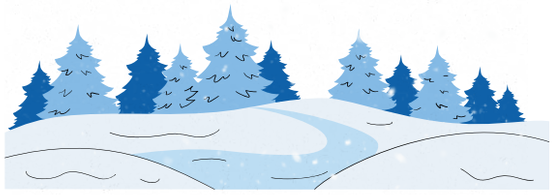
SPORTS D'HIVER

Pass Education

FIDE ET CONSTANTIA
LE HOUGA

Fichier d'activités

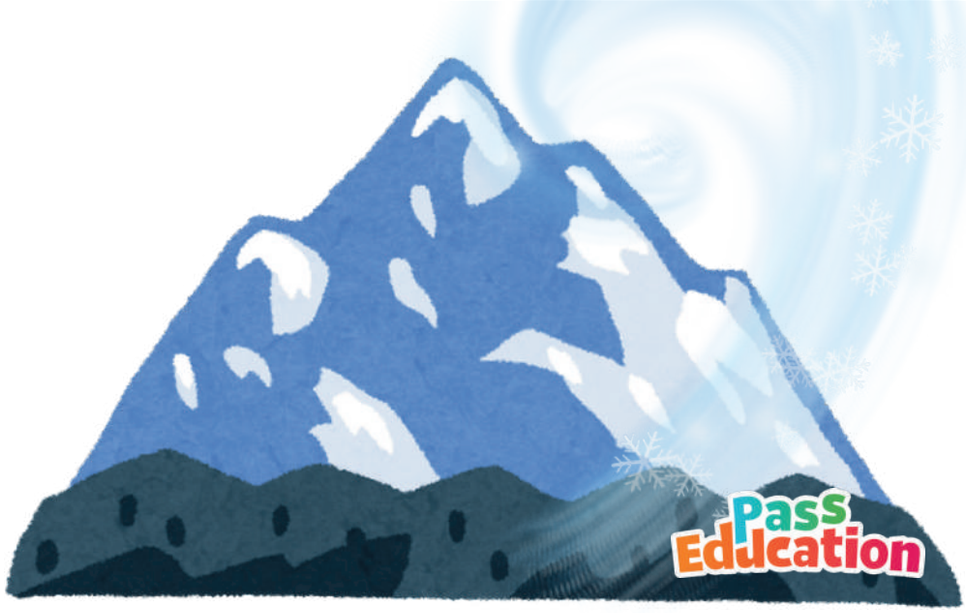
CE1 / CE2



BIENVENUE DANS CE LIVRET D'ACTIVITÉS SUR LE THEME DES SPORTS D'HIVER.

- LEXIQUE
- MATHÉMATIQUES
- LECTURE
- E.M.C
- DDM - L'ESPACE
- DDM - LE VIVANT
- CULTURE SPORT
- HISTOIRE DES ARTS
- JEUX

Chausse tes skis et glisse à fond dans l'univers givré des sports d'hiver avec ce livret rempli d'adrénaline et de fun enneigé !



LEXIQUE

FRANÇAIS

Les sports d'hiver sont des activités amusantes qui se pratiquent sur la neige ou sur la glace. Voici les plus connus :

Le **ski alpin** se pratique sur des pentes enneigées. Les skieurs descendent la montagne à grande vitesse en suivant des pistes.

Le **ski de fond** se pratique sur des terrains plats ou légèrement vallonnés. C'est un sport d'endurance où on avance en glissant.

Le **snowboard** : c'est comme faire du skate, mais sur la neige ! On se tient sur une planche, les pieds attachés, et on descend la montagne.

La **luge** est un petit traîneau sur lequel on s'assoit ou s'allonge pour glisser rapidement sur la neige.

Le **biathlon** est un sport qui combine le ski de fond et le tir à la carabine. Les athlètes doivent être rapides sur les skis et précis au tir.

Le **patinage artistique** se pratique sur la glace. Les patineurs font des figures et des sauts tout en glissant sur la patinoire.

Le **hockey** est un sport d'équipe où les joueurs utilisent des crosses pour frapper un palet et essayer de marquer dans le but adverse, tout en patinant sur la glace.

2 QUESTIONS

FRANÇAIS

1 Colle chaque image devant sa définition.

Je descends la montagne à toute vitesse sur une planche. Je glisse sur la neige et je peux faire des figures dans les airs.

Je me pratique avec deux bâtons et des skis sur des pistes plates. Je dois glisser longtemps et je suis un sport d'endurance.

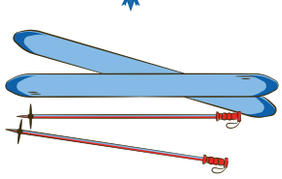
Je suis un sport où je dois glisser sur la neige, couché ou assis sur un petit traîneau. Je peux aller très vite en descendant la pente.

Je combine deux sports : je glisse sur la neige avec des skis et je dois aussi tirer avec précision sur des cibles.

Je glisse sur la glace et je fais des figures artistiques, des sauts et des pirouettes.

2 Relie le sport à son équipement.

ski de fond | hockey | luge | snowboard



correction sur www.pass-education.fr

Pass Education

3 PROBLÈMES

MATHÉMATIQUES

1 Les cours de ski :

Le matin, 14 enfants participent au cours de ski pour débutants et 8 enfants participent au cours de ski de niveau moyen. L'après-midi, 7 autres enfants viennent dans le cours des débutants et 5 autres enfants viennent dans le cours de niveau moyen.

Combien d'enfants ont participé aux deux cours de ski pendant toute la journée ?

Zone de calculs :

Réponse : .....

2 Les planches de snowboard:

La station de sport d'hiver de Valberg dispose de 250 planches de snowboard en début de saison. Après une semaine, 78 planches ont été louées. La semaine suivante, 42 autres planches sont louées.

Combien de planches de snowboard restent à la station après ces deux semaines ?

Zone de calculs :

Réponse : .....

3 Les bonshommes de neige :

Pendant la pause, chaque enfant décide de construire 3 bonshommes de neige. Il y a 6 enfants qui participent à l'activité.

Combien de bonshommes de neige ont-ils construits en tout ?

Zone de calculs :

Réponse : .....

4 Les tickets de chocolat chaud gratuits:

Un groupe de 20 enfants doit partager des tickets pour "un chocolat chaud gratuit". Ils se divisent en 4 petits groupes de taille égale.

Combien de tickets reçoit chaque groupe ?

Zone de calculs :

Réponse : .....

Pass Education

4 COMPRÉHENSION

FRANÇAIS

Un jour à la montagne

Ce matin, Paul ouvre les yeux, et il sait tout de suite que cette journée va être spéciale. Dehors, tout est blanc et silencieux. Il saute du lit, enfile sa combinaison, ses gants et son bonnet, puis file dehors. La neige craque sous ses pas et les flocons semblent danser dans l'air.

En arrivant sur la piste, là où les enfants font du ski, Paul rejoint ses amis et le moniteur. Les autres enfants sont déjà prêts, leurs skis bien alignés. Paul n'a jamais skié avant aujourd'hui, et il sent son cœur battre un peu plus vite.

— Ne t'inquiète pas, dit le moniteur. Reste calme et regarde devant toi.

Alors, Paul se lance. Ses skis glissent sur la neige, et même s'il manque de tomber une ou deux fois, il finit par réussir à descendre la piste sans encombre. Il sourit à pleines dents.

L'après-midi, Paul et ses copains décident de faire un bonhomme de neige.

— Il nous faut une carotte pour le nez, dit Paul.

Ils trouvent une belle carotte et deux grosses pierres pour les yeux. Leur bonhomme de neige a un air curieux, comme s'il observait tout ce qui se passe autour de lui.

Le soir venu, le soleil se cache doucement derrière les montagnes. Paul rentre au chalet, épuisé mais heureux. Il ne dit rien, mais dans sa tête, il repense à cette journée : c'était comme un rêve, un rêve qui lui donne envie de revenir dès demain.

1 Surligne la phrase fausse:

- Paul a déjà fait du ski avant aujourd'hui.
- Le moniteur de ski donne des conseils à Paul.
- Paul a peur pendant la descente de la piste.

2 Complète les phrases avec les mots suivants :

craque - carottes - calme - devant lui - branches

Ce matin, en sortant du chalet, Paul entend le bruit de la neige qui ..... sous ses pas.

Sur les pistes, le moniteur dit à Paul de rester..... et de regarder.....

Pour faire leur bonhomme de neige, Paul et ses amis utilisent une ..... pour le nez et des ..... pour les bras.

3 Coche la bonne réponse :

Que ressent Paul avant de commencer à skier ?

- ☐ Il est très confiant
- ☐ Il est un peu nerveux.
- ☐ Il n'a pas peur du tout.

Comment Paul se sent-il après sa première descente ?

- ☐ Fier de lui.
- ☐ Déçu d'avoir échoué.
- ☐ Triste de ne pas y arriver.

5 LA SÉCURITÉ

EMC

Le moniteur : Bienvenue sur les pistes ! Vous connaissez les règles de sécurité ?

Paul : Oui, il faut faire attention aux autres, non ?

Le moniteur : C'est ça, mais il y a plus. Qui a la priorité sur la piste ?

Emma : Ceux qui vont le plus vite ?

Le moniteur : Non, ceux qui sont devant toi. Regarde toujours avant de doubler. Que se passe-t-il si la personne ne te voit pas ?

Paul : Elle peut changer de direction et je pourrais la percuter.

Le moniteur : Exactement ! Donc, fais attention et ne va pas trop vite si tu ne maîtrises pas.

Emma : Et si on tombe ?

Le moniteur : Lève-toi vite et sors de la piste pour ne pas gêner. Demande de l'aide si besoin.

Paul : Et les remontées ?

Le moniteur : Attends calmement ton tour et écoute les consignes pour éviter les accidents.

Emma : Et si quelqu'un ne respecte pas les règles ?

Le moniteur : Préviens un adulte. L'important, c'est que chacun respecte les règles pour la sécurité de tous.

1 Vrai / Faux:

	vrai	faux
Il faut toujours doubler les skieurs devant soi, même s'ils ne te voient pas.		
Si tu tombes sur la piste, il vaut mieux se lever rapidement.		
On peut aller aussi vite qu'on veut, même si on ne contrôle pas bien ses skis.		
Les skieurs qui sont devant toi ont la priorité.		

2 Observe l'image ci-dessous.

Entoure en bleu le skieur qui respecte les règles de sécurité sur les pistes, et en rouge celui qui ne les respecte pas.

Explique en quelques mots ton choix.

.....

.....

.....

.....

.....

LES MONTAGNES

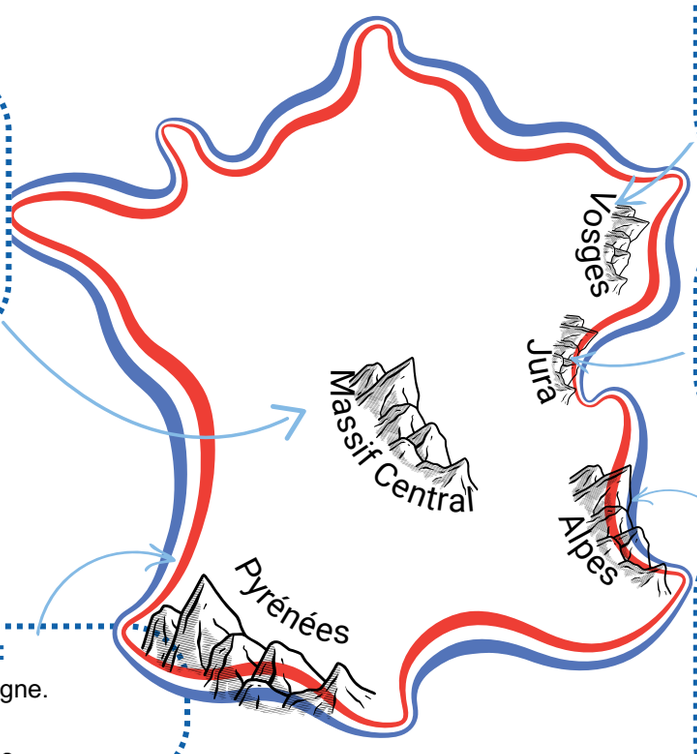
DDM

Les Vosges :

- Au nord-est.
- Collines avec des forêts et stations pour les familles.
- Pentes douces sont idéales pour la luge.

Le Massif central :

- Au centre de la France.
- Connu pour ses volcans éteints.
- Pentes plus douces sont idéales pour le ski de fond.



Le Jura :

- A l'est,
- Pentes douces, des forêts et lacs
- Parfaits pour la randonnée hivernale et le ski nordique.

Les Alpes :

- Montagnes les plus hautes de France.
- Possède le sommet le plus élevé d'Europe : le Mont Blanc.
- Pentes fortes idéales pour le ski alpin.

Les Pyrénées:

- Entre la France et l'Espagne.
- Paysages sauvages.
- Randonnées en raquettes.

1 Lis chaque indice et coche de quelle chaîne de montagnes il s'agit :

✦ Je suis la plus haute chaîne de montagnes de France, et j'abrite le Mont Blanc. Qui suis-je ?

☐ Les Alpes. ☐ Les Pyrénées. ☐ Le Massif Central. ☐ Le Jura. ☐ Les Vosges.

✦ Je sépare la France et l'Espagne, et j'offre de nombreux paysages sauvages. Qui suis-je ?

☐ Les Alpes. ☐ Les Pyrénées. ☐ Le Massif Central. ☐ Le Jura. ☐ Les Vosges.

✦ Je suis une chaîne de montagnes située au centre de la France, connue pour mes volcans éteints. Qui suis-je ?

☐ Les Alpes. ☐ Les Pyrénées. ☐ Le Massif Central. ☐ Le Jura. ☐ Les Vosges.

✦ Je suis située au nord-est de la France, et mes paysages sont réputés pour leurs belles forêts de sapins. Qui suis-je ?

☐ Les Alpes. ☐ Les Pyrénées. ☐ Le Massif Central. ☐ Le Jura. ☐ Les Vosges.

✦ Je suis située à l'Est de la France et entourée de lacs magnifiques. Qui suis-je ?

☐ Les Alpes. ☐ Les Pyrénées. ☐ Le Massif Central. ☐ Le Jura. ☐ Les Vosges.

2 Relie chaque chaine de montagnes au sport que tu peux y pratiquer.

Le Massif Central	le ski de fond.
Les Vosges	la randonnée en raquettes.
Le Jura	la luge.
Les Pyrénées	le ski alpin.
Les Alpes	Le ski nordique.

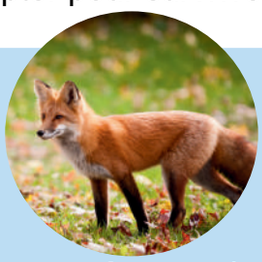
Pass Education

7 LA FAUNE ET LA FLORE

En montagne, de nombreux animaux doivent s'adapter pour survivre pendant l'hiver :

La ***marmotte*** hiberne pendant tout l'hiver dans son terrier. Elle dort plusieurs mois et ne se réveille que lorsque le printemps arrive.

Le ***chamois*** reste actif tout l'hiver. Grâce à ses sabots larges, il peut marcher facilement sur la neige et cherche de la nourriture dans les vallées enneigées.



Le ***renard roux*** chasse tout l'hiver. Il cherche des petits animaux comme des rongeurs qui se cachent sous la neige.

Le ***lièvre variable*** change de couleur en hiver ! Son pelage devient blanc pour se camoufler dans la neige et éviter les prédateurs.

Les plantes doivent aussi survivre au froid et à la neige.

Les ***sapins*** sont les arbres que l'on voit le plus souvent en montagne. Ils ne perdent pas leurs aiguilles en hiver et restent verts, même sous la neige. Ils sont très résistants au froid.

Certaines ***fleurs,*** comme la gentiane ou l'edelweiss, poussent au printemps après l'hiver, mais leurs graines survivent sous la neige.

Les ***lichens*** : Ce sont des plantes qui poussent sur les rochers ou sur les troncs d'arbres. Elles peuvent survivre à des températures très basses.

1 Relie chaque animal à sa caractéristique en hiver :

La marmotte	cherche de la nourriture dans la neige.
Le chamois	chasse les rongeurs sous la neige.
Le lièvre variable	change de couleur pour se camoufler.
Le renard	hiberne pendant l'hiver.

2 Colorie la bonne réponses dans chaque phrase.

Les sapins perdent / ne perdent pas leurs aiguilles en hiver.

Les lichens poussent sur des rochers / dans les rivières ou des troncs d'arbres.

Les fleurs de montagne poussent uniquement en hiver / au printemps.

Les sapins sont toujours verts / marron même en hiver.

LES SPORTIFS

BONUS

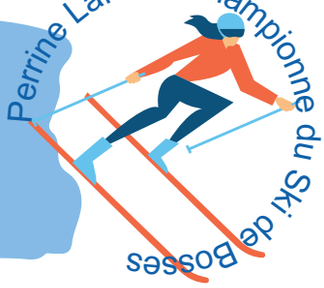
Les Champions de la Montagne : Qui sont-ils ?

Jean-Claude Killy — Le Roi du Ski Alpin

Surnom : Le prince de la Neige.
🏆 Triple médaillé d'or aux Jeux Olympiques de 1968 à Grenoble.
Disciplines : Slalom, Descente, Géant

Il a remporté les 3 médailles d'or en ski alpin la même année.

Perrine Laffont — Championne du Ski de Bosses



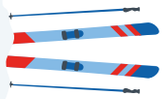
Surnom : La reine des bosses.
Championne olympique en 2018.
Discipline : Ski de bosses
À 19 ans, elle a remporté l'or aux Jeux olympiques d'hiver de Pyeongchang !

Philippe Candeloro — La Star du patinage artistique

Surnom : le Showman du Patin.
Double médaillé de bronze aux Jeux Olympiques et vice champion du monde.
Discipline : Patinage artistique
Il est célèbre pour ses chorégraphies originales inspirées de héros comme d'Artagnan ou le personnage de Rocky.

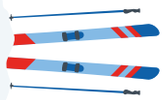
1 Entoure pour chaque champion son équipement.

Jean-Claude Killy



Philippe Candeloro

Perrine Laffont



2 Crée ton propre champion des sports d'hiver !

Nom : .....
Surnom : .....
Discipline(s) : .....
Anecdotes : .....

LES MÉDAILLES

BONUS

Les Médailles ESF : Deviens un champion !

À l'École du Ski Français (ESF), chaque enfant peut progresser et obtenir des médailles en fonction de ses compétences sur les pistes ! Voici les niveaux que tu peux atteindre :

Nom	Qu'est-ce que c'est ?	Comment l'obtenir ?
Flocon ❄	La première récompense que tu peux obtenir en ski.	Tu dois savoir glisser, tourner et t'arrêter en toute sécurité sur une petite pente.
1ère Étoile ★	Un niveau où tu apprends à skier sur des pistes vertes.	Tu dois savoir faire des virages et contrôler ta vitesse.
2ème Étoile ★★	Un niveau où tu deviens plus à l'aise sur des pistes bleues.	Tu dois être capable de descendre des pistes avec plus de confiance.
3ème Étoile ★★★	Un niveau avancé, où tu commences à maîtriser les pistes rouges.	Il faut skier avec assurance, tout en contrôlant tes virages et ta vitesse.
Étoile d'Or ★★★★	La récompense ultime pour les jeunes skieurs !	Tu dois être capable de skier sur des pistes rouges et noires avec vitesse et précision !

Coche pour chaque médaille la bonne description :

Flocon :

- ☐ Pour ceux qui savent descendre une piste noire.
- ☐ Pour ceux qui savent faire des virages sur une piste verte.
- ☐ Pour ceux qui commencent à glisser et à s'arrêter.

1ère Étoile :

- ☐ Pour ceux qui savent skier sur une piste verte.
- ☐ Pour ceux qui savent descendre les pistes rouges .
- ☐ Pour ceux qui savent faire du ski acrobatique .

3ème Étoile :

- ☐ Pour ceux qui savent faire des virages sur une piste bleue.
- ☐ Pour ceux qui peuvent descendre rapidement sur une piste rouge.
- ☐ Pour ceux qui aiment les pistes vertes.

10 ZOOM SUR UN ARTISTE

HISTOIRE DES ARTS

Gustave Courbet

Dates : 1819 – 1877
Nationalité : Française
Style : Réalisme
Sujets favoris : Les paysages, les montagnes, les scènes de la nature

Il a grandi près des montagnes du Jura, ce qui l'a inspiré pour peindre de magnifiques paysages d'hiver.

Gustave Courbet aimait peindre les montagnes en hiver. Il montrait la beauté et la force de la nature dans ses tableaux. Il peignait souvent des paysages avec de la neige, comme dans son célèbre tableau : '**Le Grand Chêne sous la neige**'.

1 Pourquoi Gustave Courbet choisissait souvent de peindre des montagnes enneigées et des paysages d'hiver dans ses tableaux ?
Coche la ou les bonnes réponses.

- ☐ Parce qu'il aimait montrer la beauté sauvage et calme de la nature.
- ☐ Parce que les montagnes en hiver lui rappelaient son enfance près du Jura.
- ☐ Parce qu'il trouvait que c'était plus facile de peindre la neige que le soleil.
- ☐ Parce qu'il n'aimait pas peindre les poissons et les animaux marins.

2 Un élève a écrit ces phrases sur Gustave Courbet, mais certaines sont incorrectes. À toi de corriger son travail en écrivant la bonne réponse sous la phrase.

Gustave Courbet était un peintre italien.

Il aimait peindre des paysages en été.

Il a peint "Le Grand sapin sous la neige".

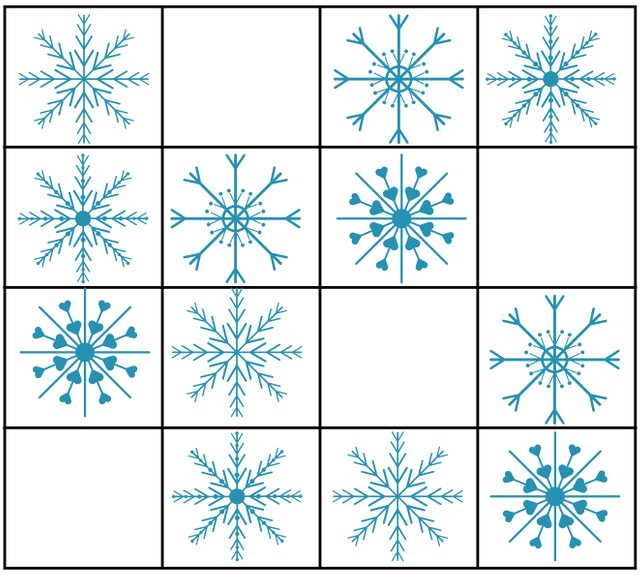
Il a grandit près des montagnes des Vosges.

Pass Education

JEUX

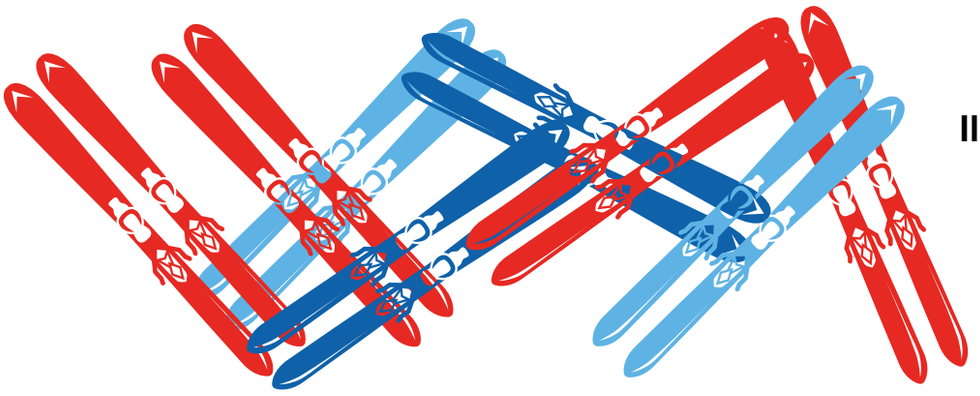
BONUS

1 À l'aide du matériel en bas de page, complète le sudoku suivant. Attention, chaque dessin ne peut apparaître qu'une fois par ligne, par colonne et par carré.



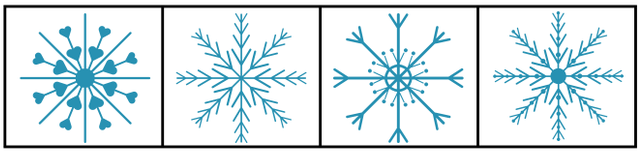
2 Observe les deux images et entoure les 7 différences.

3 Les skis sont tombés au restaurant d'altitude. Combien comptes-tu de paires ?



Il y a ..... paires de skis.

correction sur www.pass-education.fr



Pass Education

Pass Education

De la maternelle au lycée

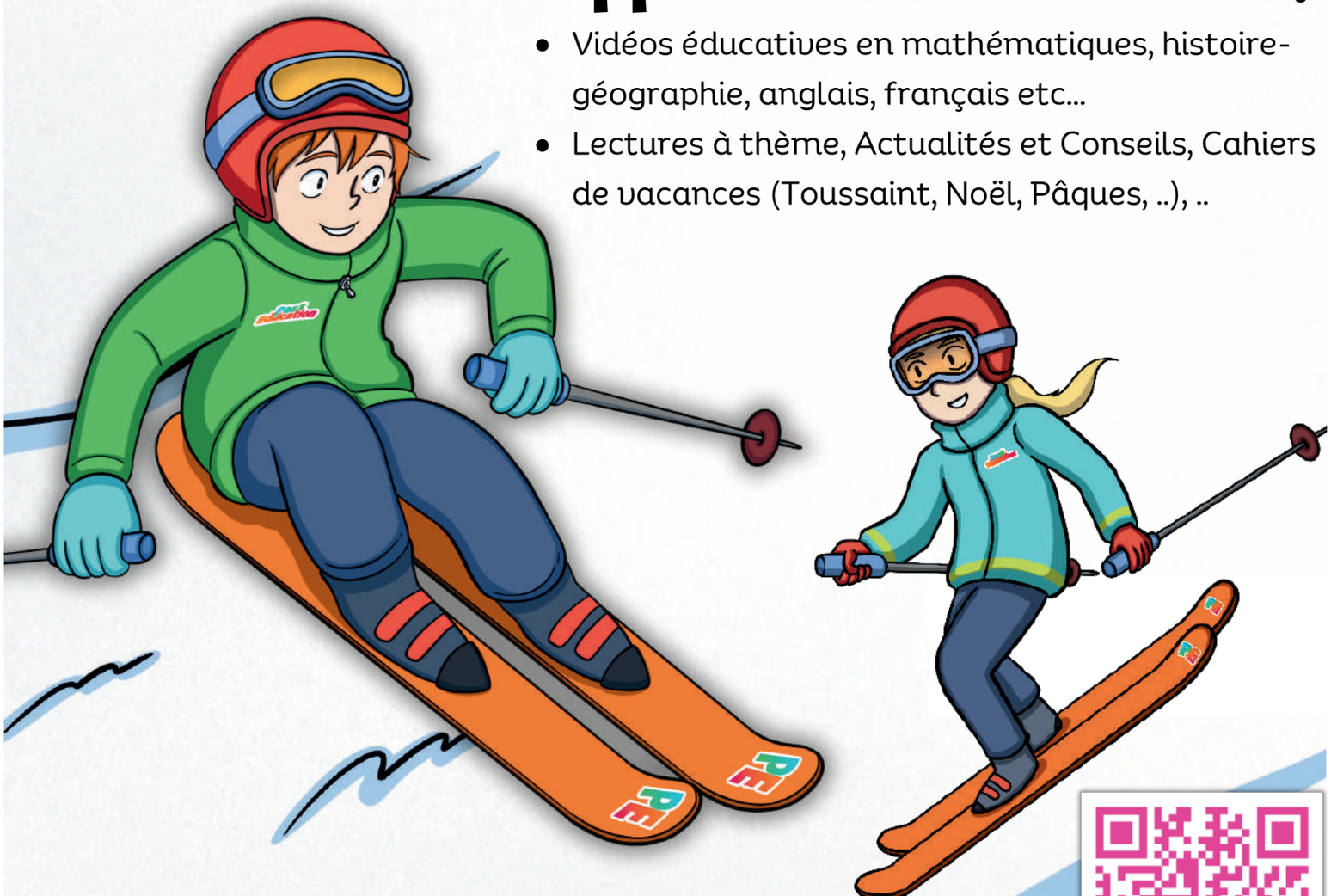
Mon Site de soutien scolaire !

+ de 35 000 fiches de révision

+ de 5000 jeux éducatifs gratuits en ligne

Apprendre en s'amusant !

- Vidéos éducatives en mathématiques, histoire-géographie, anglais, français etc...
- Lectures à thème, Actualités et Conseils, Cahiers de vacances (Toussaint, Noël, Pâques, ..), ..



My Sphere | Irregular Verbs | IEF | Mon Pass Conjugaison | My English Pass | Graine de calcul mental | Mon Pass Math