

## A2.28.2 Les adverbes de fréquence

### Los adverbios de frecuencia



Los adverbios de frecuencia expresan la frecuencia con la que ocurre una acción: toujours, parfois, jamais.

1. Los adverbios pueden colocarse antes o después del verbo, según el contexto.
2. **Jamais** se usa con la negación: Je ne fais **jamais** de musculation.

Adverbe	Exemple
Toujours	Je fais <b>toujours</b> du sport le matin. ( <i>Yo hago siempre deporte por la mañana.</i> )
Habituellement / Généralement / Souvent	Elle va <b>souvent</b> à la piscine. ( <i>Ella va a menudo a la piscina.</i> )
Parfois / Quelquefois / De temps en temps	<b>Parfois</b> , ils courent dans le parc. ( <i>A veces, ellos corren en el parque.</i> )
Rarement / Presque jamais	Je vais <b>rarement</b> à la salle de sport. ( <i>Yo voy raramente al gimnasio.</i> )
Jamais	Je ne mange <b>jamais</b> de bonbons. ( <i>Yo no como nunca caramelos.</i> )

### 1. Traduce y elige la respuesta correcta

1. Je fais \_\_\_\_\_ mon entraînement le matin avant d'aller au travail.  
a. toujours    b. jamais    c. toujours    d. toujours pas
2. Je vais \_\_\_\_\_ à la salle de sport parce que je cours dehors.  
a. jamais    b. rarement    c. rare    d. souvent
3. \_\_\_\_\_, je vais à la piscine après le travail.  
a. Jamais    b. Toujours    c. De temps en temps    d. Rarement pas
4. Je ne fais \_\_\_\_\_ de musculation, mais je fais souvent de la course.  
a. jamais    b. parfois    c. toujours    d. souvent

1. toujours 2. rarement 3. De temps en temps 4. jamais

### 2. Elige la frase correcta.

1.  Je fais jamais de yoga le dimanche.  
 Je ne fais jamais de yoga le dimanche.  
 Je fais ne jamais de yoga le dimanche.
  2.  Je fais du sport le toujours matin.  
 Je fais toujours du sport le matin.  
 Je toujours fais du sport le matin.
1. Je ne fais jamais de yoga le dimanche. 2. Je fais toujours du sport le matin.

### 3. Reescribe las frases

1. (toujours) Je vais à la salle de sport le lundi matin.

---

*(Je vais toujours à la salle de sport le lundi matin.)*

2. (souvent) Nous faisons du vélo le week-end.

---

*(Nous faisons souvent du vélo el fin de semana.)*

3. (rarement) Il prend l'ascenseur au travail.

---

*(Il prend rarement l'ascenseur au travail.)*

4. (jamais) Elle mange des gâteaux au bureau.

---

*(Elle ne mange jamais de gâteaux au bureau.)*

### 4. Décrivez votre routine sportive et demandez un conseil pour être plus actif.

Situation

Vous parlez avec un coach à la salle de sport après une séance.

---

Discuter

- Quels sports pratiquez-vous et où (piscine, salle de sport, course) ?
  - À quelle fréquence faites-vous de la musculation, de la course ou de l'entraînement ? Pourquoi ?
- 

Mots et expressions utiles

- Je fais toujours du sport pour mon bien être.
  - Je vais souvent à la piscine après le travail.
  - Je fais rarement de la musculation, je veux être plus musclé(e).
- 

Utilisation en conversation

- Je fais souvent... / Je vais rarement...
- Parfois / De temps en temps, je...
- Je ne ... jamais ...