

A1.40 Sports et exercice



- Aprende os desportos
- Fala sobre os desportos que praticas

Le stade	<i>(O estádio)</i>	Le ski	<i>(O esqui)</i>
Le match	<i>(A partida)</i>	Faire de la course à pied	<i>(Correr)</i>
Le football	<i>(O futebol)</i>	Jouer au tennis	<i>(Jogar tênis)</i>
Le rugby	<i>(O rúgbi)</i>	Être sportif (sportive)	<i>(Ser desportivo (desportiva))</i>
Le basketball	<i>(O basquete)</i>	Gagner	<i>(Ganhar)</i>
Le handball	<i>(O handebol)</i>	Perdre	<i>(Perder)</i>
Le judo	<i>(O judô)</i>		

1. Diálogo: Madame Richard demande des conseils à son médecin pour perdre du poids. (QR: Áudio)



Médecin:	Bonjour Madame Richard, comment allez-vous ?	<i>(Olá, Madame Richard, como está?)</i>
Madame Richard:	Ça va, docteur, mais je voudrais perdre un peu de poids.	<i>(Estou bem, doutor, mas eu gostaria de perder um pouco de peso.)</i>
Médecin:	Je vous conseille de marcher : au moins trente minutes par jour.	<i>(Aconselho-a a caminhar: pelo menos trinta minutos por dia.)</i>
Madame Richard:	Ça suffit pour perdre du poids ?	<i>(Isso é suficiente para perder peso?)</i>
Médecin:	C'est déjà très bien. Vous pouvez aussi commencer la musculation.	<i>(Já é muito bom. Você também pode começar a fazer musculação.)</i>
Madame Richard:	Combien de fois par semaine ?	<i>(Quantas vezes por semana?)</i>
Médecin:	Deux ou trois fois par semaine, c'est bien.	<i>(Duas ou três vezes por semana está bom.)</i>
Madame Richard:	D'accord, merci !	<i>(Certo, obrigada!)</i>

1. Quel conseil le médecin donne-t-il en premier ? *(Qual é o primeiro conselho que o médico dá?)*
 - a. Aller au stade pour un match
 - b. Jouer au tennis
 - c. Faire du judo
 - d. Marcher trente minutes par jour
2. Combien de fois par semaine le médecin recommande-t-il la musculation ? *(Quantas vezes por semana o médico recomenda a musculação?)*
 - a. Une fois par mois
 - b. Tous les jours
 - c. Deux ou trois fois par semaine
 - d. Une fois par semaine

1-d 2-c



2. Gramática: O passé composé com "être"

O passé composé é usado para falar de ações passadas que estão terminadas.

1. No passé composé, usa-se o auxiliar "être" para os verbos de movimento (ex : venir -> "je suis venu/e") e os verbos pronominais (ex : se réveiller -> "je me suis réveillé/e").
2. Com o auxiliar "être", o particípio passado concorda em género e em número com o sujeito (adiciona-se "e" no feminino, "s" no masculino plural e "es" no feminino plural).

Être (Ser/Estar)	Exemples : Être + participe passé au masculin (Exemplos: Être + particípio passado no masculino)	Exemples : Être + participe passé au féminin (Exemplos: Être + particípio passado no feminino)
Je suis (Eu sou/estou)	Je suis allé au judo. (Eu fui ao judô.)	Je suis allée au judo. (Eu fui ao judô.)
Tu es (Tu és/estás)	Tu es venu chez moi. (Tu vieste à minha casa.)	Tu es venue chez moi. (Tu vieste à minha casa.)
Il/Elle/On est (Ele/Ela/ "On" é/está)	Son frère est rentré du match. (O irmão dele voltou do jogo.)	Sa sœur est rentrée du match. (A irmã dele voltou do jogo.)
Nous sommes (Nós somos/estamos)	Nous sommes sortis dans le jardin. (Nós saímos para o jardim.)	Nous sommes sorties dans le jardin. (Nós saímos para o jardim.)
Vous êtes (Vocês são/estão)	Vous êtes arrivés au restaurant. (Vocês chegaram ao restaurante.)	Vous êtes arrivées au restaurant. (Vocês chegaram ao restaurante.)
Ils/Elles sont (Eles/Elas são/estão)	Les joueurs sont entrés dans le stade. (Os jogadores entraram no estádio.)	Les joueuses sont entrées dans le stade. (As jogadoras entraram no estádio.)

Com o pronome "on", o particípio passado pode concordar ou não no plural: as duas formas são corretas (ex : "On est rentré tard" ou "On est rentrés tard").

1. Je _____ au stade après le travail. (Fui ao estádio depois do trabalho.)
a. suis allé b. suis allée c. est allé d. ai allé
2. Marie _____ au match de football samedi. (Marie veio ao jogo de futebol no sábado.)
a. sont venue b. est venue c. a venu d. est venu
3. Nous _____ après le match. (Voltamos para casa depois do jogo.)
a. êtes rentrés b. avons rentré c. sommes rentré d. sommes rentrés
4. Elles _____ au club de judo à 18 h. (Elas chegaram ao clube de judô às 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. Gramática: O passé composé com "avoir".

O passé composé é usado para falar de ações passadas que já terminaram.

1. O passé composé forma-se principalmente com o auxiliar "avoir".
2. Com o auxiliar "avoir", o particípio passado não muda, mas concorda em género e em número com o COD se este estiver colocado **antes** do verbo (acrescenta-se "e" no feminino, "s" no masculino plural e "es" no feminino plural).

Avoir (Ter)	Exemples Avoir + participe passé (Exemplos: Avoir + particípio passado)
J' ai (Eu tenho)	J' ai pensé à toi hier. (Eu pensei em ti ontem.)
Tu as (Tu tens)	Tu as gagné les courses. (Tu ganhaste as corridas.)
Il/Elle/On a (Ele/Ela/A gente tem)	Elle a marqué deux buts. (Ela marcou dois golos.)
Nous avons (Nós temos)	Nous avons couru ce matin. (Nós corremos esta manhã.)
Vous avez (Vocês têm)	Vous avez perdu le match. (Vocês perderam o jogo.)
Ils/Elles ont (Eles/Elas têm)	Elles ont mangé une pomme (Elas comeram uma maçã)

1. Après le travail, j' _____ joué au tennis avec mon collègue. (Depois do trabalho, joguei ténis com o meu colega.)
 a. as b. a c. suis d. ai
2. Tu _____ perdu le match hier au stade. (Você perdeu a partida ontem no estádio.)
 a. avais b. es c. as d. a
3. Nous _____ couru 30 minutes ce matin. (Nós corremos 30 minutos esta manhã.)
 a. sommes b. avez c. ont d. avons
4. Elles _____ gagné le match de handball. (Elas ganharam a partida de handebol.)
 a. sont b. avez c. a d. ont

1. ai 2. as 3. avons 4. ont

4.Exercícios

1. Associe cada início à sua terminação correta.

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| 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: Eu faço corrida no domingo de manhã. **2-c:** Nós ganhámos o jogo ontem à noite. **3-a:** Tu jogas ténis depois do trabalho? **4-d:** Eu fui ao estádio com colegas.



2. Inscrição no clube de desporto (câmara municipal) (QR: Áudio)

Preencha as lacunas: 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.

A câmara municipal oferece um clube de desporto. Segunda-feira: corrida a pé no estádio. Terça-feira: judo. Quinta-feira: ténis. Sábado: jogo de futebol para principiantes. Os grupos são pequenos. Inscrição online ou no balcão de atendimento.

Ontem, o clube foi ao estádio e nós corremos 20 minutos. A equipa ganhou um pequeno jogo e nós perdemos outro. Atividade para pessoas desportistas ou principiantes.

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

3. Ouça os fragmentos de áudio e escolha a solução correta. (QR: Áudio)

1. Où Claire propose-t-elle de se retrouver ce soir ? (*Onde Claire propõe se encontrar hoje à noite?*)
- | | |
|--------------------|-------------|
| a. À la maison | b. Au stade |
| c. Au club de judo | |
2. Quel est le résultat pour son équipe ? (*Qual foi o resultado para o time dele?*)
- | | |
|--------------------------|-----------------|
| a. Elle a perdu | b. Elle a gagné |
| c. Elle a fait match nul | |

1-b 2-a



4. Escolha a solução correta

1. Hier soir, j' _____ au stade *(Ontem à noite, corri até o estádio com o meu colega depois do trabalho.)*
avec mon collègue après le travail.
a. as couru b. ai couri c. ai couru d. suis couru
2. Samedi, notre équipe _____ *(No sábado, a nossa equipa ganhou o jogo de futebol.)*
_____ le match de football.
a. est gagné b. a gagner c. ont gagné d. a gagné
3. Après le rugby, tu _____ *(Depois do rãguebi, tu correste dez minutos para aquecer.)*
dix minutes pour t'échauffer.
a. a couru b. as couru c. as courus d. es couru

1. ai couru 2. a gagné 3. as couru

5. Roleplay - diálogos (QR: Áudio)



a. Après le match au stade

- Camille** *Alors, Thomas, le match au stade, c'était bien ?*
(collègue): *(Então, Thomas, o jogo no estádio, foi bom?)*
- Thomas** *Oui, super : c'était du football, mais on a perdu.*
(collègue): *(Sim, ótimo: era futebol, mas nós perdemos.)*
- Camille** *Ah mince... moi je suis sportive, je fais de la course à pied.*
(collègue): *(Ah, que pena... eu sou esportiva, eu faço corrida.)*
- Thomas** *Moi aussi, et le week-end je joue au tennis.*
(collègue): *(Eu também, e no fim de semana eu jogo tênis.)*

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

b. Choisir un sport au club

- Nadia (amie):** *Tu veux faire du sport cette semaine ?*
(Você quer fazer esporte esta semana?)
- Julien (ami):** *Oui, je veux essayer le judo.*
(Sim, eu quero experimentar judô.)
- Nadia (amie):** *D'accord, sinon il y a aussi le rugby, le basketball et le handball.*
(Certo, senão também tem rãguebi, basquete e handebol.)
- Julien (ami):** *Je prends le judo, et en hiver je fais du ski.*
(Eu escolho judô, e no inverno eu faço esqui.)

1. Quels sports Nadia propose-t-elle ?
-

6. Pratique em pares ou com o seu professor. (QR: IA+)

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. Escrita: WhatsApp (QR: IA+)

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



Escreva uma resposta apropriada: *Salut Karim, merci pour ton message. / Samedi, je peux / je ne peux pas venir, parce que... / En ce moment, je fais... (tennis / football / marche).*

Verbos importantes

Courir (*correr*)

Passé composé

je/j'

ai couru

tu

as couru

il/elle/on

a couru

nous

avons couru

vous

avez couru

ils/elles

ont couru

Gagner (*ganhar*)

Passé composé

ai gagné

as gagné

a gagné

avons gagné

avez gagné

ont gagné