

# MON PASS OLYMPIQUE

## Pass Education

*en partenariat avec*



# FFBB

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE DE  
BASKETBALL

## Cahier de Vacances



CM1  CM2



**B**ienvenue dans ce livret de révisions sur le thème des Jeux Olympiques.

**T**u y trouveras différentes activités à la manière d'un cahier de vacances.

**T**u peux choisir de faire les pages dans l'ordre ou non en fonction de tes envies.

**T**u as sur le côté des pages des petits signets afin de repérer en un clin d'œil la matière que tu travailles.

FRANÇAIS

MATHÉMATIQUES

ANGLAIS

GÉOGRAPHIE

ENSEIGNEMENT  
MORAL ET CIVIQUE

HISTOIRE ET  
HISTOIRE DES ARTS

SCIENCES



QUIZ

Quelle athlète française détient le record olympique sur la course du 400m ?

- Marie-José Pérec
- Laure Manaudou
- Clarisse Agbénénou



# Les Jeux Olympiques :

## Une Tradition Ancienne aux Valeurs Universelles

Depuis des millénaires, les Jeux Olympiques captivent les esprits et unissent les peuples à travers le monde. Leur origine remonte à la Grèce antique, où les premiers jeux ont été organisés en 776 av. J.-C. à Olympie, en l'honneur du dieu Zeus. Ces jeux étaient une célébration de l'athlétisme, de la culture et de la paix.

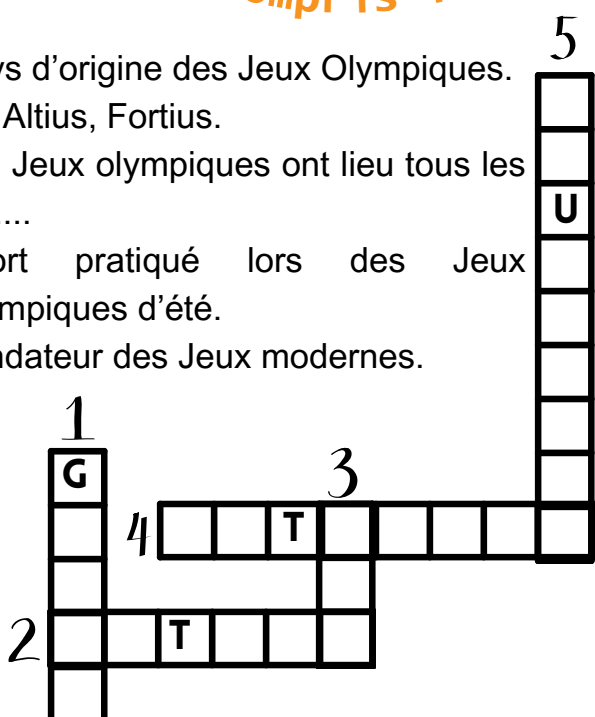
Les Jeux Olympiques modernes, tels que nous les connaissons aujourd'hui, ont été créés par Pierre de Coubertin à la fin du XIXe siècle. Convaincu de l'importance du sport pour promouvoir la paix et l'harmonie entre les nations, de Coubertin a fondé le Comité International Olympique (CIO) en 1894 et a organisé les premiers Jeux Olympiques modernes à Athènes en 1896.

La devise des Jeux Olympiques, "Citius, Altius, Fortius", en latin, signifie "Plus vite, Plus haut, Plus fort". Cette devise incarne l'idéal olympique, encourageant les athlètes à toujours viser l'excellence dans leurs performances, tout en respectant l'éthique sportive et en promouvant l'amitié entre les nations.

Au fil des siècles, les Jeux Olympiques ont évolué pour devenir l'événement sportif le plus prestigieux de la planète. Ils se déroulent désormais tous les quatre ans, alternant entre les Jeux d'été et les Jeux d'hiver. Les athlètes du monde entier se préparent avec détermination et dévouement pour représenter leur pays et concourir dans une variété de disciplines sportives, allant de l'athlétisme à la natation, en passant par le ski, la luge et le snowboard.

### As-tu bien compris ?

1. Pays d'origine des Jeux Olympiques.
2. ...., Altius, Fortius.
3. Les Jeux olympiques ont lieu tous les 4 .....
4. Sport pratiqué lors des Jeux Olympiques d'été.
5. Fondateur des Jeux modernes.



1 Décode le texte suivant: pour t'aider, quelques lettres sont déjà placées.

YLYH OHV MHXA ROBPSLTXHV  
V S X

.....

*Indice: chaque lettre est remplacée par la lettre qui se situe 3 lettres avant dans l'ordre alphabétique*

2 À l'origine, pour quelle divinité les Jeux Olympiques étaient-ils organisés ?

.....

.....



3 Cite 4 sports présentés lors des Jeux Olympiques (été et hiver confondus).

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

4 Que signifie la devise des Jeux Olympiques ?

.....  
.....  
.....

F



Sais-tu qui est l'athlète le plus rapide de l'histoire ?

- Flash Mc Queen
- Usain Bolt
- Carl Lewis

5 De quoi était convaincu Pierre de Coubertin lorsqu'il a créé les Jeux Olympiques ?

.....  
.....  
.....

6 Déchiffre ce rébus ( 7 mots).



p



1

Réponse :



à



.....  
.....  
.....  
.....  
.....

7 Cherche dans ton dictionnaire la définition du mot "éthique":

.....  
.....  
.....





# Étude de la langue



1

Ajoute la ponctuation finale : ! ou ?

Où est passé le coureur français ...

Il a triché ....

Écoutez bien ce scoop ...

Êtes-vous sûr de cette information ...

Elle passe la ligne d'arrivée et elle gagne la médaille d'or ...

courir

rond

évidemment

dès

lesquels

médaille

saut

rapide

pied

trop

bonheur

fort

2

Colorie uniquement les mots invariables.

3

Relie chaque phrase au sens de l'adverbe souligné.

Les valeurs de partage et d'entraide resteront longtemps dans les mémoires.

Soudain, la sprinteuse accélère.

lieu

Regardez par ici que je vous prenne en photo.

temps

Après quelques jours de repos, le nageur français se sent mieux.

manière



QUIZ

Quel est le record du 100m hommes aux JO ?

- 27,44 s
- 4,96 s
- 9,63 s

4

Entoure les conjonctions de coordination.

L'équipe adverse est rapide mais elle est moins endurante.

Il a plu toute la soirée donc les terrains glissent.

Ni les journalistes, ni les athlètes n'auraient pu prévoir un tel retournement de situation.

Rappel : une conjonction de coordination est un petit mot qui relie deux éléments : mais, ou, et, donc, or, ni, car.

correction sur [www.pass-education.fr](http://www.pass-education.fr)





## Défis maths : à toi de jouer !



Lors des entrainements, Léa a parcouru 83,5 km à vélo.

Son ami Pierre a fait 1 251 m de plus.

Quelle distance Pierre a-t-il parcourue (en km) ?

Entoure la bonne réponse et effectue le calcul.

83,5 + 1,251 ?

83,5 + 12,51 ?

83,5 + 1251 ?

83,5 - 1251 ?

Zone de calcul et de réponse

Réponse : .....

.....

Zone de calcul et de réponse

Réponse : .....

.....

Zone de calcul et de réponse

Réponse : .....

.....

Zone de calcul et de réponse

Réponse : .....

.....

Lou a acheté trois bouteilles d'eau minérale pour 2,40 €.

Quel est le prix de 7 bouteilles ?

*Astuce : calcule d'abord le prix d'une bouteille.*

Afin d'être prêt pour les jeux, Darren court chaque mois la même distance.

En une année, il a couru 2 160 km.

Quelle distance a-t-il courue en 1 mois ? en 5 mois ?

Fatima est à la piscine.

Elle met 56 secondes pour faire une longueur.

Quel temps, en minutes, met-elle pour faire 4 longueurs et demie ?

M



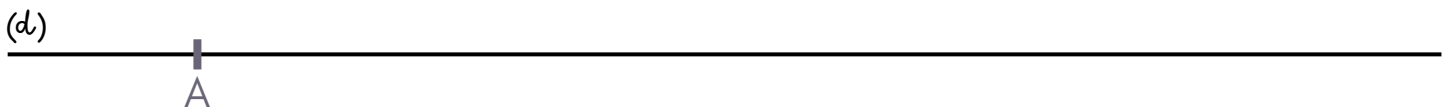


## Le logo



Trace le logo des JO grâce au programme de construction.

M



1. Repère le point A sur la droite (d).
2. Place les points B et C sur la droite (d) pour que  $AB = BC = 6$  cm
3. Place un point D au milieu de [AB]
4. Place un point E au milieu de [BC]
5. Trace la droite (d1) perpendiculaire à la droite (d) et passant par le point D.
6. Place le point F sur la droite (d1) pour que  $DF = 3$  cm (sous le point D)
7. Trace la droite (d2) perpendiculaire à la droite (d) passant par le point E.
8. Place le point G sur (d2) tel que  $EG = 3$  cm (sous le point E)
9. Trace les cercles de centres A, B, C, F, G de rayon de longueur 3 cm
10. Trace les cercles de centres A, B, C, F, G de rayon de longueur 2,5 cm.
11. Colorie les cercles en t'aidant de la couverture de ce cahier.

# Un peu de géométrie



	1	2	3	4	5	6	7	8
A								
B								
C								
D								
E								
F								
G								
H								

Une journaliste doit interviewer des athlètes.

1. Écris les coordonnées des athlètes qu'elle doit rencontrer.

gymnaste	
basketteur	
kayakiste	
cycliste	

M

2. Elle doit finir son interview par le lieu qui se trouve en (E; 8). Où va-t-elle?

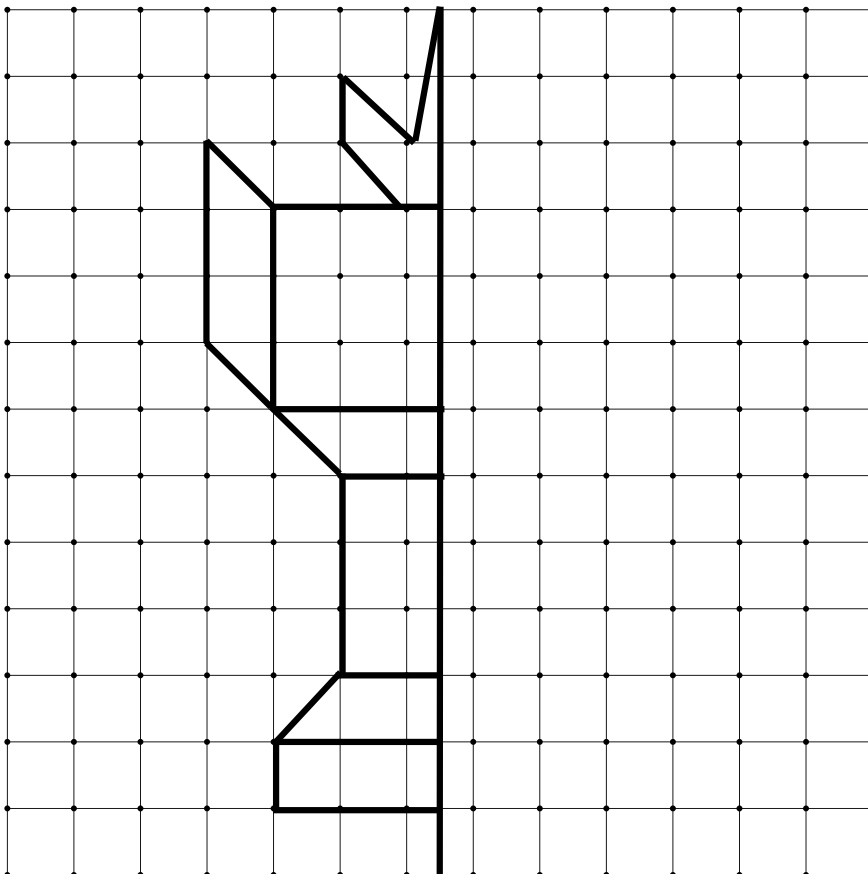
Réponse : .....



QUIZ

Quel est le record du saut en longueur masculin aux JO ?

- 8,90 m
- 3,5 m
- 27 m



Recrée la symétrie de la coupe olympique.

Puis, colorie-la !







# Olympic sports!

Remets les lettres dans l'ordre afin de retrouver les noms de ces différents sports.



ANETQUIRES



GBINOX



SEC SH



NYSTAGMIC



ENGTWIRLS



GINDVI



AKAYKING



MIMINGSW

Besoin d'aide ?  
Regarde dans cette  
liste de noms de sports



boxing	karate
chess	swimming
diving	tennis
equestrian	volleyball
gymnastic	wrestling

Remets les mots dans l'ordre afin de former des phrases.

What ? sports do play

I tennis. play can



## QUIZ

Quelle est la seule athlète olympique à avoir gagné en individuel le 100m, le 200m et le 400m ?

- Fanny Blankers-Koen (néerlandaise)
- Betty Cuthbert (australienne)
- Allyson Felix (américaine)

*tongue  
twister*

Répète 10 fois de suite cette phrase sans te tromper:

The sports shop stocks socks.

A

## Où ont eu lieu les jeux ?

Voici la liste des dix derniers pays qui ont organisé les Jeux Olympiques d'été. À toi de replacer l'initiale de chaque pays dans sa bulle.

*Attention: pour le Royaume-Uni et les États-Unis, les initiales sont celles des noms en anglais.*

2024 - France (F)

2020 - Japon (J)

2016 - Brésil (B)

2012 - Royaume- Uni (UK)

2008 - Chine (Ch)

2004 - Grèce (G)

2000 - Australie (A)

1996 - États-Unis (USA)

1992 - Espagne (E)

1988 - Corée du Sud (C.S)

## L'égalité filles/garçons c'est aussi sur le terrain !

L'égalité entre les hommes et les femmes dans le sport est très importante, notamment lors des Jeux Olympiques. Ces derniers sont un événement où des athlètes du monde entier se réunissent pour participer à des compétitions sportives. Historiquement, il y avait moins d'épreuves pour les femmes que pour les hommes. Mais au fil du temps, les choses ont changé pour promouvoir l'égalité.

Aujourd'hui, aux Jeux Olympiques, il y a autant d'épreuves pour les femmes que pour les hommes. Cela signifie que les femmes ont autant d'opportunités que les hommes de concourir et de montrer leurs talents sportifs. Par exemple, les femmes peuvent participer à des sports comme la gymnastique, la natation, le basketball, le tennis et bien d'autres, tout comme les hommes.

L'égalité entre les hommes et les femmes dans le sport durant les Jeux Olympiques montre que tout le monde a le droit de participer et de prendre part à une compétition, peu importe son genre. C'est une excellente occasion pour les filles et les garçons de voir des athlètes féminines et masculins excellant dans leurs sports respectifs. Cela nous montre que peu importe qui tu es, tu as le droit de pratiquer le sport que tu aimes et de viser l'excellence, tout comme les athlètes des Jeux Olympiques. Souviens-toi toujours que le sport est pour tout le monde, qu'on soit une fille ou un garçon.

Et toi, pratiques-tu un sport ?  
Penses-tu que certains sports  
sont réservés aux garçons ou  
aux filles ?



QUIZ

Quel est le record Olympique féminin de saut en longueur lors de l'épreuve du triple saut ?

- 15,67 m
- 2,29 m
- 37,13 m

### Charade

Mon premier doit être sauté lors d'une épreuve d'athlétisme.

Mon deuxième est un mot familier pour désigner un garçon.

Mon troisième sert à dormir.

Mon quatrième est la vingtième lettre de l'alphabet.

Mon tout est mis en avant dans les sports aux JO.

Réponse : .....

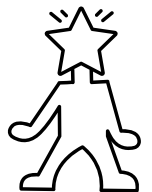
## Zoom sur un artiste : Keith Haring

Keith Haring était un artiste né le 4 mai 1958 à Reading, aux États-Unis. Il aimait dessiner dès son plus jeune âge. En grandissant, il est allé étudier l'art à New York. Haring est devenu célèbre dans les années 1980 pour son art coloré et joyeux, qu'il peignait souvent dans les rues de la ville. Il est mort en 1990 à New-York.



Dans son art, Keith Haring abordait des sujets importants comme l'amour, la paix et l'égalité. Il utilisait ses dessins pour parler de problèmes dans le monde, comme la maladie et le racisme. Ses œuvres étaient pleines de personnages dansants, de cœurs et d'animaux, tous dessinés avec des lignes simples et des couleurs vives.

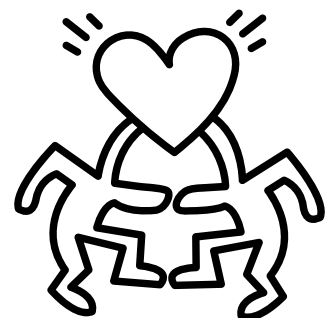
Pour créer une œuvre à la manière de Keith Haring, utilise des crayons ou des feutres pour dessiner des formes simples et des lignes dynamiques. Ajoute des couleurs vives comme le rouge, le jaune et le bleu. L'important est de t'amuser et de transmettre un message positif avec ton art, tout comme le faisait Keith Haring.



**ART**  
**PEACE**



Voici quelques exemples pour t'inspirer.  
Maintenant à toi de jouer !



H



# A toi de bouger maintenant !

## Comment t'échauffer ?

Voici différents exercices que tu peux faire pour t'échauffer avant une séance de sport, ces exercices doivent être relativement courts (30sec).

- marcher de plus en plus vite
- marcher sur la pointe des pieds
- talon fesse
- pas chassés
- courir, s'accroupir et sauter le plus haut possible



## À quoi ça sert de s'échauffer ?

Quel est le pourcentage de joueuses blessées après 40h de jeu avec échauffement ? sans échauffement ?

.....

.....

.....

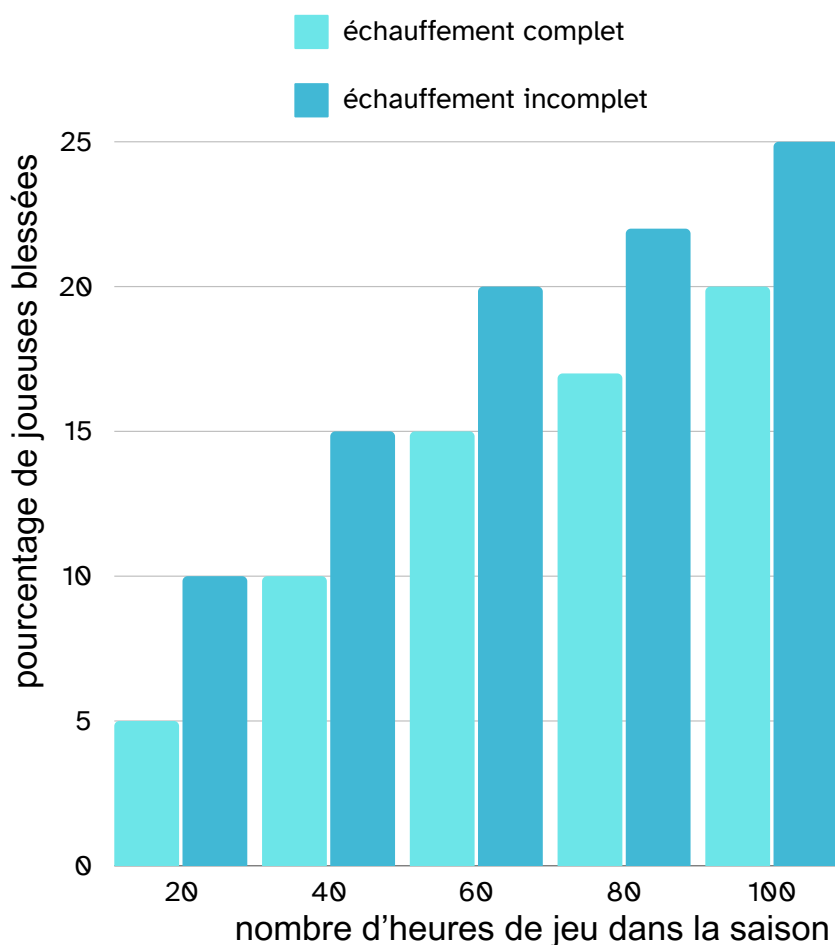
.....

Quel est donc l'intérêt de l'échauffement ?

.....

.....

.....



## Une idée de jeu : une variante du 1, 2, 3 soleil

Tu connais sans doute le jeu 1, 2, 3 soleil où un joueur, le soleil, compte à haute voix face à un mur et se retourne en disant "SOLEIL" pendant que les autres joueurs avancent vers lui.

Dans cette variante, deux équipes s'affrontent pour récupérer un trousseau de clés au sol (à environ 1m du soleil), puis pour retourner à leur camp en marche arrière.

Lorsqu'une des équipes s'est emparée du trousseau, le soleil doit, après chaque "SOLEIL", identifier le voleur.

Si le voleur est identifié, il repose les clés à leur point de départ et repart depuis son camp. La partie se termine quand les clés ont été rapportées à l'un des camps.

