



# COURSE LONGUE

## Cycles 2 & 3

### Objectifs :

- A la suite de la mise en place d'un cycle en EPS, courir une distance donnée en un temps maximum donné.
- Impliquer progressivement l'enfant dans la **tenue des rôles sociaux** (maître du temps, responsable de la marque, signaleur...).

### Les classes USEPiennes participantes s'engagent à :

- Pratiquer un **cycle d'apprentissage** en amont de la rencontre
- Impliquer les enfants dans la **tenue des rôles sociaux** (signaleur, maître du temps, responsable de la marque...) au cours du cycle d'apprentissage et lors de la rencontre
- **Respecter l'organisation de la rencontre** telle qu'elle aura été prévue
- Apporter le **Totem de leur association** lors de la rencontre.
- **Partager le temps de pause méridienne** avec les autres classes participantes.

### Les organisateurs USEP 21 et Ville de Dijon s'engagent à :

- Mettre en place la **rencontre USEP-Ville de Dijon Course longue** cycles 2 & 3
- Impliquer progressivement les enfants dans la **tenue des rôles sociaux** (signaleur, maître du temps, responsable de la marque...)
- Communiquer via les réseaux sociaux et le site internet
- Remettre un **diplôme de participation** à toutes les classes USEPiennes et/ou dijonnaises engagées
- Remettre, sur présentation de la licence, un diplôme individuel et les smileys « rôles sociaux ».

### Transport :

Le Comité départemental de l'USEP prend en charge **60% du transport** pour les classes USEPiennes (licenciées) **ayant répondu au cahier des charges**.



### Présentation de la rencontre :

La Rencontre Course longue USEP 21 – Ville de Dijon, c'est :

- la participation, **individuellement** et en fonction du **contrat choisi par l'élève**, à une **course à travers le parc de la Colombière** à Dijon
- une rencontre dans laquelle **chaque enfant est pratiquant et impliqué dans un rôle social** : maître du temps, signaleur, maître de la marque...
- une rencontre accessible et valorisante pour tous (équitable, épanouissante et inclusive)
- un **temps d'accueil** en début de rencontre avec : présentation des classes participantes, présentation des totems, présentation du déroulement...
- un **temps de conclusion** avec la remise des diplômes de participation et pour les licenciés les diplômes individuels et les smileys « rôles sociaux »
- une rencontre **ouverte aux USEPiens et aux élèves dijonnais non-USEPiens des cycles 2 & 3**

### Description de la situation de référence :

A la fin d'un cycle « Course longue » de plusieurs séances, chaque élève doit être capable d'évaluer :

- son allure de course (sans pour autant chiffrer sa vitesse en km/h),
  - le temps qu'il peut tenir à cette allure,
- et ainsi déterminer la distance qu'il peut parcourir un temps maximum donné, avec l'aide de son enseignant.

Les élèves s'engageront sur le contrat qu'ils estiment pouvoir remplir :

Liste des contrats :	Je dois parcourir :	
Contrat Christophe Lemaître	1 000 m	
Liste des contrats :	Je dois parcourir :	En un temps maximum de :
Contrat Méлина Robert-Michon	1 500 m	14 minutes
Contrat Kevin Mayer	2 000 m	16 minutes
Contrat Alexandra Tavernier	2 500 m	18 minutes
Contrat Pierre-Ambroise Bosse	3 000 m	20 minutes
Contrat Yohann Diniz	4000 m	25 minutes

Lors de la rencontre, les élèves prendront part à la course choisie en amont (la liste des contrats choisis par élève sera à renvoyée à la délégation départementale de l'USEP 1 semaine avant la rencontre).

Sur les autres courses. les élèves seront impliqués dans des rôles sociaux.