

ATELIER COURSE

Partie A :

1) Marcher 1 hm.

2) Voici 1 hm.

a) courir ou marcher 10 s. Quelle est la distance parcourue ?

b) courir ou marcher 10 s. Quelle est la distance parcourue ?

Prolongement par groupe de 2 : (différents énoncés proposés par difficulté croissante)

GROUPE 1

Un d'entre vous va courir 10 secondes.

Un chronomètre.

Un surveille la distance parcourue.

Quelle est la distance parcourue ?

Si vous courez 70 s toujours à cette vitesse, quelle distance allez vous parcourir ?

.....

GROUPE 2

Un d'entre vous va courir 15 secondes.

Un chronomètre.

Un surveille la distance parcourue.

Quelle est la distance parcourue ?

Si vous courez 1 min 15 s toujours à cette vitesse, quelle distance allez vous parcourir ?

.....

GROUPE 3

Un d'entre vous va courir 25 secondes.

Un chronomètre.

Un surveille la distance parcourue.

Quelle est la distance parcourue ?

Si vous courez 175 s toujours à cette vitesse quelle distance allez vous parcourir ?

.....

ATELIER COURSE

GROUPE 4

Un d'entre vous va courir 50 secondes.

Un chronomètre.

Un surveille la distance parcourue.

Quelle est la distance parcourue ?

Si vous courez 10 s toujours à cette vitesse, quelle distance allez vous parcourir ?

.....

Si vous courez 4 min et 10 s toujours à cette vitesse, quelle distance allez vous parcourir ?

.....

GROUPE 5

Un d'entre vous va courir 45 secondes.

Un chronomètre.

Un surveille la distance parcourue.

Quelle est la distance parcourue ?

Si vous courez 1 min 15 s toujours à cette vitesse, quelle distance allez vous parcourir ?

.....

Calculer votre vitesse en m/min

.....

GROUPE 6

Un d'entre vous va courir 1 min 10 s secondes.

Un chronomètre.

Un surveille la distance parcourue.

Quelle est la distance parcourue ?

Si vous courez 35 s toujours à cette vitesse, quelle distance allez vous parcourir ?

.....

Si vous courez 3 min 30 s toujours à cette vitesse, quelle distance allez vous parcourir ?

.....