



Le projet Ekiden

Projet élaboré et rédigé par M.Jérôme DIETSCH,
Professeur EPS, collège Politzer, Montreuil

Un Ekiden, c'est quoi ?

D'origine japonaise, l'Ekiden est une épreuve de course à pied en relais. Les équipes composées de 6 personnes, réalisent la distance officielle d'un marathon, c'est à dire 42.195km.

Les 6 personnes parcourent des distances imposées dans l'ordre suivant : 5km – 10km – 5km – 10km – 5km – 7.195km.

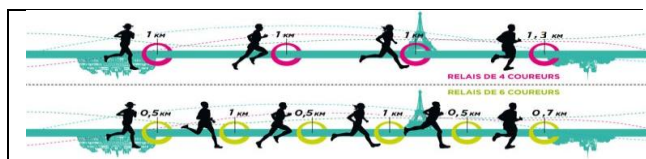
Il est également possible de participer en équipe de 4 personnes. Les relais sont dans cet ordre : 10km – 15km – 10km – 7.195km.

Liaison CM2-6ème

En collaboration avec Stéphanie Compaore, institutrice à l'école Paul Lafargue, nous avons décidé dans le cadre de la liaison CM2-6ème d'effectuer un projet Ekiden adapté au élèves du cycle 3 composé de deux temps.

Le premier temps étant composé d'une séquence de course de relais travaillée séparément par les CM2 et les 6èmes.

Le second temps étant une rencontre mémorable entre les CM2 et les 6èmes sur une matinée. Trois CM2 et trois 6èmes vont former une seule équipe et vont devoir affronter les autres équipes. La première équipe recevra une médaille (par élève) et aura sa photo affichée dans la vitrine des exploits sportifs du collège Politzer.



Nombre de tour pour le cycle 3							
	Course 1	Course 2	Course 3	Course 4	Course 5	Course 6	Total
Equipes	Elève 1	Elève 2	Elève 3	Elève 4	Elève 5	Elève 6	en nb de tour
1	5	10	5	10	5	7	42
2	5	10	5	10	5	7	42
3	5	10	5	10	5	7	42
4	5	10	5	10	5	7	42
Total	20	40	20	40	20	28	168