

A1.40.1 An additional unit

Une unité supplémentaire

<https://app.colanguage.com/fr/allemand/dialogues/sportarten>



1. Regardez la vidéo et répondez aux questions associées.

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

Joggen	(<i>Jogging</i>)	Fußball	(<i>Football</i>)
Bewegung	(<i>Exercice</i>)	Tennis	(<i>Tennis</i>)
Schwimmen	(<i>Natation</i>)	Krafttraining	(<i>Musculation</i>)

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

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

2. Lisez le dialogue et répondez aux questions.

Sport und Training mit Lara

Sport et entraînement avec Lara

- Jan:** Das war klasse, Lara. Mach weiter so! *(C'était super, Lara. Continue comme ça !)*
- Lara:** Dankeschön. Aber was kann ich noch zusätzlich zu unseren Einheiten machen? *(Merci. Mais que puis-je faire en plus de nos séances ?)*
- Jan:** Krafttraining ist auf jeden Fall die Basis für alles. Außerdem könntest du einmal pro Woche schwimmen. *(La musculation est en tout cas la base de tout. En plus, tu pourrais nager une fois par semaine.)*
- Lara:** Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfiehlst du noch? *(Malheureusement, je n'aime pas du tout nager. Que me recommandes-tu d'autre ?)*
- Jan:** Hast du denn als Kind Sport gemacht? *(Est-ce que tu faisais du sport quand tu étais enfant ?)*

- Lara:** Bis ich 18 war habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso? *(Jusqu'à mes 18 ans, je jouais beaucoup au tennis. Pourquoi ?)*
- Jan:** Sportarten, die du als Kind gemacht hast, sind oft am besten. Ich habe früher zum Beispiel Basketball und Boxen gemacht. *(Les sports que tu pratiquais quand tu étais enfant sont souvent les meilleurs. Moi, par exemple, je faisais du basket et de la boxe.)*
- Lara:** Und das machst du immer noch? *(Et tu fais encore ça maintenant ?)*
- Jan:** Ja, genau. Beides macht mir immer noch so viel Spaß wie früher und es trainiert meine Ausdauer. *(Oui, exactement. Les deux me plaisent encore autant qu'avant et elles travaillent mon endurance.)*
- Lara:** Okay, ich verstehe. Dann schaue ich mal, ob ich noch meinen Tennisschläger habe. *(D'accord, je comprends. Alors je vais voir si j'ai encore ma raquette de tennis.)*
- Jan:** Das ist perfekt. Mach das zusätzlich zu unseren Einheiten ein- bis zweimal pro Woche! *(C'est parfait. Fais le en plus de nos séances une à deux fois par semaine !)*

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

1-a 2-b