

Sports

Sport vs. Exercise 單字釐清



在開始學習之前，我們先來認識「運動」這個單字。在我的腦海裡浮現出了「sport」以及「exercise」這兩個字，它們之間究竟有甚麼不同呢？讓我們來一探究竟。

sport vs. exercise

如何說「做運動」？

sport [spɔ:t] 是指「帶有競爭性質」且「按照規則進行」的運動。通常指的是各式的球類運動，像是籃球、棒球、足球等。

play sport
sport 是名詞，前面要搭配的動詞是「**play**」。運動中使用到的球類，或是需要雙方競賽的運動，我們也會搭配「**play**」使用。例如：**play basketball** (打籃球)、**play baseball** (打棒球)、**play volleyball** (打排球)。

exercise ['ek.sə.saɪz] 則是指「讓身體健康強壯」的運動。例如：瑜珈、舉重等。**exercise** 除了能當名詞使用外，也可以當動詞使用，都代表著運動、鍛鍊的意思。

exercise/ do exercise
exercise 可以當動詞或名詞使用，當名詞時，前面要搭配的動詞是「**do**」。和「**do**」搭配的運動，大多是以身體動作為主的運動，通常在室內活動，且不一定需要搭配用具才能進行。例如：**do yoga** (做瑜珈)、**do judo** (柔道)。

【補充】**go + V-ing (動名詞)**

「**go**」後面接 **V-ing 動名詞(原形動詞+ing)**，意思是「去/從事...活動」。使用「**go**」時，通常搭配能夠單獨從事的運動。

例如：**go bowling** (打保齡球)、**go swimming** (游泳)、**go surfing** (衝浪)、**go hiking** (登山)