Le TOP 5 des étudiants

Le TOP 5 des riches

Le TOP 5 des retraités

Le TOP 5 des enfants

MON TOP 5

- Naviguer sur Internet
- Jouer à des jeux de société
- Jouer des percussions
- Faire du bricolage
- Parler au téléphone
- Aller en boîte
- Jouer aux échecs
- Danser
- Bronzer
- Jouer au football
- Faire des selfies
- Jouer aux jeux vidéo
- Lire un livre
- Aller au cinéma
- Faire du VTT
- Faire du jardinage
- Visiter des musées
- Jouer du violon
- Aller au zoo
- Aller à un concert
- Faire du vélo
- Aller à l'opéra
- Jouer de la guitare
- Jouer du piano
- Jouer à la pétanque
- Faire du théâtre
- Jouer au tennis
- Regarder la télé
- Faire du jogging
- Collectionner les cartes postales
- Faire du ski
- Faire de la natation
- Faire de la boxe
- Faire de la randonnée
- Collectionner les objets d'art
- Voyager
- Cuisiner
- Se promener avec son chien
- Faire de la photographie
- Peindre
- Dormir
- Regarder des séries
- Aller au spa
- Faire du yoga
- Faire du shopping

Les articles contractés

jouer à / jouer de / faire de / aller à + le/l'/la/les

à + le = au	de + le =
à + l' =	de + l' = de l'
à + la =	de + la =
à + les =	de + les =

UN WEEK-END ACTIF ? UN WEEK-END DÉTENTE ? C'EST QUOI POUR TOI ? LA RÉPONSE DE JULIE.

Pour moi, la recette d'un week-end actif, c'est ça :
Samedi, je me lève à 8 h. Je prépare un petit-déjeuner hypercalorique ! Ensuite, je fais du jogging de 9 h à 10 h. Je regarde mon compte Facebook et j'organise mon week-end avec mes amis. Nous faisons du shopping, nous mangeons dans un restaurant à la mode puis nous allons en boîte. Le dimanche, je me lève à 12 h et je joue au football avec mon équipe. Après, je vais chez ma grand-mère et je joue aux échecs avec elle. Elle est très forte ! Le soir, je vais au cinéma voir un film documentaire ou je me promène au centre-ville.
Et voilà !

Un week-end détente ? J'adore ça quand je suis fatiguée après une semaine de travail difficile ! Le samedi matin... je dors ! Après, je mange mon petit-déjeuner dans mon lit et je lis un roman.
Je joue de la guitare l'après-midi et je regarde des séries. Le soir, j'invite mes copines à la maison. Nous jouons à des jeux de société. Je me couche à 23 h.
Le dimanche, je me lève à 10 h et je parle au téléphone avec ma sœur. Ensuite, je vais au marché. J'achète des légumes frais et des gâteaux. Vers 15 h, je me promène dans la nature avec mon petit-copain et nous prenons des photos des oiseaux ou des paysages. Enfin, je fais du yoga pour me relaxer.

	vrai	faux	on ne sait pas
Julie est célibataire.	☐	☐	☐
Julie ne fait pas de sport pendant un week-end détente.	☐	☐	☐
Julie aime le théâtre.	☐	☐	☐
Julie déteste se promener.	☐	☐	☐
Julie joue d'un instrument de musique.	☐	☐	☐
Quand elle est fatiguée, Julie aime lire.	☐	☐	☐

	vrai	faux	on ne sait pas
Julie joue dans une équipe sportive.	☐	☐	☐
Julie n'a pas de sœur.	☐	☐	☐
Pendant un week-end actif, Julie aime danser.	☐	☐	☐

ET POUR TOI, UN WEEK-END ACTIF ET UN WEEK-END DÉTENTE, C'EST QUOI ?

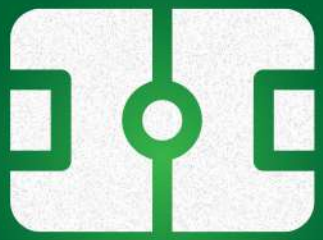
1 — 3 MOTS MAX

Avec mes cousins, je joue .....

2 — 3 MOTS MAX

Quand je suis stressé, je fais .....

3 — 2 MOTS MAX



Pour être en forme, il faut jouer .....

4 — 3 MOTS MAX

Les garçons qui jouent ..... sont fantastiques !

5 — 2 MOTS MAX

C'est bien pour les enfants de faire .....

6 — 2 MOTS MAX

Oh non, tu as encore fait ..... ???

7 — 3 MOTS MAX

Mon grand-père adore jouer ..... avec ses amis.

8 — 5 MOTS MAX

Ce week-end, je vais ..... avec Hugo.

9 — 2 MOTS MAX

À l'âge de 78 ans, il est très souple : il fait .....

10 — 3 MOTS MAX

Pendant les vacances, je déteste vraiment visiter .....

11 — 2 MOTS MAX

Mon voisin joue .....

12 — 4 MOTS MAX

Eléonore a un loisir original : elle collectionne ..... .

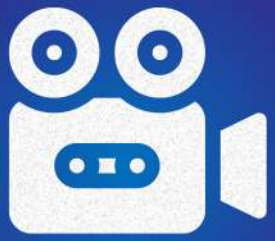
13 — 3 MOTS MAX

C'est un week-end banal, nous ..... tout le temps.

14 — 2 MOTS MAX

Mon fils aime faire .....

15 — 3 MOTS MAX



Mes parents ont un abonnement alors ils vont ..... tous les jours.

QU'EST-CE QU'IL FAUT FAIRE...

... AVANT UN VOYAGE ?

- acheter des souvenirs
- poster des photos sur Instagram
- louer une voiture
- apprendre une nouvelle langue
- trouver un camping
- chercher un itinéraire sur Google Maps
- acheter des chaussures de randonnée
- mettre de la crème solaire
- réserver des billets de musée

... PENDANT UN VOYAGE ?

- appeler ses parents
- vérifier ses mails
- acheter un guide touristique
- changer de l'argent
- prendre son passeport
- demander des renseignements à l'office du tourisme local
- visiter des endroits touristiques
- réserver une chambre à l'hôtel
- faire un régime

... APRÈS UN VOYAGE ?

- se faire vacciner
- se raser
- prendre des photos
- vérifier son compte bancaire
- demander un visa
- changer de l'argent
- acheter des préservatifs
- acheter des billets de train ou d'avion
- faire sa valise

les Français et les vacances

46 % des Français aiment partir en vacances en famille.

69 % des Français préfèrent passer les vacances dans leur pays.

80 % des Français préfèrent les activités en plein air.

25 % des Français veulent travailler pendant leurs vacances.

70 % des Français voyagent en voiture, 19 % en avion, 15 % en train.

Les Français dépensent en moyenne **1 215 €** pour leurs vacances d'été.

24 % des Français adorent faire du shopping pendant les vacances.

14 % des Français veulent partir loin.

31 % des Français préfèrent aller dans un parc aquatique ou à la piscine.

Pour 71 % des Français, les vacances c'est la détente !

53 % des Français aiment déguster la cuisine locale.

53 % des Français aiment bronzer à la plage.

56 % des Français préfèrent passer du temps dans la nature (mer, montagne, forêts, lacs).

Pendant les vacances, les Français aiment aussi apprendre une nouvelle langue, jardiner, faire du yoga, apprendre à faire la cuisine, faire du sport.

Et vous ? Comment vous aimez passer vos vacances ?

Sources : 1, 2, 3

3 JOURS DE VACANCES

avec...

ÉRIC

VICTORIA

VÉRONIQUE

MARCELLO

à...

visiter

se lever

jouer

aller

manger

parler

dormir

se promener

bronzer

acheter

rencontrer

regarder

faire

écouter

se coucher

voir

Dans cette ville, nous...

ILS PARLENT DE LEURS VACANCES.

Qu'est-ce que tu fais, en général, le soir ?

Pourquoi tu vas en vacances à la mer ?

Comment tu aimes voyager en vacances ?

Avec qui tu aimes partir en vacances ?

Quelle est ta ville préférée pour les vacances ?

Qu'est-ce que vous aimez faire pendant vos vacances ?

« .....

– Avec mes parents et mon frère. »

« .....

– À pied ou en autostop. »

« Où tu préfères partir en vacances ?
– Dans des pays tropicaux ou sur la Côte d'Azur. »

« Qu'est-ce que tu fais en général le week-end ?
– Je jardine et j'invite mes amis à dîner. »

« Quand est-ce que tu préfères partir en vacances ?
– En hiver, bien sûr ! »

« .....

– Je vais en boîte ! »

« .....

– Paris ou New York. »

« .....

– Découvrir des endroits différents, rencontrer des gens. »

« .....

– Parce que j'adore bronzer ! »

3. Salut Brad, qu'est-ce que tu fais demain ?

10. Je suis malade et je reste à la maison. Je déprime…

17. Je n'ai pas d'argent pour aller en boîte avec vous.

5. J'ai envie de respirer cet après-midi. Une idée ?

11. Ce week-end, j'ai besoin de me relaxer. Qu'est-ce qu'on fait ?

1. Qu'est-ce qu'on fait pour les vacances d'hiver ?

6. Il pleut et je m'ennuie. Au secours !

12. Je dois faire du sport pendant les vacances. Où est-ce qu'on peut aller ?

2. Samedi, je veux voir un film ou une expo sympa. Des propositions ?

7. Je suis à Paris avec mes 3 enfants. Qu'est-ce que je peux faire ?

13. Pourquoi tu ne veux pas partir en vacances avec moi ?

8. Ma connexion Internet ne marche pas.

14. Je déteste voyager en train. Une alternative pour aller au festival ?

4. Je finis le travail à 20 h. Qu'est-ce qu'on peut faire après ?

15. Vous allez où ce soir avec Thierry ?

9. Qu'est-ce qu'on peut faire à Carcassonne pour le 14 juillet ?

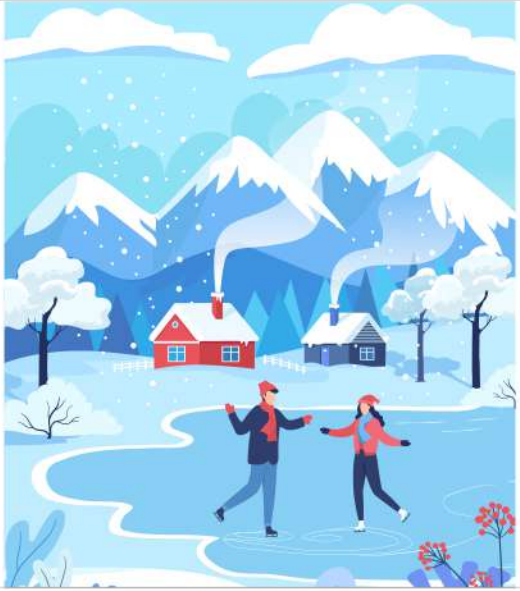
16. Brice est malade. Qu'est-ce qu'on fait avec la soirée jeux ?

Paul court une heure par jour.

Samuel ne réussit jamais ses gâteaux.

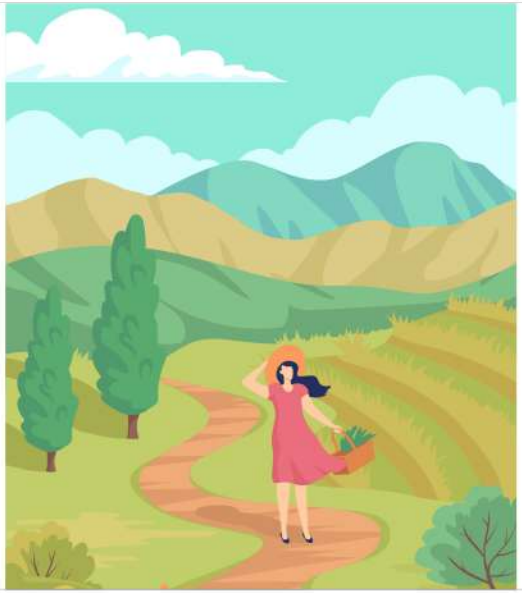
4 saisons

En hiver,...



- ☐ je veux dormir.
- ☐ je ne veux pas sortir.
- ☐ on doit voyager.
- ☐ je dois travailler beaucoup.
- ☐ on ne veut pas rester à la maison.
- ☐ on peut aller à la montagne.
- ☐ je ne peux pas bronzer.
- ☐ on peut apprendre le français.
- ☐ je peux jardiner.
- ☐ je dois faire du sport.
- ☐ on peut binge-watcher des séries.

Au printemps,...



- ☐ on doit voir...
- ☐ je ne peux pas visiter...
- ☐ on peut aller...
- ☐ on doit faire...
- ☐ on peut jouer...
- ☐ je ne peux pas faire...
- ☐ je ne veux pas jouer...
- ☐ on peut rencontrer...
- ☐ je veux manger...
- ☐ je veux aller...
- ☐ je dois acheter...

En été,...

- ☐ on veut jouer...
- ☐ on veut...
- ☐ je peux...
- ☐ je dois...
- ☐ on ne peut pas...
- ☐ je ne veux pas...
- ☐ je veux...
- ☐ on peut...
- ☐ je dois...
- ☐ je ne peux pas...
- ☐ on ne veut pas...

En automne,...

TOP WEEK-END ©
Coach en week-end personnalisé

Les clients

- ☐ Une célibataire avec son petit chien
- ☐ Une famille avec deux jeunes enfants
- ☐ Un médecin écoresponsable
- ☐ Deux étudiantes des Beaux-Arts

	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN			
		REPAS	
APRÈS - MIDI			
		REPAS	
SOIR			

Programme du week-end

Pour bien commencer le week-end, vous .....
..... vendredi soir.

C'est une expérience unique !

Samedi matin, vous .....
et ..... . C'est très amusant !

Il faut aussi un peu d'activités culturelles, donc on vous propose
de ..... samedi après-midi.

Le soir, pas de télé ! Vous pouvez .....
..... .

Intéressant, non ?

Dimanche matin, il faut bouger un peu, donc vous devez .....
..... .

Ensuite, on vous propose .....
.....

Tous nos clients adorent !

Attention, pour vous préparer et réussir ce week-end génial,
il faut ..... et
..... !

Parlons de sport

L'addiction au sport

1. Faites-vous du sport ?
2. Si oui, combien de fois par semaine et quel(s) sport(s) ?
3. Quel est votre sport préféré ? Et celui que vous détestez ?
4. Avez-vous un(e) sportif (-ive) préféré(e) ? Qui est-ce ? Et pourquoi ?
5. À votre avis, pourquoi les gens font-ils du sport ? Listez toutes les raisons possibles.
6. Voici des personnes qui ne savent pas quel sport choisir. Discutez ensemble pour les aider à trouver au moins un sport qui corresponde à leurs critères.

Exemple : Jacques peut faire du rugby ou du football, parce que...

Jacques *veut faire un sport d'équipe et rigoler beaucoup.*

Martine *veut faire un sport en plein air, et aussi quand il fait très froid.*

Sophie *veut faire un sport avec un ballon et en intérieur.*

Claire *veut faire un sport solitaire et qui ne coûte pas cher.*

Pierre *veut faire un sport relaxant et rencontrer beaucoup de gens.*

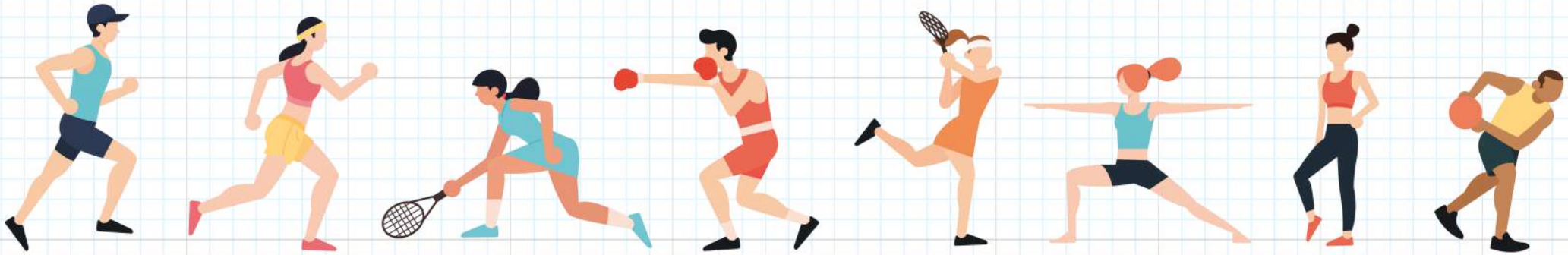
Damien *veut faire un sport pour avoir un corps parfait.*

Diego *veut faire un sport dans l'eau et en pleine nature.*

Fatou *veut faire du sport avec ses enfants.*

Sarah *veut faire un sport d'endurance mais pas en ville.*

Mohamed *veut faire un sport de compétition mais aussi artistique.*



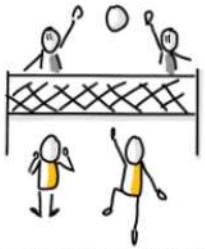
Parlons d'addictions

1. Connaissez-vous ces addictions ? On peut être accro à...

2. Connaissez-vous d'autres addictions ? Lesquelles ?
3. Quelle est, pour vous, l'addiction la plus grave ? Pourquoi ?
4. Quelle addiction n'est pas très grave, pour vous ? Pourquoi ?
5. À deux, sur le modèle des « symptômes d'une personne accro au sport » de l'infographie, listez les symptômes d'une des addictions présentées.
Exemple : Accro au chocolat : Il/Elle mange beaucoup en cachette...

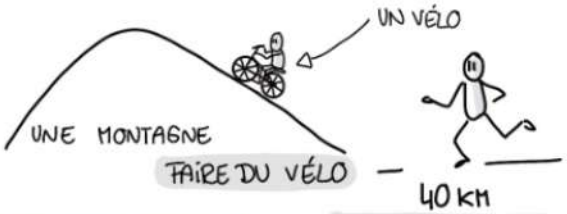
JE SAIS PARLER DE SPORT

IL Y A DES SPORTS COLLECTIFS



DES SPORTS DE COMBAT

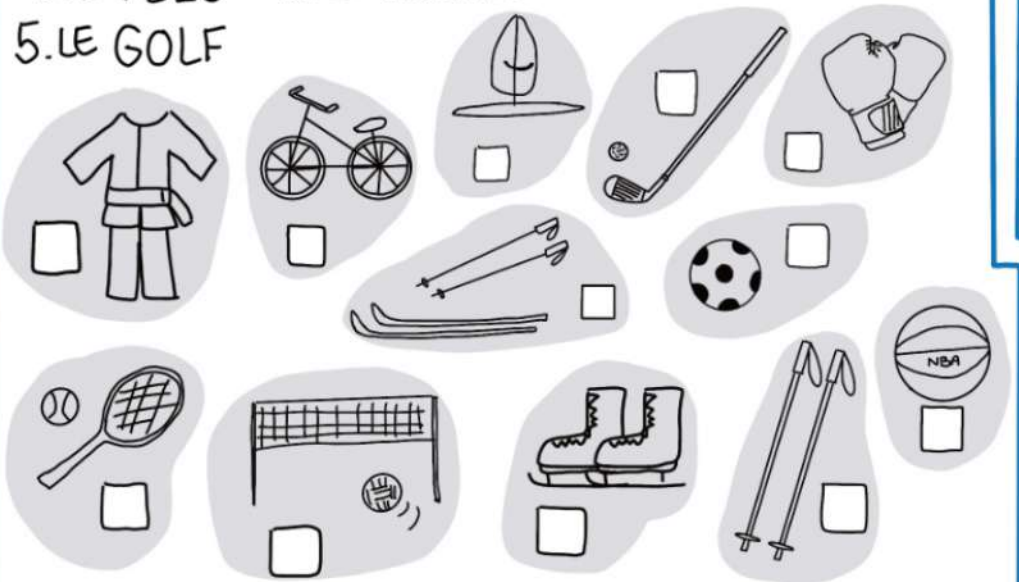
DES SPORTS D'ENDURANCE



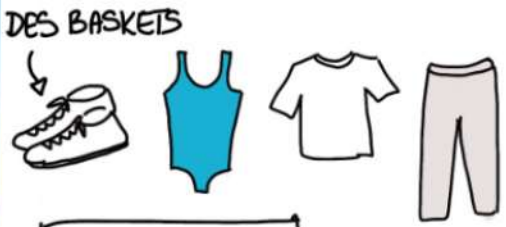
DES SPORTS NAUTIQUES

ASSOCIEZ

1. LE SKI
2. LA BOXE
3. LA VOILE
4. LE VÉLO
5. LE GOLF
6. LE FOOTBALL
7. LE BASKETBALL
8. LE VOLLEYBALL
9. LE TENNIS
10. LA MARCHE NORDIQUE
11. LE PATINAGE
12. LE KARATÉ



C'EST BIEN D'AVOIR DES VÊTEMENTS DE SPORT.



IL FAUT PRATIQUER

RÉGULIÈREMENT

C'EST BON POUR:
- LES MUSCLES
- LE CORPS
- SE RELAXER

POUR FAIRE DU SPORT, TU DOIS:

- T'ENTRAÎNER
- BOIRE DE L'EAU
- TE REPOSER

DESSIN: LILA WICHER

EXERCICE DE COMPRÉHENSION

Observez le sketchnote et décidez si les phrases sont vraies ou fausses :

	VRAI	FAUX
1. On peut faire du vélo à la montagne.		
2. Le football est un sport nautique.		
3. Pour faire du sport, il faut boire de l'eau.		
4. On fait de la natation à la piscine.		
5. Pour faire du patinage, on utilise un ballon.		