

CONTINUITÉ DE L'EPS au collège Yvon Morandat

ALLEZ HOP, ON SE BOUGE en Famille ou entre frère(s) et sœur(s) ! en semaine 10

Tu trouveras ces séances (et bien d'autres) dans l'application accessible depuis un smartphone, tablette ou ordinateurs : ofl10.glideapp.io



Séances de Course d'orientation : Pose => Dépose de 6 balises

Un élève va se promener. Il a le droit s'il respecte les règles ! A la fin de la séance, par exemple, on se lave les mains... Il faut bien sûr aussi être vigilant à la circulation des véhicules et respecter le code de la route !!

Il devra placer 6 balises sur son chemin. De retour ou au moment où il place chaque balise, il devra placer 6 ronds sur la carte aux endroits où il aura placé ses balises.

Un membre de sa famille (ou un camarade qui est en mesure de la faire car il n'habite pas trop loin) va devoir ensuite, trouver à quels ronds correspond quelles balises.

C'est parti !

RENDS-TOI SUR LE SITE EN CLIQUANT SUR LE LIEN SUIVANT OU EN ÉCRIVANT L'ADRESSE DANS UN NAVIGATEUR INTERNET

(Utilise un smartphone, tablette, ordinateur)

<https://www.openrunner.com/>

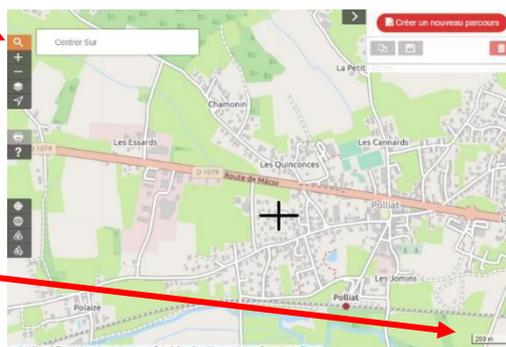
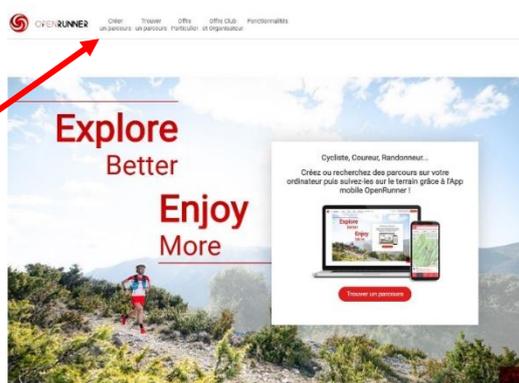


Etape 1 : Rassure-toi ce n'est pas compliqué, mais tu vas devoir créer une carte :

- Clique sur « Créer un parcours »

- Clique sur la Loupe et écris le nom de ton village puis valides ton choix

- Une fois que tu as trouvé ta maison sur la carte, place là au centre de la carte (touche « - ») et réduis la carte de sorte à avoir l'échelle « 200m »



Il va falloir que tu imprimes cette carte !! Ou alors, tu fais une capture d'écran pour l'utiliser sur ton smartphone tablette ou ordinateur.

Etape 2 : Tu vas devoir aller placer 6 « balises » dans le réel en utilisant ta carte :

- Construis 6 balises avec 6 bouts de carton et du fil pour pouvoir aller les placer et les accrocher. Utilise de préférence un carton de couleur qui se voit de loin (emballage de boîte de biscotte par exemple...). Pour les rendre imperméable, tu peux aussi les « plastifier » et enrouler de scotch autour.
- Choisi un thème (par exemple, les animaux) pour écrire sur chaque balise un mot (Lion, Crocodile, Serpent...).

Voici celles que j'ai faites avec mes enfants :

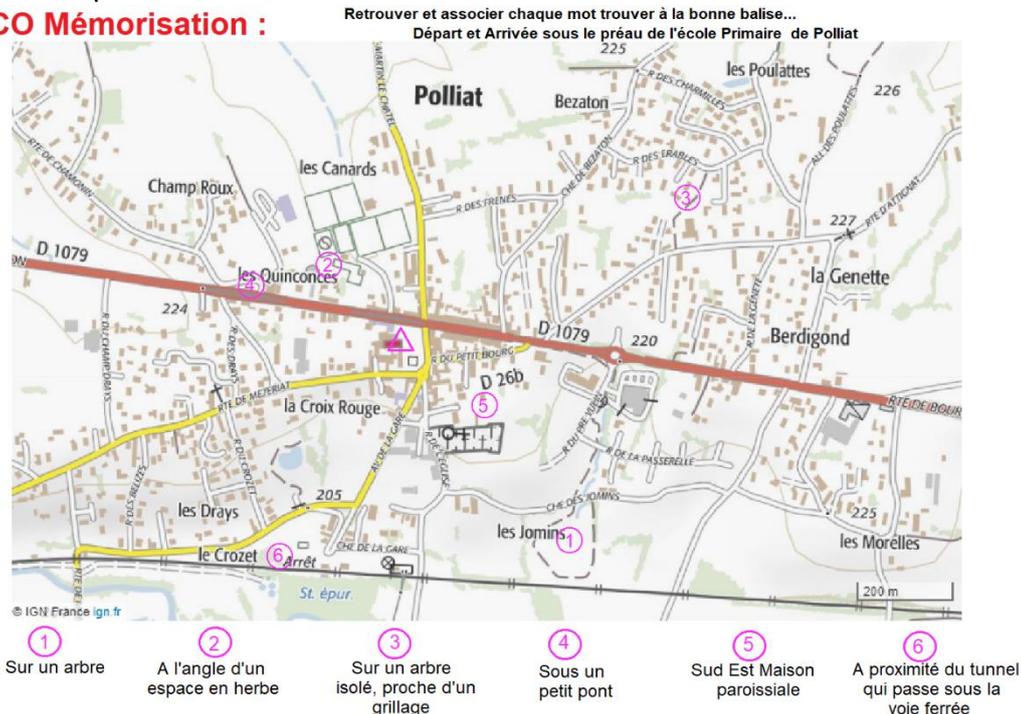


- Dès que tu es prêt, muni toi de ta carte et de tes 6 balises rend toi au départ (qui sera aussi l'arrivée et que tu identifieras sur ta carte par un triangle) et lances un chronomètre.
- Va placer ces 6 balises dans le réel et entoure sur la carte (un rond de 1cm de diamètre) les zones dans lesquelles elles se trouvent. Ne te trompe pas en place les ronds au bon endroit !
- **Ne cache pas les balises !!** Elles doivent être visibles à l'œil nu et à une distance de 2 mètres au moins de l'endroit où elles se trouvent Ne va pas non plus les mettre en hauteur (dans un arbre par exemple...) : on doit pouvoir les attraper en étant au sol !
- **Tu peux ajouter des indices pour que les balises se retrouvent lus facilement.**
- Dès que tu as placé les 6 balises et fais les 6 ronds au bon endroit sur la carte revient au point de départ et arrête le chronomètre.

Etape 3 : C'est au tour de ton camarade (parent, frère, sœur) de réaliser le parcours :

- Voici la carte que nos avons réaliser avec mes enfants :

CO Mémorisation :



- L'objectif pour lui, muni de la carte sera de mémoriser les 6 noms qui se trouvent sur les balises et de revenir au point de départ. A l'arrivée, il devra associer chaque rond à un mot pour valider son temps. Tant qu'il n'a pas associé chaque rond au bon mot, le chronomètre tourne. Dès qu'il aura réussi, le chronomètre s'arrête.

Le gagnant est celui qui a mis le moins de temps (et fais le moins d'erreur !)

N'oubliez pas, une fois que tout le monde a joué, de récupérer les balises.

Tu peux m'envoyer une photo de ta balise, de ta carte et me dire qui a gagné par mail => eps.yvon.morandat@gmail.com

VARIANTES :

- La définition des balises est une variable : vous pouvez mettre une légende sur la carte pour définir l'endroit où est positionné la balise. Par exemple, si vous avez placé la balise sur un banc, vous pouvez, écrire, sur la carte, « banc » pour orienter le coureur qui va devoir la chercher. Il y aura donc 6 indices écrits en bas sur la carte.
- Vous pouvez numéroter ces balises (les ronds sur la carte) et associer le numéro à l'indice pour faciliter encore les recherches : chaque numéro aura donc son indice (1 : banc ; 2 : arbre ; 3 : lampadaire ; etc...)
- Le nombre de balise est une variable : on peut en placer plus pour complexifier ou moins pour simplifier.
- La taille des ronds sur la carte est une variable : plus le rond est grand, plus ce sera difficile pour celui qui les cherche

Bonne course d'orientation et Prenez soin de vous !