

6 ASTUCES POUR APPRENDRE L'ANGLAIS EN S'AMUSANT POUR LES SPORTIFS DE HAUT NIVEAU.



Hubert Noah



J'ai obtenu 5/20 à mon examen d'anglais au baccalauréat, c'est dire que j'étais vraiment nul en cette langue. Je ne m'y intéressais pas vraiment car je pensais que ce n'était pas important. Lors d'un voyage en Angleterre pour les championnats du monde de tennis de table, j'ai été frustré de ne pas pouvoir tenir une conversation car je manquais de vocabulaire et de grammaire.

Sachant que je devais voyager régulièrement pour des tournois et que je devais rencontrer des joueurs de pays différents, j'ai donc décidé d'apprendre cette langue en mettant en place de petites astuces différentes de ce qui était enseigné à l'école. J'ai ensuite été footballeur professionnel à Londres où j'ai vécu pendant 10 ans. Aujourd'hui, j'accompagne des sportifs et entraîneurs à devenir bilingues rapidement. Voici la méthode qui m'a permis d'apprendre l'anglais tout seul en passant quelques minutes par jour.

En appliquant régulièrement cette méthode, vous pouvez aussi faire des progrès en anglais tout en vous amusant. Progresser rapidement en anglais pour les joueurs, préparateurs physiques et entraîneurs de football peut être crucial pour évoluer dans un environnement international et communiquer efficacement avec des collègues, des partenaires et des joueurs.



Speech

1) Immersion linguistique :



- Regardez des matchs, des interviews, des analyses et des émissions sportives en anglais.

Cela vous aidera à vous familiariser avec le vocabulaire spécifique à votre sport ainsi qu'avec les expressions couramment utilisées.

- Le but est d'aborder l'apprentissage sous un aspect ludique et mettre en place de petits défis à relever.



- Ecoutez des podcasts

(<https://www.bbc.co.uk/learningenglish/english/features/6-minute-english>) BBC 6 minutes English propose des podcasts de 6 minutes sur divers sujets. Le texte est fourni en dessous pour une meilleure compréhension

- Lorsque vous écoutez attentivement quelqu'un de langue maternelle, il faut essayer de reproduire les mêmes sons que lui sans faire attention au sens au début. Cela vous permettra de vous habituer à des prononciations inhabituelles. Vous pouvez ensuite vous enregistrer et réécouter ensuite.



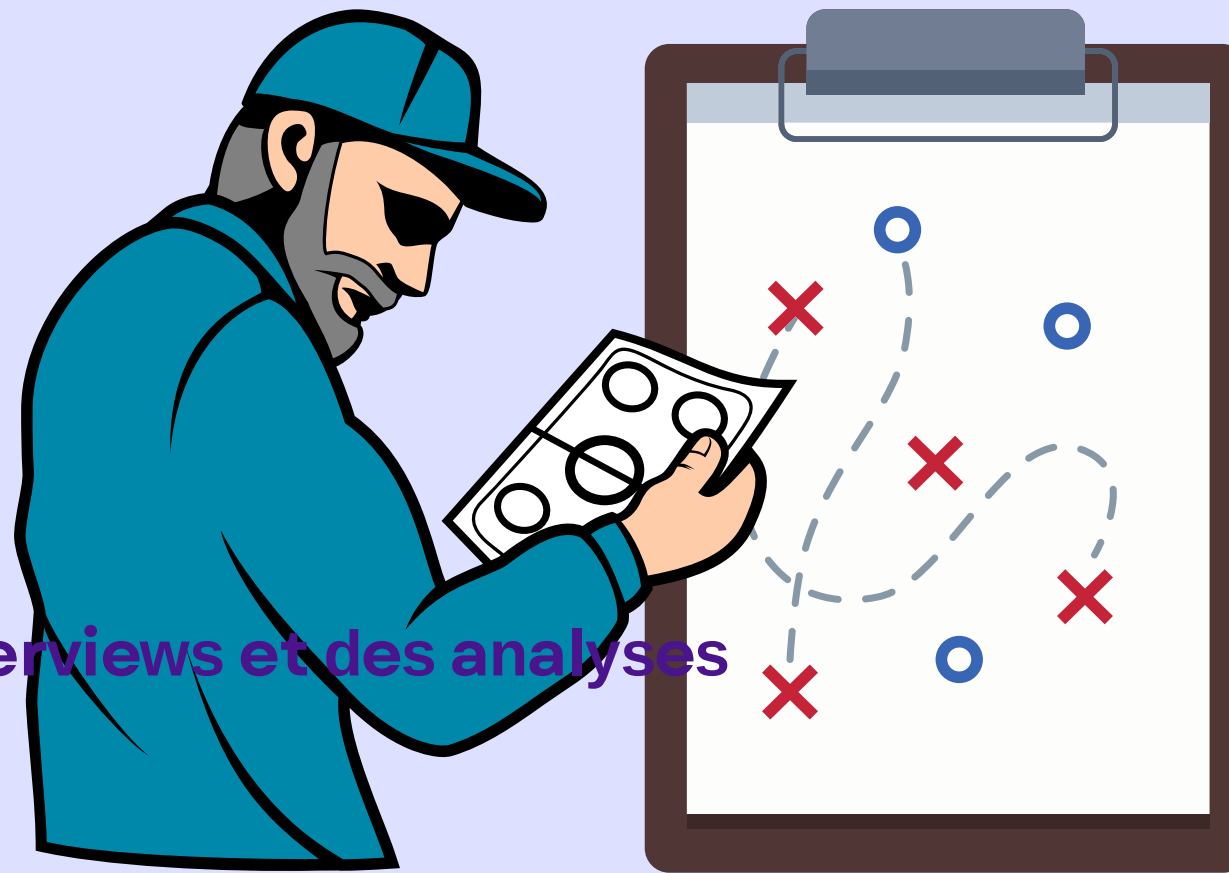
- Suivez des comptes de médias sociaux, des forums et des blogs en anglais qui traitent de votre sport. (Par exemple skysports, thehonestfootballcoach, zoli_football, ESPN, NBA, cristiano, crossfit, women health mag, the body coach, Gymshark)



- Vous pouvez le faire par exemple avec un ami en regardant un film ou une série, en regardant les gens parler dans la rue ou dans le train.

2) Pratique orale :

- Essayez de parler anglais aussi souvent que possible, même si vous faites des erreurs au début. La pratique régulière vous aidera à améliorer votre fluidité et votre confiance.



- Regardez des matchs, des interviews et des analyses

3) Vocabulaire spécifique à votre sport :

- Apprenez le vocabulaire spécifique à votre activité, y compris les termes techniques, les postes, les stratégies, etc.



- Utilisez des applications, des livres ou des sites web dédiés au lexique de votre sport.

- Des livres comme :
English for football, Alan Redmond et Sean Warren.
L'anglais par le sport, David Salomez.
Le vocabulaire du football, Annabelle Creuzé

- "**Strength Training Anatomy**" par **Frederic Delavier**

- "**Essentials of Strength Training and Conditioning**" par **NSCA (National Strength and Conditioning Association)**

- "**The New Encyclopedia of Modern Bodybuilding**" par **Arnold Schwarzenegger et Bill Dobbins**

- Créez des fiches de vocabulaire ou des listes de mots et révisiez-les régulièrement. Essayez de les utiliser dans des phrases pour les intégrer pleinement à votre vocabulaire.



4) Entraînement avec des ressources spécialisées :

- Trouvez des cours en ligne ou des programmes de formation en anglais spécifiquement conçus pour les professionnels du sport. Ces cours peuvent aborder des sujets tels que la tactique, la préparation physique, la nutrition, etc.



5) Interaction avec des anglophones :

● Essayez de pratiquer votre anglais avec des anglophones chaque fois que vous en avez l'occasion. Par exemple vous pouvez trouver des clubs de langues dans votre ville pour échanger en anglais avec des anglophones qui souhaitent aussi parler français. En regardant sur google vous pouvez voir les clubs de langues autour de votre domicile

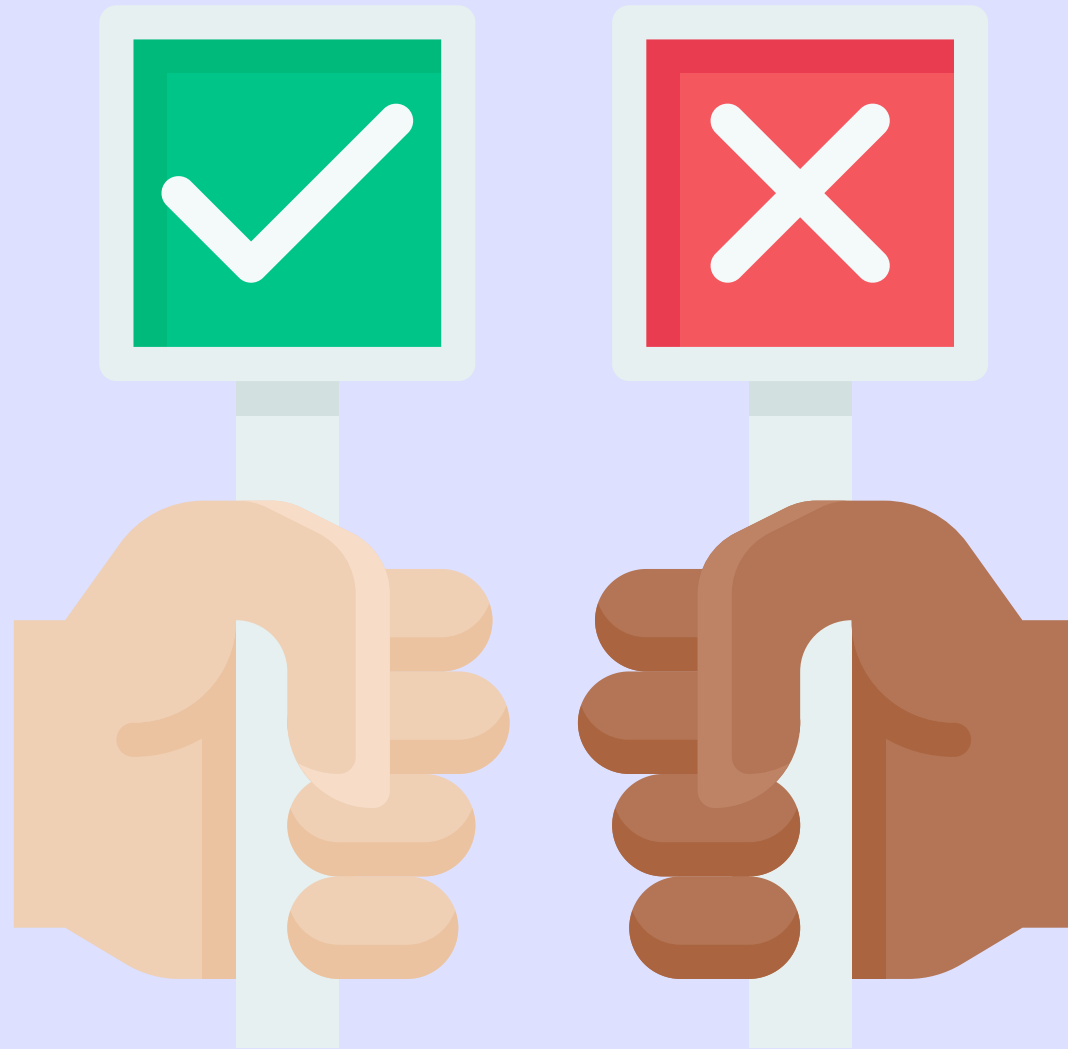


● Cela peut aussi être lors de voyages à l'étranger, lors d'événements internationaux ou même en ligne à travers des plateformes de discussion ou des jeux en ligne.

● Ne craignez pas de faire des erreurs. La plupart des anglophones apprécieront vos efforts pour communiquer dans leur langue et seront disposés à vous aider à vous améliorer.

6) Relecture et correction :

- Faites relire vos écrits en anglais, tels que des rapports de match, des programmes d'entraînement ou des présentations, par des locuteurs natifs ou des personnes compétentes en anglais.
- Demandez leur de vous corriger et de vous donner des conseils pour améliorer votre expression écrite.



En combinant ces astuces avec une pratique régulière et une attitude positive, vous devriez être en mesure de progresser rapidement en anglais et de mieux vous intégrer dans le monde du sport international.

