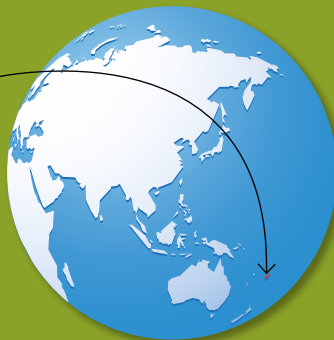


3

Papeete
Tahiti



Salut, je m'appelle **Tania** et j'habite à **Papeete**, le chef-lieu de la **Polynésie française**, sur l'île de **Tahiti**. Dans cette unité, on va parler du sport.

À vos marques !



Papeete, Polynésie française.

Leçon 1 ► Je parle des sports et des compétitions

- Les sports
- **Déjà / jamais / pas encore**
- Exprimer la certitude
- Les compétitions

MINI-PROJET 1

Présenter une compétition sportive.

Leçon 2 ► Je parle des effets du sport sur le corps

- La préparation sportive
- La description des symptômes
- Les types de sports
- Le pronom **ça**

MINI-PROJET 2

Devenir coach sportif/ive.

Leçon 3 ► Je parle des objets liés au sport

- Le matériel sportif
- **Aussi / en plus**
- Exprimer l'opposition (1)

MINI-PROJET 3

Imaginer un objet connecté pour le sport.


PROJET FINAL

Créer un programme sportif.

FENÊTRE SUR

Je découvre une manifestation traditionnelle de la Polynésie française.

En route!

- 1 Lis les messages. Où vont aller Tania et ses amis ?
- 2 Quelles sont les deux activités qu'ils vont découvrir ?
- 3 Est-ce que les trois adolescents ont envie de faire du sport ?
- 4  Regarde la vidéo et réponds aux questions.
 - a. Donne trois bonnes raisons de faire du sport.
 - b. Selon les médecins, combien de temps par jour doit-on faire du sport ?



Coucou ! Vous avez vu, il y a une initiation aux activités et sports traditionnels vendredi après les cours ! J'ai envie d'essayer le lever de pierre, ça vous dit de venir ? 09:34 ✓

Anui

On peut venir juste pour te regarder et t'encourager 😊 ? 09:36 ✓

Tania

Bien sûr ! Mais c'est plus sympa si on participe tous ! 09:37 ✓

Manutea

Moi, faire du sport, ça m'ennuie... Est-ce qu'il y a des activités moins fatigantes ? 09:45 ✓

Anui

Dans la liste, il y a aussi « préparer du coprah », la partie blanche de la noix de coco. Ce n'est pas mal pour les moins sportifs, on peut essayer, Manutea ! 09:46 ✓

Manutea

Oui, bien sûr ! 😊 09:47 ✓

Tania

Génial, on va tous découvrir des activités traditionnelles alors 😊 ! 09:51 ✓

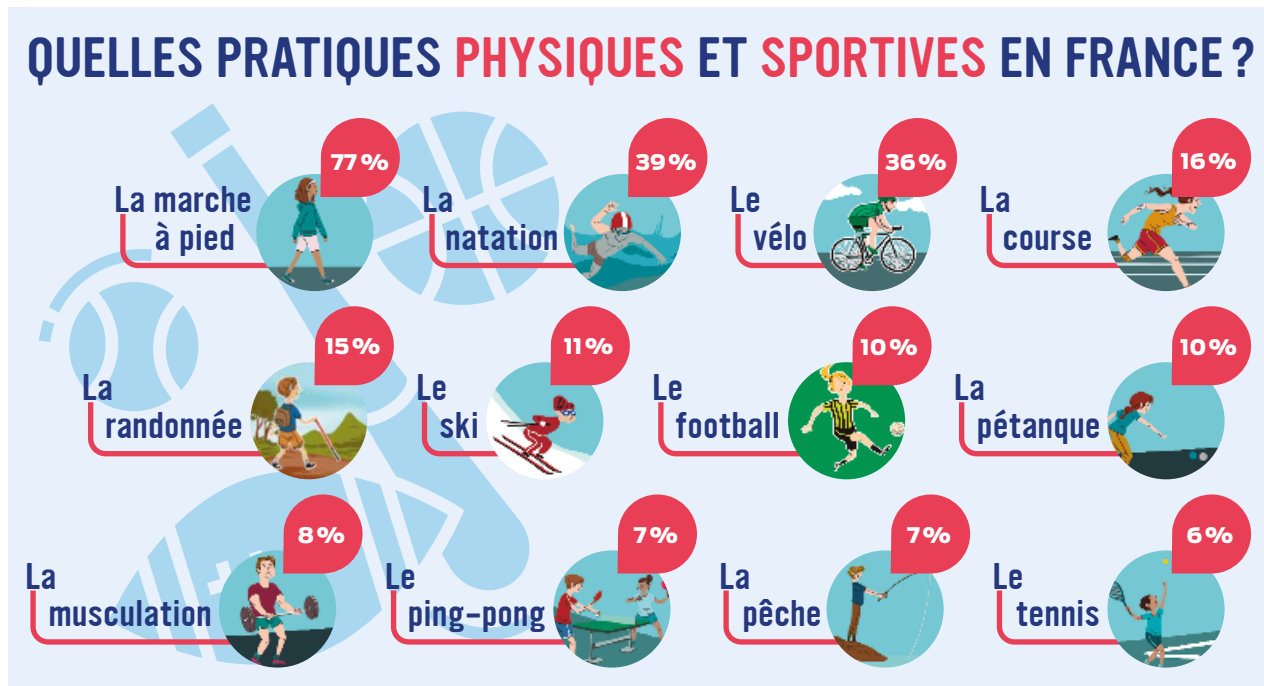


À quoi ça sert de faire du sport ?, 1 jour, 1 question (2015).

Leçon 1 ► Je parle des sports et des compétitions

1. LES SPORTS PRÉFÉRÉS

A Lis cette infographie. Quelle relation as-tu avec ces sports ?



Adapté de april.fr, 27/07/2022

B Lis cet article sur deux sportifs français. Quelle est leur spécialité ? Qu'est-ce qu'ils ont déjà gagné ? Qu'est-ce qu'ils n'ont jamais ou pas encore fait ?

Antoine Dupont est l'un des rugbymen les plus doués du moment. Il a déjà gagné deux fois le championnat du Top 14 et la Coupe d'Europe avec son équipe. Il est aussi le capitaine de l'équipe de France et a gagné de nombreux matches. Il n'a pas encore gagné de Coupe du monde, mais sa carrière n'est pas terminée !

La patineuse sur glace Gabriella Papadakis, sportive préférée des Français, n'a jamais patiné seule, mais toujours en couple avec son partenaire Guillaume Cizeron. Ils ont déjà été sacrés cinq fois champions du monde et champions d'Europe et sont même champions olympiques. Quel talent !

Grammaire

p. 54

DÉJÀ / JAMAIS / PAS ENCORE

Gabriella Papadakis a **déjà** gagné beaucoup de médailles.

Antoine Dupont n'a **pas encore** gagné la Coupe du monde.

Gabriella Papadakis n'a **jamais** patiné seule.

Astuce



Les mots de la négation sont toujours placés avant et après l'auxiliaire. Dis-toi que la négation est une paire de lunettes et que le verbe est le nez.

C Et toi et tes camarades ? Quel(s) sport(s) avez-vous déjà fait(s) ? Posez-vous des questions.

- Tu as déjà fait du rugby ?
- Oui, j'en ai déjà fait.

2. L'ESPRIT DE COMPÉTITION

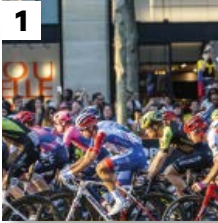
- A** Observe ces photos et indique quel est le sport représenté.
Fais des recherches, si nécessaire.

la formule 1

le tennis

le surf

le cyclisme



- B** Associe ces descriptions aux photos de l'activité A.

A Grand Prix de Monaco

Cette course automobile est certainement la plus prestigieuse du monde. Dans les rues de Monaco, les pilotes doivent être rapides et précis.

B Roland-Garros

Raquettes, stars internationales et, bien sûr, petites balles jaunes sont au rendez-vous pour ce tournoi sur terre battue.

C Tahiti Pro

L'étape polynésienne du championnat du monde est sans aucun doute la plus dangereuse, à cause de la force des vagues.

D Le Tour de France

Cette course d'environ 3500 km permet de découvrir la France. Les gagnants ne remportent pas de médaille, mais le fameux maillot jaune.

- C** 8 Écoute ces quatre commentaires entendus dans l'émission de sport *Les Géants du sport* et associe-les aux événements de l'activité B.

- D** À ton avis, quelles sont les compétitions sportives les plus populaires dans ton pays? Échange avec un(e) camarade.

- La compétition sportive la plus populaire au Canada est sans aucun doute la coupe Stanley pour le hockey sur glace.
- Le Omnium Banque nationale de tennis est peut-être plus connue.

Grammaire

p. 54

EXPRIMER LA CERTITUDE

Cette course est **certainement** la plus prestigieuse du monde. Stars et, **bien sûr**, petites balles jaunes... L'étape est **sans aucun doute** la plus dangereuse.

Lexique

p. 57

LES COMPÉTITIONS

une médaille
une course
un tournoi
un championnat

LE SAIS-TU ?

Le Tour de France est l'un des événements sportifs les plus regardés à la télévision, partout dans le monde.

Tous les ans, il y a une course de 10 km. Cette année, il y aura plus de 5000 participants...

MINI-PROJET 1

Une compétition dans ma ville

1. Par deux, choisissez une compétition (sportive, artistique, traditionnelle...) qui a lieu dans votre ville ou dans votre région.
2. Écrivez un court texte pour décrire l'événement : combien de participant(e)s y a-t-il chaque année ? Qu'est-ce qu'on doit faire pour gagner ? Pourquoi avez-vous choisi cet événement ? Puis, trouvez des images de la compétition.
3. Présentez l'événement à vos camarades.



Présenter l'événement à l'aide d'un logiciel en ligne.



3. DÉPASSE TES LIMITES

A Comment s'entraîner sans se faire mal ? Complète les phrases.

s'hydrater

s'étirer

s'échauffer

s'équiper

1. ... correctement : il faut choisir des vêtements confortables et à sa taille.
2. ... avant la séance de sport pour préparer son corps à l'effort.
3. ... avant, pendant et après pour compenser ses pertes en eau.
4. ... avant et après le sport pour allonger ses muscles.

B Lis ces conseils d'une entraîneuse pour la Journée nationale du sport scolaire et retrouve le résumé de chaque conseil.



01	02	03	04
C'est le plus important. Pour éviter de vous faire mal, écoutez votre corps : si vous êtes épuisé(e), arrêtez-vous et reposez-vous.	Si vous ne voulez pas avoir de courbatures pendant plusieurs jours, étirez vos jambes, vos bras et vos abdominaux après une activité physique.	Choisissez des chaussures à votre taille et enlevez vos accessoires (bracelets, colliers, montres...) avant l'entraînement sinon vous risquez de vous faire des bleus.	Buvez avant, pendant et après l'effort. Si vous ne voulez pas avoir la tête qui tourne, il est important de boire dès que vous en avez l'occasion.

- a. Règle d'or : ne vous blessez pas.
- b. Connaissez vos limites.
- c. L'hydratation est la clé.
- d. Contre les courbatures ? Des étirements !

C 🎧 9 Écoute les témoignages de Tania et de ses amis après la Journée nationale du sport scolaire. Quel est le problème de chacun(e) ?

Tania

Anui

Manutea

Anui a mal aux jambes.

D 👤 Selon toi, qu'est-ce que Tania et ses amis doivent faire pour résoudre leur problème ?

Anui doit se reposer.

Lexique 

p. 57

LA PRÉPARATION SPORTIVE

s'étirer
s'échauffer
s'équiper
s'hydrater
se reposer

Lexique

p. 56

DÉCRIRE DES SYMPTÔMES

se faire / avoir mal
se faire / avoir un bleu
avoir des courbatures
avoir la tête qui tourne

LE SAIS-TU ?

En France, la Journée nationale du sport scolaire a lieu tous les ans en septembre. On organise des manifestations sportives, comme des compétitions, des jeux ou des démonstrations. Tout le monde est invité à bouger : les élèves... mais aussi les professeur(e)s et les parents !

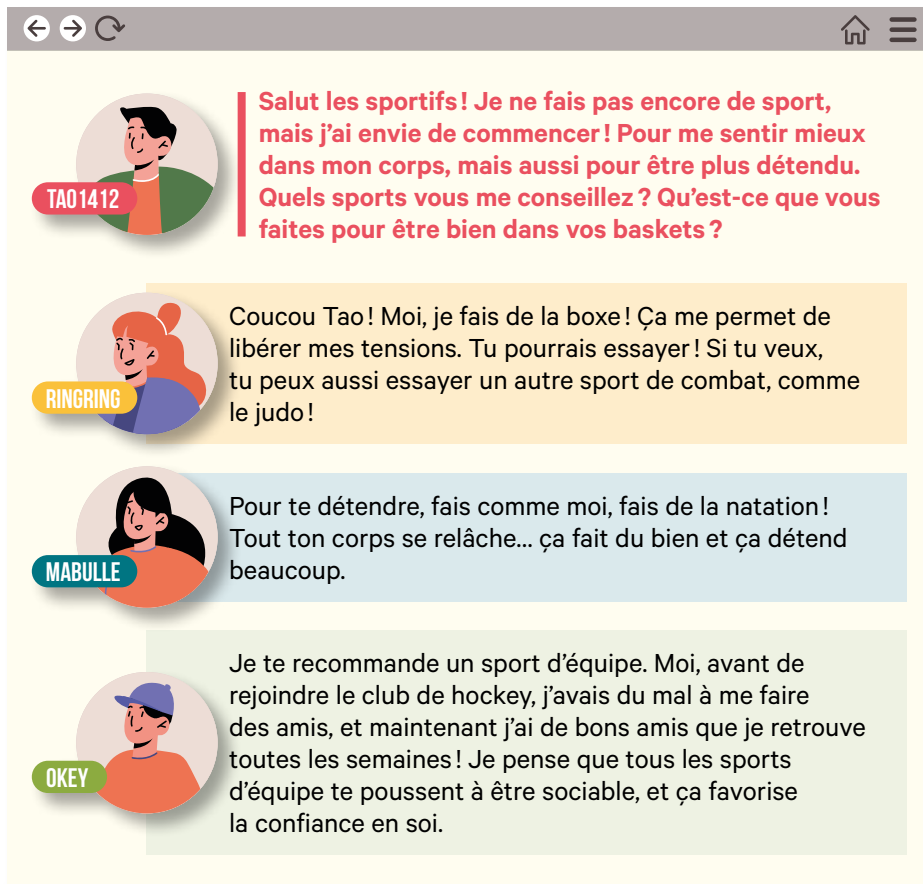
4. BON POUR LE CORPS, BON POUR L'ESPRIT

- A** Lis les messages de ce forum et dis quels bienfaits procurent ces types de sports.

sport d'équipe

sport de combat

sport aquatique



← → ↺

TAO1412 Salut les sportifs! Je ne fais pas encore de sport, mais j'ai envie de commencer! Pour me sentir mieux dans mon corps, mais aussi pour être plus détendu. Quels sports vous me conseillez? Qu'est-ce que vous faites pour être bien dans vos baskets?

RINGRING Coucou Tao! Moi, je fais de la boxe! Ça me permet de libérer mes tensions. Tu pourrais essayer! Si tu veux, tu peux aussi essayer un autre sport de combat, comme le judo!

MABULLE Pour te détendre, fais comme moi, fais de la natation! Tout ton corps se relâche... ça fait du bien et ça détend beaucoup.

OKEY Je te recommande un sport d'équipe. Moi, avant de rejoindre le club de hockey, j'avais du mal à me faire des amis, et maintenant j'ai de bons amis que je retrouve toutes les semaines! Je pense que tous les sports d'équipe te poussent à être sociable, et ça favorise la confiance en soi.

Lexique

p. 56

LES TYPES DE SPORTS


sports d'équipe
sports de combat
sports aquatiques
sports de raquette
sports de glisse
sports de précision

Grammaire

p. 55

LE PRONOM ÇA

Ça me **permet** de libérer mes tensions.
Ça **favorise** la confiance en soi.
Ça **fait** du bien.
Ça **détend** beaucoup.

- B**  Choisis un sport et fais-le deviner à tes camarades.

- Mon sport mystère est un sport de glisse. On utilise les bras et les jambes. Ça permet d'améliorer notre coordination.
- C'est le surf!

MINI-PROJET 2

Deviens coach sportif/ive

1. Tu vas devenir coach sportif/ive pour l'un(e) de tes camarades. D'abord, prépare cinq questions pour connaître son profil et ses besoins: est-ce qu'il / elle est sportif/ive? Est-ce qu'il / elle est trop stressé(e)?...
2. À deux, posez-vous les questions et notez les réponses, puis décidez individuellement du plan adapté à l'autre. Pour bien coacher ton / ta camarade, trouve-lui une catégorie de sport, un exemple de sport dans cette catégorie et des conseils.
3. Présente ton programme à ton / ta camarade.



Noelia, je te conseille un sport de raquette! Par exemple, le tennis de table. C'est bon pour la concentration et l'endurance. D'abord, équipe-toi: trouve une bonne raquette...

Présenter le programme à l'aide d'un diaporama.



5. BIEN ÉQUIPÉS

- A** Lis ce catalogue. À ton avis, pour quel sport peut-on utiliser ces objets ?

QUELQUES ÉQUIPEMENTS DE SPORT INTELLIGENTS



LES GANTS CONNECTÉS

Ils possèdent des capteurs intégrés reliés à une application sur votre téléphone. À chaque coup donné, l'appli affiche la force, la vitesse et les calories dépensées. Les gants disposent aussi d'effets lumineux qui vous encouragent à améliorer votre technique.



LE TEE-SHIRT CONNECTÉ

Il possède des capteurs cardiaques, respiratoires et d'activité. Vous pouvez suivre vos activités, mais aussi surveiller votre sommeil, votre stress et vos maladies cardio-respiratoires.



LE MIROIR D'ENTRAÎNEMENT CONNECTÉ

Cette armoire de fitness comporte des haltères et un tapis de yoga et est dotée d'un miroir qui vous permettra de réaliser les meilleurs gestes. En plus, de nombreuses vidéos d'entraînement sont proposées, et vous aurez un coach rien que pour vous !



LES BASKETS CONNECTÉS

Ces baskets intelligentes sont connectées à une application mobile pour récolter en temps réel vos performances, comme la distance parcourue et la vitesse.



Lexique

p. 56

LE MATÉRIEL SPORTIF

les gants de boxe
les haltères
le tapis de yoga
le tee-shirt
les baskets

Grammaire

p. 55

AUSSI / EN PLUS

Ils disposent **aussi** d'effets lumineux.

En plus, il propose des vidéos d'entraînement.

- B** Compare chaque objet à son équivalent non connecté.

Avec des gants de boxe non connectés, on ne peut pas améliorer sa technique.

- C** Observe ces deux objets connectés. À ton avis, qu'est-ce qu'ils permettent de faire ?

1



La raquette connectée

2



Les chaussettes connectées

LE SAIS-TU ?

En 2030, nous utiliserons plus de 100 milliards d'objets connectés ! C'est plus de 10 fois le nombre actuel d'habitants dans le monde.

6. SURFEZ CONNECTÉS !

- A** Lis cet article sur deux planches connectées, puis complète les phrases pour les comparer.

LA PLANCHE CONNECTÉE, UNE INNOVATION QUI POINTE LE BOUT DE SON NEZ

Elle permet de connaître vos performances en direct ou d'être au courant d'un grand nombre d'informations sur votre session. Voici deux projets qui mettent l'eau à la bouche.

LA SLIDE-R DE SURF'IN, PLANCHE CONNECTÉE FRANÇAISE



Il existe une planche connectée et elle est française. La Slide-R de Surf'in a été développée par des Bordelais. Elle est dotée d'un capteur permettant de récolter des données sur les performances du surfeur. Elle se recharge de façon autonome avec un panneau photovoltaïque intégré à la planche. L'utilisateur pourra donc connaître le nombre de vagues prises, la distance parcourue, les calories brûlées ou encore sa vitesse simplement en surfant avec cette planche.

LA SAMSUNG GALAXY SURFBOARD, UN PROJET DE PLANCHE ENCORE LOINTAIN

Un autre projet est en cours de développement pour la création d'une planche connectée : la Samsung Galaxy Surfboard. Ce prototype de planche possède un écran connecté sur l'avant, et le surfeur pourra voir en même temps les messages de son coach et les données utiles à sa session de surf.



Adapté de www.meilleure-innovation.com, 24/06/2022

1. Avec la planche Slide-R, vous pouvez ..., en revanche, impossible de ...
2. Avec la planche Samsung Galaxy, c'est possible de ..., par contre, vous ne pouvez pas ...

- B** 10 Écoute ce dialogue entre Tania et Anui sur les objets de l'activité A. Qui de Tania et Anui exprime les idées suivantes ?

1. C'est utile de connaître sa vitesse et la distance parcourue, en revanche, c'est dommage de toujours rechercher la performance, et pas simplement le plaisir.
2. C'est sympa de pouvoir recevoir des messages du coach, mais si on ne peut pas y répondre ça ne sert à rien !

- C** Et toi ? Laquelle des deux planches préfères-tu ? Pourquoi ?

Grammaire

p. 55

EXPRIMER L'OPPOSITION

par contre
en revanche
mais

MINI-PROJET 3

Crée ton objet connecté pour le sport

1. Fais des recherches sur une activité sportive que tu connais : quel matériel est utilisé ? Peux-tu améliorer cette activité, la faciliter ou la rendre plus originale avec un peu de technologie ?
2. Imagine un objet connecté pour cette activité.
3. Dessine ton objet, puis écris un court texte pour décrire son utilité et ses fonctions.
4. Chacun(e) présente son objet à la classe.
Les autres prennent des notes pour poser des questions après chaque présentation.
5. Quel objet connecté préfères-tu ? Pourquoi ?

Les patins à roulettes lumineux ! Ces patins lumineux sont légers et fantastiques : ils projettent une lumière colorée derrière toi selon tes performances...

Créer un catalogue en ligne des objets connectés de la classe.



A. DÉJÀ / JAMAIS / PAS ENCORE

Pour exprimer l'idée qu'une action se produit plus tôt que ce qui était attendu, on emploie :

Déjà + passé composé

À 14 ans, il a **déjà** participé à plusieurs tournois de tennis.

Pour exprimer l'idée qu'une action n'a pas eu lieu, on emploie :

Jamais + passé composé

Elle n'a **jamais** gagné de médaille.

Pour sous-entendre qu'une action se fera un jour, on emploie :

Pas encore + passé composé

Elle n'a **pas encore** gagné de médaille.

Déjà, **pas encore** et **jamais** se placent entre l'auxiliaire et le participe passé du verbe conjugué.

1 Transforme les phrases suivantes en utilisant *déjà* ou *jamais* comme dans l'exemple.

a. J'ai déjà fait du surf. → Je n'ai jamais fait de surf.

b. Il n'a jamais fait de hip-hop.

e. Tu as déjà gagné une compétition.

c. Nous avons déjà couru un marathon.

f. Je n'ai jamais eu de médaille.

d. Elles ont déjà fait du traîneau
en Alaska.

g. Vous n'avez jamais fait d'escalade.

2 Pour chacune des activités suivantes, dis si toi et des membres de ta famille l'avez déjà faite, ne l'avez pas encore faite ou ne l'avez jamais faite.

faire du saut à l'élastique

escalader une montagne

remporter une médaille

faire de l'acrobranche

pratiquer la natation synchronisée

nager 3 kilomètres

partir en randonnée au Canada

parcourir 30 kilomètres à vélo

faire de l'équitation

→ Mon frère a déjà fait de l'équitation. Moi, je n'ai jamais fait d'équitation.

B. EXPRIMER LA CERTITUDE

Pour exprimer avec force une affirmation, on peut utiliser **certainement**, **bien sûr**, **évidemment**, **sans aucun doute**. Ils sont employés seuls et peuvent être placés en début ou en fin de phrase et isolés par une virgule, ou juste après le verbe conjugué, isolés ou non par des virgules.

Bien sûr, il va marquer un but.

Il va, **bien sûr**, marquer un but.

Certainement exprime l'idée d'une possibilité, on peut le remplacer par **probablement**.

Ils ont **certainement** suivi beaucoup d'entraînements.

3 Réponds aux questions suivantes en exprimant la certitude.

a. Quel est ton sport préféré ?

b. Quel est le sport que tu détestes ?

c. Qui est le / la plus connu(e) des sportifs/ives ?

d. Quel est le sport le plus dangereux ?

e. Quel est le sport le plus pratiqué dans le monde ?

f. Quel est le sport le moins fatigant ?

C. EXPRIMER L'OPPOSITION

Pour exprimer une idée différente ou contraire à une première idée, on peut employer : **en revanche, par contre, mais.**

L'appli enregistre les performances, **par contre** elle ne donne pas de conseils.

4 Complète les phrases suivantes en donnant une idée différente ou contraire.

- Ce petit boîtier peut mesurer la vitesse,
- Ces chaussures sont légères,
- Cette tenue de course est chère,
- On peut connaître la distance parcourue,
- Cette montre connectée est pratique,
- Ces bâtons de ski sont télescopiques,

D. AUSSI / EN PLUS

Pour ajouter une information ou une précision, on emploie :

- **Aussi.** On le place juste après le verbe.
Il faudrait **aussi** illustrer l'article avec des photos.
(= L'article n'est pas encore illustré, il faudrait l'illustrer.)
- **En plus.** On le place soit en début de phrase soit après un nom. On l'isole avec une virgule.
En plus, il faudrait des illustrations.
(= Il n'y a pas encore d'illustrations, il faut en ajouter.)

5 Complète les phrases suivantes en ajoutant une information.

- Les danseurs sont costumés et **sont aussi maquillés.**
- Ils jouent de la musique toute la nuit et
- Les grimpeurs sont très agiles et
- Il faut aller vite et
- Les fruits pèsent lourd et
- Il y a un concours artistique et

PHONÉTIQUE

Le mot **plus** peut se prononcer [ply] ou [plys].

🔊 11 Écoute et coche le son que tu entends.

	plus → [ply]	plus → [plys]
a.		
b.		
c.		
d.		
e.		
f.		
g.		
h.		

E. LE PRONOM ÇA

Ça est un pronom démonstratif indéfini qui permet de reprendre ou de remplacer un groupe de mots référant à quelque chose de déjà connu par l'interlocuteur/trice. On l'emploie surtout à l'oral. À l'écrit, il est conseillé d'utiliser la forme **cela**.

Le yoga me détend. → **Ça / Cela** me détend.

J'adore faire de la danse. → J'adore **ça**.

6 Repère les groupes de mots que tu pourrais remplacer par **ça**, puis transforme la phrase comme dans l'exemple.

- Le sport aide à se défouler.
→ **Ça aide à se défouler.**
- Hier, elle a regardé le championnat du monde.
- Il adore la compétition.
- Il suit ce programme sportif depuis un mois.
- Le yoga m'aide à me concentrer.

1. Le matériel sportif

A Retrouve les quatre accessoires de sport cachés dans cette grille.

B	C	A	S	Q	U	E	S	A	P
R	A	L	N	E	V	O	J	L	A
A	K	S	Q	I	D	A	A	W	N
U	J	O	K	A	J	N	H	O	K
J	S	G	C	E	C	M	L	K	Z
O	O	A	F	H	T	L	T	D	Q
A	S	E	E	F	A	S	G	R	B
M	C	H	Y	B	V	C	M	B	R

2. La préparation sportive

B Écris le nom des actions que fait Tania.

s'hydrater

s'étirer

s'équiper

1



2



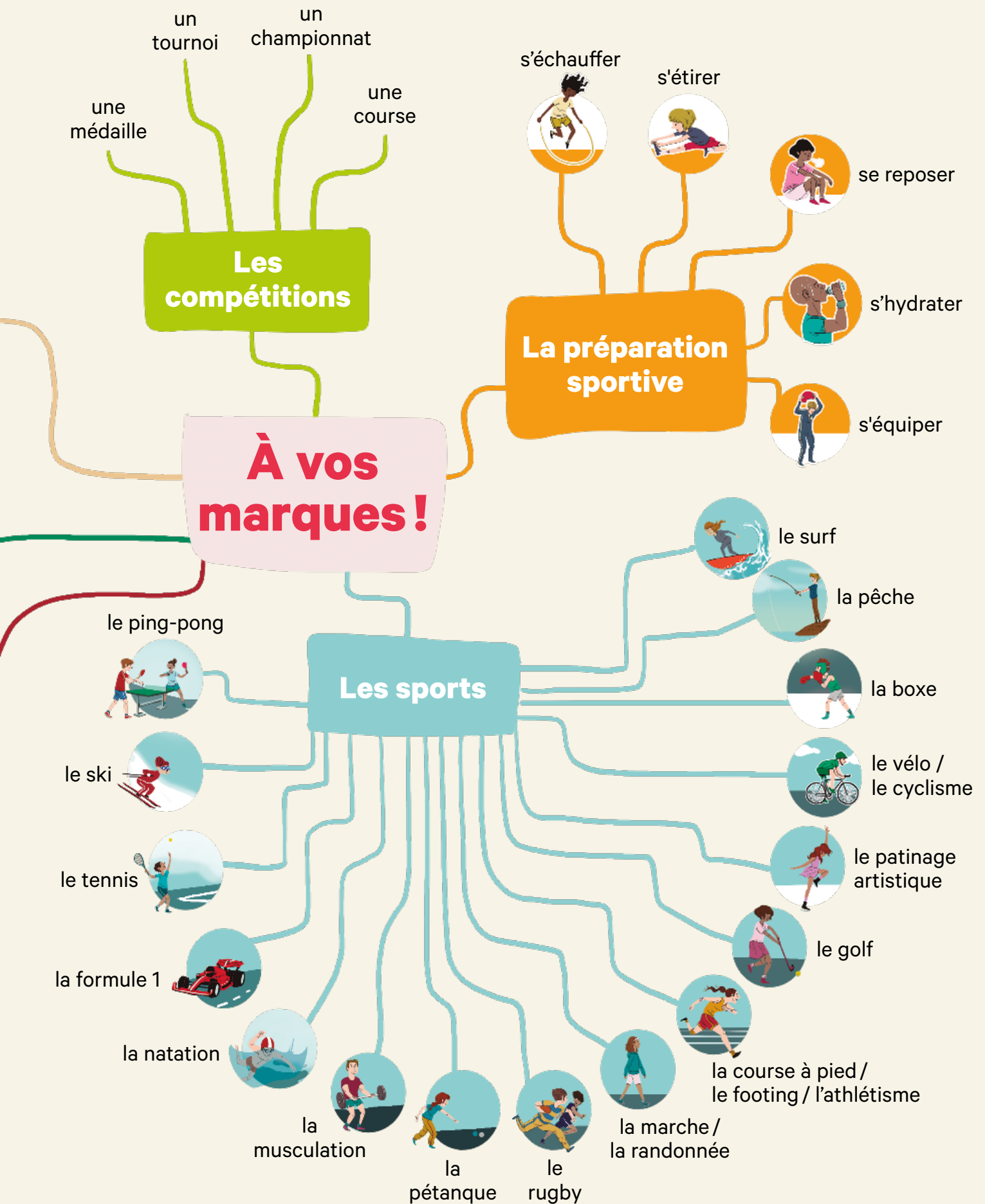
3



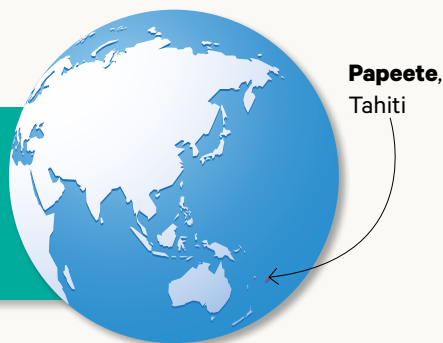
3. Crée ta carte mentale

C Écris les mots que tu veux retenir de cette unité et ajoute des photos et des dessins.





Fenêtre sur



Papeete,
Tahiti

Le Heiva



par **Tania**,
14 ans, Papeete,
Tahiti

En Polynésie française, chaque année, on attend avec impatience le Heiva. Ce sont des festivités traditionnelles où sports, danses, costumes et chants rassemblent toute la Polynésie française.

La course de porteurs de fruits

Les concours sportifs et artistiques ont plusieurs épreuves. Une des plus colorées est sans doute la course de porteurs de fruits. Porter des fruits en été a peut-être l'air d'une activité sympa mais, en fait, les coureurs portent 30 à 50 kilos de fruits attachés à un long bâton en bambou, et ce sur 2 km ! Le / La gagnant(e) doit être rapide, mais aussi élégant(e), et transporter une charge de fruits belle, originale et appétissante.



La montée de cocotiers

Les athlètes qui préfèrent grimper participent plutôt à l'épreuve de la montée de cocotiers. Le but est simple : monter, à mains nues, au sommet d'un cocotier d'environ 20 mètres. Les grimpeurs sont agiles et bougent à une vitesse impressionnante sous les encouragements du public.

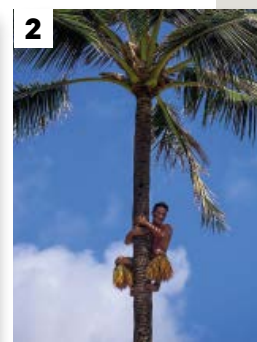
QUESTIONNAIRE CULTUREL

La Polynésie française

- Cite deux sports qu'on fait en Polynésie française ?
- Combien d'îles y a-t-il en Polynésie française ?
- Dans quel océan se trouve la Polynésie française ?

Le Heiva

- À quel concours du Heiva correspondent ces photographies ?



La course de pirogues

Appelée aussi va'a, cette pirogue polynésienne peut peser jusqu'à 200 kilos ! C'est un des sports les plus appréciés et pratiqués à Tahiti. Le va'a est traditionnel mais aussi symbolique, car c'est grâce à la pirogue que les îles polynésiennes ont été peuplées.



La danse des costumes

Pour le plaisir des yeux, la danse des costumes met en scène des groupes aux costumes magnifiques, interprétant des chorégraphies de danse tahitienne devant un public qui applaudit et danse un peu aussi !



- A** Quelles activités peut-on voir pendant le Heiva ?
- B** Que doit-on faire pour remporter la course de porteurs de fruits ?
- C** Pourquoi le va'a est-il un sport symbolique pour la Polynésie française ?
- D** Pour quelles épreuves les athlètes doivent-ils / elles être rapides ?

JOURNALISTE EN HERBE

Présente un événement traditionnel de ton pays. Tu peux utiliser des journaux ou tes photos personnelles pour illustrer ta présentation.

Le sport

- Remets les lettres dans l'ordre pour retrouver les activités les plus pratiquées par les Français.

La E R O C U S et la T O N A A T N I.

- Dans quel sport Antoine Dupont a-t-il remporté plusieurs championnats ?
- Qu'est-ce que Roland-Garros ?
 - a. une compétition de cyclisme
 - b. une compétition de surf
 - c. une compétition de tennis

PROJET FINAL

Créer un programme sportif

Vous allez créer un programme pour une journée sportive dans votre classe.

1. En petits groupes, choisissez une activité sportive que vous aimez bien.
2. Faites la liste du matériel dont vous avez besoin pour ce sport.
3. Créez un programme sportif : bien s'étirer avant, s'échauffer, etc.
4. Chaque groupe présente son programme au reste de la classe.

Publier le programme sur le blog du collège.



On va organiser un championnat de basket
pour la journée sportive de la classe.
Nous aurons besoin d'un terrain, de ballons...

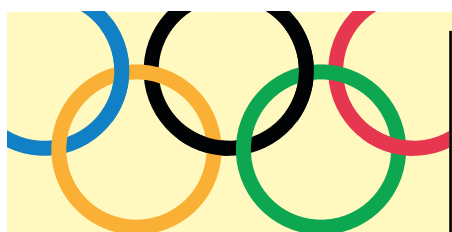


Les Jeux olympiques

Les Jeux olympiques sont la plus grande manifestation sportive du monde. Ils ont lieu tous les deux ans, alternant Jeux d'hiver et Jeux d'été, et ils réunissent les meilleurs athlètes dans une trentaine de sports. En 2024, la ville de Paris accueille de nouveau les Jeux olympiques et paralympiques d'été, cent ans après ceux de 1924.



- A** Qu'est-ce que tu sais sur les Jeux olympiques ? Parles-en avec un(e) camarade.
- B** Lis le texte puis dis si les phrases sont vraies ou fausses. Corrige les phrases fausses.



Les premiers Jeux olympiques ont été organisés en Grèce pendant l'Antiquité et ils se déroulaient sur le site sacré d'Olympie en l'honneur des dieux. Les athlètes participaient à des épreuves comme la course à pied, la lutte, le lancer de disque ou

la course de chars. En 394, ils sont interdits par l'empereur romain Théodose I^{er}. C'est le baron Pierre de Coubertin qui organise les premiers Jeux olympiques modernes à Athènes en 1896. Il souhaitait populariser le sport et ses valeurs (effort, volonté, écoute, transmission des savoirs, etc.).

C'est lui qui crée aussi le drapeau olympique avec les cinq anneaux de couleur

qui représentent l'union des continents.

Les Jeux olympiques modernes ont beaucoup évolué au cours du temps. En 1900, les femmes participent pour la première fois aux JO et, en 1924, la ville de Chamonix, en France, accueille les premiers JO d'hiver.

La devise olympique est composée des trois mots latins « Citius, Altius, Fortius » qui signifient : plus vite, plus haut, plus fort.

1. Les premiers Jeux olympiques ont été inventés durant l'Antiquité.
2. Dans l'Antiquité, les femmes pouvaient participer aux Jeux olympiques.
3. Les Jeux olympiques d'hiver ont été créés en 1896.
4. Pierre de Coubertin a organisé les Jeux olympiques modernes.

- C** Est-ce que tu connais ces trois grands athlètes olympiques ? À ton avis, quelle est leur discipline ?



Martin Fourcade



Estelle Mossely



Teddy Riner

- D** Fais des recherches pour trouver les records olympiques des trois athlètes de l'activité C.
- E** Présente un(e) sportif/ive de ton pays qui a participé aux Jeux olympiques.