

A1.40.1 An additional unit

Una unidad adicional

<https://app.colanguage.com/es/aleman/dialogos/sportarten>



1. Mira el vídeo y responde a las preguntas relacionadas.

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

| | | | |
|-----------|--------------------|---------------|---------------------------|
| Joggen | (Correr) | Fußball | (Fútbol) |
| Bewegung | (Actividad física) | Tennis | (Tenis) |
| Schwimmen | (Natación) | Krafttraining | (Entrenamiento de fuerza) |

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

1-c 2-c 3-b 4-d

2. Lee el diálogo y responde a las preguntas.

Sport und Training mit Lara

Deporte y entrenamiento con Lara

- Jan:** Das war klasse, Lara. Mach weiter so! *(¡Muy bien, Lara. Sigue así!)*
- Lara:** Dankeschön. Aber was kann ich noch zusätzlich zu unseren Einheiten machen? *(Gracias. ¿Qué más puedo hacer además de nuestras sesiones?)*
- Jan:** Krafttraining ist auf jeden Fall die Basis für alles. Außerdem könntest du einmal pro Woche schwimmen. *(El entrenamiento de fuerza es, sin duda, la base de todo. Además, podrías nadar una vez a la semana.)*
- Lara:** Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfiehlst du noch? *(Por desgracia no me gusta nada nadar. ¿Qué más me recomiendas?)*
- Jan:** Hast du denn als Kind Sport gemacht? *(¿Hiciste deporte cuando eras niña?)*
- Lara:** Bis ich 18 war habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso? *(Hasta los 18 años jugué mucho al tenis. ¿Por qué?)*

- 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!
- (*Los deportes que practicabas de niña suelen ser, a menudo, los mejores. Por ejemplo, yo antes practicaba baloncesto y boxeo.*)
- (*¿Y aún los practicas?*)
- (*Sí, claro. Ambas cosas me siguen gustando tanto como antes y además entrenan mi resistencia.*)
- (*Vale, entiendo. Entonces miraré si todavía tengo mi raqueta de tenis.*)
- (*Perfecto. ¡Hazlo además de nuestras sesiones una o dos veces por semana!*)

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

1-c 2-b