



A1.40 Sports et exercice

- Leer de sporten
- Praat over de sporten die je beoefent

Le stade	<i>(het stadion)</i>	Le ski	<i>(het skiën)</i>
Le match	<i>(de wedstrijd)</i>	Faire de la course à pied	<i>(hardlopen)</i>
Le football	<i>(het voetbal)</i>	Jouer au tennis	<i>(tennissen)</i>
Le rugby	<i>(het rugby)</i>	Être sportif (sportive)	<i>(sportief zijn)</i>
Le basketball	<i>(het basketbal)</i>	Gagner	<i>(winnen)</i>
Le handball	<i>(het handbal)</i>	Perdre	<i>(verliezen)</i>
Le judo	<i>(het judo)</i>		

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

Médecin:	Bonjour Madame Richard, comment allez-vous ?	<i>(Goedendag mevrouw Richard, hoe gaat het met u?)</i>
Madame Richard:	Ça va, docteur, mais je voudrais perdre un peu de poids.	<i>(Het gaat wel, dokter, maar ik zou graag wat willen afvallen.)</i>
Médecin:	Je vous conseille de marcher : au moins trente minutes par jour.	<i>(Ik raad u aan te wandelen: minstens dertig minuten per dag.)</i>
Madame Richard:	Ça suffit pour perdre du poids ?	<i>(Is dat genoeg om af te vallen?)</i>
Médecin:	C'est déjà très bien. Vous pouvez aussi commencer la musculation.	<i>(Dat is al heel goed. U kunt ook beginnen met krachttraining.)</i>
Madame Richard:	Combien de fois par semaine ?	<i>(Hoe vaak per week moet ik dat doen?)</i>
Médecin:	Deux ou trois fois par semaine, c'est bien.	<i>(Twee of drie keer per week is goed.)</i>
Madame Richard:	D'accord, merci !	<i>(Oké, bedankt!)</i>

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

1-c 2-b



2. Grammatica: De passé composé met "être"

De passé composé wordt gebruikt om over acties in het verleden te spreken die afgerond zijn.

- In de passé composé gebruiken we het hulpwerkwoord "être" voor bewegingswerkwoorden (bv. venir -> "je suis venu/e") en wederkerige werkwoorden (bv. se réveiller -> "je me suis réveillé/e").
- Met het hulpwerkwoord "être" komt het voltooid deelwoord in _____ en getal overeen met het onderwerp. (we voegen "e" toe in het vrouwelijk, "s" in het mannelijk meervoud en "es" in het vrouwelijk meervoud).

	Exemples : Être + participe passé au masculin (Voorbeelden: zijn + voltooid deelwoord in het mannelijk)	Exemples : Être + participe passé au féminin (Voorbeelden: zijn + voltooid deelwoord in het vrouwelijk)
Être (Zijn)		
Je suis (Ik ben)	Je suis allé au judo. (Ik ben naar judo gegaan.)	Je suis allée au judo. (Ik ben naar judo gegaan.)
Tu es (Jij bent)	Tu es venu chez moi. (Jij bent bij mij thuis gekomen.)	Tu es venue chez moi. (Jij bent bij mij thuis gekomen.)
Il/Elle/On est (Hij/Zij/Men is)	Son frère est rentré du match. (Zijn broer is van de wedstrijd teruggekomen.)	Sa sœur est rentrée du match. (Zijn zus is van de wedstrijd teruggekomen.)
Nous sommes (Wij zijn)	Nous sommes sortis dans le jardin. (Wij zijn de tuin in gegaan.)	Nous sommes sorties dans le jardin. (Wij zijn de tuin in gegaan.)
Vous êtes (U/Jullie zijn)	Vous êtes arrivés au restaurant. (U/Jullie zijn in het restaurant aangekomen.)	Vous êtes arrivées au restaurant. (U/Jullie zijn in het restaurant aangekomen.)
Ils/Elles sont (Zij zijn)	Les joueurs sont entrés dans le stade. (De spelers zijn het stadion binnengegaan.)	Les joueuses sont entrées dans le stade. (De speelsters zijn het stadion binnengegaan.)

- 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. Grammatica: Le passé composé met "avoir".

De passé composé wordt gebruikt om over acties in het verleden te praten die afgerond zijn.

1. Le passé composé wordt voornamelijk gevormd met het hulpwerkwoord "avoir".
2. Met het hulpwerkwoord "avoir" verandert het voltooid deelwoord niet, maar het komt in geslacht en getal overeen met het lijdend voorwerp (COD) als dat **vóór** het werkwoord staat. (je voegt "e" toe voor het vrouwelijk, "s" voor het mannelijk meervoud en "es" voor het vrouwelijk meervoud).

Avoir (Hebben)	Exemples Avoir + participe passé (Voorbeelden: avoir + voltooid deelwoord)
J' ai (Ik heb)	J' ai pensé à toi hier. (Ik heb gisteren aan je gedacht.)
Tu as (Jij hebt)	Tu as gagné les courses. (Jij hebt de races gewonnen.)
Il/Elle/On a (Hij/Zij/Men heeft)	Elle a marqué deux buts. (Zij heeft twee doelpunten gescoord.)
Nous avons (Wij hebben)	Nous avons couru ce matin. (Wij hebben vanochtend hardgelopen.)
Vous avez (U/Jullie hebben)	Vous avez perdu le match. (U/Jullie hebben de wedstrijd verloren.)
Ils/Elles ont (Zij hebben)	Elles ont mangé une pomme (Zij hebben een appel gegeten)

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. Oefeningen

1. Koppel elk begin aan het juiste einde.

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| 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: Ik ga zondagochtend hardlopen. **2-c:** We hebben de wedstrijd gisteravond gewonnen. **3-a:** Speel je na het werk tennis?
4-d: Ik ben met collega's naar het stadion gegaan.

2. Inschrijving bij de sportclub (gemeente) (Audio beschikbaar in de app)

Vul de lege plekken in: 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.

*De gemeente organiseert een sportclub. Maandag: hardlopen op het stadion. Dinsdag: judo. Donderdag: tennis.
Zaterdag: een voetbalwedstrijd voor beginnende spelers. De groepen zijn klein. Inschrijven kan online of bij de balie.*

*Gisteren is de club naar het stadion gegaan en hebben we 20 minuten hardgelopen. Het team heeft een kleine
wedstrijd gewonnen en we hebben een andere verloren. Activiteit voor sportieve mensen of beginners.*

3. Luister naar de audiofragmenten en kies de juiste oplossing.

- Où Claire propose-t-elle de se retrouver ce soir ?
(Waar stelt Claire voor elkaar vanavond te ontmoeten?)
 - Au club de judo
 - Au stade
 - À la maison
- Quel est le résultat pour son équipe ?
(Wat is de uitslag voor zijn team?)
 - Elle a perdu
 - Elle a fait match nul
 - Elle a gagné



4. Kies de juiste oplossing

1. Hier soir, j' _____ au stade (Gisteravond ben ik na het werk met mijn collega naar het stadion gerend.)
avec mon collègue après le travail.
a. suis couru b. ai couru c. as couru d. ai couru
2. Samedi, notre équipe _____ (Zaterdag heeft ons team de voetbalwedstrijd gewonnen.)
_____ le match de football.
a. est gagné b. a gagné c. ont gagné d. a gagner
3. Après le rugby, tu _____ (Na de rugbytraining heb je tien minuten hardgelopen om warm te worden.)
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. Rollenspel: Voltooi de dialogen



a. Après le match au stade

- Camille** (collègue): Alors, Thomas, le match au stade, c'était bien ?
(Dus, Thomas, de wedstrijd in het stadion — was het leuk?)
- Thomas** (collègue): 1. _____
- Camille** (collègue): Ah mince... moi je suis sportive, je fais de la course à pied.
(Ah jammer... ik ben sportief: ik loop graag hard.)
- Thomas** (collègue): 2. _____

b. Choisir un sport au club

- Nadia** (amie): 3. _____
- Julien** (ami): Oui, je veux essayer le judo.
(Ja, ik wil judo uitproberen.)
- Nadia** (amie): 4. _____
- Julien** (ami): Je prends le judo, et en hiver je fais du ski.
(Ik kies voor judo, en in de winter ski ik.)

Voorbeeldantwoorden:

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. Oefen in tweetallen of met je docent.

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



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

Belangrijke werkwoorden

je/j'
tu
il/elle/on
nous
vous
ils/elles

Courir (rennen)

Passé composé
ai couru
as couru
a couru
avons couru
avez couru
ont couru

Gagner (winnen)

Passé composé
ai gagné
as gagné
a gagné
avons gagné
avez gagné
ont gagné