

## A1.40.1 An additional unit

Een extra eenheid

<https://app.colanguage.com/nl/duits/dialogen/sportarten>



### 1. Bekijk de video en beantwoord de bijbehorende vragen.

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

|                  |                   |                      |                         |
|------------------|-------------------|----------------------|-------------------------|
| <b>Joggen</b>    | <i>(joggen)</i>   | <b>Fußball</b>       | <i>(Voetbal)</i>        |
| <b>Bewegung</b>  | <i>(Beweging)</i> | <b>Tennis</b>        | <i>(Tennis)</i>         |
| <b>Schwimmen</b> | <i>(Zwemmen)</i>  | <b>Krafttraining</b> | <i>(Krachttraining)</i> |

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

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

### 2. Lees de dialoog en beantwoord de vragen.

#### Sport und Training mit Lara

*Sport en training met Lara*

- Jan:** Das war klasse, Lara. Mach weiter so! *(Dat was fantastisch, Lara. Ga vooral zo door!)*
- Lara:** Dankeschön. Aber was kann ich noch zusätzlich zu unseren Einheiten machen? *(Dank je. Maar wat kan ik nog extra doen naast onze trainingen?)*
- Jan:** Krafttraining ist auf jeden Fall die Basis für alles. Außerdem könntest du einmal pro Woche schwimmen. *(Krachttraining vormt sowieso de basis voor alles. Daarnaast zou je één keer per week kunnen gaan zwemmen.)*
- Lara:** Schwimmen mag ich leider gar nicht. Was empfehlst du noch? *(Zwemmen vind ik helaas helemaal niets. Wat raad je nog meer aan?)*
- Jan:** Hast du denn als Kind Sport gemacht? *(Heb je als kind aan sport gedaan?)*
- Lara:** Bis ich 18 war habe ich sehr viel Tennis gespielt. Wieso? *(Tot mijn achttiende heb ik heel veel tennis gespeeld. Waarom?)*

- Jan:** Sportarten, die du als Kind gemacht hast, sind oft am besten. Ich habe früher zum Beispiel Basketball und Boxen gemacht. *(Sporten die je als kind hebt gedaan, zijn vaak het beste om weer op te pakken. Ik deed vroeger bijvoorbeeld basketbal en boksen.)*
- Lara:** Und das machst du immer noch? *(En doe je dat nog steeds?)*
- Jan:** Ja, genau. Beides macht mir immer noch so viel Spaß wie früher und es trainiert meine Ausdauer. *(Ja, precies. Beide vind ik nog steeds even leuk als vroeger en het verbetert mijn uithoudingsvermogen.)*
- Lara:** Okay, ich verstehe. Dann schaue ich mal, ob ich noch meinen Tennisschläger habe. *(Oké, ik snap het. Dan kijk ik even of ik mijn tennisracket nog heb.)*
- Jan:** Das ist perfekt. Mach das zusätzlich zu unseren Einheiten ein- bis zweimal pro Woche! *(Dat is perfect. Doe dat naast onze sessies één à twee keer per week!)*

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

**1-b 2-d**