Gestion allure et precision

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

Objectif

Adapter allure selon difficulte des postes

But

Valider 6 balises avec moins de 2 erreurs

Thème

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

Organisation et rôles

Binome : 1 coureur, 1 observateur; inversion a mi parcours — 2 élèves, dont 1 en action et 1 observateurs.

Sécurité

Zone controlee, marquage clair, signal d arret

Consigne

Parcours de 6 balises dont certaines simples (sur chemins) et d autres complexes (dans sous-bois). L eleve doit ralentir pour garder de la precision. Penalite si 2 erreurs ou plus.

Critères de réalisation

- Allure variable selon poste
- Lecture carte efficace
- Moins de 2 erreurs

Critère de réussite

6 balises avec moins de 2 erreurs

Matériel

Cartes, 6 balises codees, plots de balisage

Variables de différenciation

- Balises 5–7
- Temps 8–10 min
- Surface 120–180 m