

A1.40 Sports et exercice



- Apprenez les sports
- Parlez des sports que vous pratiquez

Le stade	Le ski
Le match	Faire de la course à pied
Le basketball	Jouer au tennis
Le football	Gagner
Le handball	Perdre
Le judo	Être sportif (sportive)
Le rugby	

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

- Médecin:** Bonjour Madame Richard, comment allez-vous ?
- Madame Richard:** Ça va, docteur, mais je voudrais perdre un peu de poids.
- Médecin:** Je vous conseille de marcher : au moins trente minutes par jour.
- Madame Richard:** Ça suffit pour perdre du poids ?
- Médecin:** C'est déjà très bien. Vous pouvez aussi commencer la musculation.
- Madame Richard:** Combien de fois par semaine ?
- Médecin:** Deux ou trois fois par semaine, c'est bien.
- Madame Richard:** D'accord, merci !

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. Grammaire: Le passé composé avec "être"

Le passé composé est utilisé pour parler d'actions passées qui sont terminées.



1. Au passé composé, on utilise l'auxiliaire "être" pour les verbes de mouvement (ex : venir -> "je suis venu/e") et les verbes pronominaux (ex : se réveiller -> "je me suis réveillé/e").
2. Avec l'auxiliaire "être", le participe passé s'accorde en genre et en nombre avec le sujet. (on ajoute "e" au féminin, "s" au masculin pluriel et "es" au féminin pluriel).

Être	Exemples : Être + participe passé au masculin	Exemples : Être + participe passé au féminin
Je suis	Je suis allé au judo.	Je suis allée au judo.
Tu es	Tu es venu chez moi.	Tu es venue chez moi.
Il/Elle/On est	Son frère est rentré du match.	Sa sœur est rentrée du match.
Nous sommes	Nous sommes sortis dans le jardin.	Nous sommes sorties dans le jardin.
Vous êtes	Vous êtes arrivés au restaurant.	Vous êtes arrivées au restaurant.
Ils/Elles sont	Les joueurs sont entrés dans le stade.	Les joueuses sont entrées dans le stade.

- Je _____ au stade après le travail.
a. suis allé b. suis allée c. est allé d. ai allé
- Marie _____ au match de football samedi.
a. sont venue b. est venue c. a venu d. est venu
- Nous _____ après le match.
a. êtes rentrés b. avons rentré c. sommes rentré d. sommes rentrés
- 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. Grammaire: Le passé composé avec "avoir".

Le passé composé est utilisé pour parler d'actions passées qui sont terminées.



- Le passé composé se forme principalement avec l'auxiliaire "avoir".
- Avec l'auxiliaire "avoir", le participe passé ne change pas, mais il s'accorde en genre et en nombre avec le COD si celui-ci est placé **avant** le verbe. (on ajoute "**e**" au féminin, "**s**" au masculin pluriel et "**es**" au féminin pluriel).

Avoir	Exemples Avoir + participe passé
J' ai	J' ai pensé à toi hier.
Tu as	Tu as gagné les courses.
Il/Elle/On a	Elle a marqué deux buts.
Nous avons	Nous avons couru ce matin.
Vous avez	Vous avez perdu le match.
Ils/Elles ont	Elles ont mangé une pomme

- 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. Exercices

1. Associez chaque début avec sa fin correcte.

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



2. Inscription au club de sport (mairie) (Audio disponible dans l'application)

Remplissez les lacunes: 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.

3. Écoutez les extraits audio et choisissez la bonne solution.

- Où Claire propose-t-elle de se retrouver ce soir ?
 - Au club de judo
 - Au stade
 - À la maison
- Quel est le résultat pour son équipe ?
 - Elle a perdu
 - Elle a fait match nul
 - Elle a gagné



4. Choisissez la bonne solution

- Hier soir, j' _____ au stade avec mon collègue après le travail.
a. suis couru b. ai couru c. as couru d. ai couru
- Samedi, notre équipe _____ le match de football.
a. est gagné b. a gagné c. ont gagné d. a gagner
- Après le rugby, tu _____ dix minutes pour t'échauffer.
a. as couru b. a couru c. es couru d. as courus

1. ai couru 2. a gagné 3. as couru

5. Jeu de rôle : Complète les dialogues



a. Après le match au stade

Camille *Alors, Thomas, le match au stade, c'était bien ?*

(collègue):

Thomas 1. _____

(collègue):

Camille *Ah mince... moi je suis sportive, je fais de la course à pied.*

(collègue):

Thomas 2. _____

(collègue):

b. Choisir un sport au club

Nadia (amie): 3. _____

Julien (ami): *Oui, je veux essayer le judo.*

Nadia (amie): 4. _____

Julien (ami): *Je prends le judo, et en hiver je fais du ski.*

Exemples de réponses:

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. Exercez-vous par deux ou avec votre enseignant.

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



Rédigez une réponse appropriée: *Salut Karim, merci pour ton message. / Samedi, je peux / je ne peux pas venir, parce que... / En ce moment, je fais... (tennis / football / marche).*

Verbes importants	Courir (<i>courir</i>)	Gagner (<i>gagner</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