



# MON PASS OLYMPIQUE



## Pass Education

en partenariat avec



# FFBS

## Cahier de Vacances

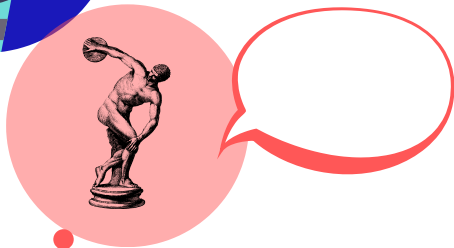


CE1  CE2



# L'ORIGINE DES JEUX OLYMPIQUES

D'hier à aujourd'hui...



**Pierre de Coubertin**  
1863 - 1937



Le baron Pierre de Coubertin a créé les Jeux Olympiques modernes en 1896 pour que des athlètes du monde entier se rencontrent.



**1 Voyage dans le temps**

## NIVEAU 1

Place le numéro de chaque évènement dans les bulles que tu vois sur la frise du temps.

- 1 Les Jeux Olympiques sont interdits par l'empereur romain Théodose I.
- 2 Pierre de Coubertin rétablit les Jeux Olympiques modernes à Athènes en Grèce.
- 3 Tout premiers Jeux Olympiques à Olympie en Grèce antique.
- 4 Première participation des femmes aux Jeux Olympiques à Paris.

## NIVEAU 2

Ecris la date à côté de l'évènement.

- ★ Quand les femmes ont-elles pu participer aux Jeux pour la 1ère fois ?
- ★ En quelle année les jeux sont-ils interdits par un empereur romain ?
- ★ Quand Pierre de Coubertin a-t-il créé les Jeux modernes ?
- ★ Quand ont eu lieu les tout premiers Jeux antiques ?

**2** **Décode le code**

Les premiers Jeux Olympiques ont commencé dans un lieu secret.

Peux-tu trouver lequel? Transforme les numéros en lettre avec l'aide de l'alphabet ! (A=1, B=2, C=3, D=4, ...)

15	12	25	13	16	9	5



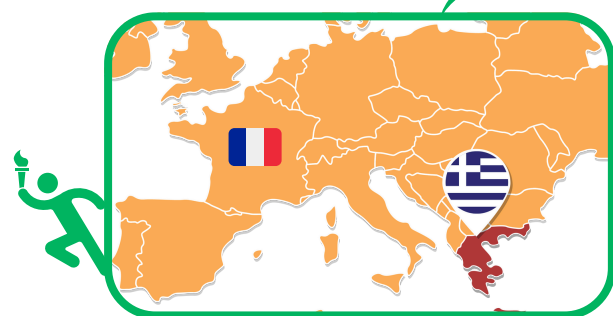
Sais-tu que ?

A l'Antiquité, les jeux étaient tellement importants que les guerres étaient arrêtées pour être en sécurité et en paix.



# LA GRÈCE : BERCEAU DES JO

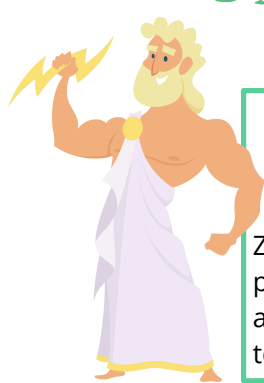
Là où tout a commencé...



1 Place les noms des villes sur la carte :

★ **OLYMPIE** représentée par la couronne de feuilles. C'est le lieu des tout premiers Jeux Olympiques antiques, en l'honneur de Zeus.

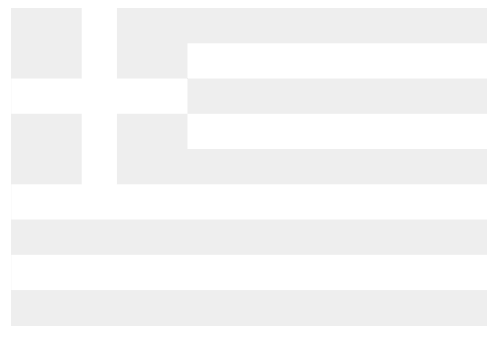
★ **ATHÈNES** représentée par une médaille. C'est le lieu des premiers Jeux Olympiques modernes de 1896.



Sais-tu que ?

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

2 Observe le drapeau de la Grèce. A toi de jouer, dessine-le et colorie-le !



Après avoir commencé en Grèce, les Jeux Olympiques sont aujourd'hui organisés partout dans le monde.

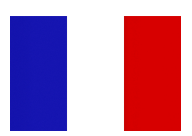
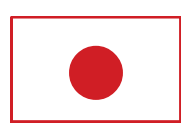
3 Qui suis - je ? Voici 4 pays ayant accueilli les Jeux Olympiques. Identifie le pays grâce aux indices et écris son nom près du drapeau !

★ **ROYAUME-UNI** : en 1908, 1948 et 2012  
J'ai des croix rouges et blanches sur fond bleu.

★ **ETATS-UNIS** : en 1932 et 1984  
J'ai 50 étoiles et des bandes rouges et blanches.

★ **FRANCE** : en 1900, 1924 et 2024  
J'ai des bandes verticales bleue, blanche et rouge.

★ **JAPON** : en 1964 et 2021  
Je suis blanc avec un cercle rouge.





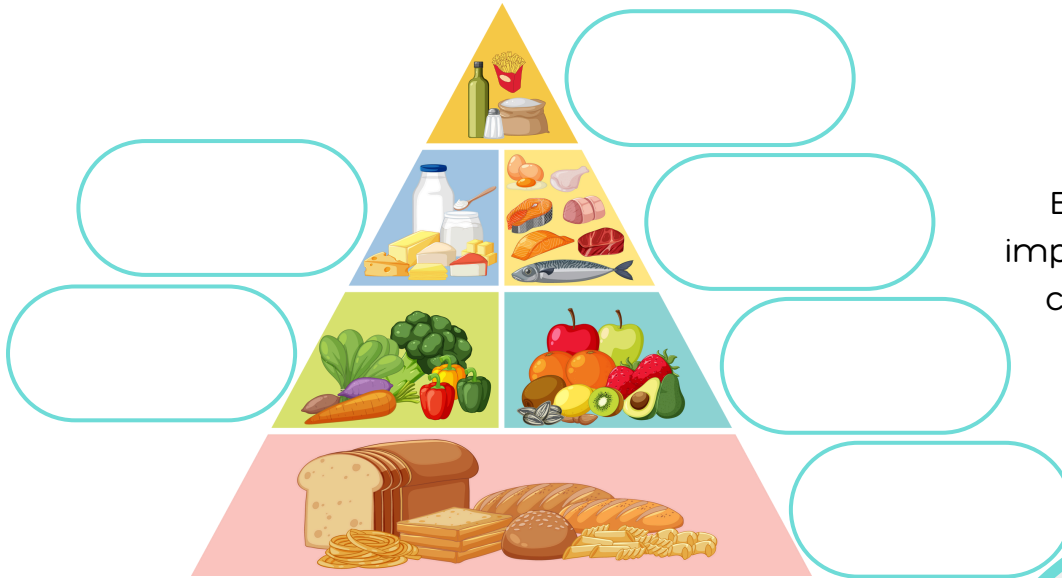
# MANGER ET BOIRE

Comme un athlète...



## 1 La pyramide alimentaire

A côté de la pyramide des aliments, écris ton aliment préféré pour chaque groupe.



Sais-tu que ?

La pyramide alimentaire montre quels aliments manger et combien en manger pour être en bonne santé.

Bien manger, c'est important pour être fort comme un athlète olympique !

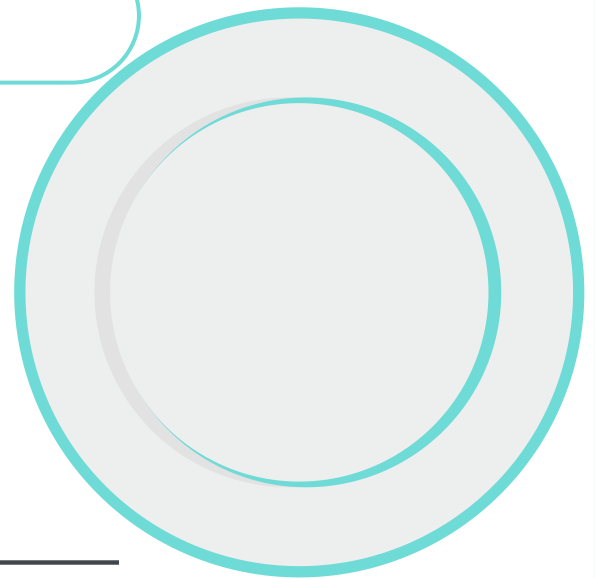


## 2 Ton assiette idéale

Imagine que tu es un athlète et que tu te prépares à participer aux Jeux Olympiques.

★ Dessine et colorie les aliments que tu mettras dans ton assiette pour un repas équilibré.

★ Explique pourquoi tu as mis ces aliments dans ton assiette.



## 3 Quiz : l'Eau, l'amie des champions

a : Quelle est la meilleure boisson pour s'hydrater pendant le sport ?

- Soda                       Jus de fruits                       Eau

b : Qu'arrive-t-il si un athlète ne boit pas assez d'eau ?

- Il est fatigué                       Il court plus vite                       Il joue mieux



c : Quand est-il particulièrement important de boire de l'eau ?

- Seulement quand il fait chaud.  
 Avant, pendant et après l'exercice.  
 Au petit déjeuner, c'est suffisant.





# TOUS ENSEMBLE AUX JO

## L'égalité dans le sport ...



Sais-tu que ?

Les Héraïades étaient des jeux sportifs en Grèce antique, réservés aux femmes. C'était un premier pas important !

Autrefois, les femmes ne pouvaient pas participer aux Jeux Olympiques, mais aujourd'hui, tout le monde a sa place dans les jeux. Il y a même des épreuves mixtes !

**1 Relie chaque phrase à l'image qui correspond.**



● Lors des Jeux Olympiques antiques, seuls les hommes pouvaient participer.

● En 1900, les femmes ont été autorisées à participer aux Jeux Olympiques pour la première fois.

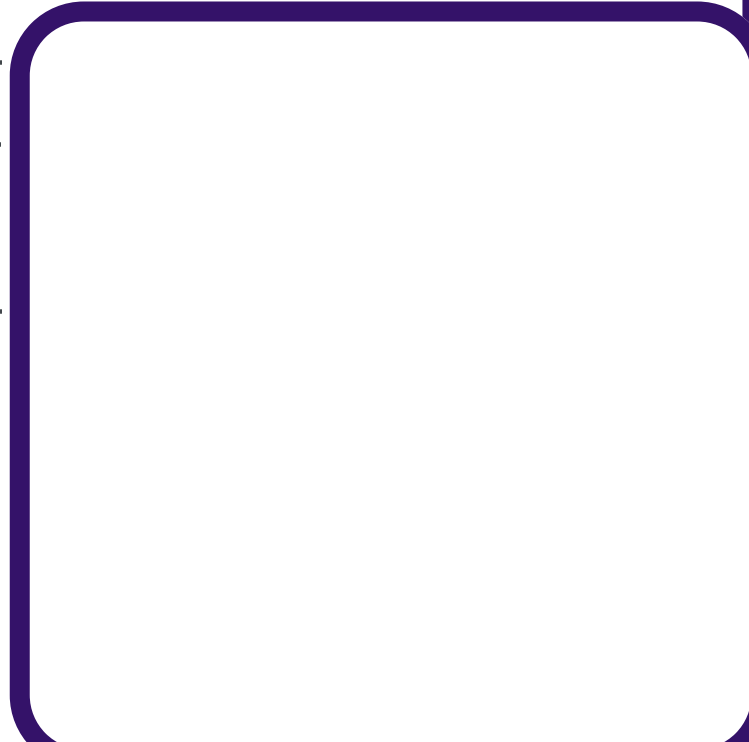
● Aujourd'hui, hommes et femmes concourent dans de nombreuses épreuves ensemble.

**2 Explique pourquoi il est important que les filles et les garçons aient les mêmes chances dans le sport.**

**3 Le village Olympique moderne**

Dessine comment tu imagines le village olympique : un lieu où les athlètes (hommes et femmes) vivent, s'entraînent et célèbrent leurs victoires tous ensemble.

E  
G  
A  
L  
I  
T  
É





# LE VOCABULAIRE DU SPORT

1 Relie chaque image à son nom en anglais.



- Athletics ●
- Football ●
- Cycling ●
- Swimming ●
- Archery ●
- Judo ●
- Tennis ●
- Basketball ●



2 Ecris les mots correspondants aux images dans les cases.

3 Dessine ton sport préféré et écris son nom en anglais dans le cadre.

A crossword puzzle grid with the following letters filled in:

- Vertical word 1 (top): 1
- Vertical word 2 (right): 2, Y
- Horizontal word 3 (left): 3, A
- Vertical word 4 (middle): L
- Horizontal word 4 (bottom): 4, W



# LES MASCOTTES OLYMPIQUES

Un voyage artistique...

Les mascottes sont des personnages spéciaux qui rendent les Jeux Olympiques encore plus amusants ! Elles représentent un évènement ou une équipe. Les mascottes ont souvent des caractéristiques uniques et sont très appréciées par les gens de tous âges !



Sais-tu que ?



Les mascottes des JO de 2024 "les Phryges" sont inspirées du **bonnet phrygien**, symbole de la liberté ! Fais une recherche sur Internet pour les découvrir .



## Ta mascotte olympique !

- 1 Choisis un animal ou un objet qui représente une qualité importante pour toi.  
Dessine ta mascotte dans le cadre.

Pense à ce qui rend ta mascotte spéciale : sa **couleur** préférée, son **sport** préféré, ses **qualités**. Imagine son **nom**, sa **taille** et ce qu'elle **aime faire** !

- 2 Explique pourquoi tu as choisi cette mascotte. Décris-la en quelques mots.

---



---



---



---



---