

Fiches pédagogiques

no. 44 • Mai 2023

SPORT DÉBROUILLARDS
NUMÉRO 44

Gymnastique rythmique

L'art à l'entraînement

+ La puberté, un vrai défi sportif!

22

11

20

4 Flash sport

6 En vedette
Hugo Houle: Le feu de la compétition!

8 À découvrir
Au rythme de la musique

11 Dossier
La puberté, un vrai défi sportif!

16 D'où ça vient
Le volleyball

17 Planète sport

18 Arrêt sur image
10 faits étonnants sur le baseball

bid

SPORTDEBS.COM

MAI 2023 - 4,95 €

7 250668 100000

Production indépendante

Le sport, un allié pendant la puberté

Quand on fait du sport, l'adolescence est encore plus marquante. C'est souvent à ce moment qu'on découvre le sport qui nous fera tripper. Ou qu'on forge des amitiés solides au sein d'une équipe.

Malheureusement, beaucoup d'ados abandonnent l'activité physique. Une des raisons, ce sont les transformations du corps à la puberté. Pendant ces changements,

le sport aide à mieux vivre la puberté. Ce mois-ci, dans notre dossier, découvrez comment les transformations corporelles de la puberté affectent ta performance.

Tu trouveras aussi quelques trucs pour passer au travers en conservant le goût du sport.

Bonne lecture!

MAIRIE

Mai 2023

Bruno Lamolet
Rédacteur en chef

Pages 4 et 5
Rubrique Flash Sport
Thème Actualités



Compétences :

Français : Écrire des textes variés.

Arts plastiques : illustrer le récit en créant une petite animation

Objectifs :

- S'informer avec de petites nouvelles inusitées sur le sport.
- Écrire un récit incluant une contrainte.

Matériel :

- ➔ Le magazine *Sports Débrouillards*, pages 4-5
- ➔ La fiche de travail
- ➔ Un TNI

Mise en situation :

Demander aux élèves s'ils ont appris des nouvelles insolites ou surprenantes, tirées de source sûre. Leur montrer la page des nouvelles insolites de Radio-Canada et discuter avec eux de quelques nouvelles. Voir le lien dans la section techno.

Réalisation :

1. Lecture

Après la discussion, lire ensemble la rubrique *Flash Sport*, pp. 4 et 5 de *Sport Débrouillards*. Et recueillir les réactions.

2. Écrire un récit

Expliquer aux élèves qu'ils devront écrire un récit incluant cette contrainte : utiliser au moins une information tirée des pages 4 et 5 et l'intégrer dans leur histoire. Faire un retour sur les parties du schéma narratif. Utiliser le lien dans la section techno. Planifier le texte en remplissant le schéma de la fiche de travail et faire rédiger le récit.

Réinvestissement :

En arts plastiques, illustrer le récit en créant une petite animation à l'aide du logiciel Powtoon (voir la piste techno).

Pistes technos

Page des nouvelles insolites de Radio-Canada

ici.radio-canada.ca/insolite?utm_source=google-sem&utm_campaign=nat.pn.sem-ao-dossiers&utm_medium=payant&utm_term=info&utm_content=insolite&gclid=CjwKCA-jwitShBhA6EiwAq3RqA4HISRZl-glOayaxYgQo7Ayb8Ubu8XGru70zR-75SXlnZ5ooy3Fkx41hoCYVkJQAvD_BwE

Exemple de schéma narratif

www.alloprof.qc.ca/fr/eleves/bv/francais/le-schema-narratif-f1050

Lien pour Powtoon

www.powtoon.com

Prénom et nom:

Date:

Fiche de l'élève **Schéma narratif**

Situation initiale

Lieu (Où débute ton histoire ?)

Moment (Passé, présent, avenir, moment de l'année)

Personnage principal : nom âge

Début de l'histoire (Dans quelle situation se trouve ton personnage ?
Que se passe-t-il ?)

Élément déclencheur

Quel est l'élément déclencheur ?
(Quel événement, problème ou action vient déranger le calme du début.)

Péripéties

Que fait le personnage principal pour trouver une solution ?

Péripétie 1:

Résultat:



Péripétie 2:

.....

Résultat:

Péripétie 3:

.....

Résultat:

Dénouement

Le personnage principal réussit-il à résoudre le ou les problèmes ?
Si oui, de quelle façon ? Si non, pourquoi ?

.....

.....

.....

.....

.....

Situation finale

Comment se termine l'histoire ? Que fait le personnage principal à la fin ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conception : Lynda Savard

Titre La puberté, un vrai défi sportif !**Pages** 11 à 15**Rubrique** Dossier**Thème** Puberté**Compétences :****Français :** Lire des textes variés. Communiquer oralement.**Objectifs**

- S'informer sur le sport pendant la puberté.
- Travailler la stratégie de lecture : résumer l'essentiel.
- Faire une recherche sur un sujet en lien avec la puberté.
- Découvrir les bienfaits du sport lors de la puberté.
- Créer une vidéo d'animation.

Matériel

- ➔ Le magazine *Sports Débrouillards*, pages 11-15
- ➔ La fiche de travail incluse
- ➔ Un TNI
- ➔ Un ordinateur par équipe

Mise en situation :

Écrire au tableau le mot « puberté » et tracer deux colonnes, une pour les garçons et une pour les filles. Ensuite, demander aux élèves de dire ce qu'ils savent à propos de cette étape importante de la vie. Recueillir les réactions et les écrire au tableau dans la colonne appropriée.

Réalisation :**1. Lecture**

Dire aux élèves que le magazine contient un article sur la pratique sportive pendant la puberté. Séparer le groupe en équipes de deux ou trois. Leur demander de rédiger un résumé des sections de l'article, afin de s'exercer à cette technique.

Les informer qu'ils devront ensuite choisir un sujet tiré de l'article, faire une recherche, monter une animation et le présenter en classe.

Faire un retour sur les résumés en grand groupe.

2. Recherche et création de la vidéo

Effectuer la recherche sur le sujet choisi et monter une vidéo avec le logiciel gratuit Powtoon www.powtoon.com.

3. Présentation

Présenter les différentes vidéos des équipes en classe.

Réinvestissement :

Demander aux élèves d'écrire des questions anonymes et personnelles sur la pratique sportive lors de la puberté. Utiliser ces questions pour susciter des discussions en classe.



Vous avez remporté un franc succès avec une de nos activités ?

Vous avez des pistes d'amélioration, des demandes spéciales ?

Photos, commentaires, éloges – on prend tout !

Racontez-nous au

scientifix@lesdebrouillards.com

On pourrait partager vos bons coups dans nos réseaux !

Fiche de l'élève

1 Résume les sections indiquées afin d'en retenir l'essentiel.

Ton corps, ce mutant

.....

.....

.....

Un peu de gêne pour tout le monde

.....

.....

.....

Le sport à la rescousse

.....

.....

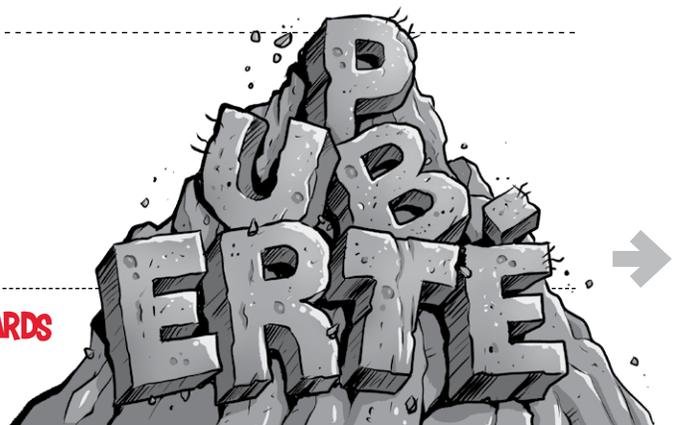
.....

Tous les sports pour tous les corps

.....

.....

.....



Option savon

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

À chacun et chacune ses hormones

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

Besoin de conseils

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

Priorité no1 : du plaisir

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

2 Voici des sujets en lien avec la puberté et le sport. Encercles-en deux ou trois qui te plaisent en particulier. Ou suggères-en d'autres.

la croissance la contribution du sport l'hygiène
les émotions les hormones les menstruations et les accessoires
les inquiétudes le regard des autres l'alimentation
autre(s) :