



A1.40 Sports et exercice

- Lerne die Sportarten
- Sprich über die Sportarten, die du betreibst.

Le stade	<i>(das Stadion)</i>	Le ski	<i>(der Skisport)</i>
Le match	<i>(das Spiel)</i>	Faire de la course à pied	<i>(laufen (joggen))</i>
Le football	<i>(der Fußball)</i>	Jouer au tennis	<i>(Tennis spielen)</i>
Le rugby	<i>(der Rugby)</i>	Être sportif (sportive)	<i>(sportlich sein)</i>
Le basketball	<i>(der Basketball)</i>	Gagner	<i>(gewinnen)</i>
Le handball	<i>(der Handball)</i>	Perdre	<i>(verlieren)</i>
Le judo	<i>(das Judo)</i>		

1. Dialog: Madame Richard demande des conseils à son médecin pour perdre du poids.

Médecin:	Bonjour Madame Richard, comment allez-vous ?	<i>(Guten Tag, Frau Richard. Wie geht es Ihnen?)</i>
Madame Richard:	Ça va, docteur, mais je voudrais perdre un peu de poids.	<i>(Es geht, Herr Doktor, aber ich möchte ein wenig abnehmen.)</i>
Médecin:	Je vous conseille de marcher : au moins trente minutes par jour.	<i>(Ich empfehle Ihnen zu gehen: mindestens dreißig Minuten pro Tag.)</i>
Madame Richard:	Ça suffit pour perdre du poids ?	<i>(Reicht das aus, um abzunehmen?)</i>
Médecin:	C'est déjà très bien. Vous pouvez aussi commencer la musculation.	<i>(Das ist schon sehr gut. Sie können auch mit Krafttraining anfangen.)</i>
Madame Richard:	Combien de fois par semaine ?	<i>(Wie oft pro Woche?)</i>
Médecin:	Deux ou trois fois par semaine, c'est bien.	<i>(Zweimal oder dreimal pro Woche ist gut.)</i>
Madame Richard:	D'accord, merci !	<i>(In Ordnung, danke!)</i>

1. Quel conseil le médecin donne-t-il en premier ?
 - a. Marcher trente minutes par jour
 - b. Faire du judo
 - c. Aller au stade pour un match
 - d. Jouer au tennis
2. Combien de fois par semaine le médecin recommande-t-il la musculation ?
 - a. Une fois par semaine
 - b. Tous les jours
 - c. Deux ou trois fois par semaine
 - d. Une fois par mois

1-a 2-c



2. Grammatik: Das passé composé mit "être"

Das passé composé wird verwendet, um über abgeschlossene Handlungen in der Vergangenheit zu sprechen.

1. Im passé composé verwendet man das Hilfsverb "être" bei Bewegungsverben (z. B. : venir -> "je suis venu/e") und bei reflexiven Verben (z. B. : se réveiller -> "je me suis réveillé/e").
2. Mit dem Hilfsverb "être" stimmt das Partizip Perfekt in Genus und Numerus mit dem Subjekt überein. (Man fügt "**e**" im Femininum hinzu, "**s**" im maskulinen Plural und "**es**" im femininen Plural).

Être (sein)	Exemples : Être + participe passé au masculin (Beispiele: Être + Partizip Perfekt im Maskulinum)	Exemples : Être + participe passé au féminin (Beispiele: Être + Partizip Perfekt im Femininum)
Je suis (Ich bin)	Je suis allé au judo. (Ich bin zum Judo gegangen.)	Je suis allée au judo. (Ich bin zum Judo gegangen.)
Tu es (Du bist)	Tu es venu chez moi. (Du bist zu mir nach Hause gekommen.)	Tu es venue chez moi. (Du bist zu mir nach Hause gekommen.)
Il/Elle/On est (Er/Sie/Man ist)	Son frère est rentré du match. (Seine Bruder ist vom Spiel zurückgekommen.)	Sa sœur est rentrée du match. (Seine Schwester ist vom Spiel zurückgekommen.)
Nous sommes (Wir sind)	Nous sommes sortis dans le jardin. (Wir sind in den Garten gegangen.)	Nous sommes sorties dans le jardin. (Wir sind in den Garten gegangen.)
Vous êtes (Ihr/Sie seid/sind)	Vous êtes arrivés au restaurant. (Ihr seid im Restaurant angekommen.)	Vous êtes arrivées au restaurant. (Ihr seid im Restaurant angekommen.)
Ils/Elles sont (Sie sind)	Les joueurs sont entrés dans le stade. (Die Spieler sind ins Stadion gegangen.)	Les joueuses sont entrées dans le stade. (Die Spielerinnen sind ins Stadion gegangen.)

1. Je _____ au stade après le travail.
 a. suis allé b. suis allée c. est allé d. ai allé
2. Marie _____ au match de football samedi.
 a. sont venue b. est venue c. a venu d. est venu
3. Nous _____ après le match.
 a. êtes rentrés b. avons rentré c. sommes rentré d. sommes rentrés
4. Elles _____ au club de judo à 18 h.
 a. sont arrivées b. sont arrivés c. sont arrivée d. ont arrivées

1. suis allé 2. est venue 3. sommes rentrés 4. sont arrivées



3. Grammatik: Das Passé composé mit "avoir".

Das Passé composé wird verwendet, um über vergangene Handlungen zu sprechen, die abgeschlossen sind.

1. Das Passé composé wird hauptsächlich mit dem Hilfsverb "avoir" gebildet.
2. Mit dem Hilfsverb „avoir“ verändert sich das Partizip Perfekt nicht, aber es stimmt in Genus und Numerus mit dem direkten Objekt (COD) überein, wenn dieses **vor** dem Verb steht. (Man fügt „e“ im Femininum, „s“ im Maskulinum Plural und „es“ im Femininum Plural hinzu.)

Avoir (Haben)	Exemples Avoir + participe passé (Beispiele: avoir + Partizip Perfekt)
J' ai (Ich habe)	J' ai pensé à toi hier. (Ich habe gestern an dich gedacht.)
Tu as (Du hast)	Tu as gagné les courses. (Du hast die Rennen gewonnen.)
Il/Elle/On a (Er/Sie/Man hat)	Elle a marqué deux buts. (Sie hat zwei Tore geschossen.)
Nous avons (Wir haben)	Nous avons couru ce matin. (Wir sind heute Morgen gelaufen.)
Vous avez (Ihr/Sie habt/haben)	Vous avez perdu le match. (Ihr/Sie habt/haben das Spiel verloren.)
Ils/Elles ont (Sie haben)	Elles ont mangé une pomme (Sie haben einen Apfel gegessen.)

1. Après le travail, j'_____ joué au tennis avec mon collègue.
 a. as b. a c. suis d. ai
2. Tu _____ perdu le match hier au stade.
 a. avais b. es c. as d. a
3. Nous _____ couru 30 minutes ce matin.
 a. sommes b. avez c. ont d. avons
4. Elles _____ gagné le match de handball.
 a. sont b. avez c. a d. ont

1. ai 2. as 3. avons 4. ont

4. Übungen

1. Ordne jeden Anfang mit dem richtigen Ende zu.

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| a. Je fais de la course à pied | 1. après le travail ? |
| b. On a gagné | 2. le dimanche matin. |
| c. Tu joues au tennis | 3. le match hier soir. |
| d. Je suis allé au stade | 4. avec des collègues. |



1-b: Ich jogge am Sonntagmorgen. **2-c:** Wir haben gestern Abend das Spiel gewonnen. **3-a:** Spielst du nach der Arbeit Tennis?
4-d: Ich bin mit Kolleginnen und Kollegen ins Stadion gegangen.

2. Anmeldung im Sportverein (Rathaus) (Audio in der App verfügbar)

Fülle die Lücken aus: stade, couru, perdu, course, gagné

La mairie propose un club de sport. Lundi : _____ à pied au _____ .
Mardi : judo. Jeudi : tennis. Samedi : match de football pour débutants. Les groupes sont petits.
Inscription en ligne ou à l'accueil.

Hier, le club est allé au stade et nous avons _____ 20 minutes. L'équipe a
_____ un petit match et nous avons _____ un autre. Activité pour
personnes sportives ou débutantes.

*Das Rathaus bietet einen Sportverein an. Montag: Lauftraining im Stadion. Dienstag: Judo. Donnerstag: Tennis.
Samstag: Fußballspiel für Anfänger. Die Gruppen sind klein. Anmeldung online oder am Empfang.*

*Gestern ist der Verein zum Stadion gegangen und wir sind 20 Minuten gelaufen. Die Mannschaft hat ein kleines Spiel
gewonnen und wir haben ein anderes verloren. Aktivitäten für sportliche Personen oder Anfänger.*

3. Hören Sie sich die Audiofragmente an und wählen Sie die richtige Lösung aus.

- Où Claire propose-t-elle de se retrouver ce soir ?
(Wo schlägt Claire vor, sich heute Abend zu treffen?)
 - Au club de judo
 - Au stade
 - À la maison
- Quel est le résultat pour son équipe ?
(Wie lautet das Ergebnis für seine Mannschaft?)
 - Elle a perdu
 - Elle a fait match nul
 - Elle a gagné



4. Wählen Sie die richtige Lösung

1. Hier soir, j' _____ au stade (Gestern Abend bin ich nach der Arbeit mit
avec mon collègue après le travail. (meinem Kollegen zum Stadion gelaufen.)
a. suis couru b. ai couru c. as couru d. ai couru
2. Samedi, notre équipe _____ (Am Samstag hat unsere Mannschaft das
_____ le match de football. Fußballspiel gewonnen.)
a. est gagné b. a gagné c. ont gagné d. a gagner
3. Après le rugby, tu _____ (Nach dem Rugby bist du zehn Minuten
dix minutes pour t'échauffer. gelaufen, um dich aufzuwärmen.)
a. as couru b. a couru c. es couru d. as courus
1. ai couru 2. a gagné 3. as couru

5. Rollenspiel: Vervollständige die Dialoge



a. Après le match au stade

- Camille** (collègue): Alors, Thomas, le match au stade, c'était bien ?
(Also, Thomas, das Spiel im Stadion — war es gut?)
- Thomas** (collègue): 1. _____
- Camille** (collègue): Ah mince... moi je suis sportive, je fais de la course à pied.
(Oh schade... ich bin sportlich, ich jogge gerne.)
- Thomas** (collègue): 2. _____

b. Choisir un sport au club

- Nadia (amie):** 3. _____
- Julien (ami):** Oui, je veux essayer le judo.
(Ja, ich möchte Judo ausprobieren.)
- Nadia (amie):** 4. _____
- Julien (ami):** Je prends le judo, et en hiver je fais du ski.
(Ich nehme Judo, und im Winter fahre ich Ski.)

Beispielantworten:

1. Oui, super : c'était du football, mais on a perdu. 2. Moi aussi, et le week-end je joue au tennis. 3. Tu veux faire du sport cette semaine ? 4. D'accord, sinon il y a aussi le rugby, le basketball et le handball.

6. Übe zu zweit oder mit deiner Lehrkraft.

1. Un collègue te parle à la pause et te demande si tu fais du sport. Réponds et dis quel sport tu pratiques. (Utilise : être sportif/sportive, faire, souvent)

2. Tu veux faire du sport avec un ami après le travail. Propose une activité simple et demande si c'est OK. (Utilise : jouer au tennis, ce soir, avec toi)

7. WhatsApp

Salut !

Je suis **Karim** (du bureau). Samedi matin, je vais faire **de la course à pied** au parc vers 9h. Tu veux venir ? Après, on peut boire un café.

Tu fais quel sport en ce moment ? Tu es plutôt **sportif/sportive** ?

À bientôt,
Karim



Schreibe eine passende Antwort: *Salut Karim, merci pour ton message. / Samedi, je peux / je ne peux pas venir, parce que... / En ce moment, je fais... (tennis / football / marche).*

Wichtige Verben

	Courir (<i>laufen</i>)	Gagner (<i>gewinnen</i>)
	Passé composé	Passé composé
je/j'	ai couru	ai gagné
tu	as couru	as gagné
il/elle/on	a couru	a gagné
nous	avons couru	avons gagné
vous	avez couru	avez gagné
ils/elles	ont couru	ont gagné