



Portrait d'un champion français de judo



Teddy Riner – Texte et exercices FLE A2+ / B1



Niveau A2+ / B1



Sport et valeurs



Vocabulaire imagé



Polycopié 3 pages



Image : Podium olympique de judo, Rio 2016 - Wikimedia Commons / Agência Brasil Fotografias.



Objectifs de la fiche

Lire le portrait d'un sportif français très connu, comprendre des expressions imagées et réfléchir aux valeurs du sport.

Activité utilisable en classe entière, en autonomie ou en devoir de lecture.



Avant de lire. Mise en route

Observe le titre et l'image, puis réponds à l'oral ou à l'écrit :

- Quel sport pratique Teddy Riner ?
- Quelles qualités sont importantes dans ce sport ?
- As-tu déjà pratiqué un sport en compétition ?

1. Texte - Portrait de Teddy Riner

Teddy Riner est né le 7 avril 1989 à Pointe-à-Pitre, en Guadeloupe. Quand il est enfant, il découvre plusieurs sports. Pourtant, c'est sur le tatami qu'il se sent vraiment à sa place. Le judo devient vite plus qu'une activité : c'est une école de patience, de respect et de maîtrise.

Très grand, très puissant, mais aussi calme et concentré, Teddy apprend à utiliser sa force avec intelligence. Il combat dans la catégorie des plus de 100 kilos. Au fil des années, il travaille énormément. Les entraînements sont longs, les combats sont difficiles, mais il garde le cap.

Le public français a rapidement un coup de cœur pour ce champion impressionnant. Sur les tatamis du monde entier, il montre son talent, mais aussi son sang-froid. Dans un combat, il faut être fort ; mais il faut aussi rester lucide, écouter son entraîneur, respecter les règles et accepter la pression.

Teddy Riner remporte plusieurs grands titres internationaux. Aux Jeux olympiques, il marque l'histoire du judo. Il gagne l'or en individuel à Londres en 2012, à Rio en 2016, puis à Paris en 2024. La même année, il aide aussi l'équipe de France à triompher dans l'épreuve par équipes mixtes.

Son parcours rappelle qu'un champion ne se construit pas en un jour. Derrière les médailles, il y a des années d'efforts, des doutes, parfois des blessures, mais aussi beaucoup de courage. Teddy Riner prouve qu'on peut viser très haut tout en restant attaché aux valeurs du sport.



Mots et expressions utiles

un tatami : tapis sur lequel on pratique le judo

garder le cap : continuer malgré les difficultés

trionpher : gagner de manière importante

porter les couleurs de la France : représenter la France

avoir un coup de cœur : beaucoup aimer

le sang-froid : le calme dans une situation difficile

2. Questions de compréhension - QCM

Choisis la bonne réponse.

1. Teddy Riner naît :

- ☐ a. à Paris
- ☐ b. à Pointe-à-Pitre
- ☐ c. à Londres

2. « Il se sent à sa place sur le tatami » signifie :

- ☐ a. il aime vraiment pratiquer le judo
- ☐ b. il aime dormir sur un tapis
- ☐ c. il préfère regarder les combats

3. « Porter les couleurs de la France » veut dire :

- ☐ a. porter un kimono bleu
- ☐ b. porter le drapeau français
- ☐ c. représenter la France

4. Teddy combat dans la catégorie :

- ☐ a. des moins de 60 kilos
- ☐ b. des plus de 100 kilos
- ☐ c. des juniors uniquement

5. « Garder le cap » signifie :

- ☐ a. continuer malgré les difficultés
- ☐ b. changer de sport
- ☐ c. partir en bateau au Cap Bon

6. Le public a « un coup de cœur » pour Teddy. Cela veut dire :

- ☐ a. le public l'aime beaucoup
- ☐ b. le public a peur de lui
- ☐ c. le public ne le comprend pas

7. Dans le texte, le sang-froid désigne :

- ☐ a. la peur
- ☐ b. le calme dans les moments difficiles
- ☐ c. la force physique seulement

8. En 2024, Teddy Riner gagne :

- ☐ a. seulement une médaille d'argent
- ☐ b. une médaille d'or et une médaille de bronze
- ☐ c. l'or individuel et l'or par équipes mixtes

9. « Une légende du sport français » signifie :

- ☐ a. un sportif imaginaire
- ☐ b. un sportif très important dans l'histoire
- ☐ c. un sportif qui débute

10. Le texte montre surtout que Teddy Riner est :

- ☐ a. talentueux, travailleur et respectueux
- ☐ b. rapide et courageux mais un peu paresseux
- ☐ c. célèbre car il est grand et calme

3. Vrai ou faux ? Corrige quand c'est faux

Phrase	Vrai	Faux	Correction si nécessaire
Teddy Riner est un champion français de judo.	☐	☐	
Il n'a pratiqué que le judo dans sa jeunesse.	☐	☐	
Le judo demande seulement de la force physique.	☐	☐	
À Paris en 2024, il gagne aussi avec l'équipe de France.	☐	☐	
Ce champion ne s'est jamais blessé.	☐	☐	

