

A2.28 Huiswerk / oefeningen

A2.28 Homework / exercises

<https://dutch.colanguage.com/syllabus/a2/28>



Oefening 1:

Gespreksoefening

Instructie:

1. Sport je? Zo ja, wat doe je? (*Do you exercise? If yes, what do you do?*)
2. Hoe neem je beweging op in je dagelijks leven? (*How do you include exercise in your daily life?*)
3. Voel je je meestal moe of vol energie na het sporten? (*Do you usually feel tired or full of energy after exercising?*)



.....

.....

.....

.....

Example phrases:

Ik doe elke dag yoga. Ik doe ook stretchoefeningen.

I do Yoga everyday. I also do stretching.

Ik hef drie keer per week gewichten in de sportschool. Ik vind het leuk omdat het me sterk laat voelen.

I lift weights in the gym three times a week. I like it because it makes me feel strong.

Ik loop naar mijn kantoor in plaats van de auto te nemen.

I walk to my office instead of taking the car.

Ik heb een zwembad, dus zwem ik elke ochtend een half uur.

I have a swimming pool so every morning I swim for half an hour.

Ik voel me altijd goed na het doen van wat voor soort oefening dan ook. Het geeft me energie.

I always feel good after doing some kind of exercise. It gives me energy.

Ik voel me moe na het sporten. Meestal ga ik vroeg naar bed op zo'n dag.

I feel tired after working out. Usually I go to bed early on such a day.

...

A2.28 Huiswerk / oefeningen

A2.28 Homework / exercises

<https://dutch.colanguage.com/syllabus/a2/28>



Oefening 2:

Gesprekskaarten

Instructie: Schrijf een korte dialoog voor elke situatie.

1. Gesprek over bewegen en gezondheid

Bespreek met je partner waarom bewegen goed is voor je gezondheid.

Voorbeeldzinnen

.....

.....

.....

.....

Voorbeeldzinnen

.....

.....

.....

.....

Waarom sport je eigenlijk?

Why do you actually do sport?

Ik sport omdat het goed is voor mijn gezondheid.

I exercise because it is good for my health.

Dat klopt, het helpt om stress te verminderen.

That's right, it helps to reduce stress.

En je voelt je daarna altijd energiever.

And you always feel more energetic afterwards.

2. Dagelijkse beweegroutine bespreken

Vertel je gesprekspartner wat je elke dag doet om in beweging te blijven.

Voorbeeldzinnen

.....

.....

.....

.....

Voorbeeldzinnen

.....

.....

.....

.....

Wat doe jij om actief te blijven?

What do you do to stay active?

Ik fiets elke dag naar mijn werk en 's avonds doe ik oefeningen thuis.

I cycle to work every day and in the evenings I do exercises at home.

Fietsen is een fijne manier om te bewegen.

Cycling is a great way to get exercise.

Ja, het is ook goed voor het milieu.

Yes, it is also good for the environment.

3. Sportvoorkeuren bespreken met een collega

Vraag je collega welke sport hij of zij leuk vindt en waarom.

Voorbeeldzinnen

.....

.....

.....

.....

Voorbeeldzinnen

.....

.....

.....

.....

Welke sport vind jij leuk om te doen?

Which sport do you like to play?

Ik speel graag tennis, dat is intensief en leuk.

I enjoy playing tennis, it is intense and fun.

Speel je vaak tennis?

Do you often play tennis?

Ja, meestal in het weekend met vrienden.

Yes, mostly at the weekend with friends.

A2.28 Huiswerk / oefeningen

A2.28 Homework / exercises

<https://dutch.colanguage.com/syllabus/a2/28>



Oefening 3:

Een woord matchen

Instructie: Kom de vertalingen overeen

- | | |
|--------------------------------|-------------------------------|
| a. Ik doe elke ochtend yoga | 1. om rustig te worden. |
| b. Zij tilt de gewichten op | 2. om haar kracht te trainen. |
| c. Na het rennen | 3. om gezond te leven. |
| d. We volgen een vaste routine | 4. voel ik me altijd sterk. |

Solutions:

1. Ik doe elke ochtend yoga om rustig te worden. 2. Zij tilt de gewichten op om haar kracht te trainen. 3. Na het rennen voel ik me altijd sterk. 4. We volgen een vaste routine om gezond te leven.

A2.28 Huiswerk / oefeningen

A2.28 Homework / exercises

<https://dutch.colanguage.com/syllabus/a2/28>



Oefening 4:

Clusteren van woorden

Instructie: Sorteert de volgende woorden in twee groepen: woorden die te maken hebben met sportplekken en woorden die te maken hebben met lichaamsbeweging en oefeningen.

de krachttraining, optillen, rennen, de oefeningen, de yogastudio, het zwembad, de sportschool, de conditie

Sportplekken

.....

.....

.....

.....

Lichaamsbeweging en oefeningen

.....

.....

.....

.....

Solutions:

Lichaamsbeweging en oefeningen: de conditie, de krachttraining, rennen, optillen, de oefeningen
1. Sportplekken: het zwembad, de sportschool, de yogastudio

A2.28 Huiswerk / oefeningen

A2.28 Homework / exercises

<https://dutch.colanguage.com/syllabus/a2/28>

Oefening 5: Tijdsuitdrukkingen (deze week, een tijd geleden, ...)

Instructie: Fill in the correct word.

Vandaag, Een tijd geleden, deze week, een tijd geleden, gisteren, Gisteren

1. We trinden samen in het zwembad.
2. Ze liep een lange afstand.
3. deed ik mijn routine op het strand.
4. Ik heb elke dag getraind.
5. deed ik elke dag oefeningen.
6. We trinden extra hard voor het toernooi.
7. voelde ik me moe na de oefeningen.
8. doe ik mijn routine op het strand.

Solutions:

1. deze week 2. gisteren 3. Vandaag 4. een tijd geleden 5. Een tijd geleden 6. deze week 7. Gisteren 8. Gisteren

