

ABC VOCABULAIRE

Les sports



- 1 ★★ Mets les lettres dans l'ordre et écris les mots.



1 dujo
le _____



2 lfatobol
le _____



3 sedan
la _____



4 fonsueigyam
la _____



5 fanoanit
la _____



6 sntine
le _____



7 mthéatlsei
l' _____



8 bsetak
le _____

- 2 ★★ Barre les étiquettes qui ne sont pas des sports.

le terrain la gymnastique la danse la piste

l'athlétisme la piscine le tennis

- 3 ★★ Associe les définitions (1-3) aux mots de vocabulaire (A-C). Écris les chiffres (1-3).

- 1 Idéal pour s'entraîner à courir.
- 2 Installation qui contient de l'eau et nécessaire pour nager.
- 3 Surface pour jouer au football.

A la piscine _____

B le terrain _____

C la piste _____

- 4 ★★ Complète les devinettes avec le sport correct.

- 1 C'est un sport de la catégorie des arts martiaux, je suis : _____.
- 2 Les points de mon match se comptent ainsi : 15, 30, 40 et jeu, je suis : _____.
- 3 Je peux être moderne, classique, folklorique, je suis : _____.
- 4 On me joue en deux mi-temps de 45 minutes, je suis : _____.
- 5 Il faut 5 joueurs pour former une équipe, je suis : _____.
- 6 L'eau est nécessaire à ma pratique, je suis : _____.
- 7 Je peux être rythmique, acrobatique ou à la barre, je suis : _____.
- 8 Il y a plusieurs disciplines dans mon sport comme la course, le saut, le lancer, et on peut les faire à l'intérieur ou à l'extérieur, je suis : _____.

LECTURE

Un article sur une initiative sportive

1 ★★ Lis le texte. Relie les questions (1-4) aux réponses (A-D).

- | | | | |
|-----------|---|-----|---|
| 1 Où ? | • | • A | Une semaine olympique et paralympique |
| 2 Qui ? | • | • B | Chaque année |
| 3 Quoi ? | • | • C | Les personnes qui ont un handicap physique ou sensoriel |
| 4 Quand ? | • | • D | En France |

2 ★★ Relis le texte et entoure les bonnes réponses.

La semaine olympique et paralympique...

- ... propose des disciplines sportives spécifiquement pensées pour les personnes handicapées.
- ... permet uniquement de se faire des amis.
- ... est organisée par le Ministère des sports.
- ... est organisée par le Ministère de l'Éducation nationale.

3 ★★ Relis le texte et coche les cases correctes.

- Les sports du handisport ont un règlement adapté.
A Vrai ☐ B Faux ☐
- La semaine olympique et paralympique est uniquement pour les personnes handicapées.
A Vrai ☐ B Faux ☐
- Certains sports du handisport n'existent pas en sport valide.
A Vrai ☐ B Faux ☐

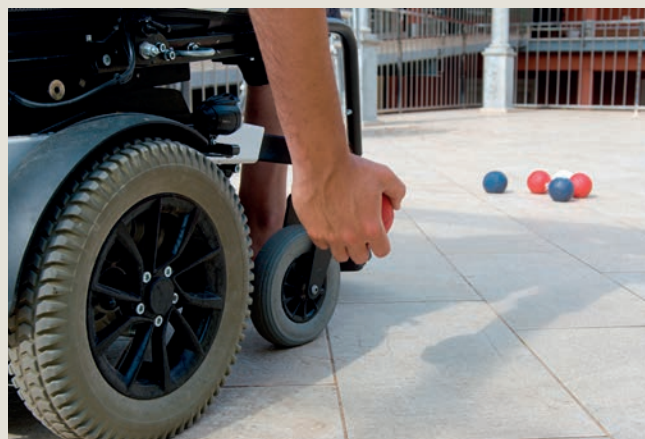
4 ★★ Réponds aux questions.

- Quelle est la particularité des personnes qui pratiquent un sport adapté ?

- Quels sont les objectifs de cette semaine ?

Handisport : L'inclusion par le sport

Une semaine pour sensibiliser au handicap et favoriser la mixité à travers le sport



La boccia

Un handisport est un sport dont les règles sont adaptées pour permettre aux personnes en situation de handicap physique ou sensoriel de le pratiquer.

On parle de sport adapté lorsque les disciplines sont pratiquées par des personnes en situation de handicap mental.

Beaucoup de ces sports s'inspirent de sports qui existent déjà comme le football à 5 ou l'athlétisme en **fauteuil roulant**.

Certains sports sont spécifiquement conçus pour les personnes en situation de handicap et n'ont pas d'équivalent dans les sports pratiqués par des personnes valides, comme la boccia (sport de boules apparenté à la pétanque) et le goalball (sport pratiqué par des personnes malvoyantes ou aveugles qui se joue avec un ballon qui contient une clochette).

Chaque année, une semaine olympique et paralympique est organisée en France par le ministère de l'Éducation nationale. Cette semaine vise à mettre en lumière les pratiques sportives inclusives et à sensibiliser le public aux sports paralympiques.

C'est aussi l'occasion pour chacun(e) de découvrir ces disciplines et de mieux comprendre les réalités des personnes en situation de handicap.

En résumé, cette semaine est une formidable initiative pour **aborder** le handicap de façon ludique et constructive.

Fauteuil roulant : chaise avec des roues pour permettre aux personnes avec une mobilité réduite de se déplacer

Aborder : évoquer, parler de quelque chose

GRAMMAIRE

Le passé composé avec avoir

5 ★★ Surligne les phrases au passé composé.

- 1 Nous faisons du sport pour l'adrénaline.
- 2 Elle a grandi à la montagne.
- 3 Tu es très contente de ta victoire.
- 4 Vous avez organisé un championnat.
- 5 Ils n'ont pas accompagné leur équipe.

6 ★★ Entoure le bon auxiliaire.

Il a / avons gagné.

- 1 J'ai / avez escaladé une petite montagne.
- 2 Tu a / as adoré le match ?
- 3 Nous avons / ont choisi de faire du basket.
- 4 Elles a / ont fini premières du tournoi.
- 5 Vous avons / avez commencé à quel âge ?
- 6 Elle a / ont eu des sensations fortes.

7 ★★ Complète les phrases avec l'auxiliaire correct.

- 1 Marion _____ nagé dans la mer.
- 2 Mes parents _____ gravi le volcan du Puy de Dôme.
- 3 Vous _____ joué au tennis hier ?
- 4 Nous _____ adoré ce tournoi de basket !

8 ★★ Mets les mots dans l'ordre et écris les phrases.

un avons match
basket de
Nous regardé

tennis amie
a avec Adèle son
au joué

fait athlétisme
j' l'
de ai

Mon l'
a frère option choisi
gymnastique

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____

Formation du participe passé

9 ★★ Classe les participes passés dans le tableau.

fait adoré grandi gravi
été eu écouté choisi
commencé fini

Verbes en -er	Verbes en -ir	Verbes irréguliers

10 ★★ Complète les phrases avec les participes passés.

nagé fini été fait

- 1 Nous avons _____ beaucoup de sport hier.
- 2 La semaine dernière, mon frère a _____ dans une piscine olympique.
- 3 Tu as _____ 3 fois champion de judo !
- 4 Vous avez _____ le match ?

11 ★★ À partir des images, écris quatre phrases au passé composé. Attention, tu ne peux pas utiliser 2 fois le même participe.



- 1 J' _____
- 2 Nous _____
- 3 Vous _____
- 4 Elles _____

ABC VOCABULAIRE

Les bienfaits du sport

1 ★★ Associe chaque bienfait (1-8) à sa définition (A-H). Écris les lettres (A-H).

- | | | |
|---|-----------------------------|-------|
| 1 | Se détendre | _____ |
| 2 | Se muscler | _____ |
| 3 | Se faire des amis | _____ |
| 4 | Avoir plus confiance en soi | _____ |
| 5 | Vivre des sensations fortes | _____ |
| 6 | Améliorer la concentration | _____ |
| 7 | Réduire le stress | _____ |
| 8 | Bien dormir | _____ |

A sympathiser

B croire en soi

C se reposer efficacement

D augmenter sa musculature

E renforcer son attention

F se relaxer

G diminuer la tension

H sentir de l'adrénaline

2 ★★ Complète les phrases avec les étiquettes.

améliorer la concentration se faire des amis
avoir plus confiance en soi

- Quand on a peur de parler en public, le sport est bon pour _____
- J'ai des difficultés à être attentif en classe, je fais du sport pour _____
- Il est nouveau dans son club de foot, avec le sport, il va _____

ÉCOUTE

Un dialogue entre copains

3 ★★ Écoute le dialogue. Coche les bonnes réponses.

- Combien de copains il y a ?
A Deux ☐
B Trois ☐
C Quatre ☐
- Quel est le thème central ?
A Les ados et le sport ☐
B Les bienfaits du sport ☐
C Les sports extrêmes ☐
- La pratique d'une activité physique est bénéfique pour...
A le corps. ☐
B l'esprit. ☐
C le corps et l'esprit. ☐

4 ★★ Entoure les bonnes réponses.

- Théo est **excité** / **désintéressé** / **stressé** à cause des examens.
- Alice explique que le sport aide à **se faire des amis** / **se détendre** / **vivre des sensations fortes**.
- Gaël / Alice / Théo étudie mieux grâce au sport.
- Théo va essayer de faire **du football** / **du tennis** / **de l'athlétisme**.

5 ★★ Complète le texte avec les étiquettes.

santé réduire concentrer physique
dormir aide stress

Le sport a beaucoup de bienfaits. Il _____ à se relaxer, à bien _____ et à mieux se _____ pendant les examens. Quand nous sommes anxieux, il permet de _____ le _____. Le sport est donc idéal pour préserver notre _____ mentale et aussi _____ parce qu'on se muscle.

GRAMMAIRE

La négation : *plus, rien, personne*

6 ★★ Associe chaque phrase (1-4) à son contraire (A-D).

- 1 Je fais quelque chose pendant les vacances.
- 2 Je fais du sport pour me muscler.
- 3 Je joue encore au tennis.
- 4 Je connais quelqu'un dans mon équipe.

- A Je ne joue plus au tennis.
- B Je ne fais rien pendant les vacances.
- C Je ne connais personne dans mon équipe.
- D Je ne fais pas de sport pour me muscler.

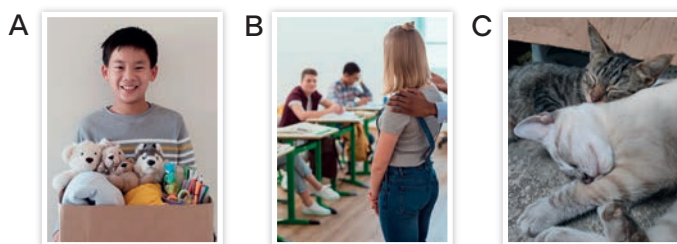
1 _____ / 2 _____ / 3 _____ / 4 _____

7 ★★ Entoure la bonne réponse.

- 1 J'aide **quelqu'un** / **personne** à se concentrer.
- 2 Tu ne veux **rien** / **quelque chose** faire demain ?
- 3 Nous ne voulons **plus** / **personne** vivre de sensations fortes.
- 4 **Personne** / **Rien** n'a trouvé la bonne réponse.

8 ★★ Associe les phrases (1-3) aux images (A-C).

- 1 Mes chats ne font rien de la journée.
- 2 Mon frère n'utilise plus ses jouets, alors il les donne.
- 3 Elle ne connaît personne car elle est nouvelle dans ce collège.



1 _____ / 2 _____ / 3 _____

9 ★★ Complète avec *personne, rien* ou *plus*.

Je ne suis *plus* fatigué.

- 1 Pendant cette compétition, tu n'as _____ gagné.
- 2 Maxence ne fait _____ de judo cette année.
- 3 Je n'invite _____ pour mon anniversaire.

10 ★★ Transforme les phrases et utilise les mots de négation indiqués entre parenthèses.

Quelqu'un a gagné le match ? (personne... ne)

Personne n'a gagné le match ?

- 1 Nous avons tout fait. (ne... rien)

- 2 Vous faites encore du tennis dans ce club ? (ne... plus)

- 3 Tout le monde a bien joué. (personne... ne)

- 4 Je mange quelque chose au petit-déjeuner. (ne... rien)

- 5 Ils connaissent quelqu'un dans ce lycée. (ne... personne)

11 ★★ Réponds aux questions à la forme négative.

Est-ce que tu participes encore au championnat ?

Non, je ne participe plus au championnat.

- 1 Est-ce que vous faites quelque chose ce week-end ?

Non, _____

- 2 Est-ce que tu connais quelqu'un de l'équipe adverse ?

Non, _____

- 3 Est-ce qu'elles font encore du basket ?

Non, _____

- 4 Tout le monde a gagné une médaille ?

Non, _____

- 5 Il a aimé quelque chose dans ce match ?

Non, _____

- 6 Tu vas encore à la piscine le mercredi ?

Non, _____

ÉCRITURE

Raconter ses activités sportives

Bonjour à tous !

Moi, c'est Alexandre et j'ai 14 ans. La semaine dernière, j'ai passé une semaine dans une section scolaire sportive à Paimpol, en Bretagne.

J'ai participé à beaucoup d'activités et j'ai rencontré de nouveaux amis. Nous avons joué au foot tous les jours sur le terrain mais je n'ai pas gagné tous les matchs.

J'ai aussi nagé dans une piscine olympique et j'ai appris à faire du judo !

J'ai bien dormi pendant tout le séjour et j'ai travaillé mes muscles. Personne n'a été malade !

Je vous recommande cette expérience parce que grâce à cette semaine, j'ai découvert que je ne veux plus passer mes semaines sans faire d'activités sportives ! Vive le sport et ses bienfaits !



1 Lis et cherche dans le texte les informations suivantes.

- 1 Entoure le vocabulaire des activités sportives, des lieux et des bienfaits du sport.
- 2 Surligne les négations.
- 3 Souligne les verbes conjugués au passé composé.

2 Tu as passé une semaine dans une section sportive scolaire. Utilise ton imagination et raconte ton expérience.

ASTUCES !

- Aide-toi du PLAN D'ÉCRITURE pour organiser tes idées.
- Aide-toi des PHRASES CLÉS.
- Utilise la négation (*ne... plus, rien, personne*).
- Utilise des connecteurs (*mais, parce que...*).
- Utilise le présent et le passé composé.

MA SEMAINE SPORTIVE À _____

PLAN D'ÉCRITURE

- 1 Tu te présentes.
 - Donne ton prénom et ton âge.
Moi, c'est... / Je m'appelle... J'ai...
 - Dis où tu as passé ta semaine.
J'ai passé une semaine dans une section scolaire sportive à...
- 2 Parle des sports.
 - Tu as fait quel(s) sport(s) ?
J'ai joué au... / J'ai fait du/de la...
 - Explique les bienfaits du sport sur toi.
Grâce au/à la/à l'..., j'ai...
 - Donne ton opinion sur cette semaine.
J'ai adoré mais... J'ai détesté parce que...
- 3 Écris une petite conclusion.
Je recommande cette expérience à tout le monde parce que...

PHRASES CLÉS

Moi, c'est... / Je m'appelle... + prénom
J'ai... + âge
J'ai passé une semaine à... + ville
J'ai fait/joué... + préposition + sport
Grâce au/à la/à l'..., j'ai... + bienfaits
J'ai adoré mais... + aspect négatif
J'ai détesté parce que... + justification
Je recommande cette expérience parce que... + justification

Complète ton

**aide-
mémoire**

de l'unité
page 47 !