

A2.28 Devoirs / exercices

A2.28 Hausaufgaben / Übungen

<https://franzoesisch.colanguage.de/lehrplan/a2/28>

Exercice 1: Exercice de conversation

Instruction:

1. Faites-vous de l'exercice ? Si oui, que faites-vous ? (*Treiben Sie Sport? Wenn ja, was machen Sie?*)
2. Comment intégrez-vous l'exercice dans votre vie quotidienne ? (*Wie integrierst du Sport in deinen Alltag?*)
3. Te sens-tu généralement fatigué ou plein d'énergie après avoir fait de l'exercice ? (*Fühlst du dich normalerweise müde oder voller Energie nach dem Sport?*)



.....

.....

.....

.....

Beispielsätze:

Je fais du yoga tous les jours. Je fais aussi des étirements.

Ich mache jeden Tag Yoga. Ich mache auch Dehnübungen.

Je fais de la musculation à la salle de sport trois fois par semaine. J'aime ça parce que cela me rend fort.

Ich hebe dreimal pro Woche Gewichte im Fitnessstudio. Ich mag es, weil es mich stark fühlen lässt.

Je vais à pied à mon bureau au lieu de prendre la voiture.

Ich gehe zu Fuß zu meinem Büro, anstatt das Auto zu nehmen.

J'ai une piscine, donc chaque matin je nage pendant une demi-heure.

Ich habe ein Schwimmbad, deshalb schwimme ich jeden Morgen eine halbe Stunde.

Je me sens toujours bien après avoir fait de l'exercice. Cela me donne de l'énergie.

Ich fühle mich immer gut, nachdem ich Sport gemacht habe. Es gibt mir Energie.

Je me sens fatigué après avoir fait de l'exercice. En général, je me couche tôt un jour comme celui-là.

Ich fühle mich nach dem Training müde. Normalerweise gehe ich an solch einem Tag früh ins Bett.

...

A2.28 Devoirs / exercices

A2.28 Hausaufgaben / Übungen

<https://franzoesisch.colanguage.de/lehrplan/a2/28>

Exercice 2: Cartes de dialogue

Instruction: Écrivez un court dialogue pour chaque situation.

1. Au bureau de sport

Discutez des bienfaits de l'exercice et de vos routines quotidiennes avec votre collègue.

Exemples de phrases

.....
.....
.....
.....
.....

Exemples de phrases

.....
.....
.....
.....
.....

Salut, tu fais souvent du sport ?

Hallo, treibst du oft Sport?

Oui, je cours tous les matins, ça me donne beaucoup d'énergie.

Ja, ich laufe jeden Morgen, das gibt mir viel Energie.

Moi aussi, je trouve que ça améliore mon humeur et ma concentration.

Ich finde auch, dass es meine Stimmung und Konzentration verbessert.

C'est vrai, l'exercice aide à rester en forme et à mieux travailler.

Es stimmt, Bewegung hilft, fit zu bleiben und besser zu arbeiten.

Tu devrais essayer de courir demain matin avec moi.

Du solltest morgen früh mit mir joggen gehen.

2. Chez le médecin

Parlez à votre médecin de votre routine sportive et des bienfaits que vous en tirez.

Exemples de phrases

.....
.....
.....
.....

Exemples de phrases

.....
.....
.....
.....

Bonjour docteur, je fais du sport presque tous les jours.

Guten Tag, Doktor, ich treibe fast jeden Tag Sport.

C'est excellent pour votre santé, quel type d'exercice pratiquez-vous ?

Das ist ausgezeichnet für Ihre Gesundheit, welche Art von Sport treiben Sie?

Je fais surtout de la natation et de la marche rapide.

Ich schwimme hauptsächlich und gehe schnell spazieren.

C'est parfait, ces activités améliorent vraiment la circulation et le moral.

Das ist perfekt, diese Aktivitäten verbessern wirklich den Kreislauf und die Stimmung.

3. Conversation au café du matin

Discutez avec un ami de vos habitudes sportives et des raisons pour lesquelles vous faites de l'exercice.

Exemples de phrases

.....
.....
.....
.....

Exemples de phrases

.....
.....
.....
.....

Tu vas souvent à la salle de sport ?

Gehst du oft ins Fitnessstudio?

Oui, je m'y rends quatre fois par semaine, c'est indispensable pour moi.

Ja, ich gehe viermal pro Woche dorthin, das ist für mich unverzichtbar.

Je préfère courir dehors, ça me fait du bien au corps et à l'esprit.

Ich laufe lieber draußen, das tut meinem Körper und Geist gut.

Exactement, l'exercice quotidien est important pour éviter le stress.

Genau, tägliche Bewegung ist wichtig, um Stress zu vermeiden.

A2.28 Devoirs / exercices

A2.28 Hausaufgaben / Übungen

<https://franzoesisch.colanguage.de/lehrplan/a2/28>



Exercice 3:

Associer un mot

Instruction: Associez les traductions

- | | |
|---|--|
| a. Je bois toujours de l'eau avec | 1. gérer le stress au quotidien. |
| b. La musculation aide à | 2. pour éviter les blessures en course à pied. |
| c. Pour être plus actif, | 3. je fais une routine sportive régulière. |
| d. Il faut des chaussures de sport adaptées | 4. ma gourde quand je cours. |

Lösungen:

1. Je bois toujours de l'eau avec ma gourde quand je cours. 2. La musculation aide à gérer le stress au quotidien. 3. Pour être plus actif, je fais une routine sportive régulière. 4. Il faut des chaussures de sport adaptées pour éviter les blessures en course à pied.

A2.28 Devoirs / exercices

A2.28 Hausaufgaben / Übungen

<https://franzoesisch.colanguage.de/lehrplan/a2/28>

Exercice 4: Regrouper les mots

Instruction: Glissez chaque mot dans la catégorie où vous pensez qu'il est le plus utilisé, selon qu'il concerne le sport ou le mode de vie au quotidien.

la gourde, actif, le mode de vie, une alimentation équilibrée, la musculation, énergique, un haltère, la gestion du stress, la course à pied, la routine sportive, un entraînement, les chaussures de sport, le bien-être

Matériel et activités sportives

Mode de vie et bien-être

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

Lösungen:

1. Matériel et activités sportives: la course à pied, les chaussures de sport, la gourde, un entraînement, la musculation, un haltère
Mode de vie et bien-être: le bien-être, la gestion du stress, une alimentation équilibrée, le mode de vie, la routine sportive, actif, énergique

