Les Mots de passe – Niveau 2 – Module 4 : « En forme ? »

Vidéo « Sport et Santé »

***Regardez la vidéo puis mettez les bonnes réponses en rouge.***

<https://www.youtube.com/watch?v=e9pmT0EyJb4>

1. Pour être en bonne santé, il faut :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| faire du sport le matin | faire du sport régulièrement | faire du sport 3 fois par jour |

1. Le sport fait travailler :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| seulement les muscles | seulement le coeur | tout le corps |

1. Le sport peut empêcher :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| le mal de dos | de grandir | de manger |

1. Grâce au sport, on peut limiter :

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| l’ostéoporose | les maladies cardiovasculaires | le diabète | la maladie d’Alzheimer | La dépression |

***Déplacez les photos au bon endroit.***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| Les muscles |  | Le squelette |
|  |  |  |
|  |  |  |
| Les poumons |  | Le coeur |

***Recopiez le texte dans la case de droite.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Le sport, c’est bon pour la santé ! Même si nos vies sont de plus en plus sédentaires, il faut continuer à avoir une activité physique régulière qui est bonne pour l’ensemble du corps. |  |  |

***Copiez collez les photos puis écrivez une phrase pour chaque image.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |