

COURIR POUR COMPTER

Cycle 2	
Classes : GS-CP	
EPS	MATHEMATIQUES
Compétences :	Compétences fin de maternelle : - Comparer des quantités, résoudre des problèmes portant sur les quantités.. - Mémoriser la suite des nombres au moins jusqu'à 30. - Dénombrer une quantité en utilisant la suite orale des nombres connus. - Associer le nom des nombres connus avec leur écriture chiffrée.
Séance 1 (en classe)	
Compétences : Déroulement : Explication en classe du défi : - Le parcours - Temps imparti - Longueur - Travail en binôme	
Séance 2 (sur le terrain)	Séance 2 (sur le terrain)
Compétences : Déroulement : « Etablir un contrat : acquérir une allure modérée » - Courir pendant un temps donné (de 3 à 8') à 2 allures extrêmes (course libre et course à allure faible) en comptant le nombre de plots pour arriver à une allure modérée.	Compétences : Comparer des nombres (CP) Déroulement : - Compter le nombre de plots (ou d'objets témoins) pour chaque allure. - Comparer les nombres de plots. - Visualiser un nombre moyen de plots (pour déterminer une allure modérée)
Séance 3 (sur le terrain) à répéter si besoin	Séance 3 (en classe ou sur le terrain)
Compétences : Déroulement : « Tenir le contrat » : - Courir régulièrement à l'allure modérée que l'élève s'est fixée lors de la séance 2.	Compétences : Déroulement : - Etablir une correspondance entre nombre de plots et distance (calcul sous forme additive de la distance en mètres : 10 + 10 + 10 + 10 + 10 +

<p>- Se souvenir corporellement de la sensation éprouvée pour maintenir cette allure.</p>	<p>10 + 10 = 70 m). - Classer les distances réalisées par chaque élève de la classe (de la + petite à la + grande et inversement) - Comparer la correspondance entre : nombre de plots, distance. - Comparer la correspondance entre : nombre de plots, distance parcourue et temps (ex : GS : 17 plots → 340 m → 3 min).</p>
<p style="text-align: center;">Séance 4 (sur le terrain)</p> <p>Compétences : Déroulement : « Tenir le tour » Réaliser un parcours de 300 à 1 600 m) déterminé à son allure de base (allure modérée).</p>	
<p style="text-align: center;">Séance 5 (sur le terrain)</p> <p>Compétences : Déroulement : « Courir pour son équipe » Courir à allure modérée sur un temps donné pour une équipe. Ce temps pourra éventuellement varier par rapport à la séance 3.</p>	<p style="text-align: center;">Séance 5 (en classe)</p> <p>Compétences : Déroulement : - Estimer (si nécessaire) une distance à parcourir selon le temps donné. - Additionner les distances (nombre de plots) de chaque équipe de la classe. - Présenter les résultats sous forme de tableau.</p>
<p style="text-align: center;">Séance 6 (sur le terrain)</p> <p>Compétences : Déroulement : - « Course à 3 vitesses » : Courir un temps donné en adaptant son allure en fonction d'un code couleur sur le terrain. - « Le métronome » : Courir une distance donnée à allure modérée, avec repère temps/distance.</p>	
<p style="text-align: center;">Séance 7 (sur le terrain)</p> <p>Compétences : Déroulement : « Course à la rencontre » Deux élèves ayant la même allure modérée courent sur le</p>	

même parcours en sens inverse et doivent se croiser dans la même zone.	
<p align="center">Séance 8 (sur le terrain)</p> <p>Compétences : Déroulement : « Relais témoin »</p>	
<p align="center">Séance 9 (sur le terrain)</p> <p>Compétences : Déroulement : « Courir en capacité aérobie »</p>	
<p align="center">Séance 10 (sur le terrain)</p> <p>Compétences : Déroulement : « Courir à son allure modérée sur la distance du cross : 1 000 m).</p>	<p align="center">Séance 10 (en classe)</p> <p>Compétences : Déroulement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - mesurer et comparer 1000 m sur plusieurs tours de cour ou de stade et en nature sur un parcours. -
<p align="center">Séance 11 (sur le terrain)</p> <p>Compétences : Déroulement : « Etablir un contrat pour le cross »</p>	
<p align="center">Séance 12 (sur le terrain)</p> <p>Compétences : Déroulement : « S'entraîner à tenir ce contrat »</p>	<p align="center">Séance 12 (en classe)</p> <p>Compétences : Déroulement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Additionner tous les contrats « binôme », « classe », pour déterminer le contrat « école ». - Trouver un lieu géographique dont la distance entre ce lieu et Aumont est égale à la distance totale parcourue par l'école. <ul style="list-style-type: none"> ○ Chaque école crée un article sur son blog école auquel sera joint le contrat défini et le lieu géographique qu'elle pense pouvoir joindre, sur une carte du sud de la France (distance réelle et non à vol d'oiseau). ○ Brice et Jean-Louis rassemblent les différents lieux sur une carte générale, consultable au fur et à mesure.

CROSS

-Additionner toutes distances parcourues « binôme », « classe », pour déterminer le total « école ».

Séance 13 (en classe)

Compétences :

Déroulement :

- Comparer les distances « école », « classe », « binôme », parcourues à celles prévues.
- Calculer le temps total de course pour la classe, pour l'école.

Séance 14 (en classe)

Compétences :

Déroulement :

- Chaque école crée un article sur son blog école auquel seront joints le contrat et la distance réelle parcourue.
- Claude fait le total de toutes les distances parcourues.
- Chaque école cherche un lieu géographique que l'on pourrait ainsi rejoindre en distance réelle (chaque classe pourra, en fonction de son niveau, comparer cette distance réelle à cette même distance à vol d'oiseau).