



## A1.40 Sport en beweging

- Poznaj sporty
- Porozmawiaj o uprawianych przez Ciebie sportach

<b>De sport</b>	<i>(Sport)</i>	<b>Lopen</b>	<i>(Chodzenie)</i>
<b>Het basketbal</b>	<i>(Koszykówka)</i>	<b>Spelen</b>	<i>(Grać)</i>
<b>Het tennis</b>	<i>(Tenis)</i>	<b>Sporten</b>	<i>(Uprawiać sport)</i>
<b>Het voetbal</b>	<i>(Piłka nożna)</i>	<b>Turnen</b>	<i>(Gimnastyka)</i>
<b>De wedstrijd</b>	<i>(Mecz)</i>	<b>Boksen</b>	<i>(Boks)</i>
<b>Bewegen</b>	<i>(Ruch)</i>	<b>Zwemmen</b>	<i>(Pływanie)</i>
<b>Fietsen</b>	<i>(Jazda na rowerze)</i>		

### 1. Dialog: Twee collega's praten over sporten en samen tennissen (QR: Audio)



- Jorik:** Hé, ik hoorde dat jij tennis speelt. Klopt dat? *(Hej, słyszałem, że grasz w tenisa. To prawda?)*
- Fien:** Ja, dat klopt! Ik speel elke week met vrienden. Tennis jij ook? *(Tak, to prawda! Gram co tydzień z przyjaciółmi. A ty też grasz w tenisa?)*
- Jorik:** Leuk, ja! Misschien kunnen we een keer samen spelen? *(Super, tak! Może moglibyśmy kiedyś zagrać razem?)*
- Fien:** Dat klinkt goed! Ik speel graag een keer samen. *(Brzmi dobrze! Chętnie kiedyś zagram razem.)*
- Jorik:** Wat voor sport deed je als kind? Was je toen ook sportief? *(Jaki sport uprawiałaś jako dziecko? Czy wtedy też byłaś wysportowana?)*
- Fien:** Ja, ik heb veel verschillende sporten geprobeerd, zoals tennis en voetbal. *(Tak, próbowałam wielu różnych sportów, takich jak tenis i piłka nożna.)*
- Jorik:** Interessant! Ik speelde altijd hockey en soms basketbal. *(Interesujące! Zawsze grałam w hokeja i czasem w koszykówkę.)*
- Fien:** Hockey is een leuke sport! Speel je dat nu nog? *(Hokej to fajny sport! Nadal w to grasz?)*
- Jorik:** Nee, al jaren niet. Dat is moeilijk te combineren met werk. *(Nie, od lat nie. Trudno to pogodzić z pracą.)*
- Fien:** Ja, dat snap ik. *(Tak, rozumiem.)*
- Jorik:** Laten we tennis plannen! Het wordt vast gezellig. *(Zaplanujmy tenisa! Na pewno będzie miło.)*

1. Welke sport speelt Fien nu elke week? *(W jaki sport Fien gra teraz co tydzień?)*
  - a. Ze speelt elke week voetbal.
  - b. Ze zwemt elke week.
  - c. Ze bokst elke week.
  - d. Ze speelt elke week tennis.
2. Waarom speelt Jorik nu geen hockey meer? *(Dlaczego Jorik teraz już nie gra w hokeja?)*
  - a. Hij heeft geen vrienden om mee te spelen.
  - b. Hij speelt alleen nog turnen.
  - c. Hij vindt hockey niet leuk.
  - d. Hij heeft geen tijd door zijn werk.

1-d 2-d



## 2. Gramatyka: Przysłówki częstotliwości (soms, vaak, nooit, ...)

Przysłówki częstotliwości mówią, jak często coś się dzieje. Przykładami są dikwijls, altijd, nooit i soms.

1. Przysłówek stoi zazwyczaj bezpośrednio po czasowniku w zdaniu głównym.
2. Przysłówek stoi zazwyczaj przed czasownikiem w zdaniu podrzędnym.

Bijwoord (Przysłówek)	Voorbeeld (Przykład)
<b>Altijd</b> (Zawsze)	Ik sport altijd in de sportschool.
<b>Nooit</b> (Nigdy)	Ik doe nooit aan sport.
<b>Dikwijls</b> (Często)	Ik loop dikwijls naar de stad.
<b>Soms</b> (Czasami)	Ik sport soms in de middag.
<b>Af en toe</b> (Od czasu do czasu)	Wij gaan af en toe naar de bioscoop.
<b>Telkens</b> (Za każdym razem)	Telkens als ik daar ben, ga ik hardlopen.

1. In het weekend zwem ik \_\_\_\_\_ in het zwembad bij mijn huis. (*W weekend czasem pływam na basenie niedaleko mojego domu.*)  
 a. altijd ik      b. nooit ik      c. ik soms      d. soms
  2. Na het werk sport ik \_\_\_\_\_ met mijn collega in het park. (*Po pracy często uprawiam sport z moim kolegą w parku.*)  
 a. vaak      b. af en toe ik      c. telkens ik      d. dikwijls ik
  3. Ik fiets \_\_\_\_\_ naar de sportschool; ik ga altijd met de tram. (*Nigdy nie jadę rowerem na siłownię; zawsze jadę tramwajem.*)  
 a. nooit      b. telkens nooit      c. altijd nooit      d. dikwijls nooit
  4. Wij gaan \_\_\_\_\_ lopen langs de Amstel als het mooi weer is. (*Od czasu do czasu biegamy wzdłuż Amstel, gdy jest ładna pogoda.*)  
 a. altijd wij      b. soms wij      c. nooit wij      d. af en toe
1. soms 2. vaak 3. nooit 4. af en toe

### 3. Ćwiczenia

#### 1. Dopasuj każdy początek do właściwego zakończenia.

- |                                 |                                       |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| 1. Na mijn werk fiets ik vaak   | a. voetbal met collega's in het park. |
| 2. Wij spelen elke vrijdag      | b. ik ga altijd met de tram.          |
| 3. In het weekend zwem ik       | c. soms met mijn kinderen.            |
| 4. Ik loop nooit naar het werk, | d. naar de sportschool.               |

**1-d:** Po pracy często jadę rowerem do siłowni. **2-a:** W każdy piątek gramy w piłkę nożną z kolegami w parku. **3-c:** W weekend pływam czasami z dziećmi. **4-b:** Nigdy nie chodzę do pracy pieszo, zawsze jeżdżę tramwajem.



#### 2. Zapisz dzień sportu w pracy (QR: Audio)

**Wypełnij luki:** loopronde, sporten, sportdag, tennis, nooit, altijd, wedstrijd, fietsen, bewegen, sportdag, voetbal, vaak, sport



Op kantoor hangt een poster voor de (1) \_\_\_\_\_. De (2) \_\_\_\_\_ is op zaterdag in een park in de stad. Collega's kunnen samen (3) \_\_\_\_\_ en (4) \_\_\_\_\_. Er is (5) \_\_\_\_\_, (6) \_\_\_\_\_ en een korte (7) \_\_\_\_\_. Je kunt ook rustig (8) \_\_\_\_\_ met een kleine groep.

Iedereen kiest één (9) \_\_\_\_\_. De directeur loopt (10) \_\_\_\_\_ mee met de loopronde. Sommige collega's sporten (11) \_\_\_\_\_, andere bijna (12) \_\_\_\_\_. De organisatie vraagt: schrijf je in voor één activiteit. Op het formulier kun je schrijven: ik wil zwemmen, lopen, fietsen of een teamsport spelen. Na de (13) \_\_\_\_\_ drinken alle collega's samen koffie of thee.

*W biurze wisi plakat zapowiadający dzień sportu. Dzień sportu odbędzie się w sobotę w parku w mieście. Koledzy i koleżanki mogą razem uprawiać sport i się poruszać. Jest piłka nożna, tenis i krótka runda biegowa. Możesz też spokojnie pojeździć na rowerze w małej grupie.*

*Każdy wybiera jedną dyscyplinę sportu. Dyrektor zawsze bierze udział w rundzie biegowej. Niektórzy współpracownicy ćwiczą często, inni prawie nigdy. Organizacja prosi: zapisz się na jedną aktywność. Na formularzu możesz napisać: chcę pływać, biegać, jeździć na rowerze lub grać w sport zespołowy. Po zawodach wszyscy współpracownicy razem piją kawę lub herbatę.*

*(1) sportdag, (2) sportdag, (3) sporten, (4) bewegen, (5) voetbal, (6) tennis, (7) loopronde, (8) fietsen, (9) sport, (10) altijd, (11) vaak, (12) nooit, (13) wedstrijd*



### 3. Posłuchaj fragmentów audio i wybierz poprawne rozwiązanie. (QR: Audio)

- Hoe gaat de man meestal naar zijn werk? (*Jak mężczyzna zazwyczaj dojeżdża do pracy?*)
  - Hij gaat meestal met de auto.*
  - Hij gaat meestal met de fiets.*
  - Hij gaat meestal lopend.*
- Welke sport speelt de vrouw in het weekend met haar vrienden? (*W jaką dyscyplinę sportu gra kobieta w weekend z przyjaciółmi?*)
  - Ze speelt basketbal.*
  - Ze speelt tennis.*
  - Ze speelt voetbal.*

1-b 2-c

### 4. Wybierz poprawne rozwiązanie

- Ik \_\_\_\_\_ soms in het zwembad naast mijn kantoor. (*Czasami pływam w basenie obok mojego biura.*)
  - zwemde*
  - zwemmen*
  - zwem*
  - zwemt*
- Na het werk \_\_\_\_\_ ik gisteren met mijn collega in het park gesport. (*Po pracy wczoraj ćwiczyłem w parku z moim kolegą.*)
  - hebben*
  - heeft*
  - had*
  - heb*
- Wij \_\_\_\_\_ vaak op vrijdagavond een vriendschappelijke voetbalwedstrijd. (*Często gramy w piątkowy wieczór towarzyski mecz piłki nożnej.*)
  - speel*
  - spelen*
  - gespeeld*
  - speelt*

1. zwem 2. heb 3. spelen

### 5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)



#### a. Samen na werk sporten

**Collega Mark:** *Hé, ik ga vanavond sporten in het park, ga je mee?*

*(Hej, dziś wieczorem idę potrenować do parku, idziesz ze mną?)*

**Jij:** *Ja, leuk! Wat ga je doen?*

*(Tak, super! Co zamierzasz robić?)*

**Collega Mark:** *Ik wil eerst lopen en daarna een paar ronde sparren met vrienden, een beetje boksen.*

*(Najpierw chcę pobeiegać, a potem kilka rund poćwiczyć z przyjaciółmi, trochę boksu.)*

**Jij:** *Oké, ik loop graag mee, maar ik doe niet mee met boksen.*

*(Ok, chętnie pobiegnę z tobą, ale nie będę brać udziału w boksie.)*

- Welke sporten wil Mark doen in het park?

#### b. Inschrijven bij de sportschool

- Medewerker sportschool:** *Goedemiddag, welkom! Kom je hier sporten? (Dzień dobry, witamy! Czy przychodzisz tu ćwiczyć?)*
- Jij:** *Ja, ik wil me inschrijven. Ik zwem graag. (Tak, chciałbym się zapisać. Lubię pływać.)*
- Medewerker sportschool:** *Prima, we hebben zwemmen, fitness en tennis. Wil je ook meedoen aan wedstrijden later? (W porządku, mamy pływanie, fitness i tenis. Czy chcesz też później brać udział w zawodach?)*
- Jij:** *Misschien later tennis en een wedstrijd, maar nu begin ik met zwemmen. (Może później tenis i jakiś turniej, ale na razie zaczynam od pływania.)*

1. Welke sporten noemt de medewerker in de sportschool?

---

## 6. Ćwiczenia w parach lub z nauczycielem. (QR: AI+)

1. Je collega vraagt in de pauze: "Doe jij aan sport?" Vertel kort over jouw sport. (Gebruik: de sport, sporten, ik doe aan)

---



2. Je wilt na het werk met een collega gaan fietsen. Doe een voorstel voor een dag en tijd. (Gebruik: fietsen, na het werk, afspreken)

---

## 7. Pisanie: E-mail (QR: AI+)

**Onderwerp:** Nieuwe sportcursus na het werk

Beste buurtbewoner,

In het buurthuis starten we een nieuwe cursus **sport en bewegen** voor volwassenen.

U kunt samen met andere burens **sporten**: bijvoorbeeld **voetbal, basketbal, tennis** of gewoon **lopen** en **fietsen**.

De cursus is op dinsdag- en donderdagavond. We willen graag weten: **welke sport doet u nu?** En **hoe vaak** sport u? (bijvoorbeeld: altijd, vaak, soms, nooit).

Kunt u ons een korte e-mail terugsturen?

Met vriendelijke groet,

Sanne de Jong

Buurtsportcoördinator



**Napisz odpowiednią odpowiedź:** *Ik doe nu aan ... / Ik sport ... keer per week. / Ik wil graag meedoen met*

...

---

---

---

**Ważne czasowniki**

	<b>Zwemmen</b> ( <i>pływać</i> )	<b>Sporten</b> ( <i>uprawiać sport</i> )	<b>Spelen</b> ( <i>grać</i> )
	Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)	Voltooid tegenwoordige tijd (VTT)	Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)
ik	zwem	heb gesport	speel
jij/je	zwemt	hebt/heb gesport	speelt
hij/zij/ze/het	zwemt	heeft gesport	speelt
wij/we	zwemmen	hebben gesport	spelen
jullie	zwemmen	hebben gesport	spelen
zij/ze	zwemmen	hebben gesport	spelen