

# CAHIER DE VACANCES

★ DU CM1 VERS LE CM2 ★

CM1

## OBJECTIF

# GR

EXTRAIT  
GRATUIT

### SPÉCIAL GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

TOUT LE PROGRAMME



FRANÇAIS



MATHÉMATIQUES



GYMNASTIQUE  
RYTHMIQUE



JEUX ET  
DÉCOUVERTES

PRÉNOM : .....

NOM : .....



# BIENVENUE DANS CE CAHIER DE VACANCES

## Comment utiliser ce cahier ?

Ce cahier peut être utilisé en toute liberté pendant l'été. L'idéal est de travailler dans le calme, avec un temps court et régulier. Certaines pages seront très rapides, d'autres demanderont un peu plus de réflexion : l'essentiel est d'avancer sereinement.

## Petit conseil aux parents

Il n'est pas nécessaire de tout corriger immédiatement. L'important est d'encourager votre enfant, de valoriser ses efforts et de l'aider à garder confiance.

## Ce que tu trouveras dans ce cahier

Des exercices variés, des révisions progressives, et un univers inspiré de la gymnastique pour rendre le travail plus motivant.

## Objectif de l'été

Réviser un peu, régulièrement, et te sentir plus serein et plus disponible.

Je m'entraîne un peu chaque jour et j'avance pas à pas.

**EXTRAIT  
GRATUIT**

Avant de commencer  
Choisis ton plus beau crayon, écris ton prénom, et lance-toi. Chaque page complétée est un pas de plus vers une rentrée en confiance.

CE CAHIER APPARTIENT À \_\_\_\_\_

## Qui a conçu ce cahier de vacances ?

Je suis Adeline, enseignante et j'ai conçu ce cahier pour proposer des révisions sérieuses, progressives et motivantes. L'univers de la gymnastique y tient une place particulière, notamment parce que ma fille aînée pratique cette discipline depuis maintenant 8 ans.

# SOMMAIRE

## 1 LE CONSEIL DE L'ANCIENNE CHAMPIONNE

Compréhension de texte  
Pronoms personnels  
Imparfait  
Famille de mots  
Résolution de problèmes

## L'HEURE DE L'ENTRAÎNEMENT 2

Calcul du temps  
Synonymes  
Registre de langue  
Repérage dans le temps

## 3 LE GALA

Compréhension de texte  
Temps du passé  
Compréhension du nombre  
Anglais

## LA SALLE DE GYMNASTIQUE 4

Géométrie  
Groupes nominaux  
Pluriel  
Education morale et civique

## 5 LE CARNET DU LECTEUR

Compréhension de texte  
Conjugaison  
Symétrie

## LES ENGIN 6

Résolution de problèmes  
Vocabulaire  
Repérage dans l'espace

## 7 LA JUGE

Compréhension de texte  
Grammaire & antonymes  
Etude de tableau  
Anglais

## JUSTE

Compréhension de texte  
Natures des mots  
Calculs  
Ecriture

## 9 LA LETTRE DE L'ENTRAÎNEUR

Compréhension de texte  
Groupes nominaux  
Mots invariables  
Géométrie

## LES NOTES 10

Graphique  
Passé composé  
Alimentation

## 11 LE SAC OUBLIÉ

Compréhension de texte  
Rédaction  
Suites numériques  
Anglais

## LA COMPÉTITION 12

Compréhension du nombre  
Formes de phrases  
Milieux

## LA SALLE DE GYMNASTIQUE 14

Géométrie  
Calculs  
Vocabulaire  
Contacts d'urgence

## 15 LES PORTES OUVERTES

Compréhension de texte  
Exposé  
Compréhension du nombre  
Clef de sol

## LE SOL 16

Solides  
Vocabulaire  
Planètes

## 17 L'AFFICHE

Compréhension de texte  
Compléments circonstanciels  
Calculs

## LES JOUJOU 18

Compréhension du nombre  
Conversion  
Préfixe et suffixe  
Articulations

## 19 LE TRAJET EN BUS

Compréhension de texte  
Rédaction  
Sudokus

## LE CARNET D'ENTRAÎNEMENT 20

Natures des mots  
Arts plastiques

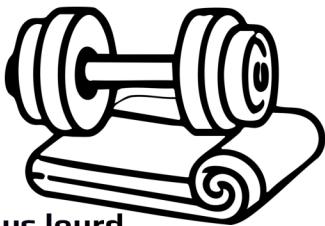
EXTRAIT GRATUIT



6

# LES ENGINS

## MATHÉMATIQUES



• Observe les objets de gymnastique. Classe les objets du plus léger au plus lourd.

- Une corde. Un justaucorps. Une barre de danse classique. Une paire de demi-pointes.
- Un banc. Un praticable. Une bouteille d'eau de 1,5 L. Six cerceaux.

.....

.....

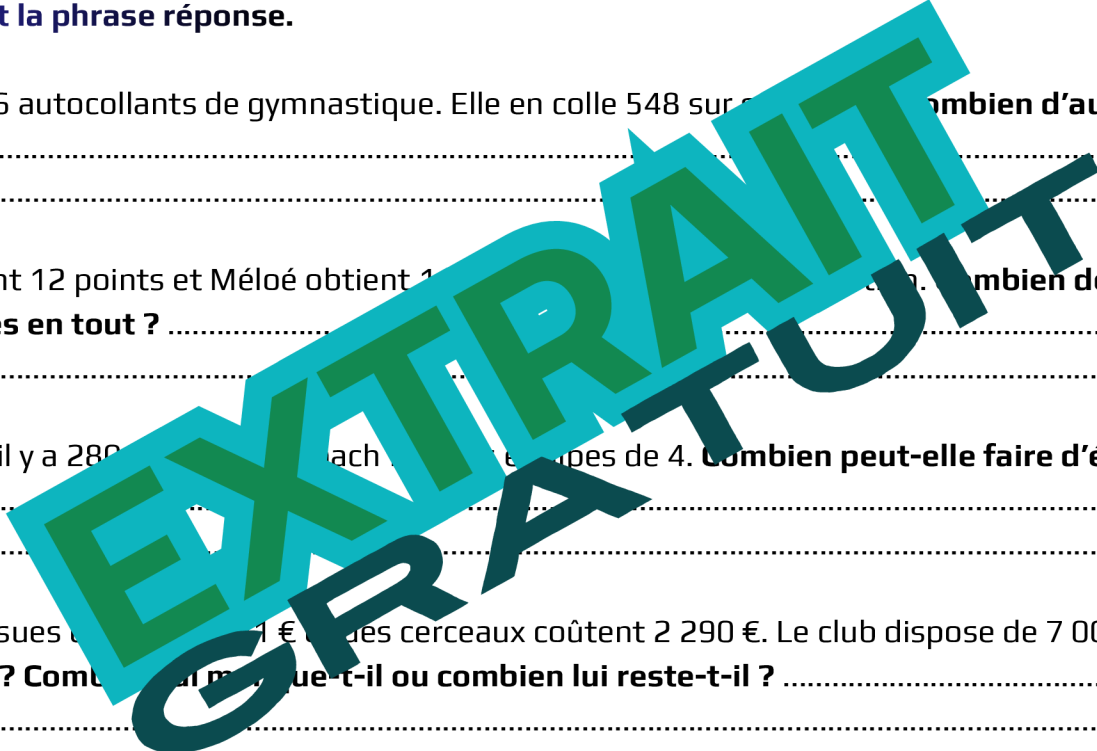
Ecris le calcul et la phrase réponse.

1. Maëlys a 1 326 autocollants de gymnastique. Elle en colle 548 sur son sac. **Combien d'autocollants lui reste-t-il ?**.....

2. Camille obtient 12 points et Méloé obtient 18 points. **Combien de points obtiennent-elles en tout ?**.....

3. Dans un club, il y a 280 cerceaux. Chaque cerceau pèse 4 kg. **Combien peut-elle faire d'équipes ?**.....

4. Plusieurs massues coûtent 110 €. Les cerceaux coûtent 2 290 €. Le club dispose de 7 000 €. **A-t-il assez d'argent ? Combien lui manque-t-il ou combien lui reste-t-il ?**.....



Remplis le chèque correspondant au montant précédent :

<b>BANQUE DEMI-POINTES</b>	
Payez contre ce chèque _____	<b>€uros</b>
_____	<input type="text"/>
Banque demi-pointes	Fait à _____
Rue de la gymnastique, 31415 ici-même	Le _____
	Signature :



# FRANÇAIS

Retrouve les anagrammes puis classe les mots dans le tableau.

- CPIRLATAEB → \_\_\_\_\_
- TSIPA → \_\_\_\_\_
- UGJE → \_\_\_\_\_
- DCROE → \_\_\_\_\_
- EUOR → \_\_\_\_\_
- TEGYSNAM → \_\_\_\_\_
- AEUCCRE → \_\_\_\_\_

Matériel	
Figure	
Personne	

Trouve la définition d'un mot de chaque catégorie dans le dictionnaire.

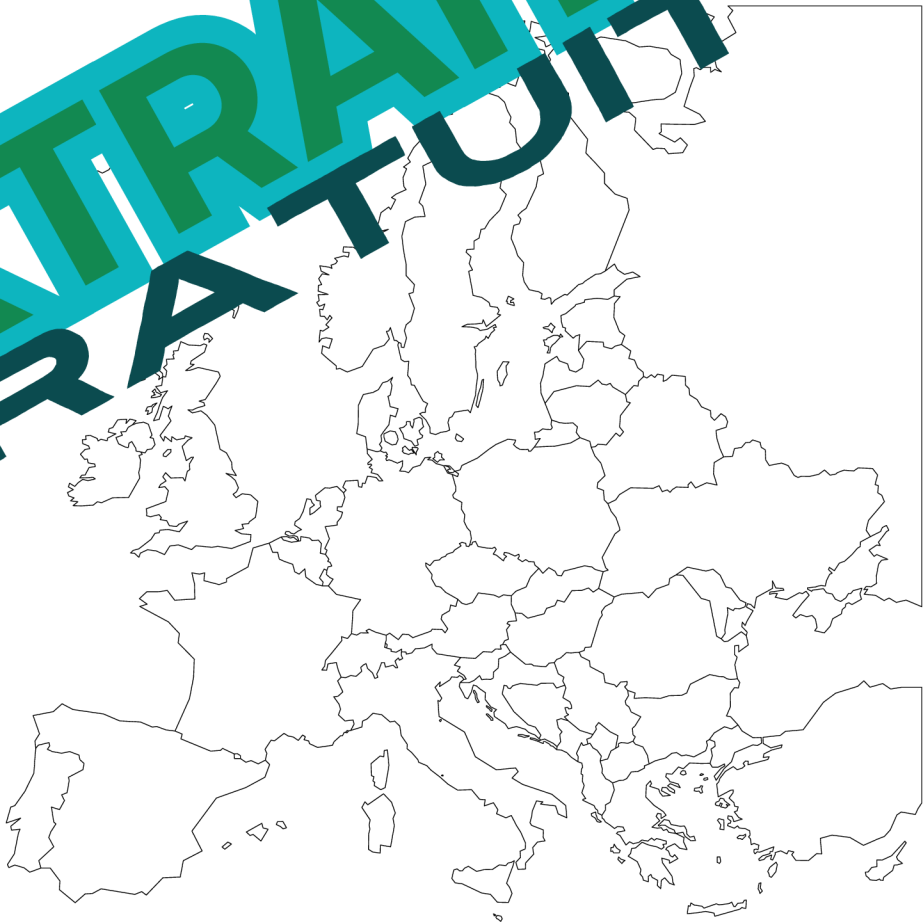
# GEOGRAPHIE

Réponds aux questions :

1. Situe la France en Europe.
2. Colorie la mer Méditerranée et l'océan Atlantique.
3. Sur la carte, ajoute Londres et Madrid.
4. Colorie un pays et cherche sa capitale.

A l'aide d'une règle et d'un crayon de papier, trace le trajet de vacances de Darja Varfolomeev après les JO de 2024.

France - Suède - Roumanie - Italie et Allemagne.



EXTRAIT GRATUIT



# LA JUGE



À la fin de la rencontre, chaque juge devait remplir une petite fiche d'observation. Sur cette feuille, il ne fallait pas seulement noter les erreurs. Il fallait aussi relever les efforts visibles et l'attitude générale de chaque gymnaste.

Lila n'avait jamais vu ce document d'aussi près. Habituellement, elle ne voyait que le résultat final, parfois accompagné d'un rapide commentaire. Sa voisine, une juge du jury, lui montra un exemple de fiche vide. On y lisait : « points », « difficultés », « prestations », « attitudes », « mouvements », « maîtrise de l'espace ».

Lila fut surprise. Elle pensait qu'un passage en difficulté était toujours noté. En observant cette fiche, elle comprit qu'un passage en difficulté ne se notait pas à une note. Il racontait aussi quelque chose sur le style et la prestation de la gymnaste.

Le lendemain, à l'entraînement, elle changea sa manière de se préparer. Au lieu de répéter seulement ses figures les plus difficiles, elle prit le temps de soigner son entrée, son salut et sa posture. Son entraîneur remarqua le changement.

« Tu as compris que le plus important, c'est la manière, lui dit-elle. Une prestation réussie ne dépend pas seulement de ce qu'on fait, mais aussi de la manière dont on le fait. »

Depuis ce jour, Lila n'a plus regardé les compétitions de la même façon.

**EXTRAIT  
GRATUIT**

### AS-TU COMPRIS ?

1. **Que découvre Lila en regardant la fiche du juge ?** \_\_\_\_\_
2. **Pourquoi est-elle surprise ?** \_\_\_\_\_
3. **Que veut dire la phrase : "Une prestation réussie ne dépend pas seulement de ce qu'on fait, mais aussi de la manière dont on le fait." :** \_\_\_\_\_
4. **Selon toi, qu'apprend Lila dans ce texte ?** \_\_\_\_\_



## FRANÇAIS

**Trouve le contraire des mots suivants :**

- |                  |                   |
|------------------|-------------------|
| Précis → .....   | vide → .....      |
| Confiant → ..... | difficile → ..... |
| Gracieux → ..... | entrée → .....    |

**Souligne les groupes sujets (rouge s'il s'agit d'un groupe nominal et vert s'il s'agit d'un pronom) et entoure les verbes dans les phrases suivantes :**

À la fin de la rencontre, chaque juge devait remplir une petite fiche d'observation.  
 Lila fut surprise.  
 Il racontait aussi quelque chose sur le sérieux, l'attention et le travail fourni par la gymnaste.  
 Son entraîneur remarqua immédiatement ce changement.  
 On y lisait plusieurs rubriques.

## MATHÉMATIQUES

	Nombre de licenciés	Nombre de pratiquants	Nombre de juges
Club de l'étoile	256	12	9
Club du coeur	41	15	21
Club de la paillette	12	10	4

**Réponds aux questions :**

- Comment de juges y a-t-il au club de l'étoile ? .....
- Combien de licenciés y a-t-il au club de la paillette ? .....
- Quel est le club qui a le plus de licenciés en compétition ? .....
- Combien de licenciés comptent les 3 clubs au total ? .....
- Dans le club du coeur, combien de gymnastes ne font pas de compétition ? .....
- Quel club a la plus forte proportion de compétiteurs ? .....
- Combien de juges y a-t-il au total ? .....

## ANGLAIS

**Lis ce petit dialogue en anglais et essaie de le comprendre. Demande à tes parents si besoin.**

Lily: Hello! My name is Lily. I'm nine.  
Emma: Hi! I'm Emma. I'm ten.  
Lily: Do you like rhythmic gymnastics?  
Emma: Yes, I do. I love the ribbon. What about you?  
Lily: My favourite apparatus is the ball I train on Wednesday and Saturday.  
Emma: Great! See you at training!  
Lily: See you soon!

