



Le ski alpin

Le ski alpin est un sport de glisse qui se pratique sur la neige, à la montagne. Les skieurs descendent une piste enneigée en suivant un chemin balisé avec des portes ou des piquets.

Pour faire du ski alpin, on a besoin de skis, de bâtons, de chaussures spéciales et d'un casque.

Aux Jeux Olympiques d'hiver, le ski alpin est un sport très important.

Les athlètes descendent très vite la montagne et essaient de faire le meilleur temps. Il existe plusieurs épreuves : la descente, le slalom, le géant, le super-G et le combiné. Les skieurs doivent être courageux, forts et très concentrés.

Ils s'entraînent beaucoup pour garder l'équilibre et tourner sans tomber.

Le sais-tu ?

- En ski alpin, certains champions descendent la piste à plus de 100 kilomètres par heure.
- Les portes sur la piste montrent le chemin que le skieur doit suivre.
- Il existe des pistes plus faciles pour les débutants et des pistes très difficiles pour les champions.



Le ski alpin

Questions

VRAI ou FAUX :

Le ski alpin se pratique à la montagne.

Les skieurs montent la montagne en courant.

Aux Jeux Olympiques, le ski alpin est un sport très important.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « sport où on glisse sur la neige ». _____
- Un mot qui veut dire « chemin dans la neige ». _____

Qui pratique le ski alpin ?

- Réponse : _____

Où pratique-t-on le ski alpin ?

- Réponse : _____

Avec quel matériel fait-on du ski alpin ?

Réponse : _____

Comment les skieurs essaient-ils de gagner la course ?

Réponse: _____



Le ski alpin

Le ski alpin est la discipline reine des sports d'hiver. Les skieurs descendent très vite une pente de montagne. Ils slaloment entre des portes rouges et bleues.

À Milan-Cortina 2026, il y a cinq épreuves : la descente, le slalom, le slalom géant, le super-G et le combiné.



Le biathlon

Le biathlon est un sport d'hiver très spécial. Les athlètes font du ski de fond sur la neige et ils tirent à la carabine sur des cibles. C'est comme un mélange de course rapide et de tir précis !

Pour faire du biathlon, on porte une carabine légère sur le dos. On skie sur un parcours avec plusieurs boucles, puis on s'arrête pour tirer à 50 mètres sur 5 cibles. Il y a deux positions : couché (plus facile) et debout (plus difficile).

Aux Jeux Olympiques d'hiver, il y a plusieurs épreuves : le sprint (court et rapide), l'individuel (plus long), la poursuite, le départ groupé et les relais par équipe. À Milan-Cortina 2026, les Français voudront briller comme Martin Fourcade, le plus grand champion français avec 5 médailles d'or olympiques !

Le sais-tu ?

- Les biathlètes portent leur carabine (1,7 kg) tout le temps sur le dos !
- Si on rate une cible, on doit skier un "tour de pénalité" de 150 m.
- Martin Fourcade a gagné 13 médailles olympiques, record français !
- À Milan-Cortina 2026, il y aura 11 épreuves de biathlon.



Le biathlon

Questions

VRAI ou FAUX :

Le biathlon mélange ski et tir.

Les biathlètes tirent à 100 mètres.

Martin Fourcade est un champion français.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « faire du ski en boucle ». _____
- Un mot qui veut dire « arme pour tirer sur cible ». _____

Qui fait du biathlon ?

- Réponse :

Où tire-t-on dans le biathlon ?

- Réponse :

Avec quoi skie-t-on dans le biathlon ?

- Réponse :

-

Comment gagne-t-on une épreuve de biathlon ?



Le biathlon

Le biathlon est un sport d'hiver né en Scandinavie il y a longtemps. Il mélange ski de fond rapide et tir précis à la carabine sur 5 cibles à 50 mètres. Il est aux Jeux Olympiques depuis 1960.

Il y a plusieurs épreuves : le sprint (court, 2 tirs), l'individuel (long, 4 tirs, + 1 min par erreur), la poursuite (4 tirs), le relais (par équipe, balles de réserve) et la mass start (départ groupé).



Le bobsleigh

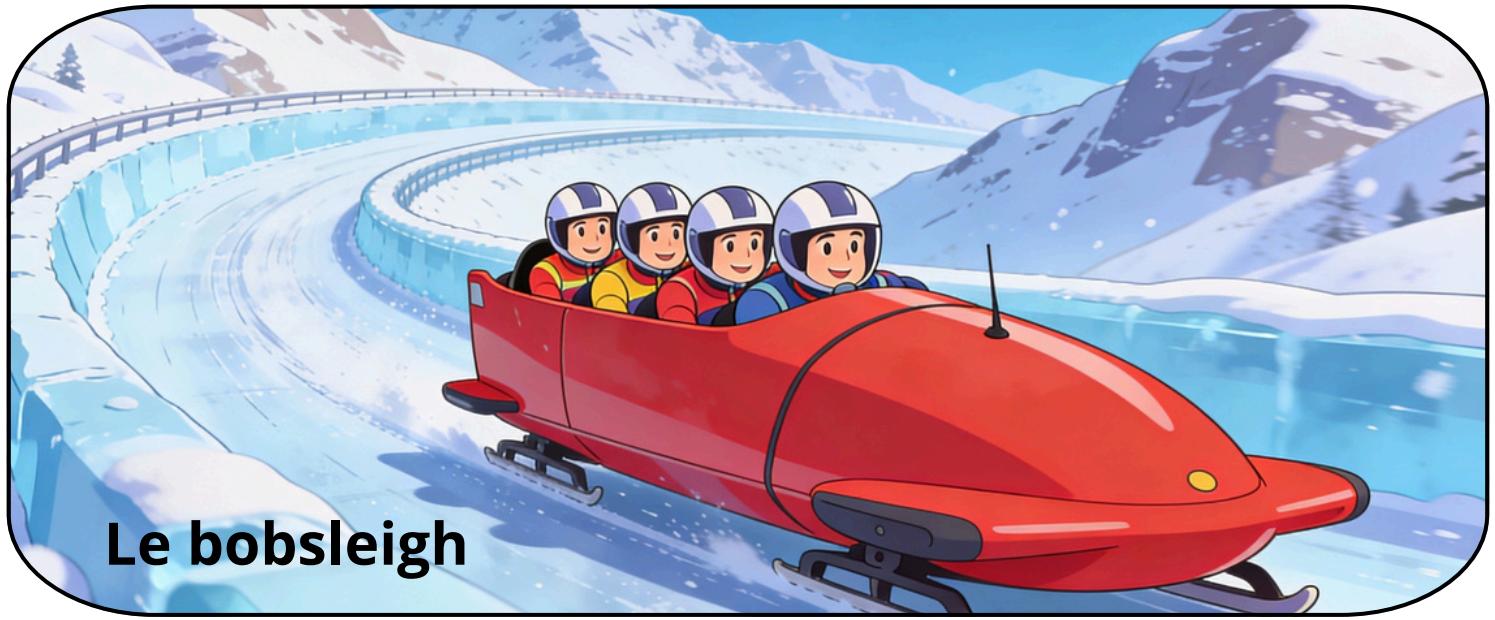
Le bobsleigh est un sport d'hiver super rapide ! Une équipe de 2 ou 4 personnes monte dans un traîneau et descend une piste glacée très sinuuse à toute vitesse. C'est comme une montagne russe olympique !

Le pilote dirige le bobsleigh avec un volant. Les autres poussent fort au début pour gagner de la vitesse, puis ils s'allongent dans le traîneau. La piste fait des virages, des bosses et va très vite : jusqu'à 150 km/h !

Aux Jeux Olympiques d'hiver, il y a le bob à 2, le bob à 4 et le monobob (une seule personne). À Milan-Cortina 2026, la France espère briller comme aux JO de 1992 où Max Robert a gagné une médaille d'argent en bob à 2.

Le sais-tu ?

- Le bobsleigh est né en Suisse à la fin du 19e siècle !
- Les pilotes poussent leur bob à 50 km/h avant de monter dedans !
- La piste fait des virages à 180 degrés et des tunnels.
- France : médaille d'argent en 1992 avec Max Robert !



Le bobsleigh

Questions

VRAI ou FAUX :

Le bobsleigh se pratique sur piste glacée.

Une équipe fait du bobsleigh seule.

Le bobsleigh va très vite.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « faire du ski en boucle ». _____
- Un mot qui veut dire « arme pour tirer sur cible ». _____

Qui fait du bobsleigh ?

- Réponse : _____

Où descend-on en bobsleigh ?

- Réponse : _____

Avec quoi descend-on en bobsleigh ?

- Réponse : _____

Comment commence la course de bobsleigh ?

- Réponse : _____



Le bobsleigh

Le bobsleigh (également appelé bobsled, ou encore bob par abréviation) est un sport d'hiver dans lequel des équipes de deux ou quatre bobeurs assis en file ou une personne seule dans un monobob effectuent des courses chronométrées à bord d'un engin caréné glissant sur une étroite et sinuuse piste glacée en pente.



Le combiné nordique

Le combiné nordique est un sport d'hiver spécial. D'abord, les athlètes font un grand saut à ski depuis un tremplin enneigé. Ensuite, ils font du ski de fond très vite sur la neige !

On commence par le saut : plus on saute loin et bien, plus on a des points. Ces points donnent un avantage de temps pour la course de ski de fond. Les meilleurs partent en premier.

Aux Jeux Olympiques d'hiver depuis 1924, il y a l'individuel, le sprint et le relais par équipe. À Milan-Cortina 2026, la France espère des médailles comme Jason Lamy Chappuis, champion olympique en 2010 !

Le sais-tu ?

- Le combiné nordique est né en Norvège au 19e siècle !
- Les sauteurs atteignent 100 km/h dans les airs.
- Jason Lamy Chappuis est le plus grand champion français.
- À Milan-Cortina, épreuves sur tremplin normal et grand tremplin !



Le combiné nordique

Questions

VRAI ou FAUX :

Le combiné nordique mélange saut et ski de fond.

On commence toujours par le ski de fond.

C'est aux JO depuis 1924

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « sauter très loin avec les skis ». _____
- Un mot qui veut dire « course sur neige en boucle ». _____

1. Qui fait du combiné nordique ?

- Réponse : _____

1. Où saute-t-on dans le combiné nordique ?

- Réponse : _____

Comment gagne-t-on l'épreuve ?

- Réponse : _____



Le combiné norvégien

Le combiné nordique est un sport qui combine deux disciplines du ski nordique : le saut à ski et le ski de fond. Crée en Norvège à la fin du 19^e siècle, le combiné nordique est au programme olympique depuis la première édition et figure aux championnats du monde depuis 1925.



Le curling

Le curling est un sport d'hiver sur glace. Une équipe de 4 joueurs lance des grosses pierres rondes vers un cible avec des cercles colorés. C'est comme un jeu de pétanque sur glace !

Les joueurs balaiient la glace devant la pierre avec des balais pour la faire aller plus loin ou tourner. Le skip (capitaine) donne les ordres. On joue des manches : chaque équipe lance 8 pierres.

Aux Jeux Olympiques depuis 1998, il y a le curling hommes, femmes et double mixte. À Milan-Cortina 2026, la France a une médaille de bronze de 1924 à Chamonix !

Le sais-tu ?

- Le curling vient d'Écosse au 16e siècle !
- Les pierres pèsent 20 kg chacune.
- On balaye très fort : 3 balais à la fois !
- La France a le bronze olympique de 1924.



Le curling

Questions

VRAI ou FAUX :

Le curling se joue sur glace.

On lance des petites boules.

Il y a 4 joueurs par équipe.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « gros palet rond ». _____
- Un mot qui veut dire « nettoyer la glace ». _____

Qui joue au curling ?

Réponse : _____

Où joue-t-on au curling ?

Réponse : _____

Avec quoi lance-t-on les pierres ?

Réponse : _____

Comment fait-on avancer la pierre ?

Réponse : _____



Le curling

Le curling est un sport d'hiver né en Écosse en 1716. On glisse une grosse pierre sur la glace vers un cercle appelé la maison. Des joueurs avec balais balayent devant la pierre pour la faire aller plus loin ou tourner !

Une équipe a 8 pierres par manche (10 manches pour garçons/filles). On gagne des points si sa pierre est la plus proche du centre.

Aux Jeux Olympiques depuis 1998 (démonstration dès 1924), c'est un sport de précision et de stratégie.



Le hockey sur glace

Le hockey sur glace est un sport d'équipe très rapide qui se joue sur une patinoire gelée.

Les joueurs glissent avec des patins et frappent une rondelle avec leur crosse pour la mettre dans le but adverse.

Chaque équipe a 6 joueurs : 5 sur la glace et 1 gardien de but qui protège sa cage.

Aux Jeux Olympiques d'hiver, le hockey sur glace existe depuis 1924 pour les hommes et 1998 pour les femmes.

Un match dure 3 périodes de 20 minutes. Les équipes jouent à tour de rôle en attaque et en défense.

À Milan-Cortina 2026, 12 équipes hommes et 8 équipes femmes vont concourir pour les médailles.

- **Le Canada a gagné 9 médailles d'or en hockey olympique depuis 1920.**
- **La rondelle est faite de caoutchouc noir et pèse environ 170 grammes.**
- **Les matchs olympiques attirent des milliers de fans dans les patinoires géantes !**



Le hockey sur glace

Questions

VRAI ou FAUX :

Le hockey se joue sur une patinoire gelée.

Chaque équipe a 11 joueurs sur la glace.

Un match dure 3 périodes de 20 minutes.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « objet rond et plat qu'on frappe ». _____
- Un mot qui veut dire « bâton pour jouer ». _____

Qui joue au hockey sur glace ?

- Réponse : _____

Où se joue le hockey sur glace ?

- Réponse : _____

Avec quoi les joueurs se déplacent-ils sur la glace ?

- Réponse : _____
- _____

Comment gagne-t-on un match de hockey ?

- Réponse : _____



Le hockey sur glace

Le hockey sur glace est un sport d'équipe très rapide, né au Canada au 19e siècle. On frappe un palet avec une crosse sur glace, avec 6 joueurs par équipe (dont un gardien).

Première fois aux Jeux Olympiques en 1924 (hommes), 1998 (femmes). Le Canada domine souvent, mais URSS, USA, Suède et Tchéquie ont gagné aussi. Aux JO femmes, c'est surtout Canada vs USA ! Un match fait 3 périodes de 20 minutes.



La luge

La luge est un sport d'hiver super rapide ! Le lugeur s'allonge sur le ventre, les pieds en avant sur une petite luge, et descend une piste glacée très sinuuse. Il n'y a pas de freins !

Il dirige avec ses pieds contre les parois et va jusqu'à 140 km/h. Il y a la luge simple (seul) et la luge double (à deux). Au début, il pousse avec des griffes aux mains. Aux Jeux Olympiques depuis 1964, on fait 4 manches pour les simples. À Milan-Cortina 2026, la France vise des médailles en simple et relais mixte !

- **La luge vient de Suisse dès 1883 !**
- **Les luges pèsent 22 kg (simple) ou 25 kg (double).**
- **On porte casque, combinaison et gants spéciaux avec griffes.**
- **La piste fait 14-20 virages relevés !**



La luge

Questions

VRAI ou FAUX :

Le lugeur va sur le ventre.

La luge a des freins puissants.

On descend une piste glacée.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « tout seul sur la luge ». _____
- Un mot qui veut dire « très sinueux ». _____

Qui fait de la luge ?

- Réponse : _____

Où descend-on en luge ?

- Réponse : _____

Comment dirige-t-on la luge ?

- Réponse : _____
- _____

Combien de manches aux Jeux Olympiques ?

- Réponse : _____



La luge

La luge est un sport d'hiver suisse très ancien (16e siècle), super rapide à 150 km/h sur piste glacée ! Le lugeur s'allonge sur le ventre, dirige avec ses pieds et descend sans freins.

Aux Jeux Olympiques depuis 1964, il y a le simple (4 manches homme/femme), le double (2 essais par équipe) et le relais mixte (femme + homme + double).

On additionne les temps au centième : le plus rapide gagne !

À Milan-Cortina 2026, nouveaux doubles femmes et la piste partagée avec le bobsleigh !

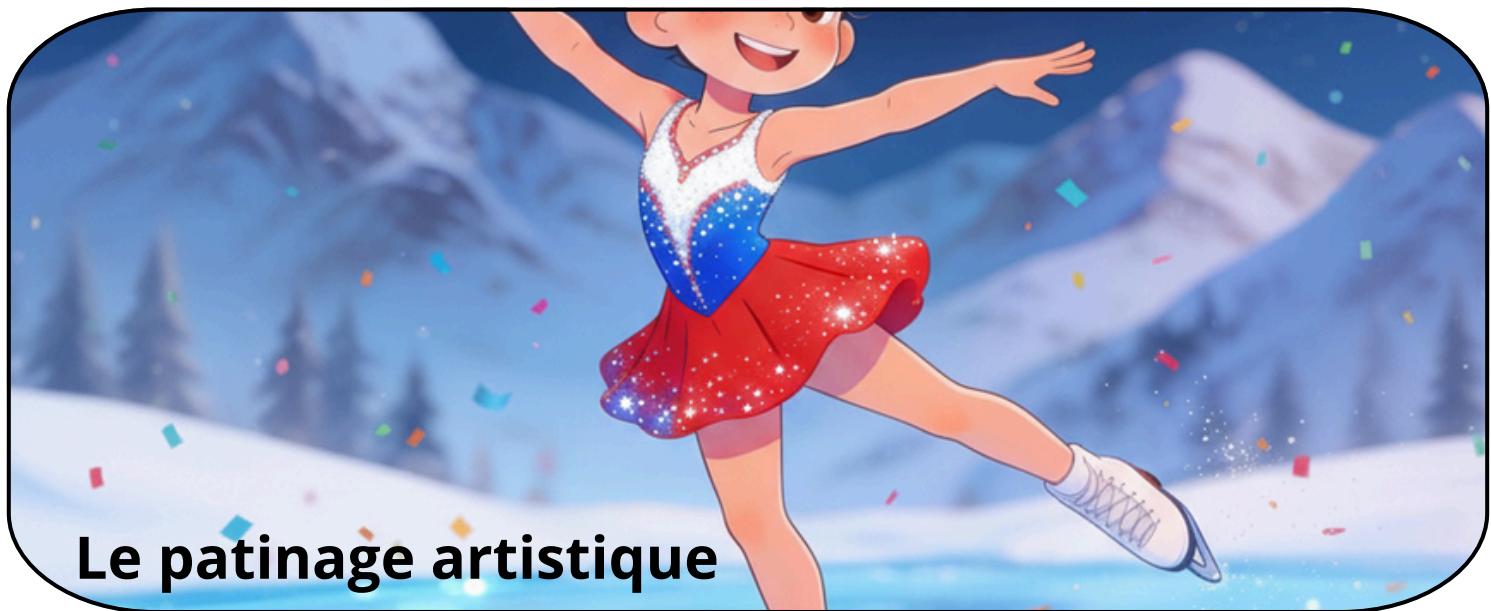


le patinage artistique

Le patinage artistique est un sport d'hiver très beau sur glace. Les patineurs glissent avec des patins aux lames fines et font des pirouettes, des sauts et des danses. Il y a plusieurs épreuves : le programme court (obligations), le programme libre (musique libre) et les paires (deux patineurs ensemble). Les juges notent la technique et l'artistique.

Aux Jeux Olympiques d'hiver, le patinage artistique existe depuis 1908. À Milan-Cortina 2026, la France espère des médailles comme Mae Berenice Meite !

- **Les patineurs sautent jusqu'à 3 tours en l'air !**
- **La France a gagné 8 médailles olympiques en patinage.**
- **Une lame de patin fait 3-4 mm d'épaisseur.**
- **Les costumes sont très colorés et brillants !**



Le patinage artistique

Questions

VRAI ou FAUX :

On patine sur glace.

Les patins ont des grosses roues.

Il y a des sauts et pirouettes.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « tourner très vite ». _____
- Un mot qui veut dire « deux patineurs ». _____

Qui fait du patinage artistique ?

- Réponse : _____

Où se pratique le patinage artistique ?

- Réponse : _____

Avec quoi glisse-t-on ?

- Réponse : _____
- _____

Comment gagnent les patineurs ?

- Réponse : _____



Le patinage artistique

Le patinage artistique est un sport d'hiver très élégant et précis. Les patineurs glissent sur la glace avec de la musique et réalisent des sauts, des pirouettes et des pas de danse.

C'est une des plus anciennes disciplines des Jeux Olympiques, présente depuis 1908.

Les patineurs présentent deux programmes : un programme court avec des éléments obligatoires et un programme libre où ils choisissent leur musique et leurs mouvements. Des juges regardent la technique et l'artistique et donnent des notes.



Le patinage de vitesse

Le patinage de vitesse est un sport d'hiver où les patineurs glissent très vite sur la glace pour gagner une course. Ils portent des patins spéciaux avec de longues lames et un casque pour se protéger.

Les patineurs tournent autour d'une grande piste ovale et doivent faire un certain nombre de tours le plus rapidement possible. Aux Jeux Olympiques d'hiver, il existe plusieurs distances comme 500 m, 1 000 m et 1 500 m.

Parfois, deux patineurs courent chacun dans leur couloir contre la montre, et parfois plusieurs patineurs partent en même temps et se dépassent dans les virages. Les meilleurs temps ou les premiers à arriver gagnent les médailles.

- **Les patineurs de vitesse peuvent atteindre 50 km/h sur la glace.**
- **Le patinage de vitesse est sport olympique depuis 1924.**
- **La piste olympique fait 400 mètres de long.**



Le patinage de vitesse

Questions

VRAI ou FAUX :

Les patineurs glissent sur la glace.

Ils doivent aller le plus vite possible.

Il n'y a qu'une seule distance aux Jeux Olympiques.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « partie métallique sous le patin ». _____
- Un mot qui veut dire « tourner autour de la piste ». _____

Où se pratique le patinage de vitesse ?

- Réponse : _____

Avec quoi les patineurs glissent-ils ?

- Réponse : _____

Comment gagne-t-on une course de patinage de vitesse ?

- Réponse : _____



Le patinage de vitesse

Le patinage de vitesse est un sport d'hiver où les patineurs glissent très vite sur la glace avec de longues lames sous leurs patins. Il servait autrefois à se déplacer rapidement sur les lacs gelés, puis il est devenu sport olympique en 1924.

La piste mesure 400 mètres et les patineurs courent le plus souvent contre la montre pour faire le meilleur temps. Il existe aussi des courses où tout le monde part ensemble (départ groupé) et des épreuves de poursuite par équipe avec trois patineurs qui coopèrent pour aller le plus vite possible.



Le patinage de vitesse sur piste courte

Le patinage de vitesse sur piste courte, qu'on appelle aussi short-track, est un sport d'hiver très rapide. Plusieurs patineurs (4 à 6) tournent en même temps sur une petite piste ovale tracée sur une patinoire de hockey.

La piste mesure environ 111 mètres de long. Les patineurs portent des patins à longues lames, un casque, des gants et une combinaison qui les protège en cas de chute. Ils doivent être rapides, mais aussi très prudents dans les virages serrés.

Le short-track est devenu un sport olympique en 1992. Aux Jeux d'hiver, il existe plusieurs courses : 500 m, 1 000 m, 1 500 m et des relais en équipe. Le but est d'être le premier à franchir la ligne d'arrivée sans pousser ni faire tomber les autres.

- **Le short-track se fait sur une patinoire de 60 m sur 30 m, comme pour le hockey.**
- **Les patineurs peuvent atteindre près de 50 km/h dans les virages.**
- **Il existe un relais mixte avec garçons et filles dans la même équipe.**



Le patinage de vitesse sur piste courte

Questions

VRAI ou FAUX :

Les patineurs courent seuls contre la montre.

La piste est petite et ovale.

On n'a pas le droit de pousser les autres patineurs.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « petite piste ronde ». _____
- Un mot qui veut dire « course avec plusieurs patineurs d'un même pays ». _____

Où se pratique le short-track ?

- Réponse : _____

Avec quoi les patineurs glissent-ils ?

- Réponse : _____

Comment gagne-t-on une course de piste courte ?

- Réponse : _____



Le short track

Le patinage de vitesse sur piste courte, ou short-track, est un sport d'hiver très rapide où plusieurs patineurs tournent ensemble sur une petite piste de glace. Il est devenu sport olympique en 1992 à Albertville, avec des courses individuelles et des relais.

Les patineurs partent tous groupés et restent presque tout le temps dans les virages, très penchés, la main qui touche la glace. Les distances sont de 500 m, 1 000 m et 1 500 m, plus des relais, dont un relais mixte avec deux filles et deux garçons.

Comme il y a souvent des chutes et des collisions, la piste a des protections rembourrées et les patineurs portent un casque, une combinaison solide et des patins spéciaux à lames plus courtes pour mieux tourner.



Le saut à ski est un sport d'hiver spectaculaire où les skieurs s'élancent d'un grand tremplin pour voler le plus loin possible dans les airs. Ils prennent beaucoup de vitesse en descendant la rampe, puis décollent et mettent leurs skis en forme de V pour mieux planer.

Les juges regardent à la fois la distance du saut et le style du skieur : sa position en l'air et son atterrissage en position « télémark », un ski devant l'autre. Aux Jeux Olympiques, il existe des concours sur tremplin normal, sur grand tremplin et des épreuves par équipes, pour les hommes et pour les femmes.

- **Le saut à ski est aux Jeux Olympiques depuis 1924.**
- **Les skieurs peuvent dépasser 100 km/h avant de décoller.**
- **Les skis sont très longs et larges pour mieux porter l'athlète dans l'air.**



Questions

VRAI ou FAUX :

Le skieur s'élance depuis un tremplin.

On ne regarde que la distance du saut.

Il existe aussi des épreuves par équipes.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « grande rampe pour sauter ». _____
- Un mot qui veut dire « manière de se tenir, de bouger ». _____

Où se pratique le saut à ski ?

- Réponse : _____

Comment le skieur fait-il pour voler plus longtemps ?

- Réponse : _____

Comment les juges choisissent-ils le gagnant ?

- Réponse : _____



Le saut à ski

Le saut à ski est un sport d'hiver très spectaculaire où les skieurs s'élancent d'un grand tremplin pour voler le plus loin et le plus joliment possible. Il est aux Jeux Olympiques depuis 1924 et il existe aujourd'hui des épreuves pour les hommes, les femmes et des équipes mixtes.

Aux JO, chaque sauteur fait d'abord un saut d'essai, puis deux vrais sauts : on additionne les deux scores pour connaître le classement final.



Le skeleton

Le skeleton est un sport d'hiver très impressionnant. L'athlète descend une piste glacée tout seul, couché sur le ventre sur une petite luge en métal, la tête la première. Il pousse son engin au départ, puis s'allonge et laisse la gravité l'emmener dans les virages.

La luge de skeleton est petite et lourde : elle mesure environ 1 mètre de long et peut peser jusqu'à 30 kg. Le pilote dirige seulement avec de petits mouvements de la tête, des épaules et des jambes, sans freins. Sur la piste, il peut atteindre 140 km/h !

Aux Jeux Olympiques, le skeleton est revenu au programme en 2002 avec une course hommes et une course femmes. Chaque athlète effectue quatre descentes sur deux jours et on additionne tous les temps : le plus rapide gagne la médaille.

- **Le skeleton est né en Suisse à la fin des années 1800.**
- **On l'appelle « skeleton » parce que la première luge en métal ressemblait à un squelette.**
- **Certains virages font subir jusqu'à 5G de force au pilote, comme dans un avion de chasse.**



Le skeleton

Questions

VRAI ou FAUX :

Le pilote est couché sur le ventre.

La luge de skeleton a de gros freins.

On additionne les temps des quatre descentes.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « petite luge en métal ». _____
- Un mot qui veut dire « ce qui fait aller plus vite qu'une voiture en ville ». _____

Où se pratique le skeleton ?

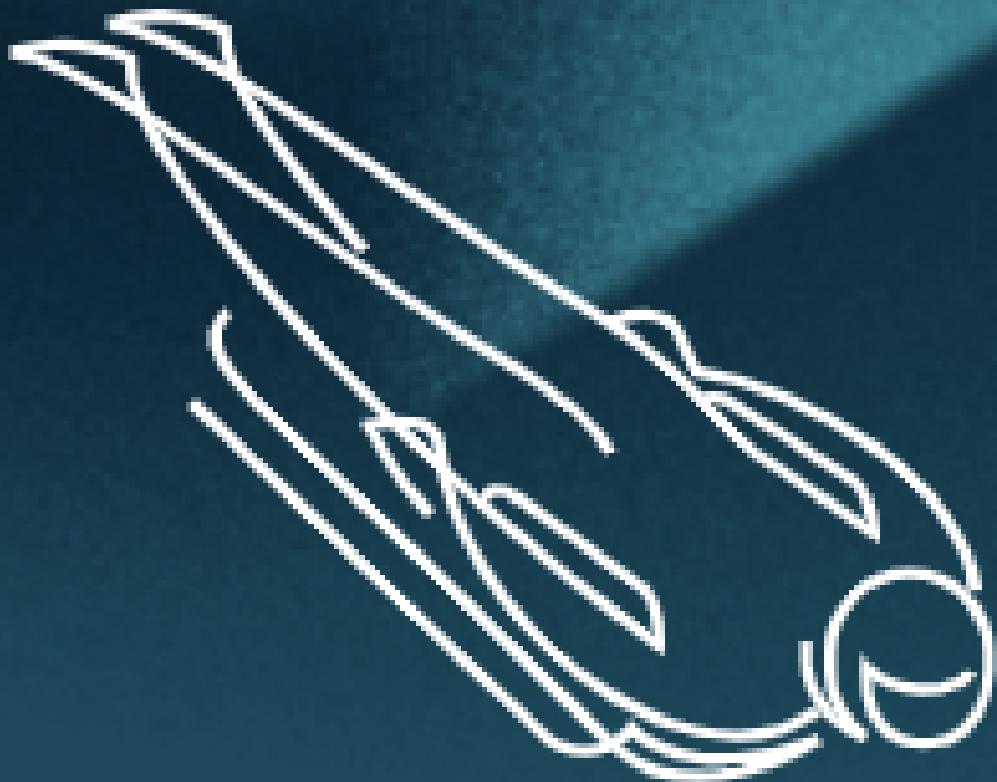
- Réponse : _____

Comment le pilote dirige-t-il sa luge ?

- Réponse : _____

Comment gagne-t-on une course de skeleton ?

- Réponse : _____



Le skeleton

Le skeleton est un très ancien sport d'hiver, né à la fin des années 1800 à Saint-Moritz en Suisse, sur la piste de glace naturelle appelée Cresta. Le nom vient d'une luge en métal dont la forme rappelait un squelette humain. Contrairement à la luge, l'athlète est couché sur le ventre, la tête en avant, et dirige la petite luge seulement avec les mouvements de son corps en descendant une piste glacée aussi utilisée pour la luge et le bobsleigh. Après avoir été présent aux JO de 1928 et 1948, le skeleton est revenu définitivement aux Jeux en 2002, avec des épreuves hommes et femmes, et une épreuve par équipe mixte sera ajoutée à Milano Cortina 2026.



Le ski acrobatique

Le ski acrobatique est un sport d'hiver très spectaculaire : les skieurs descendent la montagne et font des sauts, des tours et des figures dans les airs, comme des gymnastes sur skis.

Aux Jeux Olympiques, il existe plusieurs épreuves : les bosses (piste pleine de bosses avec deux sauts), les sauts acrobatiques (on décolle d'un tremplin très raide pour faire des flips et des vrilles), le ski cross (plusieurs skieurs courrent ensemble sur un parcours avec virages et sauts) et le half-pipe ou demi-lune (les skieurs montent sur deux grands murs de neige et enchaînent des figures).

Les juges donnent des notes pour la difficulté des figures, la qualité des sauts et la façon d'atterrir. La vitesse compte aussi : il faut être rapide tout en restant bien contrôlé.

- **Le ski acrobatique est apparu aux JO comme sport de démonstration en 1988, puis est devenu sport officiel dans les années 1990.**
- **En saut acrobatique, les skieurs peuvent monter à plus de 15 mètres de haut avant d'atterrir.**
- **En ski cross, quatre skieurs partent en même temps et seul le premier à l'arrivée gagne la manche.**



Le ski acrobatique

Questions

VRAI ou FAUX :

Les skieurs font des figures dans les airs.

Le ski cross se fait tout seul contre la montre.

Les juges regardent aussi la vitesse.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « bosses de neige ». _____

- Un mot qui veut dire « mur de neige en forme de demi-tube ». _____

Où se pratique le ski acrobatique ?

- Réponse : _____

Comment gagne-t-on une épreuve de ski acrobatique ?

- Réponse : _____



Le ski acrobatique

Le ski acrobatique est un sport spectaculaire où les skieurs mélangeant vitesse, sauts et figures dans les airs pour s'exprimer librement sur la neige. Né dans les années 1960 sous le nom de hotdogging, il devient une vraie discipline reconnue par la Fédération internationale de ski en 1979. Aux Jeux, il apparaît d'abord en démonstration à Calgary 1988, avec les bosses, les sauts et le ballet. Puis les bosses deviennent sport officiel à Albertville 1992, les sauts à Lillehammer 1994, le ski cross à Vancouver 2010, le slopestyle et le halfpipe à Sotchi 2014, et à Milano Cortina 2026 on ajoute les bosses en parallèle pour les hommes et les femmes.



Le ski de fond

Le ski de fond est l'un des plus vieux sports des Jeux Olympiques d'hiver : il est au programme depuis 1924. Les skieurs glissent sur la neige avec de longs skis et des bâtons, sur de grandes pistes dans la forêt ou en montagne.

À Milan-Cortina 2026, il y aura 12 épreuves pour les hommes et pour les femmes, avec les mêmes distances pour tous. On trouve le skiathlon (on change de skis au milieu), le sprint, la course 10 km libre, les longues courses 50 km en mass start (départ groupé) et les relais et sprints par équipes.

Dans les courses contre la montre, chacun part à son tour et on compare les temps. Dans les départs groupés et les relais, tous les skieurs partent ensemble : le premier qui passe la ligne d'arrivée gagne la médaille d'or.

- **Le stade de ski de fond des JO 2026 sera à Tesero, Val di Fiemme, dans les Dolomites italiennes.**
- **Les meilleurs fondeurs brûlent plus de 1 000 calories dans une course de 50 km.**
- **Le ski de fond fait partie des trois sports « nordiques » avec le biathlon et le combiné nordique.**



Le ski de fond

Questions

VRAI ou FAUX :

Le ski de fond est aux JO depuis 1924.

À Milan-Cortina 2026, hommes et femmes auront les mêmes distances.

En mass start, les skieurs partent chacun à leur tour.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « tout le monde part ensemble ». _____
- Un mot qui veut dire « plusieurs skieurs de la même équipe qui se suivent ». _____

Où se déroulent les courses de ski de fond ?

- Réponse : _____

Comment gagne-t-on une course contre la montre ?

- Réponse : _____

Comment s'appellent les deux techniques de ski de fond ?

Réponse : _____

Pourquoi dit-on que le ski de fond est un sport d'endurance aux Jeux Olympiques ?

Réponse: _____



Le ski de fond

Le ski de fond est la plus ancienne forme de ski, née dans les pays du Nord pour se déplacer, chasser et transporter du bois sur la neige, avant de devenir un sport à la fin du 19^e siècle. Il est aux Jeux Olympiques d'hiver depuis 1924, d'abord pour les hommes puis aussi pour les femmes dès 1952. On distingue deux techniques : la classique (dans des traces droites) et la libre ou skating (mouvements latéraux comme en patin à glace), toutes les courses utilisant l'une ou l'autre.



Le ski-alpinisme

Le ski alpinisme est un sport d'hiver où les athlètes montent et descendent la montagne uniquement avec leurs skis. Ils collent des peaux sous les skis pour pouvoir grimper, puis les enlèvent pour glisser vite en descente, comme en ski alpin. Ce sport, aussi appelé ski de randonnée de compétition, sera pour la première fois au programme des Jeux Olympiques d'hiver à Milan-Cortina 2026. Il y aura trois épreuves : un sprint hommes, un sprint femmes et un relais mixte avec des équipes de deux filles et deux garçons.

Les courses sont courtes mais très rapides : les skieurs enchaînent montée, portage des skis sur le sac et grande descente, le tout en quelques minutes seulement. Le gagnant est celui ou celle qui arrive le premier à la ligne d'arrivée.

- **Les courses de ski alpinisme des JO 2026 auront lieu sur la piste Stelvio à Bormio, en Italie.**
- **Un sprint dure environ 3 à 4 minutes seulement, mais les athlètes montent plus de 100 m de dénivelé.**
- **Les skis de ski alpinisme sont très légers pour faciliter la montée.**



Le ski alpinisme

Questions

VRAI ou FAUX :

En ski alpinisme, on monte et on descend la montagne.

On garde toujours les peaux sous les skis, même en descente.

Le ski alpinisme sera aux JO pour la première fois en 2026.

Trouve dans le texte :

- Un mot qui veut dire « monter une pente avec les skis qui accrochent ».
-

- Un mot qui veut dire « course avec plusieurs skieurs d'un même pays ».
-

Où se dérouleront les épreuves de ski alpinisme en 2026 ?

- Réponse : _____

Comment gagne-t-on une course de sprint en ski alpinisme ?

- Réponse : _____

Pourquoi les skis de ski alpinisme doivent-ils être très légers pour les athlètes ?

- Réponse : _____



Le ski alpinisme

Le ski-alpinisme est un sport où les skieurs montent et descendent la montagne avec des skis spéciaux, nés d'un ancien moyen de déplacement dans les Alpes et en Scandinavie. Ce sport existe en compétition depuis les années 1980 et va entrer pour la première fois au programme des Jeux Olympiques d'hiver à Milano Cortina 2026.

Aux JO, il y aura des courses de sprint hommes et femmes et un relais mixte disputés à Bormio.



Le snowboard

Le snowboard

Aux Jeux olympiques d'hiver, des sportifs descendent la montagne avec un snowboard, une grande planche fixée à leurs pieds. Ils glissent très vite sur la neige et doivent garder l'équilibre.

Dans certaines épreuves, les snowboardeurs descendent une piste avec des bosses et des tremplins pour faire des sauts et des figures. Dans d'autres, ils sont plusieurs à partir en même temps et le plus rapide gagne la course.

Le snowboard est devenu un sport olympique en 1998. Depuis, de plus en plus d'athlètes du monde entier viennent aux Jeux pour montrer leur courage et leur créativité sur la neige.

- Le snowboard mélange des idées du surf, du ski et du skateboard.
- Le snowboard est devenu un sport des Jeux olympiques d'hiver en 1998, à Nagano, au Japon.
- La Française Karine Ruby a gagné la première médaille d'or olympique en snowboard féminin en 1998.



Le snowboard

Questions

VRAI ou FAUX :

Le snowboard est une petite planche tenue avec les mains.

Les pieds des sportifs sont attachés à la planche.

Le snowboard est un sport des Jeux olympiques.

Que doivent faire les sportifs pour ne pas tomber ?

Réponse : _____

Depuis quand le snowboard est-il un sport olympique ?

Réponse: _____



Le snowboard

Le snowboard est un sport de glisse sur la neige qui mélange des idées du surf, du skateboard et du ski. Il est né aux États-Unis dans les années 1960, quand des sportifs cherchaient de nouvelles façons de s'amuser sur la neige.

Peu à peu, de plus en plus de personnes ont fait du snowboard, des championnats ont été organisés et le sport est devenu très connu. Le snowboard est entré aux Jeux olympiques d'hiver en 1998, aux Jeux de Nagano au Japon.



Biathlon

Bobsleigh

Combiné nordique

Curling



Hockey sur glace

Luge

Patinage artistique

Patinage de vitesse



Patinage de vitesse
sur piste courte

Saut à ski

Skeleton

Ski acrobatique



Ski alpin

Ski de fond

Ski-Alpinisme

Snowboard