



PROGRAMME SCOLAIRE

LE PARCOURS

VIDÉO - ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE

(2^e et 3^e année du primaire)



LECTURE PRÉPARATOIRE

« *Tout est dans la manière de te relever..* »

Alex Gough, médaillé olympique en luge

Le parcours vers l'accomplissement de nos rêves peut être amusant et rempli de moments passionnants, mais il peut aussi être difficile. Certains des Olympiens dans cette vidéo ont connu des moments difficiles. Ils se sont blessés ou n'ont pas performé comme ils l'espéraient. Ils ont dû se relever et continuer. Tu en apprendras plus à propos de l'athlète olympique en ski de bosses Philippe Marquis. Plusieurs croyaient qu'il pouvait gagner une médaille olympique. Un mois avant les Jeux, catastrophe !!! Il est tombé à l'entraînement et il s'est blessé gravement au genou. Habituellement, ce genre de blessure met fin à la saison d'un skieur. Mais Philippe n'a pas abandonné! Il a travaillé fort pour guérir. Il voulait participer aux Jeux olympiques. Contre toute attente, il s'est rendu en finale même s'il était toujours blessé.

La vie peut être difficile. Parfois, les choses vont mal. Parfois, on ne réussit pas. Parfois, les gens que nous aimons sont malades. En regardant cette vidéo, écoute ce que disent les Olympiens. Découvre comment ils se sont relevés après des moments difficiles. Peut-être que tu peux le faire aussi.



PENSES-Y

Pendant que tu regardais la vidéo, tu as peut-être pensé à un moment difficile dans ta vie. Ou peut-être connais-tu un ami qui traverse des difficultés. La « résilience » est un mot qui signifie être capable de se relever après un moment difficile. **Écris quelques conseils que tu te donnerais à toi-même ou à ton ami.**

DIS-LE

En équipe de deux, partagez des conseils l'un avec l'autre. Parfois, les athlètes auront une devise qui les motivera à continuer. Ensemble, utilisez vos conseils pour créer une devise qui vous encouragera à continuer.

Quand les temps sont durs, je me dis à moi-même : _____

PRÉSENTE-LE

En équipe, créez une affiche de motivation contenant votre devise. **Faites un dessin qui va avec votre devise.**
(Sur une feuille à part)

