

Mit Maria laufen gehen



- 1 Du bist schon ewig nicht mehr joggen gegangen, aber mit Maria an deiner Seite ist es einfacher. Sie ist sportlich und lustig, also die perfekte Partnerin, um dich zu motivieren.
- 2 Du hältst tatsächlich dreißig Minuten durch und unterhältst dich dabei mit Maria. Es ist gut, wenn man nicht allein trainiert. Mit jemand anderem Sport zu machen motiviert.
- 3 Trotzdem ist es sehr anstrengend. Dir ist ganz heiß und du schwitzt extrem. Am Ende wirst du ein bisschen langsamer.
- 4 „Wow, was für ein schöner Tag für einen Lauf“, sagst du und wischst dir den Schweiß von der Stirn.
- 5 „Ich bin überrascht, dass ich mit dir mithalten kann“, sagt Maria und streckt die Arme in den Himmel.
- 6 „Wirklich?“, fragst du sie. „Ich habe versucht, mit dir mitzuhalten!“
- 7 „Ach was!“, antwortet Maria überrascht und lacht.

- 8 Du freust dich auf jeden Fall, dass du es geschafft hast, eine halbe Stunde ohne Pause zu joggen.
- 9 Ihr geht jetzt ganz gemütlich weiter. Auf der rechten Seite siehst du ein Schild, das den Weg zu einem See zeigt. Du warst noch nie an diesem See, aber du hast gehört, dass es dort sehr schön sein soll.
- 10 Einerseits hast du Lust, noch eine Runde zu schwimmen, andererseits tun deine Beine ziemlich weh. Es wäre auch toll, schnell nach Hause zu kommen und etwas zu schlafen. Was wirst du als Nächstes tun?

Optionen

- A Nach Hause gehen
- B Den See erkunden

HÖREN & VERSTEHEN

L1) HÖRVERSTEHEN

Höre und kreuze die richtige Antwort an.

1 Wie ist Maria?

- | | |
|--|---|
| ☐ A Sportlich und lustig | ☐ B Müde und langsam |
| ☐ C Streng und ernst | ☐ D Krank und schwach |

2 Wie lange hältst du durch?

- ☐ A Dreißig Minuten ☐ B Zehn Minuten
☐ C Eine ganze Stunde ☐ D Fünf Minuten

3 Was zeigt das Schild?

- ☐ A Den Weg zu einem See ☐ B Den Weg nach Hause
☐ C Den Weg zum Park ☐ D Den Weg zum Bahnhof

L2) RICHTIG ODER FALSCH?**1 Mit Maria ist das Joggen einfacher.**

- ☐ Richtig ☐ Falsch

2 Du joggst eine ganze Stunde ohne Pause.

- ☐ Richtig ☐ Falsch

3 Am Ende tun deine Beine ziemlich weh.

- ☐ Richtig ☐ Falsch

L3) MEHR FRAGEN

Kreuze die passende Antwort an.

1 Wie lange joggst du ohne Pause?

- ☐ A Eine halbe Stunde ☐ B Eine ganze Stunde
- ☐ C Nur zehn Minuten ☐ D Zwei Stunden

2 Was macht Maria, als sie sagt, dass sie mithalten kann?

- ☐ A Sie streckt die Arme in den Himmel ☐ B Sie setzt sich auf den Boden
- ☐ C Sie trinkt schnell Wasser ☐ D Sie geht allein nach Hause

3 Was möchtest du am Ende vielleicht noch tun?

- ☐ A Im See schwimmen gehen ☐ B Mit dem Bus fahren
- ☐ C Noch eine Stunde joggen ☐ D Maria nach Hause bringen

L4) WAS PASSIERT WANN?

Bringe die Sätze in die richtige Reihenfolge. Trage die Zahlen 1 bis 4 in die Kästchen ein.

- ☐ Du hältst dreißig Minuten durch.
- ☐ Du wischst dir den Schweiß von der Stirn.
- ☐ Ihr seht ein Schild zu einem See.
- ☐ Du gehst mit Maria joggen.

WORTSCHATZ & SCHREIBEN**W1) VOKABELN**

Schreibe das passende Wort neben die Definition (unten).



der Himmel



das Schild



die Beine



die Stirn



der See

a) Der Teil vom Kopf über den Augen

b) Damit gehst und läufst du

c) Viel Wasser in der Natur. Man kann darin schwimmen

d) Das ist über dir. Dort sind die Sonne und die Wolken

e) Es steht am Weg und zeigt dir die Richtung

W2) LÜCKENTEXT I

Fülle die Lücken mit Wörtern aus dem Kasten.

schwitzt motiviert joggen anstrengend

Du bist schon lange nicht mehr _____ gegangen. Aber mit Maria ist es einfacher, denn sie _____ dich. Nach dreißig Minuten ist es sehr _____. Dir ist ganz heiß und du _____ extrem. Der Schweiß läuft über deine Stirn.

W3) LÜCKENTEXT II



anstrengend Stirn Himmel schwitzt Beine Schild See
motiviert joggen

Am Wochenende will Tom zu einem _____ laufen. Seine Schwester _____ ihn, also gehen sie zusammen _____ . Der Weg ist lang und sehr _____. Tom _____ stark, und der Schweiß läuft über seine _____. Ein _____ zeigt den Weg zum Wasser. Bald tun seine _____ weh. Sie machen eine Pause und schauen in den blauen _____.