

DE LA 6<sup>e</sup> VERS LA 5<sup>e</sup>

# MON CAHIER DE RÉVISIONS

*Gym & Réussite*

CONSOLIDER • COMPRENDRE • RÉUSSIR  
POUR ENTRER EN 5<sup>e</sup> AVEC CONFIANCE !

TOUTES  
LES MATIÈRES  
POUR PROGRESSER  
ET GAGNER  
EN CONFIANCE

-  MATHS
-  FRANÇAIS
-  GRAMMAIRE & ORTHOGRAPHE
-  VOCABULAIRE & EXPRESSION
-  RÉFLEXION & LOGIQUE

SPÉCIAL  
6<sup>e</sup> → 5<sup>e</sup>

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.

## 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, pour arriver à la rentrée plus serein et plus disponible.

Je m'organise, je m'aide et je réussis à pas.

Choisis ton plus beau moment de l'été. Chaque page complétée est un souvenir en confiance.

EXTRAIT  
GRATUIT

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  
Périmètre et aire

## LES AGRÈS 6

Résolution de problèmes  
Vocabulaire  
Repérage dans l'espace

## 7 LA JUGE

Compréhension de texte  
Grammaire & antonymes  
Etude de tableau  
Anglais

## JUSTAUCORPS 8

Compréhension du nombre  
Logique  
Passé composé  
JO Antiques

## 9 LA LETTRE DE L'ENTRAÎNEUR

Compréhension de texte  
Groupes nominaux  
Mots invariables  
Géométrie

## LES BARRES 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

## 13 LA COMPÉTITION

Compréhension de texte  
Natures des mots  
Calculs  
Ecriture

## 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 CHOUCHOUS 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

1

# LE CONSEIL DE L'ANCIEN CHAMPION



Le club organisait une rencontre avec un ancien gymnaste devenu entraîneur national. Les jeunes l'attendaient avec impatience : beaucoup imaginaient qu'il allait raconter uniquement ses victoires et ses plus belles compétitions.

Quand il entra dans la salle, il surprit tout le monde. Il ne parla presque pas de ses médailles. À la place, il évoqua les moments où il avait échoué, les entraînements ratés, les blessures et les périodes où il avait perdu confiance en lui.

« Quand j'avais votre âge, expliqua-t-il, je croyais qu'un champion réussissait toujours du premier coup. Mais j'ai compris que progresser, c'est surtout apprendre à recommencer. »

Dans les gradins, plusieurs gymnastes l'écoutaient sans bouger. Le silence était total. Le champion expliqua qu'il avait longtemps comparé ses performances à celles des autres. Pourtant, avec le temps, il avait compris qu'un entraînement difficile n'est pas forcément parfait.

« Les progrès se construisent rarement en ligne droite », ajouta-t-il avant de sourire.

Avant de partir, il adressa quelques mots aux jeunes sportifs : « N'ayez pas peur. Un entraînement difficile peut parfois mener à une réussite facile. »

EXTRAIT GRATUIT

## AS-TU COMPRIS ?

1. Pourquoi le gymnaste a-t-il surpris les jeunes ? De quoi parle-t-il au début de la rencontre ? .....
2. Explique avec tes mots la phrase : « Les progrès se construisent rarement en ligne droite. » .....
3. Selon toi, pourquoi le champion affirme-t-il qu'un entraînement difficile peut être utile ? .....
4. Relève dans le texte une phrase qui montre que les jeunes gymnastes écoutent attentivement. ....
5. Quel est le principal message transmis par le champion ? .....

1. À qui renvoient les pronoms soulignés dans le texte ?

il → \_\_\_\_\_

l' → \_\_\_\_\_

2. Relève 3 verbes conjugués à l'imparfait dans le texte et donne leur infinitif

→ \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

→ \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

→ \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

3. Trouve 2 mots de la même famille que « progression »: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Explique en 4 phrases, le conseil que tu retiens de ce texte.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Trouve la bonne opération, effectue le calcul et écris le résultat.

1. Lors d'une compétition, 827 gymnastes participent à la cérémonie finale l'après-midi.

Parmi eux, 146 gymnastes ont participé à la cérémonie finale. **Combien de gymnastes ont participé à la cérémonie finale ?**

\_\_\_\_\_

2. Pour accueillir le public, les organisateurs installent 18 rangées de 124 chaises. Finalement, 57 chaises sont retirées pour laisser un passage de sécurité. **Combien de chaises restent installées dans la salle ?**

\_\_\_\_\_

3. Après la compétition, 728 gymnastes doivent être réparties dans des groupes de 24 pour participer à des ateliers. Tous les groupes doivent être complets sauf éventuellement le dernier. **Combien de groupes faut-il prévoir ?**

\_\_\_\_\_

4. Une gymnaste s'entraîne sur un nouvel enchaînement. Le lundi, elle réussit 17 passages sur 28 essais. Le mardi, elle réussit 23 passages sur 35 essais. **Combien d'essais a-t-elle réalisés au total sur les deux jours ?**

\_\_\_\_\_



# L'HEURE DE L'ENTRAÎNEMENT

# 2

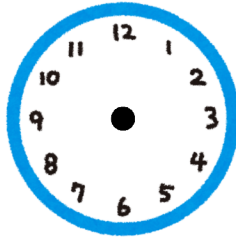
## LIRE L'HEURE

L'horloge donne l'heure grâce à deux aiguilles. La grande aiguille indique les minutes, la petite aiguille indique les heures.

Complète :



8h30



6h28



-----



16h48



2. Calcule la durée des entraînements.

Début : 17h48 - Fin : 19h12

Durée : -----

Début : 8h35 - Fin : 10h08

Durée : -----

Début : 14h27 - Fin : 16h

Durée : -----

3. Convertis

125 min = \_\_\_\_\_ h \_\_\_\_\_ min

1 h 45 min = \_\_\_\_\_ h \_\_\_\_\_ min

2 h 15 min = \_\_\_\_\_ h \_\_\_\_\_ min

1 h 30 min = \_\_\_\_\_ h \_\_\_\_\_ min

**EXTRAIT GRATUIT**

5. Résous les problèmes.

Une gymnaste commence son entraînement à 15h42.

- échauffement : 28 min ;
- entraînement au sol : 1 h 12 ;
- poutre : 37 min ;
- étirements : 18 min.

À quelle heure termine-t-elle son entraînement ? -----

Le gala débute à 19h30.

Les gymnastes doivent arriver 50 minutes avant le début du gala.

Le trajet dure 27 minutes.

À quelle heure doivent-ils partir de chez eux ? -----

**Familiier** : utilisé avec les copains.

**Courant** : utilisé tous les jours, à l'école.

**Soutenu** : avec du vocabulaire plus recherché.

Relie chaque mot à son synonyme.

- |              |              |
|--------------|--------------|
| observer ●   | ● Examiner   |
| courageux ●  | ● Déterminé  |
| rapide ●     | ● Progresser |
| persévérer ● | ● Exact      |
| précis ●     | ● Brave      |

Ecris deux phrases avec trois des mots de la colonne de droite :

-----

-----

Classe les mots selon le registre de langue.

dévoré - véhicule - bouquin - camarade - s'effondrer - voiture - copain - observer - bagnole - examiner - bosser - travailler

Familiier		Courant	Soutenu



Complète avec un synonyme plus soutenu :

regarder → -----

peur → -----

Écris sous chaque personnage le nom de la période historique correspondante et le siècle.



Marcus est soldat dans une armée dirigée par Jules César. Il porte une armure métallique, un bouclier et marche avec une légion romaine.

\_\_\_\_\_ e siècle



Élise pose devant la première automobile achetée par son village. Les habitants découvrent ce nouveau moyen de transport encore très rare.

\_\_\_\_\_ e siècle



Hugo protège un château fort et porte une épée. Le royaume est souvent attaqué par des seigneurs ennemis.

\_\_\_\_\_ e siècle



## MATHÉMATIQUES

Pendant une compétition de gymnastique artistique, il y a : 1 127 gymnastes le matin ; 885 gymnastes l'après-midi. Parmi les gymnastes du matin : 340 passent au saut ; 275 passent aux barres ; les autres passent au sol.

1. Combien y a-t-il de gymnastes au total sur la journée ? .....
2. Combien de gymnastes du matin passent au sol ? .....
3. Les gymnastes sont réparties en groupes de 12.
  - a) Combien de groupes complets peut-on former le matin ? .....
  - b) Combien de gymnastes resteront sans groupe complet ? .....
4. Lors de la finale, une gymnaste obtient les notes suivantes : Saut : 12,8 - Barres : 11,9 - Poutre : 13,4 - Sol : 12,1. **Calcule sa note moyenne.** .....
5. Le club dispose d'un budget de 4 500 € pour acheter des justaucorps à 58 € chacun.
  - a) Combien de justaucorps le club peut-il acheter au maximum ? .....
  - b) Combien d'argent restera-t-il ? .....
6. Pendant la compétition, 35 % des gymnastes participent à la finale. **Sachant qu'il y a 2 012 gymnastes au total, estime le nombre de gymnastes qui participent à la finale.** .....



1. **Remplace les groupes sujets par un pronom personnel adapté puis réécris la phrase.**
  - Les gymnastes préparent leur départ. → .....
  - Ma sœur et moi attendons le signal. → .....
  - Le juge principal annonce les résultats de la compétition. → .....

2. **Indique la nature des mots soulignés.**
  - La jeune gymnaste réussit parfaitement son passage.
    - jeune : .....
    - parfaitement : .....
  - Les entraîneurs observent attentivement les athlètes.
    - attentivement : .....

3. **Transforme les phrases à la forme négative.**
  - Albane a oublié son salut final.
    - .....
  - Nous regardons toujours la compétition.
    - .....
  - Le juge parle encore avec les entraîneurs.
    - .....

**4. Recopie uniquement le complément du verbe et indique s'il s'agit d'un COD ou d'un COI.**

Le juge observe les gymnastes.

→ ..... (.....)

Les entraîneurs parlent aux parents.

→ ..... (.....)

Nous préparons notre enchaînement.

→ ..... (.....)

**5. Réécris les phrases au futur simple.**

Les gymnastes commencent l'échauffement. → .....

Tu réussis ton passage aux barres. → .....

Nous applaudissons les compétitrices. → .....

**GEOGRAPHIE**

**Pour chaque gymnase, note dans quel milieu se trouve le gymnase grâce aux mots suivants :**

urbain - rural - désertique - littoral

**Entoure un élément qui t'a permis de répondre.**



**Classe les milieux du plus densément peuplé au moins densément peuplé.**



1. Dans une boîte, il y a 3 dizaines de mille, 4 unités de mille, 6 centaines, 2 dizaines de chouchous.

Écris le nombre : .....

2. Dans une autre boîte, il y a 2 centaines de mille, 9 milliers, 9 centaines, 8 dizaines et 7 unités de chouchous.

Écris le nombre : .....

4. Complète avec le bon symbole  $<$ ,  $>$  ou  $=$  :

46170 .... 49107      34612 ..... 29686      73563 ..... 76536

$\frac{3}{5} \dots \frac{6}{5}$        $\frac{3}{4} \dots \frac{6}{4}$        $\frac{7}{5} \dots \frac{6}{5}$        $\frac{13}{2} \dots \frac{11}{2}$        $\frac{11}{10} \dots \frac{9}{10}$



5. Range du plus petit au plus grand :

51620 - 49438 - 62205 - 41356 - 90876 - 51555

6. Grâce au tableau de conversion, complète

m	dm	mm

**EXTRAIT GRATUIT**

Une couturière souhaite créer des chouchous pour le club de sa voisine. Elle a besoin de 10 mètres de tissu. Elle utilise 300 cm de fils.

10 m = ..... dm

300 cm = ..... m

10 m = ..... mm

300 cm = ..... dm

Elle coupe 154 morceaux de 83 cm. Quelle longueur totale utilise-t-elle en cm et en mètres ? .....

-----