

Parlez-vous Paris ?

## 3 – Le skatepark : point langue

### Exercices

#### 1 – L'échauffement

Avant de faire du skate ou du roller, Nassaire demande aux participants de s'échauffer. Que font-ils ?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Ils échauffent les poignets.  | <input type="checkbox"/> Ils sautent.                         |
| <input type="checkbox"/> Ils échauffent les chevilles. | <input type="checkbox"/> Ils font de la corde à sauter.       |
| <input type="checkbox"/> Ils courent.                  | <input type="checkbox"/> Ils marchent à travers le skatepark. |

#### 2 – La séance

Bruno, Malik et Noah prennent un cours de skate avec Nassaire. Écoutez et complétez les conseils de Nassaire.

Conseil n°1 : Pas d'hésitation, on place bien ses pieds ! Allez !

Conseil n°2 : Regardez ! Là, ici ! On va partir, là, sur le curb.

Conseil n°3 : Par contre, Noah, il faut que tu te penches un peu plus en avant !

Conseil n°4 : Il faut que tu restes sur le skate.

Conseil n°5 : Il faut que tu viennes un peu plus, avec un peu plus d'angle... tu montes dessus et après ça va glisser.

#### 3 – À vous : quelques conseils

Aidez Nassaire à reformuler ses conseils pour l'échauffement.

*Exemple : Échauffe tes genoux !*

*=> Il faut que tu échauffes tes genoux.*

N'oublie pas de t'échauffer si tu veux éviter les blessures !

=> Il ne faut pas que tu \_\_\_\_\_ de t'échauffer si tu veux éviter les blessures !

Fais tourner tes chevilles ! C'est important !

=> Il faut que tu \_\_\_\_\_ tourner tes chevilles. C'est important !

Cours pendant 5 minutes avant de commencer !

=> Il faut que tu \_\_\_\_\_ pendant 5 minutes avant de commencer.

Marchez rapidement pour vous échauffer !

=> Il faut que vous \_\_\_\_\_ rapidement pour vous échauffer !

## Exercices corrigés

### 1 – L'échauffement

Avant de faire du skate ou du roller, Nassaire demande aux participants de s'échauffer. Que font-ils ?

- X Ils échauffent les chevilles.
- X Ils courent.
- X Ils marchent à travers le skatepark.

### 2 – La séance

Bruno, Malik et Noah prennent un cours de skate avec Nassaire. Écoutez et complétez les conseils de Nassaire.

Conseil n°1 : Pas d'hésitation, on place bien ses pieds ! **Allez** !

Conseil n°2 : **Regardez** ! Là, ici ! On va partir, là, sur le curb.

Conseil n°3 : Par contre, Noah, il faut que tu **te penches** un peu plus en avant !

Conseil n°4 : Il faut que tu **restes** sur le skate.

Conseil n°5 : Il faut que tu **viennes** un peu plus, avec un peu plus d'angle... tu montes dessus et après ça va glisser.

### 3 – À vous : quelques conseils

Aidez Nassaire à reformuler ses conseils pour l'échauffement.

*Exemple : Échauffe tes genoux !*

*=> Il faut que tu échauffes tes genoux.*

N'oublie pas de t'échauffer si tu veux éviter les blessures !

=> Il ne faut pas que tu **oublies** de t'échauffer si tu veux éviter les blessures !

Fais tourner tes chevilles ! C'est important !

=> Il faut que tu **fasses** tourner tes chevilles. C'est important !

Cours pendant 5 minutes avant de commencer !

=> Il faut que tu **coires** pendant 5 minutes avant de commencer.

Marchez rapidement pour vous échauffer !

=> Il faut que vous **machiez** rapidement pour vous échauffer !