

# Fiches pédagogiques

no. 39 • Septembre 2021

**SPORT DÉBROUILLARDS**  
NUMÉRO 39

**L'ADRÉNALINE AU MAX!**

**+** Être en forme, sais-tu ce que ça veut dire ?

**CONTENTS**

- 4 Flash sport
- 6 À découvrir  
L'adrénaline au max!
- 8 En vedette  
Plongeuse en chute libre!
- 11 Dossier  
Ça veut dire qu'être en forme
- 16 Vrai ou fe
- 18 Arrêt su
- 20 Des records étonnants!

**SMOUCRE**  
Septembre 2021

**Bruno Lamolet**  
Rédacteur en chef

**Bonne rentrée en forme!**  
Après les classes-bulles et les masques l'an dernier, je te souhaite une année scolaire normale!  
Pour bien la commencer, lis notre dossier sur la **condition physique** (p. 11). Elle est essentielle pour performer dans tous les sports. C'est important de bien comprendre de quoi elle dépend.

À la page 22, la bibliophile **Stéphanie Lamothe** te suggère des lectures sportives.  
**BD, romans, biographies**, il y en a pour tous les goûts !  
**Le Chronoscope** sera de retour dans le prochain numéro. En attendant, lis les aventures de la joyeuse bande de Biodôme.

**SPORT DÉBROUILLARDS**

**LES DÉBROUILLARDS**

**SPORT  
DÉBROUILLARDS**

**LES DÉBROUILLARDS**

<b>Titre</b>	<b>Les inventions sportives</b>
<b>Page</b>	<b>4-5</b>
<b>Rubrique</b>	<b>Flash Sport</b>



## Compétences :

### Français

- Lire des textes variés.
- Communiquer oralement.

### Sciences

- Proposer des explications ou des solutions à des problèmes d'ordre scientifique ou technologique.
- Mettre à profit les outils, objets et procédés de la science et de la technologie.

### Objectifs

- Prendre conscience d'innovations sportives.
- Inventer un objet en utilisant la méthode scientifique.
- Communiquer oralement ses idées.

### Matériel

- ➔ Le magazine *Sports Débrouillards*, pages 4 et 5
- ➔ Un TNI
- ➔ La fiche de travail
- ➔ Une caméra-document si possible

## Mise en contexte

Demander aux élèves s'ils connaissent des sports qui ont été transformés par une invention ou une technologie, ceci afin d'améliorer ou de changer un aspect du sport. Afficher la page web suivante et recueillir leurs impressions à la suite de chacune des innovations : <https://www.ballemcourbe.ca/5-innovations-qui-ont-revolutionne-le-sport>

## Activités

### 1 Lecture et discussion

Faire lire les pages 4 et 5 aux élèves et recueillir leurs réactions. Leur demander de s'exprimer sur ce qu'ils ont lu. Analyser en grand groupe pourquoi le canon à ballons et le vélo stationnaire sont des innovations.



Conception : Lynda Savard

<b>Titre</b>	Les inventions sportives
<b>Pages</b>	4-5
<b>Rubrique</b>	Flash Sport

## 2 Création d'un objet pour faciliter ou améliorer la pratique d'un sport

Faire une liste au tableau des sports favoris des élèves.  
Leur laisser un temps de réflexion afin de trouver une idée qui pourrait améliorer ou faciliter la pratique d'un sport.  
Les placer en équipe de 2 ou 3 afin de partager leurs idées.  
Choisir une des idées et remplir la fiche afin d'organiser sa pensée et de préparer le schéma.

## 3 Préparation de la présentation orale

Quand les schémas sont prêts, demander aux élèves de préparer une mini présentation orale afin d'expliquer leur invention. Placer le schéma sous la caméra-document pour faire les présentations.

### Réinvestissement :

Faire écrire un récit dans lequel leur invention fera partie de l'histoire.

### Pistes technos

Voici quelques liens pour en savoir plus sur les innovations dans les sports :

<https://www.sportcarriere.com/articleblog240117>

<https://www.lapresse.ca/sports/2019-10-29/un-sommet-a-nous-le-podium-axe-sur-l-innovation-dans-le-sport>

Prénom et nom: .....

Date: .....

## Fiche de travail

**1** Sport choisi: .....

**2** Description de l'innovation:

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

**3** Description des effets de cette innovation:

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

**4** Matériel utilisé:

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

**5** Au verso, dessine un schéma de l'invention et identifie le matériel utilisé:  
(par exemple, voir le canon à ballons à la page 4)

.....

**Titre** Ça veut dire quoi être en forme ?  
**Pages** 11-14  
**Rubrique** Dossier



## Compétences :

### Français

- Lire des textes variés.
- Communiquer oralement.
- Écrire des textes variés.

### Objectifs

- Comprendre ce que veut dire être en forme !
- Mieux comprendre l'impact de la pratique des sports.
- S'approprier le vocabulaire spécialisé et utilisé dans l'article.
- Connaître les différentes aptitudes pour être en forme.

### Matériel

- ➔ Le magazine *Sports Débrouillards*, pages 11 à 14
- ➔ Un TNI
- ➔ Un ordinateur par équipe

## Mise en contexte

Trouver sur le web quelques images représentant un coureur, un haltérophile, un cycliste, un gymnaste ou un autre sportif en lien avec le sujet. À chacune des images, demander aux élèves si la pratique du sport illustré permet d'être en forme. Discuter avec les élèves et recueillir leurs opinions.

## Activités

### 1 Petit exercice, lecture et discussion

Demander aux élèves de faire individuellement l'exercice d'association de la page 11. Ensuite, les laisser discuter en équipe de deux. Faire la correction en grand groupe. Inviter les élèves à lire les pages 12 à 14 pour leur faire connaître les différentes aptitudes qui définissent la condition physique. Prendre le temps de relever le vocabulaire difficile du texte. Faire un retour sur la lecture avec tout le groupe afin de vérifier la compréhension.



Conception : Lynda Savard

**Titre** Ça veut dire quoi être en forme ?  
**Pages** 11-14  
**Rubrique** Dossier

**2** Choix d'un sport et analyse

Au tableau, faire une liste des sports favoris des élèves, puis leur demander d'en choisir un en équipe ou seul, selon le choix de l'enseignante. Utiliser les aptitudes énumérées dans la revue pour analyser le sport choisi. Leur demander d'évaluer si ce sport développe la force, l'endurance, la coordination, l'équilibre, la souplesse et la vitesse.

**3** Préparation de la présentation orale

Demander aux élèves de préparer une mini présentation orale afin d'expliquer leurs conclusions et faire les présentations devant le groupe ou en petites équipes.

**Réinvestissement :**

Sélectionner le vocabulaire spécialisé de l'article et faire la liste des familles de mots. Faire trouver aussi la classe des mots.

**Pistes technos**

Voici quelques liens pour en savoir plus sur la mise en forme :

[https://plus.lapresse.ca/screens/1a649098-795e-4359-a372-eef91f719cac\\_7C\\_0.html](https://plus.lapresse.ca/screens/1a649098-795e-4359-a372-eef91f719cac_7C_0.html)

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/conseils-activite-physique-jeunes-12-17-ans.html>