



Ce contenu est rédigé grâce aux ressources de AG&D© et Montessori Lifestyle©  
<https://www.ag-d.fr/>



## 22<sup>E</sup> LIVRE HELPY “CÉLÈBRES SPORTIFS FRANÇAIS”

### QUELQUES CONSEILS :

- ✓ **Avant de démarrer l'activité**, proposez-la à vos proches : surtout, **ne la leur imposez pas**. Si cela ne les tente pas une première fois, n'hésitez pas à les y inviter plus tard dans la journée ou dans la semaine !
- ✓ **Pendant toute l'activité, veillez à donner des objets à manipuler** à vos proches : il faut qu'il n'ait à aucun moment les mains vides ! Manipuler apaise et facilite la concentration, disait Maria Montessori !
- ✓ **Asseyez-vous du côté dominant** de vos proches (celui qui est le plus valide).
- ✓ **Soyez patient**, ne les bousculez pas, **respectez les silences**, répétez ce qu'ils vous ont dit, pour montrer que vous les écoutez activement. **Valorisez vos proches** en réagissant avec enthousiasme et en affirmant que ce qu'ils racontent est sensé.
- ✓ **Clôturez l'activité en 3 temps** : d'abord, remerciez vos proches ; puis, demandez-leur s'ils ont apprécié cette activité ; enfin, demandez-leur s'ils aimeraient recommencer !

### PRÉPARATION EN AMONT :

- ✓ **Imprimez le livre**, en recto seulement, puis agrafez les différentes pages pour en faire un livre.
- ✓ **Sélectionnez des magazines, des livres, des images** dans lesquels vous chercherez avec vos proches des images pour illustrer les histoires ou thèmes proposés.
- ✓ **Munissez-vous de ciseaux, de colle ou de scotch.**



## DÉROULÉ DE L'ATELIER :

1. **Proposez à vos proches de lire ensemble un livre** qui évoquera la thématique du jour et **invitez-les à s'asseoir à vos côtés**, dans un canapé. **Installez-vous de leur côté dominant.**
2. **Demandez-leur s'ils souhaitent lire la première histoire**, ou s'ils préfèrent que vous commenciez.
3. **Laissez-leur la possibilité de vous interrompre** pour commenter, cela n'a pas d'importance !
4. **À la fin de la lecture de la page, demandez-leur s'ils ont apprécié** cette histoire, si celle-ci leur a **évoqué des souvenirs.**
5. **À la fin de la première page, proposez à vos proches de changer de lecteur** pour la page suivante.  
Et ainsi de suite !
6. **Après avoir lu ensemble les histoires, passez aux questions** : posez à vos proches les questions proposées dans le livret, et réagissez avec chaleur à leurs récits, échangez avec eux posez-leur des questions.
7. **Regardez ensemble et commentez les images imprimées.** Ou bien, **cherchez vous-mêmes, dans des magazines**, des images pour illustrer chaque histoire. **Vous pouvez les coller au dos de l'histoire à laquelle elles correspondent.**
8. **Soyez toujours à l'écoute de vos proches**, n'hésitez pas à interrompre l'atelier à tout moment, s'ils se fatiguent.  
Vous pourrez éventuellement reprendre la conversation plus tard.
9. **À la fin, remerciez-les, demandez-leur si cette activité leur a plu** et s'ils souhaitent continuer une prochaine fois !

# SPORTIFS FRANÇAIS - N°1

Jean-Claude Killy



Il est né à Saint Cloud en 1943. Son père, ancien pilote de la Royal Air Force, s'installe en 1946 à **Val d'Isère** où il gère un hôtel avant d'ouvrir un magasin de sport. Dès son plus jeune âge, Jean-Claude est accro au ski.

Il remporte ses premières médailles à l'aube de ses 18 ans.

Prodige du ski alpin, il est à l'apogée de sa carrière lors des **J.O. de 1968 à Grenoble**. Killy réalise **le triplé olympique** sur les pistes de Chamrousse. Il reçoit du Général de Gaulle **la Légion d'Honneur** la même année.

À l'âge de 25 ans, il arrête sa carrière et se lance dans **les sports mécaniques**, en participant à de nombreuses courses dont les 24 heures du Mans.

Par la suite, il devient membre du **Comité International Olympique** au sein duquel il dirige plusieurs commissions, préside à l'organisation d'événements sportifs majeurs en France et siège au conseil d'administration de plusieurs grandes compagnies.

# SPORTIFS FRANÇAIS - N°2

Marie-José Pérec



Née le 9 mai 1968 à Basse-Terre en Guadeloupe.

**Marie-José Pérec** est une athlète de la discipline des 200 m, 400 m, 400 m haies et 4X100 m. Par son palmarès, elle est **la plus brillante athlète française** d'après-guerre.

Triple championne olympique : en 1992 aux **Jeux de Barcelone** sur 400 m et deux fois aux **Jeux d'Atlanta** en 1996 sur 400 m et 200 m. Elle détient encore aujourd'hui les records français de sa discipline. En 2000 aux **Jeux de Sydney** elle se met volontairement en retrait de l'équipe de France pour sa concentration. Critiquée par tous et elle quitte finalement la compétition avant les finales contre sa grande rivale **Cathy Freeman**. En 2004, elle participe aux **Jeux d'Athènes** en tant que **consultante**. Elle est aussi diplômée en 2007 d'un mastère en management sportif. Depuis, elle est présente sur les grands championnats, occupant un poste de consultante pour la presse.

# SPORTIFS FRANÇAIS - N°3

Louison Bobet



Louis Bobet, dit **Louison Bobet**, est né le 12 mars 1925 à Saint-Méen-le-Grand. Il est coureur **cycliste professionnel** de 1947 à 1961. Son palmarès est incroyable. Triple vainqueur du **Tour de France** entre 1953 et 1955, il est le premier coureur à remporter l'épreuve trois fois de suite. **Champion du monde** en 1954, champion de France en 1950 et 1951, il inscrit également son nom au palmarès des plus grandes courses classiques du vélo. Il jouit d'une **immense popularité** au cours de sa carrière. Le public salue la volonté et le courage du coureur breton. Sa carrière sportive s'achève à la fin de l'année 1961 lorsqu'il est victime d'un accident de voiture avec son frère Jean, entraînant plusieurs fractures du fémur et de la cheville. Il se reconvertisse dans **la thalassothérapie** et ouvre le premier institut moderne de ce genre à Quiberon, en 1964. Il meurt en 1983 à Biarritz d'un cancer.



# SPORTIFS FRANÇAIS - N°4

Just Fontaine



**Just Fontaine** est né en 1933 au Maroc sous le protectorat français. Il est joueur de football. Sa carrière débute à l'**US marocaine de Casablanca** de 1950 à 1953. Puis il est recruté à **Nice**. Après des années au **bataillon de Joinville durant la guerre d'Algérie**, il rejoint la sélection française et durant ses trois saisons à Nice, il inscrit 42 buts, remporte **la Coupe de France en 1954** et le titre de **champion de France en 1956** en tant que capitaine. La même année, il rejoint le **Stade de Reims**. Sélectionné à 21 reprises en équipe de France, Just Fontaine s'illustre principalement au niveau international lors de **la Coupe du monde de 1958** où la France finit 3<sup>e</sup> et où il termine meilleur buteur de la compétition avec 13 buts. Il est à ce titre le 4<sup>e</sup> meilleur buteur de tous les temps en Coupe du monde. Il fut sélectionneur de l'équipe de France en 1967 puis entraîneur du **Paris Saint-Germain** et de l'équipe nationale du Maroc.

# SPORTIFS FRANÇAIS - N°5

Micheline Ostermeyer



**Micheline Ostermeyer** est née en 1922 dans le Pas-de-Calais et meurt en 2001 à en Seine-Maritime. Elle est athlète et pianiste française.

Lors des **Jeux Olympiques de 1948 à Londres**, elle remporte deux médailles d'or et une de bronze. **Athlète complète**, elle remporte **douze titres de championne de France** dans six disciplines différentes, que ce soit dans des courses, des lancers de poids et de disques et du saut en hauteur et elle bat dix-neuf records de France.

Elle remporte deux nouvelles médailles de bronze aux **championnats d'Europe de Bruxelles** (80 mètres haies et lancer du poids) en 1950, après ses médailles d'argent sur 100 m et au poids gagnées en 1946.

En 1951, un médecin lui découvre une déformation de la colonne vertébrale. Elle doit alors arrêter la compétition sportive. Elle vit au Liban depuis son mariage et remporte avec le club de basket-ball le titre de championne d'Afrique du Nord et du Liban en 1953. Elle mène en parallèle **une carrière de pianiste** et donne des cours de piano pour subvenir aux besoins de sa famille. Après la mort de son mari en 1965, elle part enseigner au **conservatoire de Saint-Germain-en-Laye** où elle donnera des cours de piano pendant douze ans.

# SPORTIFS FRANÇAIS - N°6

Suzanne Lenglen



**Suzanne Lenglen** est née à Paris en mai 1899. C'est en 1911, à 12 ans, qu'elle touche pour la première fois une raquette de tennis, offerte par son père. Elle dispute son **premier tournoi en 1911 à Chantilly** où elle atteint la finale, puis rencontre ses premiers succès entre 1912 et 1913. Elle se révèle au grand public en 1914 étant sacrée **championne du monde sur terre battue** à Saint-Cloud.

La 1<sup>ère</sup> Guerre mondiale ne paraît pas troubler le quotidien de la jeune championne qui poursuit son entraînement. En 1919, elle remporte son **premier Wimbledon** puis enchaîne les victoires jusqu'en 1926 : elle remporte six fois le tournoi de Wimbledon, quatre fois les championnats de France et deux fois les Internationaux de France en simple. Au cours de sa carrière, elle remporte 241 tournois et trois médailles olympiques. Elle signe entre 1921 et 1926 une série de **171 victoires consécutives**. Suzanne déclare en septembre 1928 qu'elle abandonne totalement la compétition. De retour à Paris, elle collabore pour des maisons de prêt-à-porter, apparaît dans des publicités et des films. En 1936, elle inaugure **une école de tennis**. Elle y travaille à plein temps. Malheureusement elle décède en juillet 1938 d'une leucémie foudroyante. Ses obsèques attirèrent une foule immense.

# PORTRAITS DE SPORTIFS FRANÇAIS



## LES QUESTIONS

### QUESTION 1 :

Quelle portrait de sportif vous a le plus intéressé ?

### QUESTION 2 :

Connaissez-vous d'autres sportifs français inspirants, si oui citez-les ci-dessous ?

### QUIZ :

Quelle était la discipline sportive de Louison Bobet ?

- la Boxe
- le Vélo
- la Natation

Réponse : Louison Bobet était coureur cycliste.