

CAHIER DE VACANCES

DU CE1 VERS LE

OBJECTIF CE2

★ TOUT LE PROGRAMME DU CE1 ★

AUBIN

LUCIEN

MARCEAU

JEAN

GABRIEL

LÉO

LUCAS

ALEXANDRE

ARMAND

NINO

RAPHAËL

THÈME

★ GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE ★

BIENVENUE DANS CE CAHIER DE VACANCES

Tu viens de terminer ton année de CE1. Bravo pour tout le travail accompli.

Pendant les vacances, je te propose de continuer à t'entraîner avec des activités variées autour de la gymnastique artistique masculine.

Dans ce cahier, tu vas revoir les notions importantes de CE1 en français et en mathématiques.

Tu trouveras :

- des lectures ;
- de la grammaire ;
- de l'orthographe ;
- du vocabulaire ;
- des problèmes ;
- des calculs ;
- de la géométrie ;
- des jeux et des activités d'observation.

L'objectif n'est pas d'aller vite, mais de travailler un peu chaque jour pour rester à l'aise avant l'entrée en CE2.

Prends ton temps, lis bien les consignes et fais de ton mieux.

Bon courage et bonnes vacances.

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'ANCIEN CHAMPION

Compréhension de texte
Pronoms personnels
Famille de mots
Vocabulaire
Ecriture
Résolution de problèmes

L'HEURE DE L'ENTRAÎNEMENT 2

Calcul du temps
Antonymes
Nature des mots
Repérage dans le temps

3 LE GALA

Compréhension de texte
Pronom
Ecriture
Compréhension du nombre
Anglais

LA SALLE DE GYMNASTIQUE 4

Géométrie
Déterminant
Pluriel
Education morale et civique

5 LE CARNET DU LECTEUR

Compréhension de texte
Présent
Quadrillage

LES AGRÈS 6

Résolution de problèmes
Vocabulaire
Repérage dans l'espace

7 LA JUGE

Compréhension de texte
Antonymes
Sujet verbe
Etude de tableau
Anglais

LEOTARDS 8

Compréhension du nombre
Pronom
Présent
JO Antiques

9 LA LETTRE DE L'ENTRAÎNEUR

Compréhension de texte
Singulier/pluriel
Mots invariables
Géométrie

LA BARRE 10

Graphique
Rédaction
Alimentation

11 LA GOURDE OUBLIÉE

Compréhension de texte
Rédaction
Suites numériques
Anglais

LA COMPÉTITION 12

Compréhension du nombre
Forme négative
Calendrier

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
Majuscule et points
Compréhension du nombre
Clef de sol

LE SOL 16

Solides
Vocabulaire
Planètes

17 L'AFFICHE

Compréhension de texte
Calculs

LES SANGLES 18

Compréhension du nombre
Encodage
Articulations

19 LE TRAJET EN BUS

Compréhension de texte
Rédaction
Sudokus

LE CARNET D'ENTRAÎNEMENT 20

Temps des verbes
Arts plastiques



1



LE CONSEIL DE L'ANCIEN CHAMPION



Bastien est un ancien gymnaste. Un jour, il vient parler à des enfants dans un club de gymnastique. Les enfants s'assoient devant lui et l'écoutent avec attention. Bastien leur raconte qu'il aimait déjà beaucoup s'entraîner quand il était petit. Il voulait souvent réussir tout de suite. Quand un mouvement ne marchait pas, il était parfois déçu. Alors il leur dit : « Quand j'étais petit, je voulais toujours réussir du premier coup. Mais j'ai compris quelque chose d'important : on apprend en essayant. On peut rater, recommencer et progresser. Le plus important, c'est de continuer. » Les enfants restent silencieux pendant quelques secondes. Puis plusieurs sourient. Ils comprennent que l'on n'a pas besoin d'être parfait pour avancer. Après cette rencontre, ils ont encore plus envie d'aller s'entraîner.

AS-TU COMPRIS ?

1. **Qui vient parler aux enfants ?**
2. **A qui parle l'ancien champion ?**
3. **Que voulait-il quand il était petit ?**
4. **Que dit Bastien ? Entoure la bonne réponse.**
 - Il faut tout réussir du premier coup.
 - On apprend en essayant.
 - Il ne faut jamais s'entraîner.



FRANÇAIS

1. Dans les phrases suivantes, entoure le verbe.

Les enfants écoutent Bastien avec attention.

Les enfants s'assoient devant lui.

2. Relève dans le texte un mot de la même famille que entraînement.

.....

3. Dans la phrase «Après cette rencontre, ils ont encore plus envie d'aller s'entraîner.», qui désigne le mot ils ?

4. Recopie la phrase.

Le plus important, c'est de continuer.

MATHÉMATIQUES

Trouve la bonne réponse en écrivant le calcul puis la phrase réponse.

Dans le club, 39 enfants arrivent le matin et 47 enfants arrivent l'après-midi. **Combien y a-t-il d'enfants en tout ?**

Calcul : Réponse :

Dans la salle, il y a 48 tapis. 20 tapis sont déjà utilisés. **Combien de tapis sont encore libres ?**

Calcul : Réponse :

L'entraîneur range 31 tapis, puis encore 8 tapis. **Combien de tapis range-t-il en tout ?**

Calcul : Réponse :

Entoure le plus grand nombre.

124 42 221 412

Complète avec le bon signe : < ou >.

137 317



2



L'HEURE DE L'ENTRAÎNEMENT

LIRE L'HEURE

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

Indique l'heure comme l'exemple :



11 h

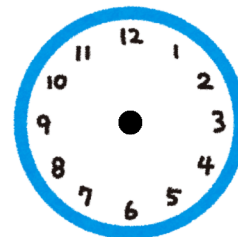


7h





8h30

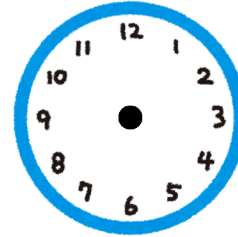


12 h 45





5 h



16 h 15

Complète ou entoure la bonne réponse.

L'entraînement commence à 9 h et termine à 11 h.

→ Combien de temps dure l'entraînement ? -----

Les gymnastes changent d'agrès 30 minutes après le début de l'entraînement.

→ A quelle heure changent-ils d'agrès ? -----

Complète la suite :

→ 14h - 15h - 16h - -





2



FRANÇAIS

Relie chaque mot à son contraire.

- | | |
|-------------|-----------|
| grand ● | ● petit |
| courageux ● | ● lent |
| rapide ● | ● triste |
| content ● | ● peureux |
| calme ● | ● agité |

Classe les mots selon leur nature.

anneaux - Louenn - sauter - Noah - léotard - Owen - rouler - tapis - grimper - Tom

Nom propre	Nom commun	Verbe

QUESTIONNER LE MONDE (TEMPS)

Remets les portraits dans l'ordre du plus ancien au plus récent.

Écris les lettres dans l'ordre :

Les portraits

- A. Élise est heureuse : sa famille vient d'acheter la première voiture du village.
- B. Martinus est soldat dans l'armée de Jules César.
- C. Hugo garde un château et porte une épée.
- D. Lucien s'entraîne en gymnastique dans un gymnase avec des anneaux et un praticable.



3



LE GALA

Le jour du gala, le gymnase est décoré de rubans et de lumières.

Les familles arrivent peu à peu et s'installent dans les gradins pour regarder le spectacle.

Marceau attend son tour près du cheval d'arçons.

Le jeune gymnaste sent son cœur battre un peu plus vite. Il a peur de se tromper, mais il ferme les yeux un instant et respire doucement pour se calmer.

Puis, il s'avance vers le cheval d'arçons avec sérieux.

Marceau réalise des balancements, puis des demi-cercles avant de terminer par son mouvement de sortie.

Pendant quelques secondes, la salle reste silencieuse.

Ensuite, tout le monde applaudit très fort.

Marceau sourit aussitôt. Il comprend qu'il a réussi son passage et il est très fier de lui.



AS-TU COMPRIS ?

1. Pourquoi Marceau attend-il près du cheval d'arçons ?

2. Comment Marceau fait-il pour se calmer avant de commencer ?

3. Que fait Marceau pendant son passage ?

4. Comment sait-on que Marceau a réussi son passage ?



3



FRANÇAIS

1. Classe les actions dans l'ordre. Numérote de 1 à 4.

- Tout le monde applaudit.
- Marceau attend son tour.
- Marceau fait son passage.
- La musique commence.

2. Dans la phrase « Il a un peu peur », qui désigne le mot il ?

3. Recopie la phrase qui explique ce que fait Marceau pendant son passage.

MATHÉMATIQUES

Dans le gymnase, 114 spectateurs regardent le gala de gymnastique artistique. 46 sont assis d'un côté, 33 sont assis de l'autre côté et les autres restent debout.

1. Écris 114 en lettres :

.....

2. Décompose 114 :

114 = centaine(s) + dizaine(s) + unité(s)

114 = + +

3. Complète avec le bon signe <, > ou = :

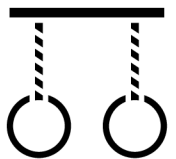
46 33

4. Combien de spectateurs restent debout ?

Calcul : Réponse :

ANGLAIS

Relis l'image au mot.



BARS

RINGS

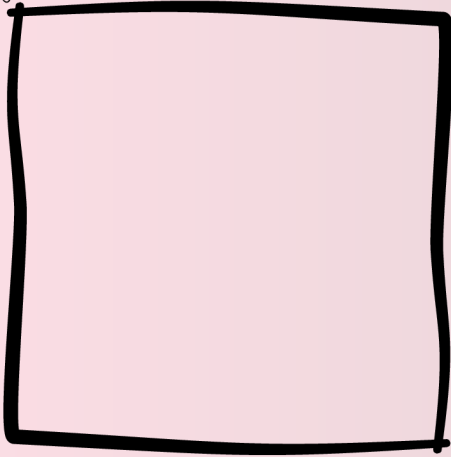


VAULT



TON PORTRAIT DE GYMNASTE

Dessine toi



Prénom : _____

Date de naissance : _____

Le prénom de mon entraîneur :

Mon agrès préféré : _____

L' agrès que je trouve le plus impressionnant
: _____

Ma figure favorite :

La figure que je rêve de faire :

Ma qualité en gymnastique : _____

Ce que j'aimerais réussir : _____

Mon plus beau souvenir en gym :

Si j'étais une champion, je serais connue pour :

QUEL GYMNASTE ES-TU ?

Entoure la réponse qui te correspond le plus.

1. À l'entraînement, tu préfères...

- A. essayer des éléments impressionnants.
- B. t'appliquer pour faire un très beau passage.
- C. progresser à ton rythme et garder le sourire.

2. Ton agrès préféré serait plutôt...

- A. le saut.
- B. les barres parallèles.
- C. le sol.

3. Avant de passer, tu es surtout...

- A. déterminé.
- B. concentré.
- C. enthousiaste.

4. Ce que tu veux le plus, c'est...

- A. te dépasser.
- B. réussir un passage propre et précis.
- C. prendre plaisir et montrer ton énergie.

5. Si une figure est difficile...

- A. tu veux recommencer tout de suite.
- B. tu prends le temps de bien comprendre.
- C. tu gardes confiance et tu continues.

6. Tes amis disent que tu es...

- A. courageux.
- B. soigneux.
- C. joyeux.

7. La tenue idéale pour toi, c'est...

- A. un léotard qui impressionne.
- B. un léotard discret.
- C. un léotard coloré et plein de peps.

8. Pendant une compétition, tu veux surtout...

- A. montrer ta force.
- B. faire peu d'erreurs.
- C. donner le meilleur de toi-même.

Résultats

A	B	C

Tu as une majorité de A : tu es Samir Aït Saïd.

Tu es courageux, déterminé et tu n'abandonnes jamais face aux difficultés. Tu aimes relever des défis, progresser et donner le meilleur de toi-même.

Tu as une majorité de B : tu es Kohei Uchimura.

Tu es appliqué, précis et régulier. Tu aimes le travail bien fait et tu fais attention aux détails.

Tu as une majorité de C : tu es Aleksey Nemov.

Tu es énergique, spectaculaire et toujours prêt à impressionner le public. Tu aimes bouger, essayer de nouvelles figures et transmettre ton enthousiasme autour de toi.

Égalité ? Tu es un gymnaste complet : tu as plusieurs belles qualités à la fois.



4



LA SALLE DE GYMNASTIQUE

Dans la salle de gymnastique, la poutre est au milieu. Le tapis est devant la barre fixe. Le banc est derrière la barre fixe. La table de saut est à gauche de la barre fixe.

→ Où est le tapis ? la barre fixe.

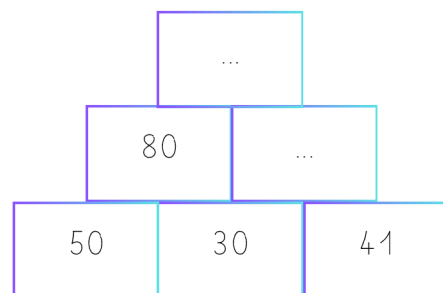
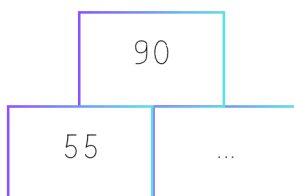
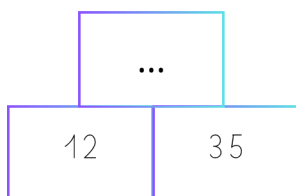
→ Où est le banc ? la barre fixe.

→ Où est la table de saut ? la barre fixe.

Dessine la salle de gymnastique :



Complète les pyramides (explications page 52).





4



GRAMMAIRE

1. Entoure le déterminant et souligne le nom.

le tapis - des anneaux - des maniques - un léotard

2. Mets au pluriel.

un tapis →
une barre →
un plot →
le banc →

3. Complète avec le ou les.

..... gymnaste
..... tapis
..... anneaux
..... léotards

4. Complète.

un gymnaste calme → des gymnastes
un ruban rouge → des rubans
un grand tapis → des
un parent heureux → des

EDUCATION MORALE ET CIVIQUE

Donne ton avis.

• Pourquoi faut-il partager le matériel de sport ?

→ Parce que
.....
.....

• Pourquoi est-ce important de respecter les règles ?

→ Parce que
.....
.....



5



LE CARNET DU LECTEUR

Après la lecture, Yanis sort son carnet de lecteur de son cartable.

Il l'ouvre à une page propre et écrit soigneusement le titre du livre qu'il vient de lire en classe.

Ensuite, il dessine son personnage préféré, celui qu'il a trouvé le plus drôle et le plus intéressant.

Puis, il choisit un mot qu'il a aimé dans l'histoire et le recopie dans son carnet.

À côté, il essaie d'expliquer pourquoi il a choisi ce mot.

Enfin, Yanis écrit une question sur l'histoire.

Il aimerait en parler avec les autres élèves pour vérifier s'ils ont compris la même chose que lui.

La maîtresse passe entre les tables et dit :

« Le carnet de lecteur ne sert pas seulement à écrire. Il aide aussi à garder une trace de ce qu'on lit, à mieux comprendre l'histoire et à réfléchir à ce que l'on a ressenti. »

AS-TU COMPRIS ?

1. **Que fait Yanis après la lecture ?**

2. **Que note-t-il dans son carnet ?**

3. **Que dessine-t-il ?**

4. **À quoi sert le carnet du lecteur ?**

5. **Illustre (dessine) le texte dans le rectangle.**



FRANÇAIS

Complète le tableau.

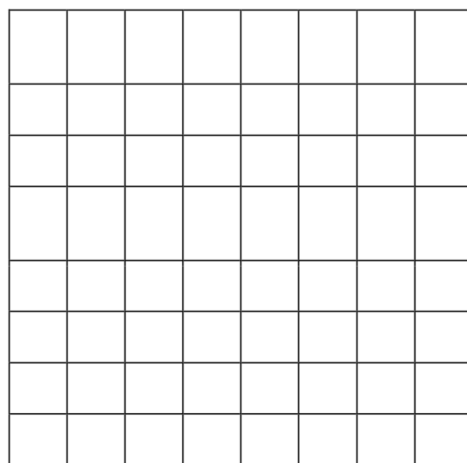
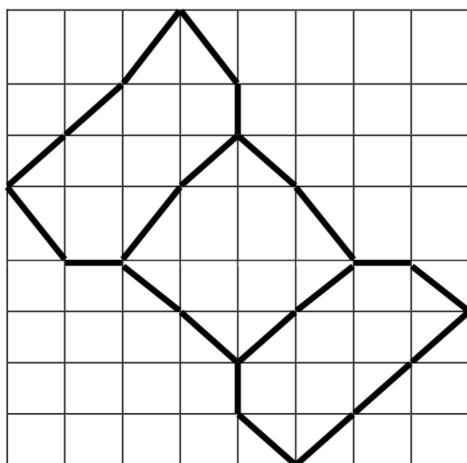
Infinitif	Conjugué au présent
Aider	Il
Ecrire	Tu
Lire	Je
Noter	Nous

1. Écris une phrase avec le verbe aider.

2. Écris une phrase avec le verbe écrire.

MATHÉMATIQUES

Reproduis la figure.



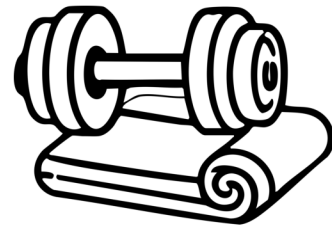


6



MATHÉMATIQUES

LES AGRÈS



Observe les objets de gymnastique. Entoure l'objet le plus lourd.

Une balle ou un tapis.

Un plot ou un gros banc.

Une bouteille d'eau ou une poignet de magnésie.

Un léotard ou un gros tapis de réception.

Écris le calcul et la phrase réponse.

1. Lucien a 45 autocollants de gymnastique. Il en colle 20 sur son cahier. **Combien lui en reste-t-il ?**

Calcul : Réponse :

2. Hugo a 27 sangles et 119 plots. **Combien a-t-il d'objets en tout ?**

Calcul : Réponse :

3. Dans un club, il y a 40 tapis. 8 sont utilisés. **Combien de tapis restent ?**

Calcul : Réponse :

Calcule :

	2	4	1
+	4	8	2
<hr/>			

	2	2	1
+		4	3
<hr/>			

	4	9	1
+		9	2
<hr/>			

110 + 28 =

55 + 55 =

53 + 7 =

67 + 7 =

85 + 20 =

82 + 50 =

80 + 10 =

90 - 40 =

43 + 21 =

40 + 40 =

41 + 9 =

40 + 16 =

127 + 12 =

18 + 10 =

80 - 10 =

110 - 60 =



6



FRANÇAIS

Retrouve les anagrammes puis classe les mots dans le tableau.

- TSIPA → _____
- UGJE → _____
- RABERS → _____
- EXAUNAN → _____

Matériel	
Personne	

QUESTIONNER LE MONDE (ESPACE)

Réponds aux questions :

1. Quelle ville est la plus au nord ?

2. Cite une ville près de la mer Méditerranée :

3. Quelle ville est la capitale de la France ? _____
4. Entoure la ville la plus proche de chez toi.
5. Colorie les mers et océans en bleu.



A l'aide d'une règle et d'un crayon de papier, trace le trajet des vacances de Shinnosuke Oka en France après les JO de 2024.

Paris - Reims - Lyon - Limoges - Bordeaux - Toulouse.



7



Au début de son passage, Gabriel salue devant le juge avec sérieux.

Le juge le regarde avec beaucoup d'attention. Il observe la montée carpée, le balancé arrière et la sortie double arrière. Il ne dit rien tout de suite, car il regarde chaque mouvement jusqu'au bout.

Gabriel est un peu stressée, mais il essaie de rester calme. Il attend sans bouger, les yeux tournés vers le juge. Puis le juge sourit doucement. Il note les réussites de Gabriel sur sa feuille avant de lever la tête.

Enfin, il lui dit : « Bravo, tu t'es bien appliqué. »

Gabriel est très content d'entendre ces mots. Il sait qu'il a fait de son mieux. Il comprend aussi qu'il peut encore progresser s'il continue à s'entraîner.

AS-TU COMPRIS ?

1. **Devant qui Gabriel salue-t-il ?**
2. **Que regarde le juge ?**
3. **Comment se sent Gabriel ?**
4. **Que dit le juge à la fin ?**
5. **Pourquoi Gabriel est-il content ?**



7



FRANÇAIS

Trouve le contraire des mots suivants.

petit →

riche →

calme →

beau →

entrer →

souple →

content →

bon →

Souligne les groupes sujets et entoure les verbes dans les phrases suivantes.

Ensuite, indique s'il s'agit d'un temps du passé, du présent ou du futur.

Le juge regardait Gabriel. → passé / présent / futur

Les gymnastes attendront leur tour. → passé / présent / futur

Le public applaudit. → passé / présent / futur

Gabriel sourit. → passé / présent / futur

MATHÉMATIQUES

	Nombre de licenciés	Nombre de licenciés pratiquant la compétition
Club de l'étoile	178	151
Club du cœur	249	121

Réponds aux questions :

1. Combien de gymnastes y a-t-il au club de l'étoile ?

2. Quel club a le plus de gymnastes ?

3. Quel club a le moins de gymnastes en compétition ?

4. Combien y a-t-il de gymnastes en tout dans les deux clubs ?

Calcul : Réponse :

ANGLAIS

Lis ces petites phrases en anglais et essaie de le comprendre. Réponds aux questions.

Hello! My name is Lucien. I am eight. I love gymnastics. My favourite colour is blue.

Comment s'appelle le gymnaste ?

Quelle âge a-t-il ?

Quelle est sa couleur favorite ?





KOHEI UCHIMURA

Kohei Uchimura est un gymnaste japonais considéré comme l'un des plus grands gymnastes de l'histoire.

Né en 1989, il a remporté de nombreux titres mondiaux et olympiques, notamment plusieurs médailles d'or au concours général individuel.

Il est célèbre pour son élégance, sa précision technique et sa régularité exceptionnelle sur tous les agrès.

Entre 2009 et 2016, il a dominé la gymnastique mondiale en gagnant six titres mondiaux consécutifs au concours général.

Son travail, sa discipline et son calme en compétition ont inspiré des gymnastes du monde entier.



1

2	3			













4				
---	--	--	--	--

5							
---	--	--	--	--	--	--	--

6			
---	--	--	--

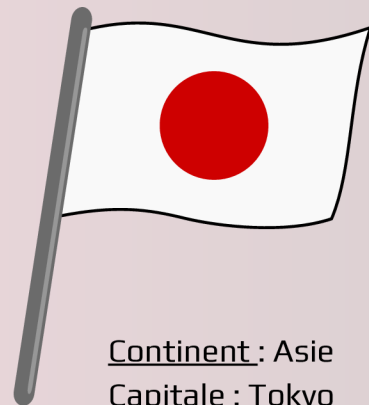
1. Il pratique la gymnastique ...
2. Prénom de ce gymnaste
3. Il a gagné plusieurs Jeux
4. Pays de naissance de ce gymnaste
5. Objet que l'on reçoit lors qu'on gagne une compétition
6. Nombre d'années où il a dominé la gymnastique artistique masculine.

Les médailles de Kohei Uchimura

	JO de Pékin 2008	JO de Londres 2012	JO de Rio 2016	Championnats du monde 2009 - 2018
Par équipes				
Concours général (tous les agrès)				
Sol				
Anneaux				
Barre fixe				
Saut				
Barres parallèles				
Cheval d'arçons				



JAPON



Continent : Asie

Capitale : Tokyo

Langue : japonais

Nombre d'habitants : 122 millions

" bonjour " → "おはよう" (Ohayō)



MATHÉMATIQUES

LEOTARD

Le club range 148 léotards dans l'armoire.

91 sont bleus, 42 sont rouges et les autres sont violets.

a) Écris 148 en lettres :

.....

b) Décompose 48 :

$$148 = \dots\dots \text{centaine(s)} + \dots\dots \text{dizaine(s)} + \dots\dots \text{unité(s)}$$

$$148 = \dots\dots + \dots\dots + \dots\dots$$

$$148 = (\dots\dots \times 100) + (\dots\dots \times 10) + (\dots\dots \times 1)$$

c) Complète avec le bon signe <, > ou = :

$$91 \dots 42$$

d) Combien y a-t-il de léotards rouges et bleus ensemble ?

Calcul : Réponse :

f) Combien de léotards sont violets ?

Calcul : Réponse :

Pour trouver le code de l'armoire des léotards, réalise ce sudoku (explication page 52) et classe les chiffres se trouvant dans les cases colorés du plus grand au plus petit.

1	3		
	2		
		4	
3		1	2

Code de l'armoire

--	--	--	--





FRANÇAIS

1. Complète avec le bon pronom.

Tom range les justaucorps.

..... les plie.

Les garçons choisissent leur tenue.

..... sourient.

Noah ouvre l'armoire.

..... cherche une boîte.

2. Complète au présent.

Lucien (préparer) son justaucorps.

Les gymnastes (enfiler) leur tenue.

Tu (prendre) ton sac.



3. Entoure les verbes au présent

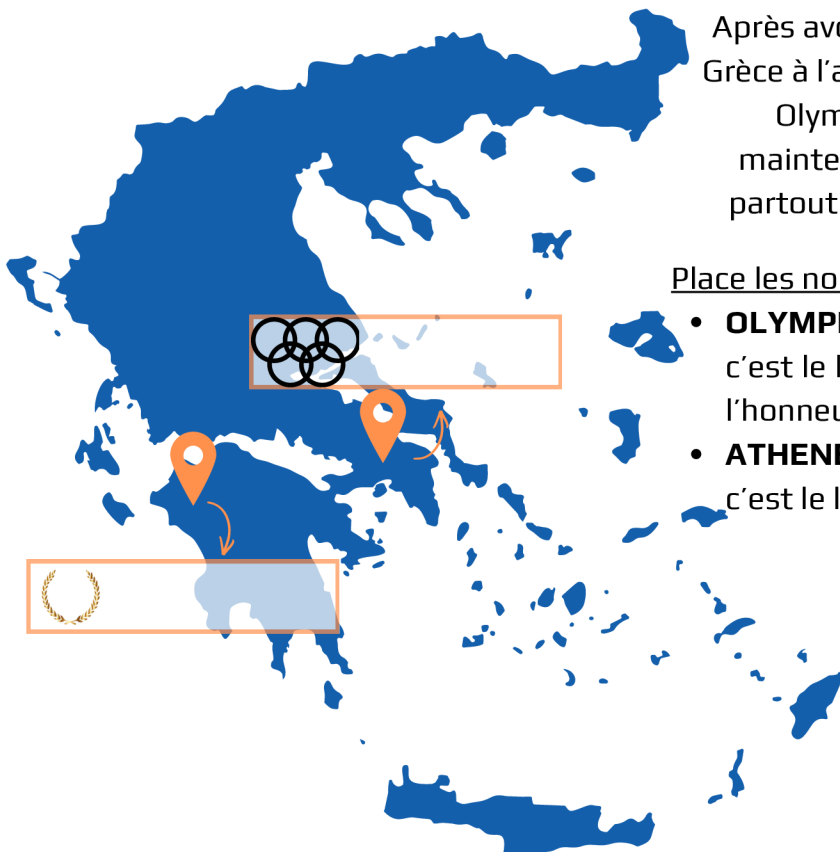
Je suis gymnaste.

Avant je préférais le saut de cheval, maintenant j'aime les anneaux.

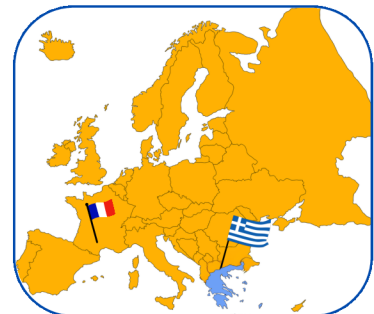
Aujourd'hui je réalise mon mouvement au sol et demain, je réaliserai mon mouvement à la barre fixe.

QUESTIONNER LE MONDE (TEMPS & ESPACE)

LA GRÈCE : BERCEAU DES JO



Après avoir commencé en Grèce à l'antiquité, les Jeux Olympiques sont maintenant organisés partout dans le monde.



Place les noms des villes sur la carte de la Grèce :

- **OLYMPIE** : représentée par la couronne de feuilles, c'est le lieu des premiers Jeux Olympiques antique, en l'honneur de Zeus.
- **ATHENES** : représentée par les anneaux olympiques, c'est le lieu des premiers Jeux Olympiques de 1896

SAIS-TU QUE ?



Zeus est un dieu très important pour les Grecs. A Olympie, les athlètes priaient dans son temple pour gagner les Jeux.



9



LA LETTRE DE L'ENTRAÎNEUR

À la fin de la semaine, l'entraîneur écrit un petit mot aux enfants du club. Il veut les féliciter pour tout le travail accompli pendant les entraînements. Dans sa lettre, il écrit :

« Bravo pour vos efforts. Vous avez bien écouté, bien essayé et beaucoup progressé. Parfois, certains mouvements étaient difficiles, et vous n'avez pas toujours réussi du premier coup. Mais vous avez continué avec courage. Je suis fier de vous. Pendant les vacances, reposez-vous, jouez et gardez confiance en vous. »

Les enfants lisent la lettre avec leur famille. Ils sourient en découvrant les mots de l'entraîneur. Ce petit message leur fait plaisir, car ils comprennent que leurs efforts ont été remarqués.



AS-TU COMPRIS ?

1. Qui écrit la lettre ?
2. À qui est-elle écrite ?
3. Que dit l'entraîneur aux enfants ?
4. Que peuvent faire les enfants pendant les vacances ?

Recopie

Pendant les vacances, reposez-vous, jouez et gardez confiance en vous.



FRANÇAIS

1. Classe dans le tableau les groupes nominaux suivants :

les gymnastes – leur entraînement – plusieurs familles – un mouvement – les vacances

Singulier	Pluriel

2. Relève dans le texte deux mots invariables (ce qui ne changent jamais).

3. Dans la phrase « Je suis fier de vous », qui désigne le mot Je ?

4. Entoure les mots féminins : plume - tapis - table - entraînement - idée - lettre - praticable.

MATHÉMATIQUES

Un gymnaste part de la case A sur le quadrillage du praticable. Il avance de :

- 4 cases vers la droite,
- 4 cases vers le bas,
- 2 cases vers la gauche,
- 2 cases vers le haut,

a) Combien de cases avance-t-il vers la droite en tout ?

b) Combien de cases avance-t-il vers le haut ?

c) Complète :

Il avance de cases en tout.

d) Sur quelle case arrive-t-il à la fin de son mouvement ?

e) Complète : un gymnaste part de la case A sur

le quadrillage du praticable et arrive à la case P ; il avance de :

- cases vers la droite,
- cases vers le bas,
- cases vers la gauche,
- cases vers le haut.

A	Q		V	I	N	
W		E		C		G
	K	Z	L		P	
O		S	B		J	Y
	D	R		T		X
U			F		M	



10



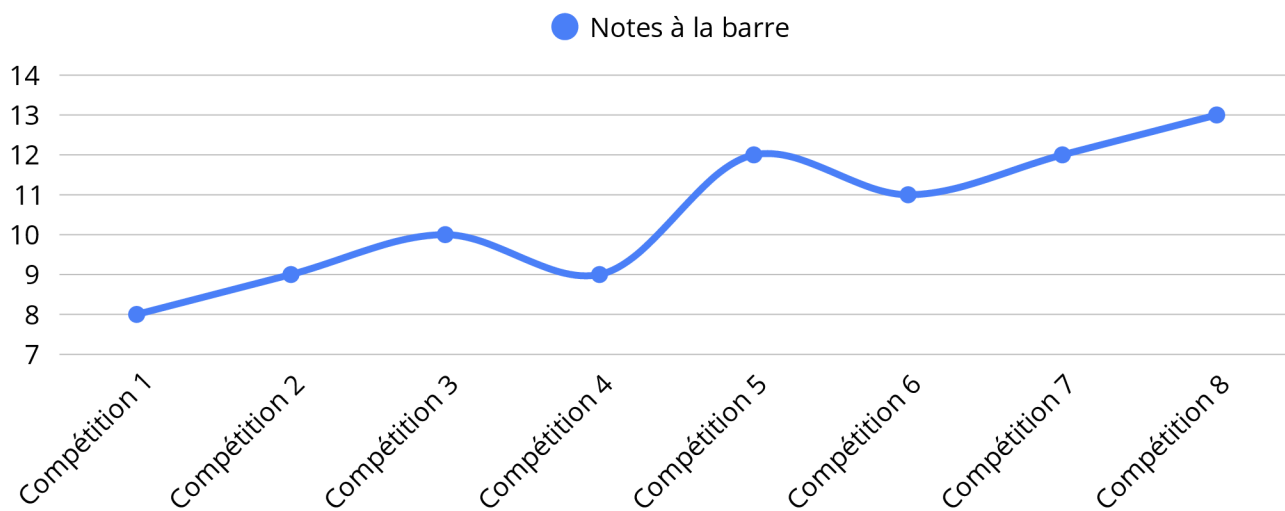
LA BARRE FIXE

MATHÉMATIQUES

Compétitions :	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8
Notes à la barre	8	9	10	9	12	11	12	13

Voici les résultats d'Antoine à la barre sur les 8 dernières compétitions.

1. Combien de fois a-t-il réalisé 10 points ?
2. A quelle compétition a-t-il réalisé 13 points ?
3. Quelle est la note la plus grande ?
4. Quelle est la note la plus faible ?



5. Quand tu regardes le graphique des notes, trouves-tu qu'elles ont augmenté ou baissé ?



10



FRANÇAIS

Ecris une phrase par image pour décrire le mouvement à la barre fixe. Utilise les mots : tout d'abord, ensuite, puis et enfin.



Handwriting practice lines with alternating purple and white horizontal bands.

QUESTIONNER LE MONDE (MONDE VIVANT)

Colorie les aliments que tu aimes manger et qui sont bons pour la santé.

QU'EST CE QU'UN GYMNASTE DOIT MANGER POUR ÊTRE EN BONNE SANTÉ ?

- DES FRUITS: Apple, grapes, banana, strawberries, orange slice, cherries.
- DES LÉGUMES: Broccoli, carrot, bell pepper, tomato, leafy greens, cucumber.
- DES PRODUITS NATURELS: Walnuts, almonds, hazelnuts.
- DE L'EAU: Water bottle, glass of water.
- DE BONS LIPIDES: Avocado, nuts.
- DES CÉRÉALES COMPLÈTES: Bowl of cereal, slice of bread.
- DES PROTÉINES: Chicken, fish, eggs.

ET AUSSI...

- BOUGER TOUTS LES JOURS
- DORMIR SUFFISAMMENT
- ÉCOUTER SON CORPS
- PRENDRE DU PLAISIR À MANGER



11



LA GOURDE OUBLIÉE

Quand le cours se termine, Nino ouvre son sac pour ranger ses affaires. Il cherche sa gourde et son tee-shirt. Il retrouve son tee-shirt, mais sa gourde n'est plus là. Nino regarde une deuxième fois dans son sac, puis autour de lui, sans la voir.

Peu à peu, il commence à s'inquiéter. Il se demande s'il l'a perdue dans le vestiaire ou près des tapis. À ce moment-là, Raphaël arrive près de lui. Il montre le banc installé près de la porte et dit : « Ta gourde est là-bas ! ».

Nino se dépêche d'aller vers le banc. Il y retrouve enfin sa gourde. Il pousse un petit soupir de soulagement, puis il sourit. Avant de partir, il remercie Raphaël pour son aide.



AS-TU COMPRIS ?

1. **Que cherche Nino ?**
2. **Quel objet manque ?**
3. **Où est la gourde ?**
4. **Qui aide Nino ?**
5. **Que fait Nino à la fin ?**



11



FRANÇAIS

1. Ecris la suite.

MATHÉMATIQUES

Complète les suites.

a) La coach compte les tapis de 10 en 10 :

110 — 120 — 130 — — — — —

b) Les gymnastes rangent dans l'ordre :

149 — 150 — 151 — — — — —

c) La coach compte les groupes de 5 en 5 :

210 — 215 — 220 — — — — —

d) À l'échauffement, les gymnastes font des sauts comptés de 2 en 2 :

32 — 34 — 36 — — — — —

ANGLAIS

Relis l'image au mot.



SOMERSAULT



SPLITS



FORWARD ROLL



HANDSTAND



12



LA COMPÉTITION

MATHÉMATIQUES

Pendant une compétition de gymnastique artistique, il y a 148 gymnastes le matin et 142 gymnastes l'après-midi.

1. Combien y a-t-il de gymnastes en tout ?

Calcul : Réponse :

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

148 142

3. Écris 148 sous forme décomposée :

148 = centaine(s) + ... dizaine(s) + unité(s)

148 = + +

FRANÇAIS

1. Transforme à la forme négative.

Lucien oublie son salut.

→

Nous regardons la compétition.

→

2. Remets les mots dans l'ordre pour former une phrase.

résultats - la - annonce - Le - juge - les - de - compétition.

.....



12



3. Entoure les phrases négatives.

J'aime beaucoup la gymnastique.

Tu n'aimes pas faire des saltos.

Il ne vient jamais aux compétitions.

Nous rigolons lors des entraînements.

Vous n'êtes pas prêts.

Ils aiment beaucoup leurs léotards.

4. Ecris 2 phrases négatives

.....

.....

.....

.....

.....

QUESTIONNER LE MONDE (TEMPS)

Réponds aux questions.

JUILLET 2026

Mercredi	1	182-183 Thierry	
Jeudi	2	183-182 Martinien	
Vendredi	3	184-181 Thomas	
Samedi	4	185-180 Florent	
Dimanche	5	186-179 Antoine	
Lundi	6	187-178 Marianne	
Mardi	7	188-177 Raoul	
Mercredi	8	189-176 Thibault	28
Jeudi	9	190-175 Amandine	
Vendredi	10	191-174 Ulrich	
Samedi	11	192-173 Benoît	
Dimanche	12	193-172 Olivier	
Lundi	13	194-171 Henri et Joël	
Mardi	14	195-170 FÊTE NATIONALE	29
Mercredi	15	196-169 Donald	
Jeudi	16	197-168 ND Mt Carmel	
Vendredi	17	198-167 Charlotte	
Samedi	18	199-166 Frédéric	
Dimanche	19	200-165 Arsène	
Lundi	20	201-164 Marina	
Mardi	21	202-163 Victor	30
Mercredi	22	203-162 Marie Madeleine	
Jeudi	23	204-161 Brigitte	
Vendredi	24	205-160 Christine	
Samedi	25	206-159 Jacques	
Dimanche	26	207-158 Anne Joachim	
Lundi	27	208-157 Nathalie	
Mardi	28	209-156 Samson	31
Mercredi	29	210-155 Marthe	
Jeudi	30	211-154 Juliette	
Vendredi	31	212-153 Ignace de L.	

Quel jour de la semaine sera le 10 juillet ?

mercredi.

vendredi

Quel prénom est fêté le 20 juillet ?

Marina.

Amandine

Pourquoi le 14 juillet est-il en vert ?

Parce que c'est un jour férié.

Parce que c'est un mardi.

Parce que c'est la fête nationale.

Quel sera le jour de la pleine lune ?

21 juillet.

14 juillet

La semaine du 20 au 26 juillet est :

paire

impaire

ZONE A: Académies: Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers
 ZONE B: Académies: Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg
 ZONE C: Académies: Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles
 JOUR FERIE



LA COMPETITION

Le club organise une compétition de gymnastique. Derrière un grand rideau bleu, les gymnastes attendent leur tour avec attention. Certains parlent à voix basse, d'autres restent silencieux pour garder leur concentration.

Armand doit passer aux barres juste après Lucas. Il connaît bien son enchaînement, car il l'a beaucoup répété à l'entraînement. Pourtant, il sent un peu de peur monter en lui. Pour se rassurer, il reprend dans sa tête chaque geste de son passage.

Soudain, un grand bruit retentit dans la salle. Des chaises tombent contre le mur. Plusieurs enfants sursautent et tournent la tête. Pendant quelques secondes, tout le monde perd un peu sa concentration.

L'entraîneur intervient aussitôt. Il parle calmement et dit : « Respirez doucement. » Peu à peu, le silence revient et les gymnastes se reconcentrent.

Quand vient son tour, Armand avance pour faire son passage. Il ne réussit pas tout parfaitement, mais il reste appliqué et va jusqu'au bout de son enchaînement.



AS-TU COMPRIS ?

- 1. **Pourquoi les gymnastes parlent-ils à voix basse derrière le rideau ?**
-
- 2. **Pourquoi Armand a-t-il un peu peur ?**
- 3. **Que se passe-t-il soudain ?**
- 4. **Que dit l'entraîneur ?**.....
- 5. **Est-ce que Armand va jusqu'au bout ?**



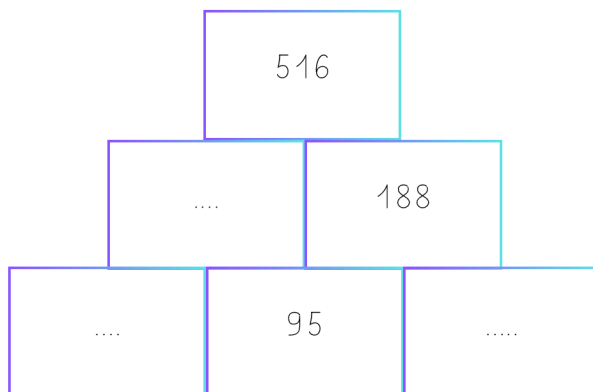
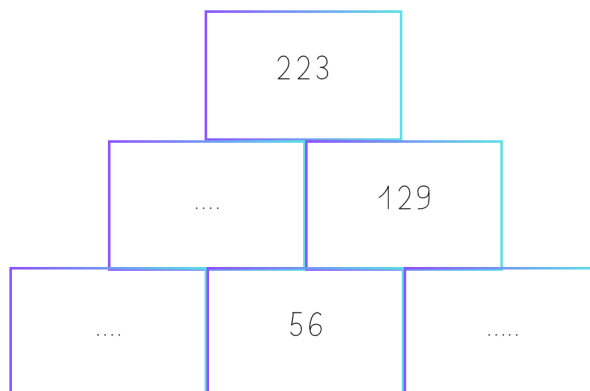
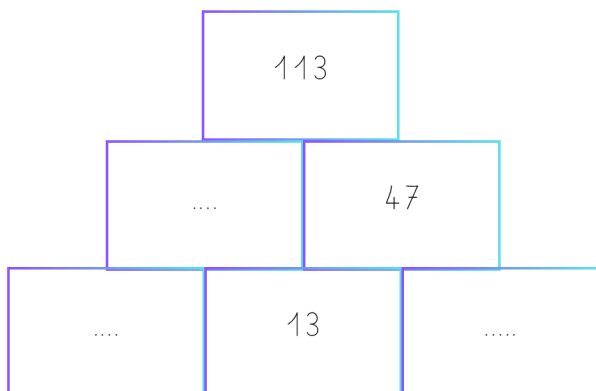
FRANÇAIS

1. Dans la phrase « Il connaît son passage », qui désigne le mot il ?

2. Relève deux verbes (une action) dans le texte.

MATHÉMATIQUES

Complète les pyramides (explications page 52).



ECRITURE

Recopie la phrase.

Le calme revient.



SAMIR AÏT SAÏD

Samir Aït Saïd est un gymnaste français né le 1er novembre 1989 à Champigny-sur-Marne.

Spécialiste des anneaux, il fait partie de l'équipe de France de gymnastique artistique depuis de nombreuses années.

Il est connu pour son courage après une grave blessure survenue lors des Jeux olympiques de Rio en 2016, dont il est revenu au plus haut niveau.

Au cours de sa carrière, il a remporté plusieurs médailles internationales et participé à plusieurs Jeux olympiques.

Très apprécié du public, il partage aussi des messages de persévérance et de dépassement de soi.

P	E	R	F	O	R	M	A	N	C	E	A	R	F
D	T	J	C	M	E	V	R	S	B	C	E	K	V
H	B	R	Q	Y	A	W	V	Y	U	D	V	H	O
S	A	U	T	H	É	Q	U	I	L	I	B	R	E
V	O	F	X	P	N	P	G	J	N	B	I	P	M
M	É	D	A	I	L	L	E	S	F	T	I	Q	V
K	C	V	Y	X	K	V	I	C	T	O	I	R	E
F	R	A	N	C	E	X	W	L	S	Y	A	R	M
N	C	W	I	L	F	S	I	A	K	L	W	M	S
V	J	Y	G	Y	M	N	A	S	T	I	Q	U	E
W	M	A	N	A	L	Y	F	P	W	E	U	T	G
P	O	D	I	U	M	X	A	T	H	L	È	T	E
I	F	V	A	M	W	B	T	Z	T	R	M	M	X
C	O	M	P	É	T	I	T	I	O	N	L	P	Q

Les mots sont cachés horizontalement.

- ATHLÈTE
- FRANCE
- MÉDAILLES
- PODIUM
- VICTOIRE
- COMPÉTITION
- GYMNASTIQUE
- PERFORMANCE
- SAUT
- ÉQUILIBRE



Les médailles de Samir Aït Saïd

	Championnat du monde 2019	Championnat d'Europe 2010 - 2019
Par équipes		
Concours général (tous les agrès)		
Sol		
Anneaux		   
Barre fixe		
Saut		
Barres parallèles		
Cheval d'arçons		



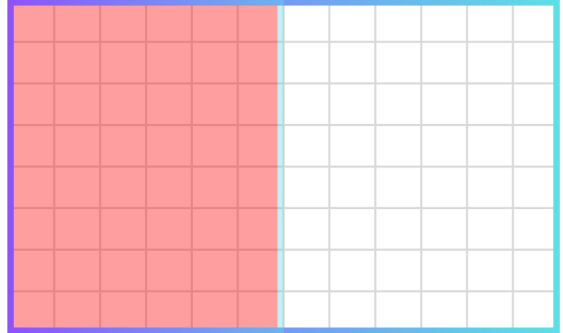


14



LA SALLE DE GYMNASTIQUE

MATHÉMATIQUES



Observe la salle de gymnastique (contour bleu) sur le quadrillage. La partie rouge représente le praticable.

1. Quelle est la forme de la salle de gymnastique ? Pourquoi ? _____

2. Le praticable représente la _____ de la salle de gymnastique. **Ecris-le en fraction :**

.....

.....

3. La salle de gymnaste est divisé en 4 parties égales. Dans chaque partie, il y a une 12 gymnastes.

4. Combien de gymnastes y a t il en totalité dans la salle ?

Calcul : Réponse :

5. Imaginons qu'il y a maintenant 4 gymnastes de plus dans chaque partie. Combien de gymnastes

y-a-t-il en totalité dans la salle maintenant ?

Calcul :

Réponse :



FRANÇAIS

1. Trouve un synonyme.

sauter →

heureux →

calme →

beau →

2. Trouve un contraire.

vite →

ouvrir →

grand →

facile →

3. Classe ces mots du moins fort au plus fort.

peur – panique – inquiétude – crainte

EDUCATION MORALE ET CIVIQUE

Si quelqu'un se blesse dans la salle

Il faut prévenir un adulte.

G Gérer la situation

A Aider la personne

M Montrer ce qui s'est passé



1

Qui peux-tu appeler si une personne a besoin d'aide ?



2

Quand dois-tu appeler un adulte ?



3

Que faut-il faire d'abord ?

- courir partout
- prévenir un adulte
- cacher ce qui s'est passé



4

Pourquoi faut-il rester calme ?



Je reste calme. J'appelle un adulte.





15



LES PORTES OUVERTES



Le samedi matin, le club de gymnastique ouvre ses portes aux familles et aux nouveaux enfants. Dans le gymnase, chacun peut découvrir les agrès et regarder les exercices préparés par les gymnastes. Léandre observe tout avec beaucoup d'attention. Il regarde les anneaux, les barres et le praticable, où plusieurs enfants réalisent leurs mouvements.

Tout ce qu'il voit lui donne très envie d'essayer à son tour. Un peu plus tard, l'entraîneur propose un petit parcours pour permettre aux nouveaux enfants de participer. Léandre s'avance. Il saute, roule, avance d'un atelier à l'autre et prend confiance au fil du parcours.

Ses parents l'applaudissent en la voyant sourire. À la fin de la matinée, Léandre est très content de ce qu'il a découvert. Il dit à ses parents : « J'aimerais revenir pour apprendre encore. »

AS-TU COMPRIS ?

1. **Que fait le club ce samedi matin ?**
2. **Que regarde Léandre ?**
3. **Que fait Léandre dans le parcours ?**
4. **Que font ses parents ?**
5. **Que dit Léandre à la fin ?**



15



FRANÇAIS

Entoure les points et les majuscules dans les phrases.

Le samedi matin, le club ouvre ses portes aux familles et aux nouveaux enfants.

J'adore la gymnastique !

Léandre regarde les autres gymnastes avec attention.

Que regarde Léandre ?

MATHÉMATIQUES

Dans la réserve du club, il y a du matériel pour la gymnastique artistique.

1. Il y a 5 dizaines, 1 centaine et 7 unités de poignées de magnésie.

Écris le nombre :

2. Il y a 2 centaines, 2 dizaines et 4 unités de gourdes oubliées.

Écris le nombre :

3. Complète avec $<$, $>$ ou $=$:

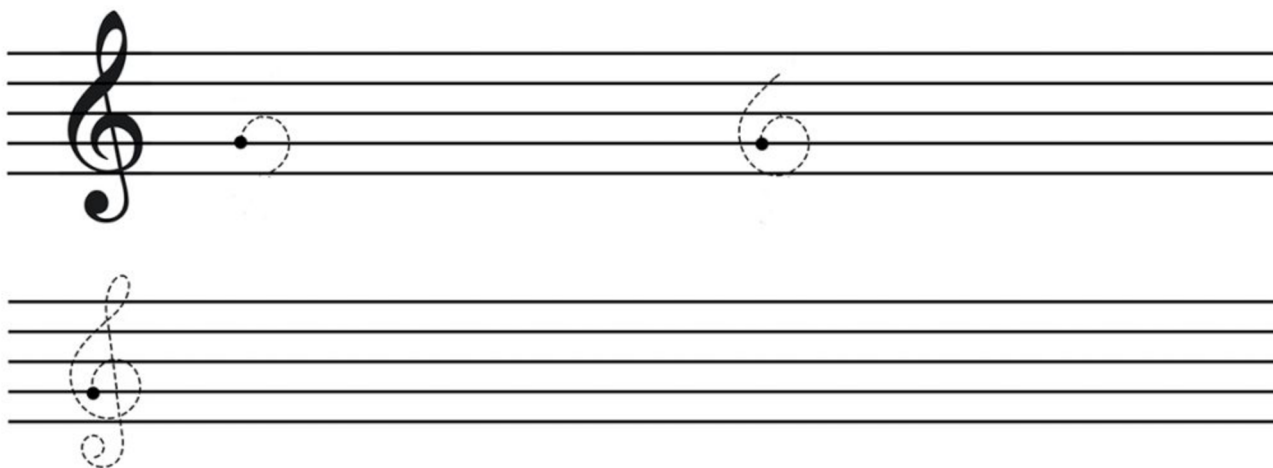
417 614 512 510

4. Range du plus petit au plus grand :

910 - 419 - 480 - 342 - 262 - 476 - 28 - 1 - 999

EDUCATION MUSICALE

Entraîne toi à tracer la clef de sol.





16

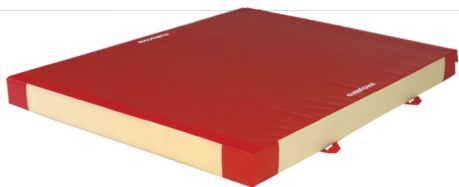


LE SOL

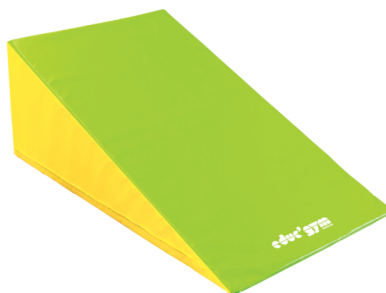
MATHÉMATIQUES

De quelle forme solide s'agit-il ?

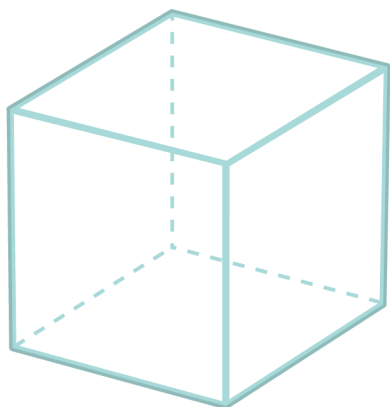
Mots à utiliser : cube - cylindre - demi-cylindre - pavé droit



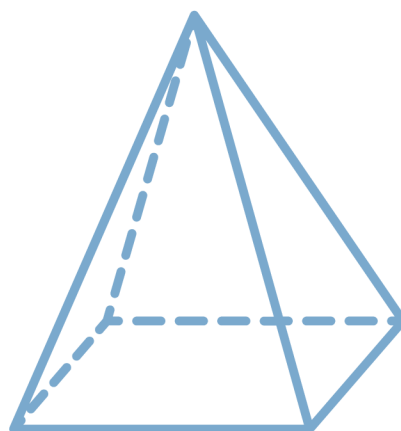
pavé droit



Complète :



Le cube a faces.
Il a sommets.



La pyramide a faces.
Elle a sommets.



16



FRANÇAIS

1. Barre l'intrus dans chaque liste.

saut – sauter – saute – seau

équilibre – équilibrer – éradiquer – équilibré

courir – course – coureur – court

peur – craintif – cerveau – effrayé

2. Trouve un mot de la même famille.

gymnaste →

roule →

observation →

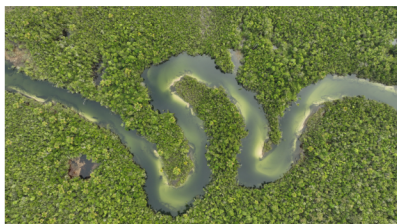
3. Transforme au pluriel :

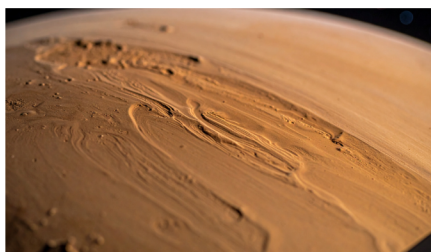
Le gymnaste arrive avec son léotard. →

Le ruban est rangé dans le sac. →

QUESTIONNER LE MONDE (ESPACE)

Chaque image représente le sol de la LUNE, de MARS ou de la TERRE, indique son nom dessous.









17



L’AFFICHE

Dans le hall du gymnase, les enfants découvrent une grande affiche colorée accrochée près de l’entrée. Cette affiche annonce la fête du club, un moment attendu par les gymnastes et leurs familles. En la regardant, on peut lire plusieurs informations importantes.

Sur l’affiche, il y a la date, l’heure et le lieu de l’événement. On peut aussi lire cette phrase : « Venez voir les gymnastes et partager un bon moment. » Aubin s’arrête devant l’affiche avec sa maman et prend le temps de tout lire attentivement.

En découvrant le message, il sourit, car il sait qu’il participera à la démonstration avec son groupe. Il pense déjà au jour de la fête et se sent à la fois content et impatient. Puis il dit à sa maman : « Je vais montrer ce que j’ai appris. »



AS-TU COMPRIS ?

- Où les enfants découvrent-ils l’affiche ?
- Que peut-on lire sur l’affiche ?
- Avec qui Aubin lit-il l’affiche ?
- Pourquoi Aubin sourit-il ?
- Que veut dire Aubin quand il dit : « Je vais montrer ce que j’ai appris » ?



FRANÇAIS

1. Dans les phrases suivantes, entoure le verbe, souligne le groupe sujet et colorie le complément.

Aubin lit l'affiche.

La maman sourit.

Les gymnastes arrivent.

Le club prépare une fête.

2. Écris une phrase négative avec le mot affiche.

Handwriting practice lines with a purple highlight.

3. Écris une phrase interrogative (une question) avec le mot fête.

Handwriting practice lines with a purple highlight.

MATHÉMATIQUES

Calcule

	6	4
-	1	8
<hr/>		

	2	9
-	1	1
<hr/>		

	4	1
-	1	8
<hr/>		

24 - 10 = 48 + 20 = 988 - 100 = 130 + 130 =

TON CORPS

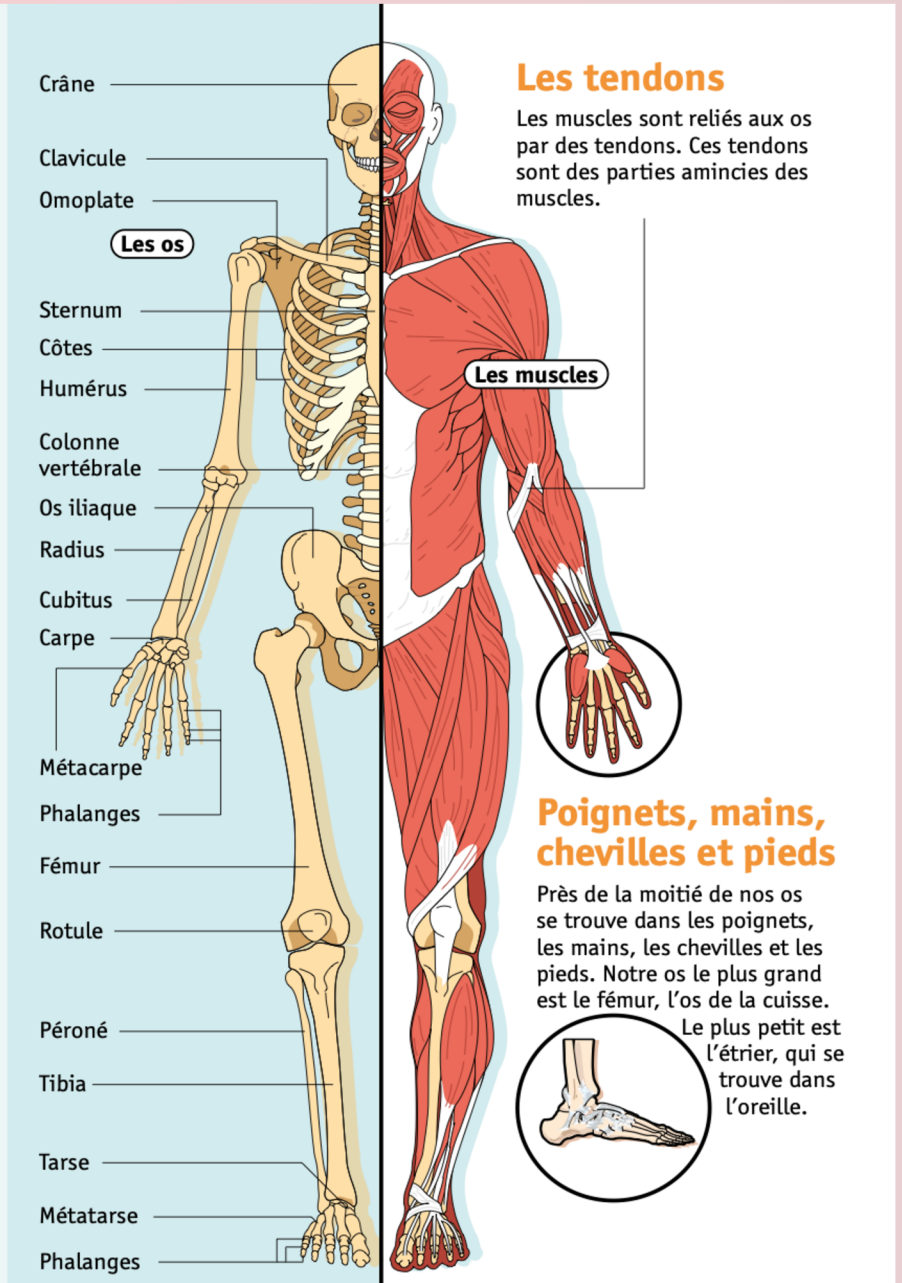
Le squelette

206 os

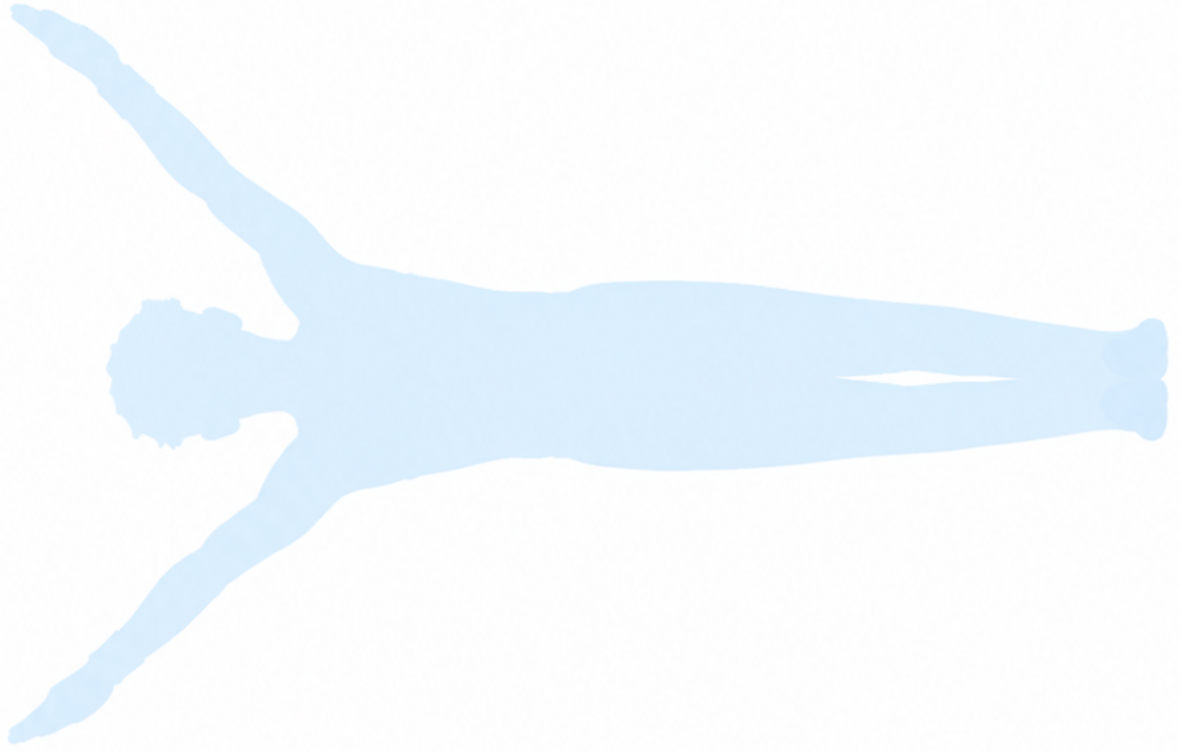
Notre squelette est composé de 206 os. Ils soutiennent et protègent les organes. Par exemple, les os arrondis du crâne protègent le cerveau. Le squelette permet de se tenir droit.

Bouger

Les os se rejoignent au niveau des articulations. Ils se mettent en mouvement grâce aux muscles. En se contractant, ces muscles tirent sur les os et le reste du corps. C'est ce qui nous permet de bouger.



Dessine le squelette du gymnaste de la photo.





18



LES SANGLES

MATHÉMATIQUES

1. Dans une boîte, il y a 6 dizaines, 2 unités et 2 centaines de sangles.

Écris le nombre :

2. Dans une autre boîte, il y a 3 centaines, 8 dizaines et 7 unités de sangles.

Écris le nombre :

3. Entoure le nombre le plus grand : 387 262

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

431 431 612 816 613 316

231 132 336 836 933 338

5. Observe l'exemple puis complète les encadrements avec la dizaine qui convient.

53 < **60** < 65 42 < < 51 87 > > 78 99 > > 88

6. Range du plus petit au plus grand :

260 - 368 - 65 - 566 - 766 - 565

.....

7. Une couturière coupe 20 mètres de tissu. Elle utilise 8 mètres. **Combien reste-t-il de mètres ?**

Calcul : Réponse :

8. Dans la boîte de chouchous, il y a 20 chouchous. Sacha veut en donner le même nombre à Léo,

Victor, Mathis et Lucien. **Combien en donne-t-il à chacun de ses copains ?**

Calcul : Réponse :





FRANÇAIS

1. L'entraîneur dit : « Garde les pieds sur terre. ». **Que veut dire cette phrase ?**.....

2. Entoure les mots dans lesquels on n'entend pas le son «é» :
cher - léotard - courrier - fête - pied - salto - jouer - barres - poutre - tapis - élastique

3. Complète avec le déterminant qui convient : le / la / un / une / l' / du / des.

..... gourde

..... gymnastique

..... table de saut

..... barres

..... étoile

..... anneaux

..... tapis

..... gymnastes

..... note

..... figures

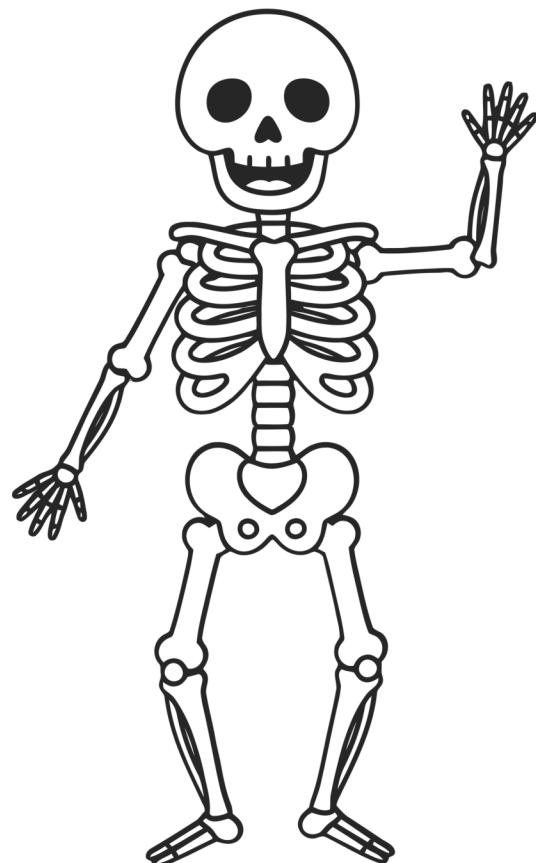
..... mouvement

..... école

QUESTIONNER LE MONDE (MONDE VIVANT)

Liste dans ce tableau les articulations de ton corps .

Articulations
coude





LE TRAJET EN BUS



Après la compétition, les enfants montent dans le car avec leurs sacs de sport. Ils sont un peu fatigués après cette longue journée, mais ils sont aussi très contents de rentrer ensemble. Chacun repense aux moments importants de la compétition.

Mya s'assoit près de la fenêtre et regarde la route qui défile. Dans sa tête, elle repense à son passage. Au début, elle avait un peu peur et son cœur battait plus vite. Pourtant, elle a réussi à rester concentrée jusqu'au bout et cela la rend fière d'elle.

À côté d'elle, Aria parle avec Romy. Les deux filles racontent leur journée, se souviennent de certains exercices et rient doucement en repensant à quelques moments amusants. Leur bonne humeur fait sourire les autres enfants autour d'elles.

Le car roule encore longtemps sur la route du retour. Peu à peu, les voix deviennent plus calmes et le silence s'installe. Certains enfants ferment les yeux pour se reposer, pendant que d'autres regardent encore dehors en pensant à cette belle journée.

AS-TU COMPRIS ?

1. Où sont les enfants ?
2. Comment se sentent-ils ?
3. À quoi pense Mya ?
4. Que font Romy et Aria ?
5. Que se passe-t-il à la fin du trajet ?

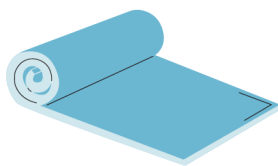


FRANÇAIS

Ecris le mot correspondant à l'image.



Blank handwriting lines with a purple highlight.



Blank handwriting lines with a purple highlight.



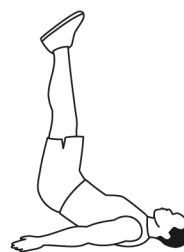
Blank handwriting lines with a purple highlight.



Blank handwriting lines with a purple highlight.



Blank handwriting lines with a purple highlight.



Blank handwriting lines with a purple highlight.

MATHÉMATIQUES

Réalise ces sudokus (explication page 52)

2	1			4	6
		6	1		
6		4	2		5
5					4
		5	3		
3	6			5	

2	1			3	
3		6			
4			5		
		5			1
			1		4
	4			5	6



20



LE CARNET D'ENTRAÎNEMENT

Depuis le début de l'année, l'entraîneur demande à chaque gymnaste de tenir un petit carnet d'entraînement.

Après la séance, chacun prend quelques minutes pour écrire dedans.

Dans ce carnet, les enfants notent la date, les exercices réussis et ce qu'ils veulent encore apprendre.

Au début, certains trouvaient cela difficile.

Ils avaient surtout envie de bouger tout de suite et ne comprenaient pas bien à quoi servait ce carnet.

Pour eux, écrire après l'entraînement faisait perdre du temps.

Mais, semaine après semaine, ils ont changé d'avis.

En relisant leur carnet, ils ont vu leurs progrès.

Ils se sont aussi rendu compte qu'un exercice raté n'était pas un échec.

On peut ne pas réussir un jour, recommencer plus tard et finir par y arriver.

Peu à peu, ce carnet est devenu un outil utile.

Il aide les gymnastes à mieux observer leur travail, à garder confiance et à continuer leurs efforts.



Complète les phrases avec le verbe qui convient.

s'entraîne - s'entraînait - s'entraînera

vient - venait - viendra

saute - sautait - sautera

Hier, Louis pour son mouvement au sol.

En ce moment, Adam à tous les entraînements.

Demain, Jules encore plus haut pour son saut de lapin.



20



COMMENT CRÉER TON CARNET DE GYMNASTIQUE ?



TON OUTIL POUR PROGRESSER ET TE DÉPASSER !

MATÉRIEL



1 cahier ou 1 carnet



Stylos ou crayons de couleur



Colle



Ciseaux



Autocollants (optionnel)



Photos ou images (optionnel)



ASTUCE

Personnalise la couverture de ton carnet avec ton prénom, des dessins, des couleurs et des autocollants !

LES ÉTAPES POUR CRÉER TON CARNET

1 PRÉPARE TON CARNET

Choisis ton carnet et décore la couverture comme tu veux. Écris ton prénom et ta saison !



2 CRÉE TON SOMMAIRE

Au début de ton carnet, note les pages que tu vas créer.



3 CRÉE TES PAGES

Prépare chaque page avec un titre et ce que tu veux y noter ou coller.



4 REMPLIS TON CARNET APRÈS CHAQUE SÉANCE

Prends quelques minutes pour noter ce que tu as fait, ressenti et réussi.



5 SUIVIS TES PROGRÈS

Regarde tes progrès au fil du temps. Tu verras tout le chemin parcouru !

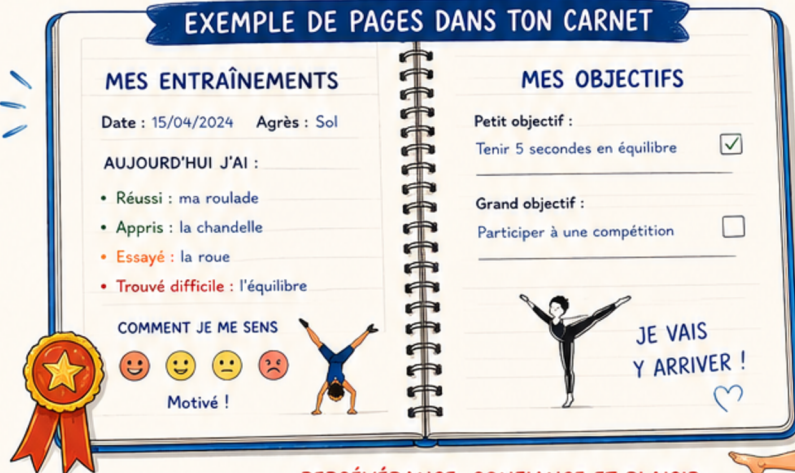


6 PERSONNALISE ET AMUSE-TOI !

Ajoute des photos, des dessins, des stickers, des médailles en papier...



EXEMPLE DE PAGES DANS TON CARNET



CONSEILS

- ✓ Écris régulièrement, même quelques mots.
- ✓ Sois honnête avec toi-même.
- ✓ Célèbre chaque petite victoire !
- ✓ Relis ton carnet de temps en temps pour te motiver.

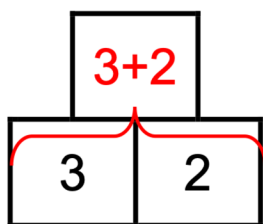
N'OUBLIE PAS :

Ton carnet est ton allié. Il t'aide à progresser et à croire en toi !

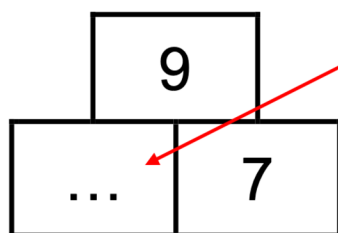
☆ PERSÉVÉRANCE, CONFIANCE ET PLAISIR : VOILÀ LA RECETTE DES CHAMPIONS ! ☆



LA PYRAMIDE



La case au-dessus de deux autres est obtenue en additionnant les deux nombres



Pour trouver ce nombre, On utilise la règle de la pyramide :
...+7 =9
Donc le nombre qui manque c'est 2

SUDOKU

Il faut remplir toute la grille uniquement avec les chiffres 1,2,3 et 4.

4	2	1	3
1	3	4	2
3	4	2	1
2	1	3	4

Chaque **colonne** doit avoir chaque chiffre.

Chaque **ligne** doit avoir chaque chiffre : 1,2,3,4.

Chaque **carré** doit avoir chaque chiffre : 1,2,3,4

Si je suis bloqué, je prends une ligne, une colonne, ou un carré et je regarde les chiffres qui manquent. J'essaie de mettre un chiffre en regardant s'il n'est pas déjà dans la ligne ou la colonne. Par exemple :

1	2	4	3
4	3	←	
		3	
3		2	1

Dans le carré, je dois mettre 1 et 2.

Dans cette case, je peux mettre 1 ou 2.

Pour me décider je regarde la colonne. Dans la colonne, il y a déjà « 2 ». Donc c'est 1 que je dois écrire.

Cela fonctionne aussi avec les sudokus avec 6 ou 9.

BRAVO POUR TON TRAVAIL !

Tu peux être fier de toi.

Ce cahier de vacances n'était pas un cahier facile. Il fallait réfléchir, lire avec attention, écrire, compter et parfois recommencer. Mais tu as avancé page après page, et je suis persuadée que tu as réussi.

Tout ce travail te prépare pour la rentrée prochaine, bien sûr, mais pas seulement pour le CE2. Il te prépare aussi à devenir plus confiant, plus concentré, plus appliqué et plus persévérant.

Et pour ta saison de gymnastique aussi, toutes ces qualités sont importantes. Au gymnase comme à l'école, on progresse grâce aux efforts, à la patience et à l'envie de toujours essayer encore.

Continue à croire en toi et en tes progrès.

Je te souhaite une très belle rentrée et une magnifique saison de gymnastique. À l'école comme en gymnastique, les plus beaux progrès se construisent petit à petit.



**OBJECTIFS POUR
LA GYM**

-
-
-



**OBJECTIFS POUR
LE CE2**

-
-
-