

SPORT DÉBROUILLARDS
36
QUI A INVENTÉ LE VÉLO?
QUIZ, BD, ENTREVUE ET PLUS!

SPORT DÉBROUILLARDS
SEPTEMBRE 2020
SOMMAIRE

15  Flash Sport
6 Dossier
Sport extrême:
Entre peur et audace
10 À découvrir
En selle!
12 En vedette
Jacqueline Simoneau:
Le bon choix!
15 Records fous
16 Quiz
Connais-tu l'apport des
Autochtones au sport canadien?
18 Arrêt sur image
Sur la ligne de tir
20 Vrai, pas vrai
**22 Dans la tête
des pros**
S'entraîner dans sa tête
**26 Demande
aux experts**
28 D'où ça vient
Le vélo
29 Test
30 Métiers
32 Balade
34 Planète sport

15  **26**  **28** 

Retrouve les BD
Le Chronoscope
à la page 23
et Glouk
et Glunk à la
page 35!

**Toujours
plus
haut!**

**Sports extrêmes
Vive la peur!**

de Montréal
de comprendre pour
meilleure saison des Expos est
aussi la plus triste.
Bonne lecture!

Bruno
Rédacteur en chef

EN COUVERTURE: Jean-Alain/Fotografia Aquilator, Jacques Goudon (Bépo),
SCHIMMEL: Sébastien (prochocart), Vika La Ferrière (Bépo), Serge Sabourin
(Séko), Pascal Colpère (Le Chronoscope), James Rossi (dreamstime.com/boyd),
Shelley (dreamstime.com/boyd)

SPORT DÉBROUILLARDS.com
SEPTEMBRE 2020 - 4,95 \$ MD
ISSN 1533-0466

Titre	Entre peur et audace
Pages	6 à 9
Rubrique	Dossier
Thème	Sport extrême



Compétence :

Français : lire des textes variés.

Objectifs :

- ➔ Mieux comprendre l'émotion de la peur en lien avec les sports extrêmes.
- ➔ Développer ses stratégies de lecture.

Matériel :

- ➔ Le magazine *Sports Débrouillards*, p. 6-9
- ➔ Un TNI
- ➔ La fiche de travail
- ➔ Images d'une haute tour, d'une montagne et d'une chute d'eau

Mise en contexte :

Au TNI, présenter des images d'une tour haute comme la tour du CN, du sommet d'une montagne ou d'une haute chute d'eau. Demander aux élèves de définir comment ils se sentiraient s'ils devaient sauter en bas. Ensuite, discuter avec eux de cette émotion qu'est la peur, dans le contexte des sports extrêmes. Leur demander si, selon eux, il est normal ou anormal d'avoir peur dans ces conditions et en discuter en grand groupe.

Activités :

- 1 Travailler la chronologie
Imprimer la page 9 et découper tous les paragraphes. Demander aux élèves de replacer en ordre les différents paragraphes descriptifs de la biologie de la peur. Ensuite, demander à quelques-uns d'expliquer comment ils ont fait, quels indices les ont aidés. Discuter aussi des mots difficiles se retrouvant dans le texte et des stratégies pour les comprendre.
- 2 Lire, comprendre, sélectionner et réagir à des informations
Faire lire les pages 6-7-8 aux élèves et leur lancer le défi de répondre au questionnaire joint à cette fiche. Réinvestir en faisant un retour sur ce qu'ils ont lu. Discuter en grand groupe de ce qu'ils pensent des informations qu'ils ont retenues sur ces athlètes.

Réinvestissement :

En arts plastiques, créer un masque avec du plâtre et de la peinture en utilisant des images illustrant des émotions de toutes sortes. Demander aux élèves de choisir une émotion et de tenter de la représenter par un modelage.

Piste techno

- <https://www.ztele.com/articles/10-sports-extremes-a-decouvrir-au-quebec-1.1344163>
- <https://www.science-et-vie.com/questions-reponses/sports-extremes-qu-est-ce-qui-pousse-a-en-faire-10556>

Fiche de travail

1 Selon toi, que veut dire Lysanne Richard par «Si ce n'était pas épeurant ou dangereux, le sentiment d'accomplissement serait moins grand». Voir page 6.

.....
.....
.....
.....

2 Pourquoi les athlètes extrêmes repoussent-ils leurs limites?

.....
.....
.....
.....

3 Que veut dire le mot casse-cou au paragraphe intitulé *Pas des têtes en l'air*?

.....
.....
.....
.....

4 Les sportifs extrêmes parlent de la peur comme d'une alliée. Qu'est-ce que cela signifie?

.....
.....
.....
.....



Prénom et nom:

Date:

5 Que font Lysanne Richard et Frank Bourgeois pour bien se préparer avant de faire une compétition ?

LYSANNE RICHARD	FRANK BOURGEOIS

6 Boirais-tu une potion qui supprime la peur ? Explique ta réponse en détails.

.....

.....

.....

.....

7 Est-ce qu'un jour, tu aimerais pratiquer un sport extrême ? Lequel et pourquoi ?

.....

.....

.....

.....

Fiche de travail **CORRIGÉ**

- 1** Selon toi, que veut dire Lysanne Richard par «Si ce n'était pas épeurant ou dangereux, le sentiment d'accomplissement serait moins grand». Voir page 6.

Elle veut dire que c'est plus satisfaisant, car l'exploit est plus grand.

- 2** Pourquoi les athlètes extrêmes repoussent-ils leurs limites?

Pour activer et ressentir une euphorie une fois de plus.

- 3** Que veut dire le mot casse-cou au paragraphe intitulé *Pas des têtes en l'air*?

Personne qui s'expose au danger.

- 4** Les sportifs extrêmes parlent de la peur comme d'une alliée. Qu'est-ce que cela signifie?

Cela veut dire qu'elle avertit d'un danger potentiel.

- 5** Que font Lysanne Richard et Frank Bourgeois pour bien se préparer avant de faire une compétition?

LYSANNE RICHARD	FRANK BOURGEOIS
Elle va s'asseoir sur la plateforme du site de compétition.	Il utilise la visualisation.
Elle imagine le saut.	Il dort parfois sur le site à la veille de sa compétition.
Elle se laisse avoir peur.	Il répète mentalement les gestes qu'il va accomplir.
Elle se demande ce qu'elle fait là.	
Elle transforme son émotion en excitation.	
Elle se calme.	

- 6** Boirais-tu une potion qui supprime la peur? Explique ta réponse en détails.

Réponses variées.

- 7** Est-ce qu'un jour, tu aimerais pratiquer un sport extrême? Lequel et pourquoi?

Réponses variées.

Titre Connais-tu l'apport des Autochtones au sport canadien ?

Pages 16-17

Rubrique Quiz



Compétences :

Français : lire des textes variés.

Univers social : lire l'organisation d'une société sur son territoire.

Objectifs :

- ➔ Découvrir l'apport des Autochtones dans certains sports.
- ➔ Découvrir et repérer les réserves autochtones au Québec.
- ➔ Identifier les régions du Québec où il y a des réserves autochtones.

Matériel :

- ➔ Le magazine *Sports Débrouillards*, p. 16 et 17
- ➔ Un ordinateur par élève ou par équipe
- ➔ Une carte du Québec pour chaque équipe
- ➔ Album *Cinq histoires de personnalités autochtones inspirantes*, Michel Noël, Éditions Auzou.

Mise en contexte :

Pour susciter l'intérêt et partir à la découverte des Autochtones du Québec, présenter l'album *Cinq histoires de personnalités autochtones inspirantes* aux élèves. Par la suite, discuter avec eux de chaque personnalité, de ce qu'ils connaissent des Autochtones et de ce qu'ils ont retenu en 3^e année lorsqu'ils ont étudié ce thème en univers social.

Activités :

1 Répondre au quiz

Faire lire le quiz des pages 16 et 17 en équipe ou seul et demander aux élèves de tenter de trouver les réponses selon ce qu'ils connaissent. Avec l'enseignant, vérifier les réponses à l'aide du corrigé de la page 33 du magazine.

2 Partir à la découverte des réserves autochtones

Tout d'abord, présenter une carte du Québec, identifier les différentes régions avec eux. Expliquer aux élèves qu'il existe toujours des réserves autochtones et leur donner le défi de trouver où elles se retrouvent au Québec et ensuite de les indiquer sur la

Pistes techno

https://www.autochtones.gouv.qc.ca/rerelations_autochtones/profils_nations/ou_vivent_ils.htm

<https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/reserves-2>

<http://www.toponymie.gouv.qc.ca/ct/toponymie-autochtone/lieux-habites-autochtones/>



Conception : Lynda Savard

Titre Connais-tu l'apport des Autochtones
au sport canadien ?

Pages 16-17

Rubrique Quiz

carte. Leur demander d'écrire le nom de la communauté, ainsi que la région et la ville où elle se trouve. Par la suite, afficher toutes les cartes du Québec en classe et discuter de ces découvertes.

Réinvestissement :

Faire un projet en arts plastiques sur le thème des Autochtones. Suivre le lien suivant :

<https://www.recitarts.ca/fr/arts-plastiques/primaire/voir-des-sae/article/mon-monotype-inukshuk>

