

## SPORT UND GESUNDHEIT / SPORT ET SANTE

**Je suis capable de comprendre ce que représente le sport pour quelqu'un-e, et m'exprimer à ce sujet.**

● **Treibst du Sport ?**

○ Oh ja, Sport ist mein Hobby !

● **Welchen Sport machst du ?**

○ Ich spiele Tennis, aber auch Handball !

● **Machst du Sport ?**

○ Nein, aber ich möchte (mit) Sport anfangen.

● **Welchen Sport möchtest du machen ?**

○ Vielleicht Volleyball oder Schwimmen.

● **Bist du sportlich ?**

○ Nein, nicht wirklich sportlich,  
aber ich gehe gern spazieren,  
ich gehe auch oft schwimmen,  
und ich tanze gern.

● **Warum treibst du Sport ?**

○ Sport macht Spass und macht fit !

Sport macht Spass !

Sport macht fit !

Sport macht stark !

Sport macht klug !

Sport ist gesund !

Sport ist gut **gegen** Stress !

Mit Sport **siehst** du besser **aus** !

Mit Sport kannst du abnehmen !

Mit Sport schläfst du besser !

Mit Sport lernst du besser in der Schule !

Sport ist manchmal gefährlich.

Zu viel Sport ist ungesund.

Sport kostet manchmal viel Geld.

● Fais-tu du sport ?

○ Oh oui, le sport est mon hobby !

● **Quel sport fais-tu ?**

○ Je joue au tennis, mais aussi au handball !

● Fais-tu du sport ?

○ Non, mais j'aimerais commencer le sport !

● **Quel sport aimerais-tu faire ?**

○ Peut-être le volley-ball ou la natation.

● **Es-tu sportif-ve ?**

○ Non, pas vraiment sportif-ve, mais je  
me promène volontiers, je vais  
aussi souvent nager et j'aime danser.

● **Pourquoi fais-tu du sport ?**

○ Le sport procure du plaisir et met en forme !

Le sport procure du plaisir !

Le sport met en forme !

Le sport rend fort !

Le sport rend intelligent !

Le sport est bon pour la santé !

Le sport est bon contre le stress !

Avec le sport, tu as meilleure allure !

Avec le sport, tu peux perdre du poids !

Avec le sport, tu dors mieux !

Avec le sport, tu apprends mieux à l'école !

Le sport est parfois dangereux.

Trop de sport (c') est mauvais pour la santé.

Le sport coûte parfois beaucoup d'argent.

Sport ist **wichtig für mich**.

Sport ist **gut für alle** !

Jeder kann Sport treiben.

Le sport est important pour moi.

Le sport est bon pour tous et toutes!

Chacun peut faire du sport.

Ich mache Sport, weil {

- es Spass macht.
- ich fit sein will.
- ich Sport mag.
- meine Familie Sport macht.
- Sport gesund ist.

Je fais du sport, parce que {

- c'est un plaisir.
- je veux être en forme.
- j'aime le sport.
- ma famille fait du sport.
- le sport est bon pour la santé.

**Je suis capable de comprendre et de m'exprimer sur un sport que je ou qqn d'autre pratique ou souhaite pratiquer.**

Ski fahren finde ich gut.

Snowboard finde ich besser.

Freeride finde ich am besten.

Faire du ski, je trouve ça bien.

Je préfère le snowboard.

Le mieux, c'est le freeride.

● **Welchen Sport magst du ?**

○ Ich finde Badminton toll.

● **Und du ?**

○ Ich mag Pferde und die Natur.

Reiten ist toll, aber es ist teuer.

● **Quel sport aimes-tu ?**

○ Je trouve le badminton super.

● Et toi ?

● J'aime les chevaux et la nature.

L'équitation, c'est chouette, mais c'est cher.

● **Was ist dein Lieblingssport ?**

○ Basketball.

● **Und warum ?**

○ Ich mag Teamsport.

● **Quel est ton sport préféré ?**

○ Le basket.

● **Et pourquoi ?**

○ J'aime le sport en équipe.

Ich mag Wettkampf.

Ich mag Kampfsport.

Ich mag Individualsport.

Ich mag Mannschaftssport /Teamsport

Ich bin gern mit Freunden zusammen.

J'aime la compétition.

J'aime les sports de combat.

J'aime les sports individuels.

J'aime les sports d'équipe.

J'aime être avec des amis.

Ich mag Pferde.

Ich mag die Natur.

Ich mag Schnee.

Ich mag Wasser.

Ich mag Musik.

J'aime les chevaux.

J'aime la nature.

J'aime la neige.

J'aime l'eau.

J'aime la musique.

**Je suis capable de comprendre et d'exprimer les éléments importants (organisation, lieu, fréquence, horaire, durée, ...) concernant ma pratique d'un sport ou celle d'une autre personne.**

(der) Sport, die Sportarten

le sport (pl : les (types de) sports)

der Verein, -e / der Club, -s

l'association / le club

die Mannschaft, -en / das Team, -s

l'équipe

die Nationalmannschaft

l'équipe nationale

die Frauen / die Mädchen

les femmes / les filles

die Männer / die Jungen

les hommes / les garçons

der Spieler, - / die Spielerin, -nen

le joueur / la joueuse

die Mitspielerin, -nen / der Mitspieler, -

la coéquipière / le coéquipier

der Partner, - / die Partnerin, -nen

le partenaire / la partenaire

trainieren

s'entraîner

gewinnen ≠ verlieren

gagner ≠ perdre

Wir **haben** das Spiel **gewonnen**.

Nous avons gagné le match.

Die Klasse 1002 **hat** gegen die Klasse 1003 **verloren**.

La classe 1002 a perdu contre la classe 1003.

FC Bayern **hat** 1 zu 0 gegen FC Zürich **gewonnen**.

Le FC Bayern a gagné 1 à 0 contre le FC Zurich.

FC Bayern **hat** FC Zürich 1 zu 0 **geschlagen**.

Le FC Bayern a battu le FC Zurich 1 à 0.

Karima **hat** die Goldmedaille **gewonnen**.

Karima a gagné la médaille d'or.

die Medaille, -n

la médaille

die Goldmedaille

la médaille d'or

die Silbermedaille

la médaille d'argent

die Bronzemedaille

la médaille de bronze

● **Wo machst du Sport ?**

○ In der Sporthalle.

● **Où fais-tu du sport ?**

○ Dans la salle de gym.

in einem Verein / in einem Club

dans un club

in einer / in der Sporthalle

dans une / à la salle de gym

in einem / im Stadion

dans un / au stade

in einem / im Fitnessstudio

dans un / au fitness

in einem / im Schwimmbad

dans une / à la piscine

auf dem Fussballplatz

sur le terrain de foot

auf dem Tennisplatz

sur le court de tennis

auf dem Sportplatz

sur le terrain de sport

zu Hause  
auf dem Schulhof  
auf der Strasse

à la maison  
dans le préau  
dans la rue

in den Bergen  
am Meer  
im Meer  
am See  
im See  
im Wald  
in der Natur

à la montagne  
au bord de la mer  
dans la mer  
au bord du lac  
dans le lac  
dans la forêt  
dans la nature

● **Mit wem machst du Sport ?**

- Mit meinen Freunden.

● **Avec qui fais-tu du sport ?**

- Avec mes amis.

mit meinem Team  
mit meinen Sportpartnern / mit meinen Sportpartnerinnen  
mit meinen Freundinnen / mit meinen Freunden  
mit meiner Freundin / mit meinem Freund  
mit meinen Geschwistern  
mit meiner Schwester / mit meinem Bruder  
mit meinen Eltern  
allein

avec mon team  
avec mes partenaires (hommes) / (femmes)  
avec mes amies / avec mes amis  
avec mon amie / avec mon ami  
avec mes frères et soeurs  
avec ma soeur / avec mon frère  
avec mes parents  
tout-e seul-e

● **Wie oft machst du Sport ?**

- Dreimal **pro** Woche.

● **A quelle fréquence fais-tu du sport ?**

- Trois fois par semaine.

einmal, zweimal, dreimal ...  
jeden Tag / jeden Abend  
jede Woche

une fois, deux fois, trois fois, ...  
chaque jour / chaque soir  
chaque semaine

manchmal  
oft  
meistens  
immer  
(fast) nie

parfois  
souvent  
le plus souvent, la plupart du temps  
toujours  
(presque) jamais

● **Wann machst du Sport ?**

- In den Ferien.

am Montag, am Dienstag, ...  
..., mittwochs, donnerstags, ...

am Wochenende  
am Mittwochnachmittag

nach der Schule  
in der Mittagspause

am Abend  
abends

● **Wie lange** trainierst du ?

- 90 Minuten.

● **Wie lange dauert** das Training ?

- Zwei Stunden.

● **Wie lange** läufst du ?

- Eine Stunde.

eine Stunde  
90 Minuten  
zwei Stunden

von 6 bis 8

● **Seit wann** spielst du Eishockey ?

- Seit einem Jahr.

seit {  
einem Monat  
zwei Monaten  
einem Jahr  
zwei, drei, ... Jahren  
immer

● **Quand fais-tu du sport ?**

- Durant les vacances.

le lundi, le mardi ...  
... (tous) les mercredis, (tous) les jeudis, ...

le week-end  
le mercredi après-midi

après l'école  
durant la pause de midi

le soir  
(tous) les soirs

● **Combien de temps t'entraînes-tu ?**

- 90 minutes.

● **Combien de temps dure l'entraînement ?**

- Deux heures.

● **Combien de temps cours-tu ?**

- Une heure.

une heure  
90 minutes  
deux heures

de 6 à 8

● **Depuis quand joues-tu au hockey sur glace ?**

- Depuis un an.

depuis {  
un mois  
deux mois  
une année  
deux, trois, ... ans  
toujours

**Je suis capable de comprendre l'énoncé des performances sportives de quelqu'un-e (dates, résultats, classement, ...).**

	<b>Hochsprung</b>	<b>Weitsprung</b>	<b>100-m-Lauf</b>
Javier Sotomayor (1992)	2,45 m		
Patrik Sjöberg (1987)	2,42 m		
Mike Powell (1991)		8,95 m	
Bob Beamon (1968)		8,90 m	
Usain Bolt (2009)			9 s 58
Maurice Greene (1999)			9 s 78

### **Rekorde (Männer)**

Javier Sotomayor ist 1992 **am höchsten** gesprungen.

Er ist **höher als** Patrick Sjöberg gesprungen.

Mike Powell ist **am weitesten** gesprungen.

Usain Bolt ist am 16. August 2009 die 100 Meter **am schnellsten** gelaufen.

Er hat den Weltrekord geschlagen.

Deutschland hat bei den Olympischen Sommerspielen in London 11 Goldmedaillen gewonnen.

**Je suis capable de comparer quelques performances sportives scolaires avec un-e camarade.**

**Wie schnell läufst** du die 100 Meter ?

En combien (de tps) cours-tu les 100 mètres ?

**Wie weit springst** du ?

Combien sautes-tu en saut en longueur ?

**Wie hoch springst** du ?

Combien sautes-tu en saut en hauteur ?

Ich laufe **schneller als** Erik.

Je cours plus vite qu'Erik.

Pedro läuft **am schnellsten**.

(C'est) Pedro (qui) court le plus vite.

Ich laufe **so schnell wie** Markus.

Je cours aussi vite que Markus.

Sonia springt **höher als** ich.

Sonia saute plus haut que moi.

Mila springt **am höchsten**.

Mila saute le plus haut.

Ich springe **so hoch wie** Tania.

Je saute aussi haut que Tania.

Nicolas springt **weiter als** Markus.

Nicolas saute plus loin que Markus.

Alain springt **am weitesten**.

(C'est) Alain (qui) saute le plus loin.

Ich springe **so weit wie** Alexander.

Je saute aussi loin qu'Alexander.

Fred spielt **gut** Basketball.

Fred joue bien au basket.

Andrea spielt **besser** Basketball **als** Fred.

Andrea joue mieux au basket que Fred.

Monika spielt **am besten**.

(C'est) Monika (qui) joue le mieux.

**Je suis capable de comprendre et de raconter au passé une journée sportive (scolaire ou avec un club) - date, lieu, activités, résultats, opinion (fatigue, plaisir,..... ).**

Am 12. Juni hatten wir einen **Sporttag** in Les Evaux.

Wir mussten 100 Meter laufen. Wir mussten auch weit und hoch springen. Ich bin nur 1,20 Meter hoch gesprungen ! Meine Freundin Anja ist 1,45 Meter hoch gesprungen. Sie ist die beste in der ganzen Schule.

Zu Mittag haben wir eine Pause gemacht. Wir haben ein Picknick gegessen.

Wir haben am Nachmittag ein Fussballmatch gemacht. Die Klasse 1008 hat gewonnen. Die Schüler haben eine Medaille bekommen. Unsere Klasse war die vierte.

Wir haben viel Spass gehabt aber wir waren kaputt.

**Je suis capable de comprendre un message téléphonique ou des courts dialogues justifiant l'impossibilité de participer à une activité sportive en raison d'un problème de santé. Je peux moi-même laisser un message du même type ou m'exprimer à ce sujet dans un dialogue.**

Mein Arm **tut weh**.

Mon bras me fait mal.

Meine Hände **tun weh**.

Mes mains me font mal.

Ich habe Bauch**schmerzen**.

J'ai des maux de ventre.

Ich habe Kopf**schmerzen**.

J'ai des maux de tête.

der Kopf

la tête

das Gesicht

le visage

die Nase

le nez

das Auge, -n

l'oeil

das Ohr, -en

l'oreille

der Mund

la bouche

der Zahn, die Zähne

la dent

der Hals

le cou

der Rücken

le dos

der Bauch

le ventre

die Schulter, -n

l'épaule

die Brust

la poitrine

die Hand, "-e

la main

der Finger, -

le doigt

der Daumen, -

le pouce

der Arm, -e

le bras

der Fuß, "-e  
das Knie, -  
das Bein, -e

le pied  
le genou  
la jambe

Tut mir leid.  
Ich **kann** nicht kommen.

Je suis désolé-e.  
Je ne peux pas venir.

Ich bin zu müde.  
Ich bin krank.  
Ich bin erkältet.  
Ich bin im Krankenhaus.

Je suis trop fatigué-e.  
Je suis malade.  
J'ai un refroidissement.  
Je suis à l'hôpital.

Mein Arm ist gebrochen.  
Ich habe mich verletzt.

Mon bras est cassé.  
Je me suis blessé-e.

Ich habe Grippe.  
Ich habe Schnupfen.  
Ich habe Kopfschmerzen.  
Ich habe Fieber.

J'ai la grippe.  
J'ai le rhume.  
J'ai des maux de tête.  
J'ai de la fièvre.

Ich muss im Bett bleiben.  
Ich darf nicht aufstehen.

Je dois rester au lit.  
Je n'ai pas le droit de me lever.

Ich kann nicht kommen,  
**weil** ich krank bin.

Je ne peux pas venir,  
parce que je suis malade.

Ich **konnte** nicht kommen.

Je ne pouvais pas / n'ai pas pu venir.

Ich war zu müde.  
Ich war krank.  
Ich war erkältet.  
Ich war verletzt.  
Ich war im Krankenhaus.  
Ich war beim Arzt.

J'étais trop fatigué-e.  
J'étais malade.  
J'avais un refroidissement.  
J'étais blessé-e.  
J'étais à l'hôpital.  
J'étais chez le médecin.

Ich hatte Grippe.  
Ich hatte Schnupfen.  
Ich hatte Kopfschmerzen.

J'avais la grippe.  
J'avais le rhume.  
J'avais des maux de tête.