



Compréhension écrite : Le sport dans ma vie

Texte : Le sport dans ma vie

Je m'appelle Lucas et j'ai 14 ans. J'habite à Lyon, en France. Le sport occupe une place importante dans ma vie.

Mon sport préféré est le basket-ball. Je pratique ce sport depuis quatre ans. Je m'entraîne trois fois par semaine dans un club de ma ville. J'aime le basket parce que c'est un sport d'équipe. Je joue avec mes amis et nous nous encourageons pendant les matches.

Je fais aussi du sport à l'école pendant les cours d'éducation physique et sportive. Le week-end, je fais parfois du vélo ou je joue au football avec mes copains.

Le sport m'apporte beaucoup de choses. Il me donne de l'énergie, améliore ma santé et m'aide à rester en forme. Après une séance de sport, je me sens plus heureux et moins stressé. Grâce au sport, j'ai aussi rencontré de nouveaux amis.

Mais faire du sport n'est pas toujours facile. Parfois, je suis fatigué ou j'ai beaucoup de devoirs. Quand il fait mauvais, il est aussi difficile de s'entraîner dehors. Mais je continue, car je sais que la régularité est importante.

Dans le futur, je voudrais continuer le basket et progresser. J'aimerais participer à des compétitions avec mon équipe. Je voudrais aussi essayer d'autres sports, par exemple le tennis et la natation.

Pour moi, le sport n'est pas seulement une activité. C'est une façon de vivre, de rester en bonne santé, de se faire des amis et de croire en ses objectifs !

Activité 1 : Vrai ou Faux

Coche la case correspondante selon les informations du texte.

Affirmation	Vrai	Faux
1. Lucas habite à Lyon.		
2. Lucas pratique le football depuis quatre ans.		
3. Il s'entraîne trois fois par semaine dans un club.		

4. Lucas n'aime pas faire du sport avec ses amis.		
5. Le sport l'aide à se sentir moins stressé.		
6. Lucas veut arrêter le sport dans le futur.		
7. Lucas fait aussi du sport à l'école pendant les cours d'éducation physique et sportive.		
8. Lucas joue toujours au football le week-end.		
9. Quand il fait mauvais, il est difficile pour Lucas de s'entraîner dehors.		
10. Grâce au sport, Lucas a rencontré de nouveaux amis.		

Activité 2 : Questionnaire à choix multiples

Coche la bonne réponse pour chaque question.

1. Quel âge a Lucas ?

A) 12 ans

B) 13 ans

C) 14 ans

D) 15 ans

2. Pourquoi Lucas aime-t-il particulièrement le basket-ball ?

A) Parce que c'est un sport individuel

B) Parce que c'est un sport d'équipe

C) Parce que c'est très facile

D) Parce que cela ne prend pas de temps

3. Que fait Lucas parfois pendant le week-end ?

A) Il fait du vélo ou joue au football

B) Il joue aux jeux vidéo

C) Il fait du ski en montagne

D) Il va au cinéma avec sa classe

4. Quels autres sports Lucas voudrait-il essayer plus tard ?

A) Le judo et l'athlétisme

B) Le ski et le rugby

C) Le tennis et la natation

D) L'équitation et la gymnastique

5. Quand Lucas fait-il du sport à l'école ?

A) Pendant les cours d'éducation physique et sportive

C) Pendant la récréation

B) Après les cours de musique

[D) Le dimanche matin

6. Qu'est-ce qui peut rendre l'entraînement difficile pour Lucas quand il fait mauvais ?

A) Il est difficile de s'entraîner dehors

C) Il n'a pas de club dans sa ville

B) Son équipe ne joue pas au basket

D) Il doit voyager à Paris

7. Pourquoi Lucas continue-t-il à faire du sport malgré les difficultés ?

A) Parce qu'il sait que la régularité est importante

C) Parce qu'il n'a jamais de devoirs

B) Parce qu'il veut arrêter l'école

D) Parce qu'il préfère rester seul

8. Qu'est-ce que Lucas a aussi gagné grâce au sport ?

A) De nouveaux amis

C) Un voyage en France

B) Plus de devoirs

D) Un nouveau club de natation

Activité 3 : Questions ouvertes

Réponds aux questions par des phrases complètes en t'appuyant sur le texte.

1. Comment s'appelle le garçon et quel âge a-t-il ?

2. Où habite Lucas et quel est son sport préféré ?

3. Depuis combien de temps pratique-t-il le basket et à quelle fréquence s'entraîne-t-il ?

4. Pourquoi Lucas aime-t-il le basket-ball ?

5. Quels sont les bienfaits et avantages du sport pour Lucas ?

.....

.....

.....

6. Que veut faire Lucas dans le futur et quels sont ses objectifs ?

.....

.....

.....