

3 Спорт – актывныій отдых

поговорить о видах спорта, о спортсменах и спортивных соревнованиях • рассказать о собственном отношении к спорту и о возможностях заниматься им • прослушать и понять спортивные комментарии • обсудить риск спорта для здоровья • поговорить о здоровом образе жизни

1 Сáни, парашóты, лы́жи, пálки.

a Укажите на фотографиях номер вида спорта.

- 1 альпинизм ■ 2 биатлон ■ 3 велоспорт ■ 4 грэбля ■
5 йога ■ 6 лыжный спорт ■ 7 парашютный спорт ■
8 плáвание ■ 9 прыжкí в высоту ■ 10 прыжкí с трамплина
■ 11 сáнний спорт ■ 12 сéверная ходьбá ■ 13 сёрфинг ■
14 фигúрное катáние ■ 15 шáхматы



b Сгруппируйте виды спорта.



b Какие высказывания относятся к какой фотографии в задании 1a.
Укажите буквы. Подчеркните затем качества этих спортсменов.

- 1 Шахматистам быстрая реакция не характерна.
2 Максим, известный прыгун с трамплина, умеет хорошо концентрироваться.
3 Саша не боится высоты. Он альпинист и поднимается на самые высокие горы.
4 Алиса известная фигуристка. Говорят, что быстрота её движений замечательна.
5 Гаяля в отличной спортивной форме. Она регулярно занимается северной ходьбой.
6 Парашютисты – мужественный народ. Они прыгают из самолёта и летают как птицы.

Г Опишите, что делают люди, которые занимаются названными в задании 1a видами спорта.

ходить (с чем)
кататься (на чём)
спускаться (с чего)

подниматься (на что)
прыгать (с чем / с чего)



Д Возьмите интервью у вашего партнера и представьте результат группе.

Чем вы хотели бы заниматься? Почему?

Чем вы ни за что не занимáлись бы? Почекмú?

Каким видом спорта вы занимались в детстве, юности или в студенческие годы?

ненавидеть
опасно, скучно, ...
любить опасность

бóяться
мне (не) страшно
слишком осторожный

терпеть не могу́ (мог/lá)
не хватает мўжества / си́лы
не занимáлся / -лась ни, ни ...

AB 1-2

2 Звёзды спорта.

а Найдите объяснение этим словам. Соедините.

- 1 трéнер
 - 2 медáль
 - 3 комáнда
 - 4 чемпиóн
 - 5 чемпионáт
 - 6 чемпиónка
 - 7 олимпийские йгры / олимпиáда

- а** гру́ппа спортсмéнов
 - б** ви́ды соревновáний
 - в** тренирóует спортсмéнов
 - г** зáнял/á пéрвое мéсто в соревновáнии
 - д** золотóй, серéбряный или бróнзовыи предмéт



6 Спросите вашего партнёра о спортсмене / спортсменке.
Один из вас работает с этой страницей, другой со страницей 70.
Запишите информацию.

GR 13.2 Kasusgebrauch nach Zahlen



Ларыса Латыніна
спортівная гімнастыка
олімпіады: чэмпіонка в 1956, 1960 и 1964 годах
всего: 9 золотых, 5 серебряных олимпийских
медалей и 4 бронзовые
чемпионаты мира и Европы по спортивной
гимнастике с 1954 по 1962 гг.: 14 золотых медалей
с 1968 по 1976 гг. тренер олимпийской команды по
гимнастике



Альберт Демченко

Каким видом спорта он / она ...?
Он / она участвовал/а в ...?
Какие медали он / она ...?

Он / онá стáла чемпиóном / чемпиóнкой ...?
Чем ... послé актíвной спорти́вной карье́ры?

АВ 3-4 **В** Подготóвьте презентáцию о ваших любимых спортсмéнах или клубах.

3 На старт, внимание, марш!

- a** Прослушайте разговор и отмечьте, о каких соревнованиях идет речь. Укажите затем, к каким из них относятся эти выражения.

a забыть гол ■ **b** подходить к фишишу ■ **v** подъезжать к фишишу
г выиграть / проиграть (напр. 3:2)

- | | | | | | | | | |
|----------|--------------|--------------------------|----------|----------------------------|--------------------------|----------|-----------------|--------------------------|
| 1 | велогонка | <input type="checkbox"/> | 3 | соревнование по плаванию | <input type="checkbox"/> | 5 | теннисный матч | <input type="checkbox"/> |
| 2 | лыжная гонка | <input type="checkbox"/> | 4 | чемпионат Европы по гребле | <input type="checkbox"/> | 6 | футбольный матч | <input type="checkbox"/> |

- б** Прослушайте разговор еще раз и отмечьте, что правильно.



- 1** Токарева заняла третью место по плаванию.
2 Футбольный клуб Динамо проиграл матч у Зенита.
3 Динамо сохранил свой шанс стать чемпионом по футболу.
4 Соломатин не забил гол в Динамо.
5 В велогонке первое место занял Иванов.

- в** Соедините, как можно сказать, если ...

- 1** nichts zu hören ist.
2 Sie sich riesig freuen.
3 Sie jemanden anfeuern.
4 jemand nicht lärmend soll.
5 Sie das nicht erwartet haben.

- а** Ура!
б Не шуми!
в Ничего не слышно.
г Я этого не ожидал.
д Давай, давай! Вперед!

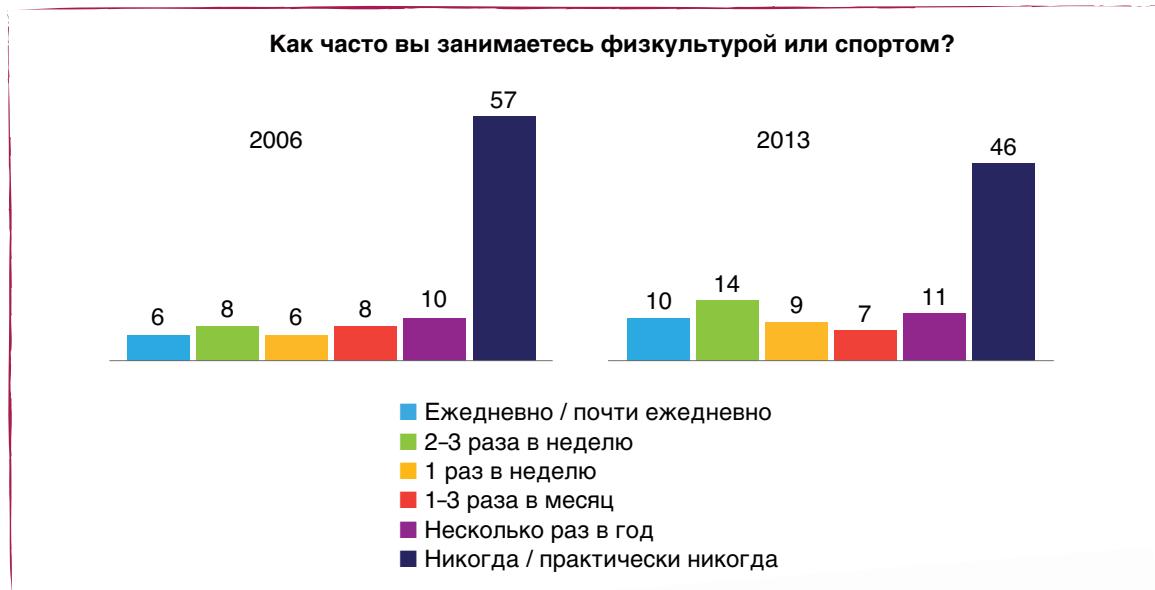
- г** На следующий день Саша из задания За звонит Диме. Прочитайте и дополните: Что Дима может спросить о спортивной передаче? Что отвечает Саша?

- Дима, привет. Это Саша говорят.
Почему ты вчера не пришёл?
- А, Саша. Я тебе тоже хотел позвонить. Я сломал себе руку.
- Ужас! Как это случилось?
- Был на тренировке. Тренировался вместе с Антоном. Вдруг я упал.
Антон отвёз меня к врачу. Мне было очень обидно, что не смог к вам прийти. Слушай, ты не в курсе, кто победил в велогонке?

- ...
 ● Здорово, что Зенит выиграл!
- Здорово? Ты знаешь, как Толя кричал и ругал свою команду.
Он же болельщик Динамо. Ладно, хватит об этом. Я тебе ещё позвоню.
Выздоравливай!
- Постараюсь. Передай привет другим.
- Передам. Счастливо!

4 Популярность спорта.

a Опишите диаграмму.



Статистика показывает, что 6% ...
По сравнению с 2006-м годом в ...

В ... году больше / меньше людей ...
Количество людей, которые ..., намного выше ...

b Сделайте выводы на основе диаграммы. Закончите предложения.

Можно сказать, что популярность спорта ...
Кажется, что положение ... к лучшему / худшему.
Я считаю, что всё-таки слишком мало / много людей ...

c Выберите один пункт и расскажите.

- 1 Вы занимаетесь спортом? Если да, то как часто, если нет, то почему?
- 2 Какие возможности заниматься спортом есть в вашем городе?
- 3 Вы занимались бы спортом, если бы вместе с вами занимались друзья?

времени не хватает
одному / однажды скучно
целый ряд возможностей
возможностей никаких нет

дисциплины / силы вошли не хватает
вдвое / втрой / в компании веселее
быть членом спортивного клуба – это большое удовольствие
мой спорт – играть с детьми

d Вставьте нужный глагол и приведите ещё один пример.

бежать / держать / ловить / поймать

- 1 Если внук бежит за кошкой, я _____ за ним.
- 2 Ура! Сейчас бросил сыну мяч, и он _____ его!
- 3 Когда девочка катается на коньках, я _____ её за руку.
- 4 Сын любит играть в футбол, а я всегда стою в воротах и _____ мяч.
- 5 _____

5 Чéстный и здорóвый спорт.

a Прочитáйте зáписи. Отмéтьте, к комú отnосятся выскáзыvания.

Валентíна

| |
|--|
| |
| |
| |
| |
| |

Сергéй

| |
|--|
| |
| |
| |
| |
| |

Анатóлий

| |
|--|
| |
| |
| |
| |
| |

человéк, кóтóрый ...

чéстно тренируéтся.
бóрется с дóпингом.
обижáется на спортсмéнов.
никогда не применял дóпинг.
забóтится о здорóвье спортсмéнов.

GR 6.8, 9.5
Negativpronomen
Negativadverbien



Валентина К.
Иркутск

Раньше смотрела почти все велогонки и передачи по плаванию, лёгкой атлетике, зимним видам спорта и даже ездила на соревнования. Думала, какие молодцы, борются до конца. А оказалось, многие из них достигали своих результатов только с помощью допинга. Они же обманывают себя и других! Вот теперь уже никуда не езжу.

Анатолий С.
Краснодар

Часто люди говорят о спортсмене, достигающем отличных результатов, что он точно применяет допинг. Меня это очень обижает. Не скажу, что нет таких спортсменов, но они меньшинство. Большинство всё-таки честно борется за медали. Иван Кузнецов, наш бывший тренер, работавший с нами много лет, всегда говорил: «Чего достигнешь не собственными силами, не стоит ни копейки». За все эти годы, которые я тренируюсь в нашей секции, ни один из наших спортсменов не применял допинг.

Сергей Б.
Пермь

Требования в спорте всё растут и растут. Чтобы иметь успех – а за успехом, как правило, стоят большие деньги – нужно бегать быстрее, прыгать выше, бросать дальше других. Пока стремятся к новым и новым рекордам, будут принимать допинг. А с этим мы решительно должны бороться. Нужно открыто говорить о рисках для здоровья спортсменов, принимающих такие средства. Ведь умер от них не один спортсмен.

б Подчérкните в тéкстах похóжие по смы́слу предложéния.

- ... о спортсмéнах, кóтóрые достиgáют отличных результаtов.
- ... для здорóвья спортсмéнов, кóтóрые принимáют такíе сréдства.
- ... трéнер, кóтóрый рабóтал с нáми много лет, всегда говорýl:

GR 8.11.1
Partizipien
Präs. und Prät. aktiv

в Напишите на карточки глагóлы, подходáющие для описáния рисунка в задáнии 3б. Образуйтe причáстия (Partizipien) и опишите с их помошью рисунок и людéй на нём.

входить

сесть

ВходяЩая в комнату женщина ...

Севшая рядом с мужчиной девушка ...

г Найдите в тéкстах соотвéтствующие выражéния и вставьте «не» или «ни».

nicht nur ein ____ одíн

kein einziger ____ одíн

1 Он выиграл ____ однú медáль.

3 Нас обижáли ____ одín раз.

2 Он не победíл ____ одногó ráза.

4 Онá ____ ráзу никого не обманúла.

д Подчérкните в зáписях в 5а основные идéи. Расскажите, с какýми из них вы соглáсны или не соглáсны. Обоснóйте вáшу тóчку зréния.

6 Здорóвье – это не тóлько спорт.



- a** Выберите три оборота. Найдите в словаре выделенные слова и объясните их вашему партнёру своими словами.

- крёпкий сон отдых и кэмпинг увлечёние спортом
 спортивная неудача борьба наркотикам вызвать удивление

- б** Прочитайте письмо. Отметьте в задании ба темы, о которых идёт речь.

Привет Маша!

Очень жаль, что вы с Андрюшой не смогли пойти с нами в спортивный комплекс на День открытых дверей. Было очень интересно! Девочки и мальчики различных секций показывали, что они умеют. Наде очень понравилось, что во всём можно было участвовать. Она и бегала, 5 и прыгала, бросала мяч, играла в бадминтон. Честно, я удивилась, как хорошо у неё всё получается. В восторге она осталась от спортивных гимнасток. Их упражнения она смотрела с открытым ртом – сальто, шпагаты, прыжки – и сразу захотела записаться в эту секцию! На 10 мой вопрос, не боится ли она таких прыжков, говорит, что тут нет ничего страшного. «Най-чуть». Представляешь? Вот и записали её. Пусть она ходит на тренировки. Может, она увлечётся спортивной гимнастикой. Кто знает?

Кстати, в этом спорткомплексе предлагают занятия не только для детей. Там есть и кружки 15 для женщин: аэробика, йога, северная ходьба и многое другое. Список кружков у меня есть. Подумай, может, тоже пойдём заниматься? Мне в принципе всё равно, чем, но было бы неплохо побольше двигаться.

А, и ещё. В кафе комплекса, куда мы зашли поесть, была небольшая выставка «Здоровое питание». Производители биопродуктов из нашего региона привезли свои овощи, фрукты, 20 молочные и другие изделия, которые можно было попробовать. В кафе приготовили блюда из этих продуктов. Ничего не скажешь, было вкусно. Рецепты, а также каталог биопродуктов и магазинов, в которых они продаются, можно было взять с собой. Интересная вещь!

Когда уже выходили из комплекса, увидели, что один наш питерский футболист – не помню, 25 его имени – давал автографы. Надя решила, что нужно взять один для Андрюши. Фотокарточка теперь ждёт его у нас дома. Когда приедете, заходите к нам. Поговорим, посмотрим программу спортивных занятий, список секций. Может, Андрюша тоже чем-то заинтересуется. Ладно. На этом ставлю точку.

Пока отдыхайте.
С горячим приветом!
Лена

- в** Отметьте, какие предположения вы считаете правильными.

- 1 У Нади спортивный талант.
2 Лёне не очень нравится, что дочка интересуется спортивной гимнастикой.
3 Лёна, наверное, выберет для себя курсы йоги.
4 Лёна в будущем хочет покупать биопродукты местных производителей.
5 Андрюша является болельщиком санкт-петербургского футбольного клуба.

| | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|

- г** Ответьте от имени Марии на письмо Лены. Остановитесь на вопросах:

- 1 Находите ли вы информацию о Дне открытых дверей интересной? Почему?
2 Можете ли вы представить себе пойти в спортивный кружок? В какой и почему?
3 Как вы относитесь к биопродуктам?
4 Чем вы занимаетесь в настоящее время в отпуске?

О чём говорят: «Спорт довольно специфический»

Подготовка

a Подберите синонимы.

- | | | | |
|---|----------|---|--------------------|
| 1 | травма | а | друг |
| 2 | сниться | б | оценка |
| 3 | отметка | в | чувство |
| 4 | приятель | г | видеть во сне |
| 5 | ощущение | д | (например) перелом |



b Вспомните родственные глаголы и переведите с их помощью существительные.

- | | | |
|---|-------------|-------|
| 1 | падение | _____ |
| 2 | достижение | _____ |
| 3 | зависимость | _____ |

Понимание



b Прослушайте интервью. Отметьте слова, которые в нём встречаются.

- | | | | | | | | | | |
|--------|--------------------------|---------|--------------------------|----------|--------------------------|-----------|--------------------------|-------------------|--------------------------|
| полёт | <input type="checkbox"/> | допинг | <input type="checkbox"/> | палка | <input type="checkbox"/> | инвалид | <input type="checkbox"/> | мужество | <input type="checkbox"/> |
| авария | <input type="checkbox"/> | чистота | <input type="checkbox"/> | наркотик | <input type="checkbox"/> | атмосфера | <input type="checkbox"/> | несчастный случай | <input type="checkbox"/> |

g Закончите предложения.

- | | | | |
|---|-------------------------------------|---|--|
| 1 | В школе гордились | а | я ждал выздоровления. |
| 2 | В прыжки с трамплина | б | я чувствую себя счастливым. |
| 3 | Близкие переживали, а | в | я попал совершенно случайно. |
| 4 | Когда мне удаётся как-то им помочь, | г | спортивными достижениями своего ученика. |

d Прослушайте интервью ещё раз и отметьте, что правильно.

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| 1 | Друзья были в шоке от того, что ... | <input type="checkbox"/> |
| а | тренер прыгунов пригласил их на тренировку. | <input type="checkbox"/> |
| б | Георгий упал, когда он на лыжах спускался с горы. | <input type="checkbox"/> |
| 2 | Георгий решил, что необходимо учить иностранные языки, потому что ... | <input type="checkbox"/> |
| а | из других спортсменов никто не говорил по-русски. | <input type="checkbox"/> |
| б | он влюбился во французскую спортсменку, а общаться с ней было трудно. | <input type="checkbox"/> |

e Ответьте на вопросы.

- | | |
|---|---|
| 1 | Почему Георгий не бросил тренировки после пары-тройки недель, как его друзья? |
| 2 | Что Георгию снится до сегодняшнего времени? |
| 3 | Почему он ждал быстрого выздоровления после травм? |

Обсуждение

ж Выберите одну тему и поговорите.

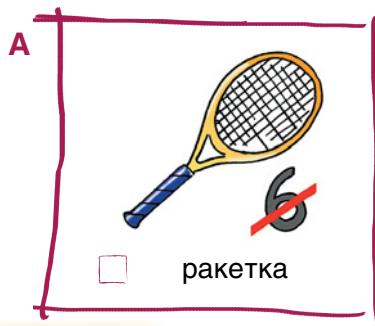
- | | |
|---|--|
| 1 | После серьёзной травмы врачи Георгию запретили прыгать с трамплина. Почему, по вашему мнению, он так сильно переживал из-за этого? |
| 2 | Что вы думаете о работе Георгия со спортсменами-инвалидами? |
| 3 | Бывали ли вы в таких ситуациях, когда вам очень хотелось чем-то заниматься, но вам по каким-то причинам этого было нельзя? |

О чём пишут: «Фитнес для ума»

Подготовка

a Подберите подходящее слово к примерам. Укажите цифру.

- 1 головоломка 2 скороговорка 3 ребус



B

Я бросаю,
он летит,
точно знаю, прилетит,
потому что он всегда
возвращается,
где я.

(6)ymēpā(r)

B

Черепашка,
не скучая,
час сидит за
чашкой чая.

Понимание

b Подчеркните в тексте русские эквиваленты.

- | | | | |
|--------------|-------------|------------|---------------------|
| 1 Damespiel | 3 Ausdauer | 5 Gegner | 7 Auffassungsgabe |
| 2 Backgammon | 4 Denkweise | 6 Benehmen | 8 schwangere Frauen |

b Ответьте на вопросы.

- 1 Чему учат игры? 2 Почему важно уметь проигрывать?

Обсуждение



g Обсудите вопросы (1, 2) и решите задание (3).

- 1 Какие настольные игры вы знаете и любите?
- 2 Какие недостатки и преимущества есть в настольных играх или загадках?
- 3 Придумайте какую-нибудь головоломку, скороговорку или анаграмму.



Шашки

- настольная игра для 2 партнеров
- шахматная доска
- по 12 светлых и темных круглых фигур

Каждый из нас хотя бы один раз в жизни играл в настольные игры или разгадывал кроссворды. Говорят – это тоже спорт, умственный.

Такие игры как, например, шахматы, домино, нарды или шашки известны с древних времён и до сих пор не потеряли своей популярности.

Ни для кого не секрет, что многие настольные и ролевые игры развивают логику, усидчивость, наглядно-образное мышление, сообразительность, тренируют память. При этом не нужны ни физическая подготовка, ни специальное оборудование или помещение.

Многие родители, бабушки и дедушки с удовольствием учат детей своим любимым играм и гордятся их успехами. Кстати, смысл таких игр заключается также в том, что они учат и проигрывать и выигрывать, вырабатывая стратегию поведения в таких ситуациях. Жизнь ведь полна как успехов, так и неудач!

Интересно отметить, что разгадывать кроссворды, анаграммы, сканворды или судоку любят не только пожилые люди, но и беременные женщины. Многие из них утверждают, что головоломки подобны йоге, помогают забывать проблемы. При этом нет соперника, который может победить, или команды, недовольной результатом.



5

10

15

20

Quellenverzeichnis

Cover: Frauen, Tundra © Thinkstock/iStock;
Basilika © Thinkstock/Hemera
Seite 6: alle Fotos oben © Florian Bachmeier; unten von links
© Thinkstock/Stockbyte/Brand X Pictures; © Thinkstock/
iStock/Sandra Gligorijevic; © Shutterstock.com/llike
Seite 9: alle Fotos © iStock/mevans
Seite 10: © PantherMedia/BlueOrange Studio
Seite 12: © Thinkstock/Stockbyte/George Doyle
Seite 21: Mann © Thinkstock/iStock/Valueline;
Frau © Maxim Gatskov
Seite 22: A © iStock/technotr; B © Thinkstock/iStock/
Jacek Chabraszewski; B © fotolia/PerlenVorDieAugen;
Г © Thinkstock/iStock/Wildcow; Д © Thinkstock/iStock/
Suprijono Suharjoto; E © Thinkstock/iStock/rcaucino
Seite 23: oben © dpa Picture-Alliance; unten © dpa Picture-
Alliance/SVEN SIMON
Seite 28: © Olaf Hamann, Berlin
Seite 29: oben © Thinkstock/iStock; unten © Thinkstock/
iStock/ahmet ercan senkaya
Seite 30: 1, 3, 4 © Thinkstock/iStock; 2 © Thinkstock/iStock/
Oleksiy Mark
Seite 35: © iStock/Beano5
Seite 36: © Аваков Ю.Г. / Гарусс-Принт (Avakov J.G./
Garuss-Print)
Seite 37: Tablet © iStock/Hocus Focus; Foto im Tablet
© Olaf Hamann, Berlin
Seite 38: © ullstein bild/TopFoto
Seite 39: alle Fotos © Olaf Hamann, Berlin
Seite 40: © Olaf Hamann, Berlin
Seite 41: alle Fotos © Olaf Hamann, Berlin
Seite 44: © Thinkstock/gloock
Seite 45: Ikone © Thinkstock/Hemera/Sibrikov Valery;
Schatulle © Thinkstock/Hemera/Shlomo Polonsky
Seite 47: © Olaf Hamann, Berlin
Seite 48: © Thinkstock/Arkady Chubykin
Seite 49: © Thinkstock/iStock/marlenka
Seite 52: © Olaf Hamann, Berlin
Seite 54: Logos mit freundlicher Genehmigung von
© Gruppa Gaz; © AgroHolding Kuban; © MegaFon;
© Sberbank; © Lukoil; © Pjaterotschka - X5 Retail Group
N.V.; © Uralmaschzawod

Seite 57: © iStock/Fertnig
Seite 58: © Thinkstock/iStock/subemontes
Seite 59: oben © Olaf Hamann, Berlin; unten © Glow Images/
Fine Art Images
Seite 60: Hörtext © Аваков Юрий Гарриевич
(Avakov Jurij Garrjewitsch); Foto © Dr. Irina Augustin
Seite 61: © Shutterstock.com/AlenVL
Seite 62: © fotolia/juan35mm
Seite 63: © Thinkstock/iStock/Kacharava
Seite 64: oben © Olaf Hamann, Berlin;
unten © Shutterstock.com/De Visu
Seite 65: © Dr. Irina Augustin
Seite 66: © Shutterstock.com/Pavel L Photo and Video
Seite 67: © Olaf Hamann, Berlin
Seite 68: © Shutterstock.com/Oleg Pchelov
Seite 69: © Shutterstock.com/Ocskay Bence
Seite 70: oben © dpa Picture-Alliance; unten © dpa Picture-
Alliance/SVEN SIMON
Seite 71: © imago/ITAR-TASS
Seite 103: links © iStock/LuminaStock; rechts © Thinkstock/
iStock/jozef sedmak
Seite 105: © Olaf Hamann, Berlin
Seite 122: A © Thinkstock/iStock/scholes1; B © fotolia/
Andrey_Arkusha; B © Thinkstock/iStock/Dmitry Maslov;
Г © Thinkstock/iStock/joshuaraineyphotography
Seite 127: © Thinkstock/iStock/YuriyS
Seite 130: oben © Olaf Hamann, Berlin; unten © Thinkstock/
iStock/fotojagodka
Seite 131: alle Fotos © Swerdlowski oblastnoi kraevedscheski
musei. Text: Tatjana Mosunowa; Bilder: Michail
Scherschniew
Seite 135: © Thinkstock/iStock/Mikhail Kondrashov
Seite 138: © Olaf Hamann, Berlin
Seite 144: © iStock/Gannet77
Seite 155: © Dr. Irina Augustin

Illustrationen: Bettina Kumpe, Braunschweig