

La séance d'actu de la semaine

Et si on refaisait du sport ?

Cycle 3
Collège



Activité 1 DE QUOI PARLE L'INFO EN GRAND ?

Observe l'info en grand et coche les bonnes réponses.

- C'est une info sur les Jeux olympiques junior.
- C'est un article qui parle de l'alimentation des sportifs.
- C'est une info sur les bienfaits du sport.
- C'est une info qui nous encourage à faire du sport.

Activité 2 JE RECUEILLE DES INFORMATIONS.

1. Pourquoi le sport est-il bon pour ta santé ?

Légende les dessins de Jacques Azam pour comprendre.

Le sport c'est bon pour...



.....

.....

2. Que dois-tu faire pour garantir ta sécurité quand tu fais du sport ?
Invente un logo pour chaque consigne.

	Appliquer les gestes barrières.
	Garder une distance de sécurité.
	Nettoyer souvent le matériel.
	Pas plus de 10 personnes rassemblées.

3. Quels sports peux-tu pratiquer en ce moment ?
Légende chaque photo... sans regarder ton journal !



.....

Activité 3 JE COMPRENS LES MOTS DE L'ARTICLE.

Voici des mots extraits de l'article. Coche la bonne définition.

- Une **activité nautique**, c'est :
 - Une activité qui se pratique sur l'eau.
 - Une activité que l'on peut pratiquer quand il pleut.
- **Éliminer** veut dire :
 - Éclairer, illuminer.
 - Supprimer, faire disparaître.
- **Se concentrer** veut dire :
 - Réfléchir avec attention.
 - Se laisser distraire.

Activité 4 JE COMPRENDS L'ARTICLE.

As-tu bien compris l'article ? Pour le savoir, **réponds** aux questions suivantes. Attention ! Il peut y avoir plusieurs bonnes réponses.

1. Pourquoi ton journal aborde-t-il ce sujet ?

- Parce que le sport est bon pour la santé et le moral.
- Pour donner envie aux enfants de faire du sport.
- Parce que, depuis le déconfinement, les enfants ont très envie de faire du sport !

2. Que fabrique ton cerveau lorsque tu fais du sport ?

- Des muscles et du sucre qui te donnent de la force.
- Des endorphines qui te permettent de te sentir bien.

3. Pourquoi est-ce difficile de faire une heure de sport par jour ?

- Parce que certaines familles manquent d'argent, de temps, de matériel, etc.
- Parce que, dans certains pays, le sport est totalement interdit.

4. Pourquoi le sport permet-il de maigrir ?

- Parce qu'il permet d'éliminer la graisse et le sucre.
- Parce qu'il se pratique assis dans un fauteuil.

5. Pourquoi certains sports sont-ils interdits, en ce moment, en France ?

- Parce qu'ils ne sont pas assez fatigants.
- Parce qu'ils demandent trop de contacts entre les sportifs.

6. Pourquoi vaut-il mieux pratiquer des sports de plein air, en ce moment ?

- Parce qu'il y a du soleil.
- Parce qu'à l'extérieur, il y a moins de risques d'attraper le Covid-19.
- Parce que c'est plus agréable.

Activité 5 JE SAIS UTILISER DES PRÉFIXES.

Transforme ces mots en leur ajoutant un préfixe.

Tirer : Centrer :

Jouer : Faire :

Traîner : Porter :

Forcer : Garder :

Activité 6 JE COMPRENDS DES MOTS ABSTRAITS.

Trouve un **synonyme** pour chacun de ces mots. Tu peux utiliser un dictionnaire des synonymes.

Le moral : Le courage :

La persévérance : Le chagrin :

Activité 7 JE DONNE MON AVIS.

1. **Et toi**, quel(s) sport(s) pratiques-tu ?

.....
.....

2. Parmi les sports que ton journal te présente, lequel préférerais-tu pratiquer ?
Classe-les par ordre de préférence.

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

3. Fais-tu du sport avec tes parents ? **Explique** :

.....
.....

4. Cap ou pas cap de faire une heure de sport par jour ? **Justifie** ta réponse.

.....
.....