

## A1.40.2 Gli avverbi di frequenza: sempre, spesso, mai

Les adverbess de fréquence : *sempre, spesso, mai*



Les adverbess de fréquence indiquent à quelle fréquence quelque chose se produit.

1. L'adverbe se place après le verbe, sauf « di solito » et les adverbess qui commencent par « ogni ».
2. Avec « mai », il est obligatoire d'utiliser la négation.

Avverbio ( <i>Adverbe</i> )	Esempio ( <i>Exemple</i> )
Sempre/Ogni giorno	Faccio <b>sempre</b> esercizio. ( <i>Je fais toujours de l'exercice.</i> ) <b>Ogni giorno</b> vado in palestra. ( <i>Je vais à la salle tous les jours.</i> )
Di solito	<b>Di solito</b> vinco le partite. ( <i>D'habitude, je gagne les matchs.</i> )
Spesso	Gioco <b>spesso</b> a tennis. ( <i>Je joue souvent au tennis.</i> )
Qualche volta / Ogni tanto	Vado <b>qualche volta</b> in palestra. ( <i>Je vais quelquefois à la salle.</i> ) <b>Ogni tanto</b> faccio nuoto. ( <i>De temps en temps, je fais de la natation.</i> )
Raramente / Quasi mai	Faccio sport <b>raramente</b> . ( <i>Je fais du sport rarement.</i> ) Non gioco a tennis <b>quasi mai</b> . ( <i>Je ne joue presque jamais au tennis.</i> )
Mai	Non nuoto <b>mai</b> . ( <i>Je ne nage jamais.</i> )

### 1. Traduire et choisir la bonne réponse

1. In questo periodo fai \_\_\_\_\_ esercizio dopo il lavoro.  
a. ogni    b. sempre    c. mai    d. di solito
2. Dopo l'ufficio vado \_\_\_\_\_ in palestra con i colleghi.  
a. ogni giorno    b. spesso    c. qualche volta    d. sempre
3. Non faccio \_\_\_\_\_ ciclismo perché non ho la bicicletta.  
a. mai    b. quasi mai    c. spesso    d. sempre
4. \_\_\_\_\_ il sabato nuoto in piscina e ogni tanto faccio anche palestra.  
a. Di solito    b. Spesso    c. Sempre    d. Mai

1. sempre 2. spesso 3. mai 4. Di solito

### 2. Réécrivez les phrases

1. (sempre) Vado in palestra.

\_\_\_\_\_ (*Je vais toujours à la salle de sport.*)

2. (di solito) Corro al parco.

*(D'habitude, je cours au parc.)*

3. (spesso) Faccio yoga la sera.

---

*(Souvent, je fais du yoga le soir.)*

4. (qualche volta) Gioco a calcetto con i colleghi.

---

*(Parfois, je joue au foot à cinq avec mes collègues.)*

5. (raramente) Dopo il lavoro faccio sport.

---

*(Je fais rarement du sport après le travail.)*

6. (mai (usa anche la negazione 'non')) Vado in piscina.

---

*(Je ne vais jamais à la piscine.)*

### **3. Intervistatevi e confrontate quante volte fate sport e quali attività preferite.**

Situazione

Dopo il lavoro, parli con un collega delle vostre abitudini sportive.

---

Discutere

- Che sport fai di solito dopo il lavoro o nel weekend?
  - Ti alleni in palestra o all'aperto? Ogni quanto vai? Perché?
- 

Parole e frasi utili

- Vado spesso in palestra.
  - Faccio sempre esercizio il mattino.
  - Non nuoto mai, ma vado spesso in bicicletta.
- 

Usare in conversazione

- Usa sempre / spesso / mai con i verbi di sport
- Posizione dell'avverbio: faccio sempre, mi alleno spesso, non nuoto mai