

## A1.40 Sport und Bewegung

*Sport en beweging*

<https://app.colanguage.com/nl/duits/leerplan/a1/40>



<b>Der Ball</b>	<i>(de bal)</i>	<b>Das Training</b>	<i>(de training)</i>
<b>Der Basketball</b>	<i>(de basketbal)</i>	<b>Sport machen</b>	<i>(sporten)</i>
<b>Das Gewicht</b>	<i>(het gewicht)</i>	<b>Fahrrad fahren</b>	<i>(fietsen)</i>
<b>Der Fußball</b>	<i>(het voetbal)</i>	<b>Fit sein</b>	<i>(fit zijn)</i>
<b>Das Tennis</b>	<i>(het tennis)</i>	<b>Joggen</b>	<i>(joggen)</i>
<b>Die Leichtathletik</b>	<i>(de atletiek)</i>	<b>Laufen</b>	<i>(lopen)</i>
<b>Das Boxen</b>	<i>(boksen)</i>	<b>Mitkommen</b>	<i>(meekomen)</i>
<b>Das Karate</b>	<i>(karate)</i>	<b>Schwimmen</b>	<i>(zwemmen)</i>
<b>Das Turnen</b>	<i>(turnen)</i>	<b>Tanzen</b>	<i>(dansen)</i>
<b>Der Sport</b>	<i>(de sport)</i>		

### 1. Dialog: Sport und Training mit 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 empfiehlst 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!)*

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

1-d 2-c

## 2. Grammatica: Bijwoorden van frequentie

Leer hoe je met woorden als „altijd“, „vaak“ of „nooit“ over frequenties kunt praten.



- Bijwoorden van frequentie staan achter het vervoegde werkwoord.

Adverb (Bijwoord)	Beispiel (Voorbeeld)
<b>Immer</b> (Altijd)	Ich mache <b>immer</b> Sport am Wochenende. (Ik sport altijd in het weekend.)
<b>Fast immer</b> (Bijna altijd)	Sie geht <b>fast immer</b> ins Fitnessstudio. (Zij gaat bijna altijd naar de sportschool.)
<b>Oft</b> (Vaak)	Wir spielen <b>oft</b> Basketball nach der Schule. (We spelen vaak basketbal na school.)
<b>Manchmal</b> (Soms)	Er schwimmt <b>manchmal</b> im See. (Hij zwemt soms in het meer.)
<b>Selten</b> (Zelden)	Ich tanze <b>selten</b> , aber ich mag es. (Ik dans zelden, maar ik vind het leuk.)
<b>Fast nie</b> (Bijna nooit)	Wir spielen <b>fast nie</b> Tennis. (We spelen bijna nooit tennis.)
<b>Nie</b> (Nooit)	Ich gehe <b>nie</b> boxen. (Ik ga nooit boksen.)

- Im Winter laufe ich \_\_\_\_\_ drinnen auf dem Laufband.  
 a. *immern*    b. *immer*    c. *immer ich*    d. *ich immer*
- Nach der Arbeit spiele ich \_\_\_\_\_ mit meinen Kollegen Fußball.  
 a. *oft*    b. *manchmal ich*    c. *ofts*    d. *immer*
- Ich mache \_\_\_\_\_ Boxen, aber ich finde es interessant.  
 a. *fast nie*    b. *fast immer*    c. *nie fast*    d. *selten fast*
- 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.Oefeningen

#### 1. E-Mail



Je krijgt een e-mail van een fitnessstudio over een nieuwe sportles na het werk en moet antwoorden of je mee wilt doen en hoe vaak je sport.

**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

**Schrijf een passende reactie:** *ich möchte gern am ... teilnehmen. / ich mache oft/manchmal/nie ... / Dienstag/Donnerstag ist gut für mich, weil ...*

#### 2. Koppel elk begin aan het juiste einde.

- |                           |                                  |
|---------------------------|----------------------------------|
| 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:** Na het werk ga ik vaak hardlopen in het park. **2-d:** We spelen zaterdag altijd voetbal bij de club. **3-a:** Ik zwem soms voor het werk in het zwembad. **4-c:** Ga je vanavond mee naar de karatetraining?

#### 3. Kies de juiste oplossing

- |  |  |
|--|--|
| 1. Nach der Arbeit bin ich oft müde, aber gestern _____ ich trotzdem joggen gewesen.                   | (Na het werk ben ik vaak moe, maar gisteren ben ik toch gaan joggen.)                                    |
| a. bin      b. bist      c. war      d. habe   |  |
| 2. Am Wochenende _____ wir oft Fußball gespielt, aber letztes Jahr _____ wir fast nie Tennis gespielt. | (In het weekend hebben we vaak voetbal gespeeld, maar vorig jaar hebben we bijna nooit tennis gespeeld.) |
| a. haben / haben      b. sind / sind      c. hat / haben      d. haben / seid                          |  |

3. Ich \_\_\_\_\_ manchmal im Hallenbad, aber  
mein Kollege \_\_\_\_\_ nie. *(Ik zwem soms in het binnenzwembad, maar mijn collega zwemt nooit.)*
- a. schwimmt / schwimmt      b. schwimmst / schwimmt  
c. schwimme / schwimmt      d. schwimme / schwimmen
4. Wir \_\_\_\_\_ morgens oft im Park und unsere  
Nachbarin \_\_\_\_\_ manchmal mit. *(We lopen 's ochtends vaak in het park en onze buurvrouw komt soms mee.)*
- a. läuft / kommen      b. laufen / kommen      c. laufen / kommt  
d. lauft / kommt
1. bin 2. haben / haben 3. schwimme / schwimmt 4. laufen / kommt

## 4. Voltooi de dialogen

### a. Nach der Arbeit ins Fitnessstudio

- Kollegin Jana:** *Hey Thomas, ich gehe heute nach der Arbeit joggen, kommst du mit?* *(Hé Thomas, ik ga vanavond na het werk hardlopen, ga je mee?)*
- Thomas:** 1. \_\_\_\_\_ *(Hm, hardlopen is niet echt mijn ding, maar ik wil wel weer fit worden.)*
- Kollegin Jana:** *Dann komm doch mit ins Fitnessstudio, da mache ich Training mit Gewichten.* *(Kom dan mee naar de sportschool, daar train ik met gewichten.)*
- Thomas:** 2. \_\_\_\_\_ *(Goed idee, ik ga mee en we sporten samen.)*

### b. Schwimmkurs fürs Kind in der Schwimmhalle

- Mutter Anna:** *Guten Tag, mein Sohn ist sieben Jahre alt, ich möchte ihn zum Schwimmen anmelden.* *(Goedendag, mijn zoon is zeven jaar, ik wil hem graag voor zwemles inschrijven.)*
- Mitarbeiter im Sportzentrum:** 3. \_\_\_\_\_ *(Graag, we hebben zwemtrainingen op dinsdag en donderdag.)*
- Mutter Anna:** *Das ist gut, er macht noch keinen Sport und ich finde Schwimmen wichtig.* *(Dat is goed, hij doet nog geen sport en ik vind zwemmen belangrijk.)*
- Mitarbeiter im Sportzentrum:** 4. \_\_\_\_\_ *(Perfect, dan zit hij bij de cursus; hij leert zwemmen en blijft fit.)*

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. Oefen in tweetallen of met je docent.

1. Du bist in der Mittagspause mit Kolleginnen und Kollegen. Eine Kollegin fragt: „Machst du Sport?“ Antworte 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. Schrijf 4 of 5 zinnen en vertel op welke dagen je tijd hebt en welke sport je in een bedrijfssportgroep zou willen doen.**

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

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**4. Belangrijke werkwoorden**

	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	habt 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	