

NATATION

Pass
Education



Fichier
d'activités

**CM1/
CM2**

CORRECTION

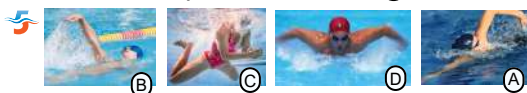


PAGE 2 - FRANÇAIS

A Crawl **B** Dos crawlé **C** Brasse **D** Papillon

La natation renforce les muscles, améliore la respiration et aide à se détendre. ☒ 1896 ☐ 1956 ☐ 2006

Lac, rivière, piscine, océan...



-activité sportive
-activité de loisir
-sécurité

PAGE 3 - PROBLÈMES

Opération : $5 \times 192 = 960$
En parcourant 5 stades grec, le nageur nage 960 mètres.

Opération : $1008/84 = 12$
Le nageur doit traverser 12 fois la rivière pour faire 1008 m.

$33 + 33 + 13 + 13 = 92$
Le périmètre de la piscine est de 92 mètres.
 $33 \times 13 = 429$ L'aire est de 429 m².

$1000/5 = 200$ Léon a nagé 200 mètres.
 $1000 - 200 = 800$ Léon doit encore nager 800 mètres.

Kilomètre km Hectomètre hm Décamètre dam Mètre m Décimètre dm Centimètre cm Millimètre mm

A. Le Défi de la Tamise	3 500 dm	0.35 km
B. La Course des Brasseurs	145 m	0.145 km
C. Le Tour des Bains Publics	27 000 cm	0.27 km
D. Le Grand Défi des Nageurs	2,5 km	2.5 km
E. La Traversée Royale	85 hm	8.5 km

B **C** **A** **D** **E**

PAGE 4 - SCIENCES

Cite trois qualités physiques que la natation aide à développer.
La natation améliore l'endurance, la souplesse, et renforce le cœur.

Pourquoi les mouvements sont-ils plus efficaces dans l'eau ?
Les mouvements sont plus efficaces car le corps flotte dans l'eau qui offre une résistance naturelle.

Quel organe la natation renforce-t-elle, en plus des muscles ?
La natation renforce aussi le cœur qui est un organe vital (mais aussi un muscle appelé muscle cardiaque).

Après les 20 sauts, tu **respirez plus fréquemment** que lorsque tu es au repos. Les muscles utilisent **plus d'oxygène** pour produire de l'énergie, alors le corps respire plus vite pour en apporter davantage.

La natation est un sport complet car elle fait travailler presque **tous les muscles** du corps, améliore la force, la souplesse et l'endurance, tout en étant douce pour les articulations. C'est aussi un excellent exercice pour le cœur et les poumons.

PAGE 5 - HISTOIRE

La natation est pratiquée depuis la **préhistoire**. À cette époque, nager n'était pas un loisir, mais une question de **survie** : traverser des rivières ou **des lacs** permettait de trouver de la **nourriture** ou d'échapper à des dangers.

La natation est devenue un sport avec des compétitions officielles au 19e siècle. **VRAI**
Les premières compétitions officielles de natation se sont déroulées en France. **FAUX**
Les Égyptiens et les Romains apprenaient déjà à nager dans des bassins. **VRAI**

Au 19e siècle, les nageurs nageaient souvent dans des rivières ou des lacs, et les règles et équipements étaient moins nombreux. Aujourd'hui, la natation est pratiquée dans des piscines avec des règles strictes, des équipements modernes et des styles de nage bien définis.

PAGE 6 - GEOGRAPHIE



1	Océan Arctique
2	Océan Antarctique
3	Océan Indien
4	Océan Pacifique

CORRECTIONS



5	Océan Atlantique
6	Mer Méditerranée
7	Détroit de Gibraltar
8	Manche

PAGE 7 - EMC

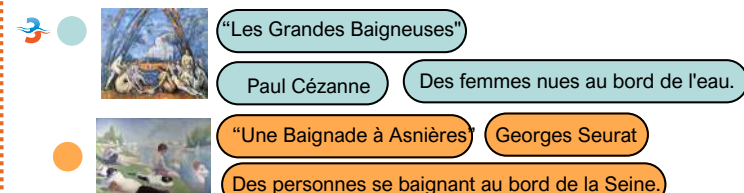
Terre-Neuve ☒ Enseigne la natation et surveille en piscine
SNSM ☒ Organisation française qui sauve des vies....
Secours ☒ Chien utilisé pour le sauvetage aquatique.
MNS ☒ Ensemble des gestes pour aider.....

☒ Sauver des personnes en danger en mer.
☒ Surveiller les plages et les zones de baignade.
☒ Intervenir lors de tempêtes ou d'accidents maritimes.

SNSM signifie "Société Nationale de Sauvetage en Mer".

PAGE 8 - ARTS

1. la liberté 2. la détente 3. la relation entre l'homme et la nature
Craig Loebel est un artiste célèbre pour ses photographies.



PAGE 9 - ANGLAIS

Emma's favorite stroke is **breaststroke**.
She needs **goggles** to see underwater.
The **swimming pool** is very big. **limosomiwpagn** → swimming pool
Her **swimsuit** is blue and green. **wimssuit** → swimsuit
Diving is fun but can be tricky! **gsolgeg** → goggles
She is learning the **front crawl**.
She likes to **swim** in the pool.

☒ swimsuit ☒ goggles ☐ cap
☐ hot ☒ cool ☐ warm
☐ It's boring. ☒ It's fun. ☐ It's difficult.

PAGE 10 - CULTURE

Laure Manaudou
1896 ☒ 1912 2024
Michael Phelps a remporté 28 médailles olympiques. **VRAI**
Léon Marchand est le frère de Laure Manaudou. **FAUX**
Les 1ère épreuves de natation aux Jeux olympiques ... **VRAI**
1896 (Hommes) et 1912 (Hommes-Femmes) / Léon Marchand
Laure Manaudou avait 17 ans (2004-1986 = 18 mais JO en août avant son anniversaire en octobre donc 17 ans)

PAGE 11 - JEUX

1	M	A	I	T	R	E	-	N	A	G	E	U	R
2	B	A	S	S	I	N	S						
3	D	O	U	C	H	E							
4	N	A	T	A	T	I	O	N					
5	B	O	N	N	E	T							
6	T	O	B	O	G	G	A	N					
7	F	R	I	T	E								
8	E	C	H	E	L	L	E						

1. la nage papillon
2. 50 mètres
3. Michael Phelps

piscine, bonnet, lunettes,
maillot, palmes, nageoire,
serviette, planche, tuba, crawl,
dos crawlé, brasse, papillon...

C'est une activité accessible à presque tout le monde, qui peut se pratiquer dès le plus jeune âge et à tout moment, tout en étant bénéfique pour la santé physique et mentale.



De la
maternelle
au lycée

Pass Education



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, ..), ..

