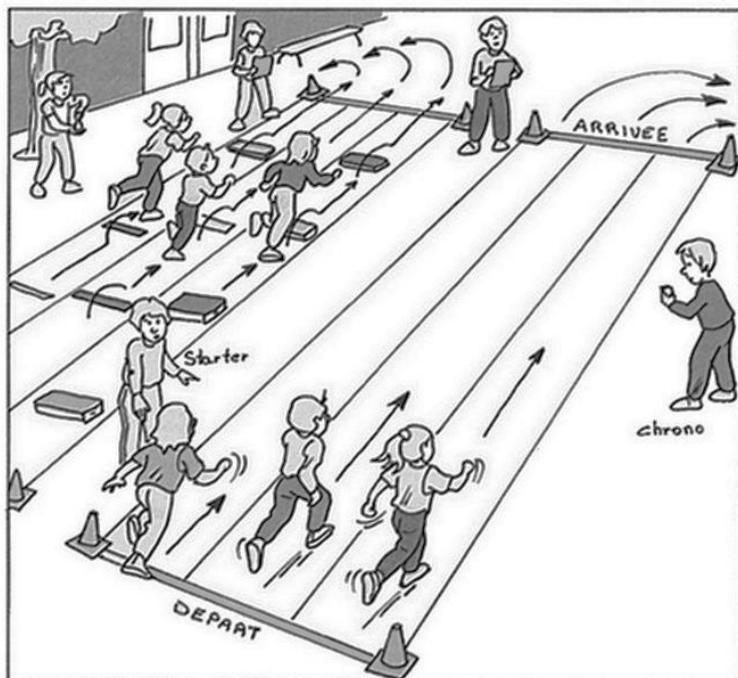


## RÉALISER DES TRACÉS POUR PRATIQUER DES ACTIVITÉS D'EPS

Pour pratiquer la course de vitesse avec ou sans obstacles.

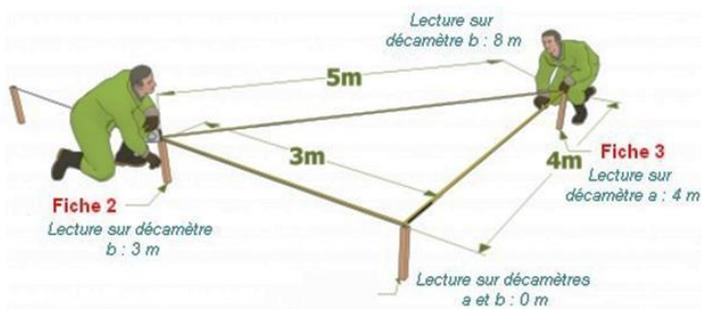
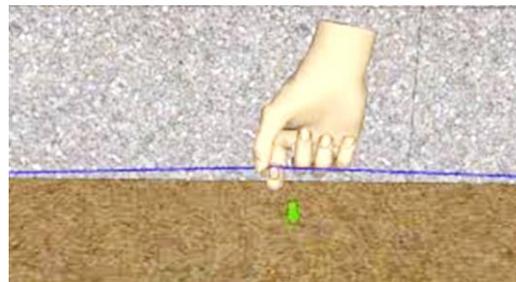


Couloirs de course de 30 mètres de longueur et de 1 mètre de largeur.

Difficultés : réaliser des tracés qui dépassent les dimensions habituelles du cahier de géométrie ou de la feuille de papier au format A4 (21 x 29,7 cm).

Nécessité de disposer de nouveaux outils pour tracer et mesurer de grandes longueurs :

1. Cordeau à poudre de maçon et multi-décimètres.



3	4	5
0.3 m	0.4 m	0.5 m
0.6 m	0.8 m	1 m
0.9 m	1.2 m	1.5 m
1.2 m	1.6 m	2 m
1.5 m	2 m	2.5 m
1.8 m	2.4 m	3 m
2.1 m	2.8 m	3.5 m
2.4 m	3.2 m	4 m
2.7 m	3.6 m	4.5 m
3 m	4 m	5 m
6 m	8 m	10 m
12 m	16 m	20 m
...	...	...

2. Pour tracer des angles droits quand l'équerre est trop petite : Utiliser des gabarits de grandes dimensions (en carton par exemple) ou recourir à la « méthode 3-4-5 » avec un tableau de correspondance des distances. Pour des couloirs de 1 mètre de largeur : « 3 » équivaut à 0,60 mètre, « 4 » équivaut à 0,80 mètre, « 5 » équivaut à 1 mètre (largeur du couloir).



Les outils présentés sont peu onéreux et peuvent être acquis au titre de l'école et pas uniquement pour une seule classe.

Pour nous contacter : philippe.vanroose@ac-rouen.fr