oft“ oder „nie“ über Häufigkeiten sprechen kannst.



1. Adverbien der Häufigkeit stehen nach dem konjugierten Verb.

Adverb	Beispiel
Immer	Ich mache immer Sport am Wochenende. (<i>Immer</i>)
Fast immer	Sie geht fast immer ins Fitnessstudio. (<i>Fast immer</i>)
Oft	Wir spielen oft Basketball nach der Schule. (<i>Oft</i>)
Manchmal	Er schwimmt manchmal im See. (<i>Manchmal</i>)
Selten	Ich tanze selten , aber ich mag es. (<i>Selten</i>)
Fast nie	Wir spielen fast nie Tennis. (<i>Fast nie</i>)
Nie	Ich gehe nie boxen. (<i>Nie</i>)

1. Im Winter laufe ich _____ drinnen auf dem Laufband.
a. *immern* b. *immer* c. *immer ich* d. *ich immer*
2. Nach der Arbeit spiele ich _____ mit meinen Kollegen Fußball.
a. *oft* b. *manchmal ich* c. *ofts* d. *immer*
3. Ich mache _____ Boxen, aber ich finde es interessant.
a. *fast nie* b. *fast immer* c. *nie fast* d. *selten fast*
4. Am Wochenende schwimme ich _____ im Hallenbad und fahre danach mit dem Fahrrad.
a. *manchmal* b. *ich selten* c. *immer* d. *selten ich*

1. immer 2. oft 3. fast nie 4. manchmal

3.Übungen

1. E-Mail

Du bekommst eine E-Mail von einem Fitnessstudio über einen neuen Sportkurs nach der Arbeit und sollst antworten, ob du mitmachen möchtest und wie oft du Sport machst.



Betreff: Neuer **Sportkurs** nach der Arbeit

Guten Tag,

wir bieten ab nächster Woche einen neuen Kurs an: **Fit mit Ball**. Im Kurs machen wir leichten **Sport** mit Ballspielen, ein bisschen **Joggen** und **Gymnastik**.

Der Kurs ist jeden Dienstag und Donnerstag von 18:00 bis 19:00 Uhr.

Möchten Sie **mitkommen**? Schreiben Sie uns bitte, an welchen Tagen Sie Zeit haben und welchen **Sport** Sie jetzt schon machen.

Viele Grüße

Fitnessstudio Aktiv

Maria Schneider

Schreibe eine passende Antwort: *ich möchte gern am ... teilnehmen. / ich mache oft/manchmal/nie ... / Dienstag/Donnerstag ist gut für mich, weil ...*

2. Ordne jeden Anfang mit dem richtigen Ende zu.

- | | |
|---------------------------|----------------------------------|
| 1. Nach der Arbeit | a. vor der Arbeit im Schwimmbad. |
| 2. Wir spielen am Samstag | b. gehe ich oft joggen im Park. |
| 3. Ich schwimme manchmal | c. mit zum Karate-Training? |
| 4. Kommst du heute Abend | d. immer Fußball im Verein. |

1-b: Nach der Arbeit gehe ich oft im Park joggen. **2-d:** Wir spielen am Samstag immer Fußball im Verein. **3-a:** Ich schwimme manchmal vor der Arbeit im Schwimmbad. **4-c:** Kommst du heute Abend mit zum Karate-Training?

3. Wählen Sie die richtige Lösung

1. Nach der Arbeit bin ich oft müde, aber gestern _____ ich trotzdem joggen gewesen.
a. bin b. bist c. war d. habe
2. Am Wochenende _____ wir oft Fußball gespielt, aber letztes Jahr _____ wir fast nie Tennis gespielt.
a. haben / haben b. sind / sind c. hat / haben d. haben / seid

3. Ich _____ manchmal im Hallenbad, aber mein Kollege _____ nie.
a. schwimmt / schwimmt b. schwimmst / schwimmt c. schwimme / schwimmt
d. schwimme / schwimmen
4. Wir _____ morgens oft im Park und unsere Nachbarin _____ manchmal mit.
a. läuft / kommen b. laufen / kommen c. laufen / kommt
d. lauft / kommt
1. bin 2. haben / haben 3. schwimme / schwimmt 4. laufen / kommt

4. Beende die Dialoge

a. Nach der Arbeit ins Fitnessstudio

Kollegin Jana: Hey Thomas, ich gehe heute nach der Arbeit joggen, kommst du mit?

Thomas: 1. _____

Kollegin Jana: Dann komm doch mit ins Fitnessstudio, da mache ich Training mit Gewichten.

Thomas: 2. _____

b. Schwimmkurs fürs Kind in der Schwimmhalle

Mutter Anna: Guten Tag, mein Sohn ist sieben Jahre alt, ich möchte ihn zum Schwimmen anmelden.

Mitarbeiter im Sportzentrum: 3. _____

Mutter Anna: Das ist gut, er macht noch keinen Sport und ich finde Schwimmen wichtig.

Mitarbeiter im Sportzentrum: 4. _____

1. Hm, joggen ist nicht so mein Ding, aber ich will wieder fit sein. 2. Gute Idee, ich komme mit und wir machen zusammen Sport. 3. Gern, wir haben ein Schwimm-Training am Dienstag und am Donnerstag. 4. Perfekt, dann ist er im Kurs, er lernt schwimmen und bleibt fit.

5. Übe zu zweit oder mit deiner Lehrkraft.

1. Du bist in der Mittagspause mit Kolleginnen und Kollegen. Eine Kollegin fragt: „Machst du Sport?“ Antwortet und erzähle kurz, welchen Sport du machst. (Verwende: der Sport, Sport machen, fit sein)

Ich mache _____

2. Du bist im Fitnessstudio. Ein Trainer fragt dich: „Was trainierst du heute?“ Erkläre kurz, was du beim Training machst. (Verwende: das Training, laufen, das Gewicht)

Heute im Training _____

3. Du bist im Park mit einem Freund. Er fragt: „Hast du Lust, heute Abend Fußball zu spielen?“ Antworte und sage kurz, ob du mitkommst oder keine Zeit hast. (Verwende: der Fußball, mitkommen, keine Zeit)

Zum Fußball heute _____

4. Du bist im Schwimmbad. Deine Freundin fragt: „Welchen Sport machst du noch?“ Antworte und erzähle kurz über Schwimmen und eine andere Sportart. (Verwende: schwimmen, joggen, fit sein)

Ich schwimme _____

6. Schreibe 4 oder 5 Sätze und erzähle, an welchen Tagen hast und welchen Sport du in einer Betriebssportgruppe machen möchtest.

Ich habe am ... Zeit. / Ich mache gern ... / Ich möchte an ... teilnehmen. / Ich finde ... gut für meine Gesundheit.

4. Wichtige Verben

	Sein	Spielen	Schwimmen
ich	bin gewesen	habe gespielt	schwimme
du	bist gewesen	hast gespielt	schwimmst
er/sie/es	ist gewesen	hat gespielt	schwimmt
wir	sind gewesen	haben gespielt	schwimmen
ihr	seid gewesen	habet gespielt	schwimmt
sie	sind gewesen	haben gespielt	schwimmen

	Mitkommen	Laufen
ich	komme mit	laufe
du	kommst mit	läufst
er/sie/es	kommt mit	läuft
wir	kommen mit	laufen
ihr	kommt mit	lauft
sie	kommen mit	laufen