

Trouve 6 autres qualités sportives et 11 noms de sports dans la grille.
Puis dis pour quel(s) sport(s) chaque qualité est importante.

Exemple : la force → pour l'haltérophilie, le judo, etc.

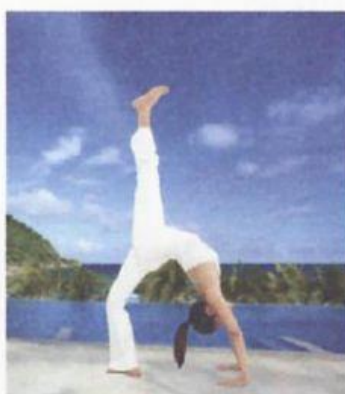
W	S	K	I	É	Q	U	I	L	I	B	R	E
C	O	N	C	E	N	T	R	A	T	I	O	N
Y	U	B	A	S	K	E	T	Y	O	G	A	D
C	P	R	É	C	I	S	I	O	N	O	V	U
L	L	U	X	R	F	O	R	C	E	L	I	R
I	E	G	V	I	T	E	S	S	E	F	R	A
S	S	B	K	M	C	O	U	R	S	E	O	N
M	S	Y	T	E	N	N	I	S	Z	Y	N	C
E	E	G	Y	M	N	A	S	T	I	Q	U	E

1. →
2. →
3. →
4. →
5. →
6. →

À ton avis, quelle est la qualité sportive la plus importante pour pratiquer chaque sport ? Cite une qualité différente à chaque fois.



a.



b.



c.



d.



e.



f.

Complète ces règles avec les expressions suivantes.

a besoin de – consiste à – interdit de – ne faut pas – ne peut pas – s'agit d'

- a. Au tennis, il est toucher le filet avec la raquette ou la main.
- b. Au foot, il toucher le ballon avec la main.
- c. L'escrime, ça toucher son adversaire avec une arme.
- d. Au basket, on toucher la personne qui porte le ballon.
- e. Au golf, il envoyer une balle dans un trou.
- f. Pour faire du ski, on skis et de bâtons.

Finissez les phrases

- 1. Pour faire du basket, j'ai besoin de
- 2. Pour jouer au foot, il me faut
- 3. Pour faire du tennis, j'ai besoin de
- 4. Pour faire du ski, vous devez avoir

À partir du document suivant, explique, sur une feuille séparée, les règles du sepak takraw. Utilise les expressions de la leçon.

- sport d'origine asiatique ; « sepak » = coup de pied, « takraw » = balle tressée

But du jeu : envoyer la balle de l'autre côté du filet

- 2 équipes de 3 joueurs sur un terrain

Règles :

- maximum 3 touches de balle par équipe puis la renvoyer dans l'autre camp

- utiliser toutes les parties du corps : pied, genou, tête... mais interdiction de toucher la balle avec les mains ou les bras

- point gagné : quand la balle touche le sol de l'autre équipe

- si la balle sort du terrain : point perdu

- qualités sportives des joueurs : vitesse, équilibre, réflexes...



Chloé Trespeuch, un grand espoir du sport français !



Médaillée aux JO de Sotchi (2014), finaliste des X-Games* en 2016 et deuxième aux Championnats du monde en 2017, Chloé Trespeuch

est l'un des plus grands espoirs du snowboard français. Nous l'avons rencontrée cette semaine à Paris.

Elle n'a que 19 ans quand elle remporte sa première médaille olympique, le 16 février 2014, à Sotchi en Russie ! Elle se souvient de cette finale : « Ce que j'ai vécu ce jour-là, c'était incroyable ! » Quelques années plus tôt,

elle était devenue championne d'Europe et vice-championne du monde junior.

La sportive apprend le ski dès l'âge de deux ans mais très vite, pour faire comme son grand-frère Léo, elle se met au snowboard. C'est avec lui qu'elle découvre la compétition. Et depuis qu'elle a commencé le sport, elle sait ce qu'elle veut : s'amuser et surtout gagner.

Cela n'a pas toujours été facile pour elle mais, pour Léo, elle a toujours été la meilleure. Chloé raconte qu'il l'a aidée à dépasser ses limites. Et c'est un très haut niveau qu'elle a atteint grâce à lui en quelques années !

Le prochain objectif de la snowboardeuse ?

La première place sur un podium aux Jeux olympiques !

* événement qui réunit les meilleurs sportifs des sports extrêmes

- Qui est Chloé Trespeuch ?
- Est-elle déjà arrivée première en compétition ? Combien de fois ?
- A-t-elle toujours pratiqué son sport ?
- Selon elle, comment est-elle arrivée au plus haut niveau ?
- Quel est son prochain défi ?