



## Quels types de Rencontres Inter Ecoles en course longue ?

Equipe E.P.S. 71

Niveau	Dispositif	Matériel	Objectifs	Nombre d'élèves (mini / maxi)	- Quels élèves ? - Quels enseignants ?	Outils
C1	<p><b><u>Atelier "Courir Longtemps"</u></b> (Dans une rencontre maternelle "athlétisme-locomotion")</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur un carré marqué par 4 plots (c=20m.) 3 élèves d'une équipe contre 3 élèves d'une autre.</li> <li>- A chaque tour on donne une perle à l'élève qui passe.</li> <li>- A la fin des 6min. de course le nombre de perles de chaque équipe est totalisé.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 plots.</li> <li>- 2 sacs de perles de 2 couleurs différentes.</li> <li>- 3 foulards de 2 couleurs.</li> <li>- 1 ou 2 adulte(s).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Faire courir les élèves 6 minutes en continu.</li> <li>- Amener les enseignants à pratiquer l'activité.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- de 6 à 10 élèves</li> <li>- 3 contre 3</li> <li>- ou 4 contre 4</li> <li>- ou <math>n</math> contre <math>n</math>...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Des élèves qui ont fait quelques séances et qui ne marcheront pas plus d'une fois.</li> <li>- Des élèves qui sont mis en situation pour la première fois</li> <li>- Des enseignants que l'on veut engager dans une U.A. de course longue.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Descriptif de la rencontre</a></li> <li>- <b>Contact</b> Lionel BRUNEAU</li> </ul>

Niveau	Dispositif	Matériel	Objectifs	Nombre d'élèves (mini / maxi)	- Quels élèves ? - Quels enseignants ?	Outils
<b>C1</b> <b>C2</b> <b>C3</b>	<b><u>Course d'endurance d'équipe.</u></b> - Circuit en fonction de l'âge selon la taille du circuit (700m en C3/ 600m ,en C2/ 400m en C1),8250 m en C3,5600m en C2 ;équipes de 3 ou 4 hétérogènes selon niveau en fin d'unité d'apprentissage (Fort, moyen, faibles ) - Répartition des tours(3 à 5) C3 et (3 à 6) C2 - Dernier tour fait par toute l'équipe. Chrono sur le dernier de l'équipe	- 1 témoin / équipe / dossard - Tableau général de suivi de la course tenu par les adultes - Suivi par les élèves (fiches équipes, ordre des relais).	- Donner du sens à l'activité pour tous les enfants.	- 20 équipes maxi - (30 possibles)	- C1/C2/C3 Tous niveaux - Tous maîtres	- <a href="#">Descriptif de la rencontre.</a>  - <a href="#">Rencontre C2a</a> - <a href="#">Rencontre C2b</a> - <a href="#">Rencontre C2c</a> - <a href="#">Matour</a>  - <b>Contact</b> Jean-Luc BONNETAIN
<b>C2</b>	<b><u>Courir sans s'arrêter</u></b> - Circuit de 200 m (élèves visibles partout) - Par binôme (coureur / observateur) - Circuit balisé tous les 10 m (cônes) - Courir 7' GS, 8' CP, 9' CE1	- 20 cônes. - Tour de 200m. entièrement visible. - 1 fiche de suivi élève. - Gros sablier.	- Amener des maîtres à faire courir les enfants.	- 2 à 3 classes (75 élèves)	- Cycle 2 dont les maîtres ne connaissent pas l'activité.	- <a href="#">Descriptif de la rencontre.</a>  - <b>Contact</b> Jean-Luc BONNETAIN



Niveau	Dispositif	Matériel	Objectifs	Nombre d'élèves (mini / maxi)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quels élèves ?</li> <li>- Quels enseignants ?</li> </ul>	Outils
C3	<p><b><u>Course à contrat par classe</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dans chaque classe, tous les élèves ont déterminé un contrat de course (une distance à parcourir à une vitesse choisie) D = de 1600 à 2400m. V = 8-8,5 9-9,5 10-10,5... km/h.</li> <li>- Un premier signal sonore marque la 3<sup>ème</sup> minute de course. Chaque élève vérifie alors s'il se trouve au plot de la couleur qui repère la vitesse qu'il a choisie. Il régule son train selon son retard ou son avance.</li> <li>- Un second signal sonore remarque la 5<sup>ème</sup> minute et lui permet de valider sa régulation.</li> <li>- Chaque contrat correspond à un nombre de points (§ tableau). Par erreur de 15s avec le temps de course prévu (en + ou en -) l'élève perd 1 point (1mn d'écart perd 4 points; un total de 12 points est perdu pour une erreur de 3mn)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 plots de chaque couleur par vitesses choisies.</li> <li>- 1 dossard par élève (sur chaque dossard sont mentionnées les coordonnées de l'élève, son contrat et le temps prévu, des cases vierges servent à noter le temps réalisé et les points marqués).</li> <li>- "Rubalise" pour marquer le parcours.</li> <li>- Feuilles de résultats.</li> <li>- Un klaxon ou un sifflet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mettre les élèves en situation collective de compétition sur les options stratégiques de contrats (vaut-il mieux assurer une allure maîtrisée ou prendre le risque d'un train difficile à soutenir ?)</li> <li>- Approche différente de la course longue.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- On peut faire fonctionner 3 classes en même temps au maximum (organisation rigoureuse sur les temps d'arrivée.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Des classes qui pratiquent à un bon niveau de course longue et dont les élèves maîtrisent tous les paramètres cognitifs de la course (distance, vitesse, allures et qui ont testé le dispositif).</li> <li>- En général des CM2.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Descriptif de la rencontre.</a></li> <li>- <b>Contact</b> Lionel BRUNEAU</li> </ul>



*Quelques images pour illustrer la R.I.E. "Record de l'heure par équipe".*



**Stand**

**Attente du témoin**

**Passage de témoin**

**La course**

**Prise de notes**