Parcours lucidité 5 balises

Course d orientation • Collège 4e/3e • CA2

Objectif

Maintenir attention et precision en courant

But

Reussir 5 balises sans erreur en moins de 8 min

Thème

Gerer sa course pour garder de la lucidite tout au long du parcours

Organisation et rôles

Binome : 1 coureur, 1 controleur de temps et d erreurs; inversion au milieu du parcours — 2 élèves, dont 1 en action et 1 observateurs.

Sécurité

Zone delimitee, rappel des limites, hydratation possible

Consigne

Effectuer un parcours de 5 balises. L eleve doit reguler son allure pour rester lucide et eviter les erreurs. +1 point par balise trouvee sans faute.

Critères de réalisation

- Allure adaptee
- Lecture carte sans arret excessif
- Balises poinconnees

Critère de réussite

5 balises correctes en moins de 8 min

Matériel

Carte 1/5000, 5 balises codees, chronometre

Variables de différenciation

- Balises 4–6
- Temps 7–9 min
- Surface 100–150 m