



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. (QR: Audio)



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 krachtraining.)</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 ? *(Welk advies geeft de arts als eerste?)*
 - a. Jouer au tennis
 - b. Aller au stade pour un match
 - c. Marcher trente minutes par jour
 - d. Faire du judo
2. Combien de fois par semaine le médecin recommande-t-il la musculation ? *(Hoe vaak per week raadt de arts krachtraining aan?)*
 - a. Deux ou trois fois par semaine
 - b. Une fois par semaine
 - c. Une fois par mois
 - d. Tous les jours

1-c 2-a



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.)

Met het voornaamwoord "on" kan het voltooid deelwoord al dan niet in het meervoud staan: beide vormen zijn correct (bv. "On est rentré tard" ou "On est rentrés tard").

- Je _____ au stade après le travail. (Ik ben na het werk naar het stadion gegaan.)
a. suis allé b. suis allée c. est allé d. ai allé
- Marie _____ au match de football samedi. (Marie is zaterdag naar de voetbalwedstrijd gekomen.)
a. sont venue b. est venue c. a venu d. est venu
- Nous _____ après le match. (We zijn na de wedstrijd naar huis gegaan.)
a. êtes rentrés b. avons rentré c. sommes rentré d. sommes rentrés
- Elles _____ au club de judo à 18 h. (Zij zijn om 18.00 uur bij de judoclub aangekomen.)
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. (Na het werk heb ik met mijn collega tennis gespeeld.)
 a. as b. a c. suis d. ai
2. Tu _____ perdu le match hier au stade. (Je hebt de wedstrijd gisteren in het stadion verloren.)
 a. avais b. es c. as d. a
3. Nous _____ couru 30 minutes ce matin. (Wij hebben vanmorgen 30 minuten gelopen.)
 a. sommes b. avez c. ont d. avons
4. Elles _____ gagné le match de handball. (Zij hebben de handbalwedstrijd gewonnen.)
 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.

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

Vul de lege plekken in: stade, couru, perdu, course, gagné



La mairie propose un club de sport. Lundi : (1) _____ à pied au (2) _____.
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 (3) _____ 20 minutes. L'équipe a (4) _____ un petit match et nous avons (5) _____ 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.

(1) course, (2) stade, (3) couru, (4) gagné, (5) perdu

3. Luister naar de audiofragmenten en kies de juiste oplossing. (QR: Audio)



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

1-b 2-a

4. Kies de juiste oplossing

- Hier soir, j' _____ au stade (*Gisteravond ben ik na het werk met mijn collega naar het stadion gerend.*)
a. *as couru* b. *ai couri* c. *ai courou* d. *suis couru*
 - Samedi, notre équipe _____ le match de football. (*Zaterdag heeft ons team de voetbalwedstrijd gewonnen.*)
a. *est gagné* b. *a gagner* c. *ont gagné* d. *a gagné*
 - Après le rugby, tu _____ dix minutes pour t'échauffer. (*Na de rugbytraining heb je tien minuten hardgelopen om warm te worden.*)
a. *a courou* b. *as couru* c. *as courus* d. *es couru*
1. *ai couru* 2. *a gagné* 3. *as couru*



5. Rollenspel - dialogen (QR: Audio)

a. Après le match au stade

- Camille** *Alors, Thomas, le match au stade, c'était bien ?*
(collègue): *(Dus, Thomas, de wedstrijd in het stadion — was het leuk?)*
- Thomas** *Oui, super : c'était du football, mais on a perdu.*
(collègue): *(Ja, super: het was voetbal, maar we hebben verloren.)*
- Camille** *Ah mince... moi je suis sportive, je fais de la course à pied.*
(collègue): *(Ah jammer... ik ben sportief: ik loop graag hard.)*
- Thomas** *Moi aussi, et le week-end je joue au tennis.*
(collègue): *(Ik ook, en in het weekend speel ik tennis.)*

- Ils sont où : au stade ou à la maison ?
-

b. Choisir un sport au club

- Nadia (amie):** *Tu veux faire du sport cette semaine ?*
 (Wil je deze week sporten?)
- Julien (ami):** *Oui, je veux essayer le judo.*
 (Ja, ik wil judo uitproberen.)
- Nadia (amie):** *D'accord, sinon il y a aussi le rugby, le basketball et le handball.*
 (Oké, anders zijn er ook rugby, basketbal en handbal.)
- Julien (ami):** *Je prends le judo, et en hiver je fais du ski.*
 (Ik kies voor judo, en in de winter ski ik.)

- Quels sports Nadia propose-t-elle ?
-

6. Oefen in tweetallen of met je docent. (QR: AI+)

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. Schrijven: WhatsApp (QR: AI+)

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