

LANCER : LANCER EN ROTATION.

A/ Repérage de la case correspondant à ta performance.

1/ Colorie la case correspondant à la performance de ton premier essai.

8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m

2/ Colorie la case de ta meilleure performance à la fin de toutes les séances.

8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m

3/ Colorie les cases des différents résultats de tes performances.

8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m	m

B/ Prélever et organiser les informations nécessaires à la résolution de problèmes à partir de supports variés : textes, tableaux, diagrammes, graphiques, dessins, schémas ...

Lecture directe des informations dans un tableau .

- Complète le tableau en inscrivant le nombre de lancers concernés par la distance adéquate.

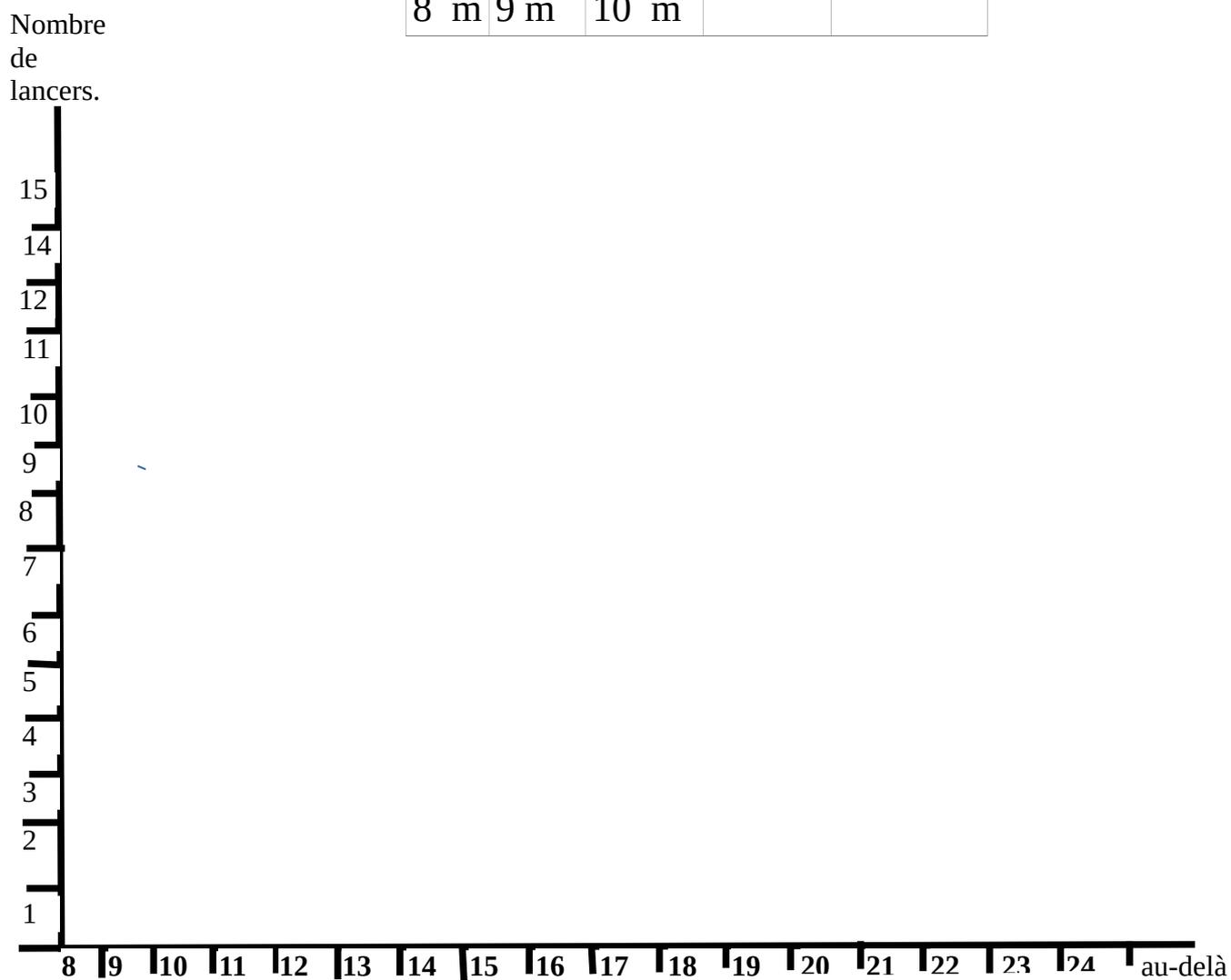
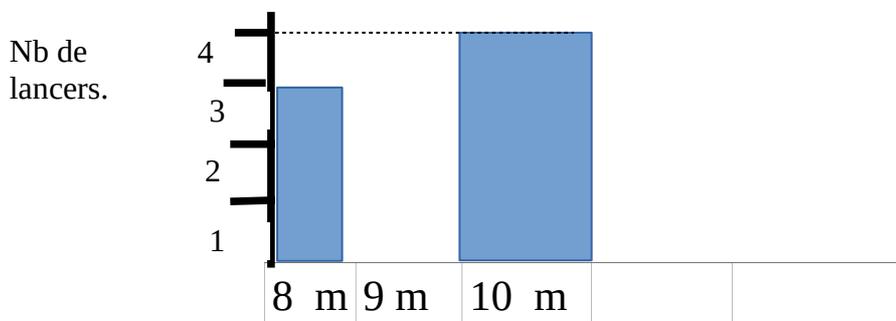
Ex : séance 1 : distance 8 m : 3 lancers.

Nombre de lancers atteignant la distance par séance.	séance 1	séance 2	séance 3	séance 4	séance 5	séance 6	TOTAL
8 m	3						
9 m							
10 m							
11 m							
12 m							
13 m							
14 m							
15 m							
16 m							
17 m							
18 m							
19 m							
20 m							
21 m							
22 m							
23 m							
24 m							

C/ Reporte les résultats pour construire un histogramme en colonnes.

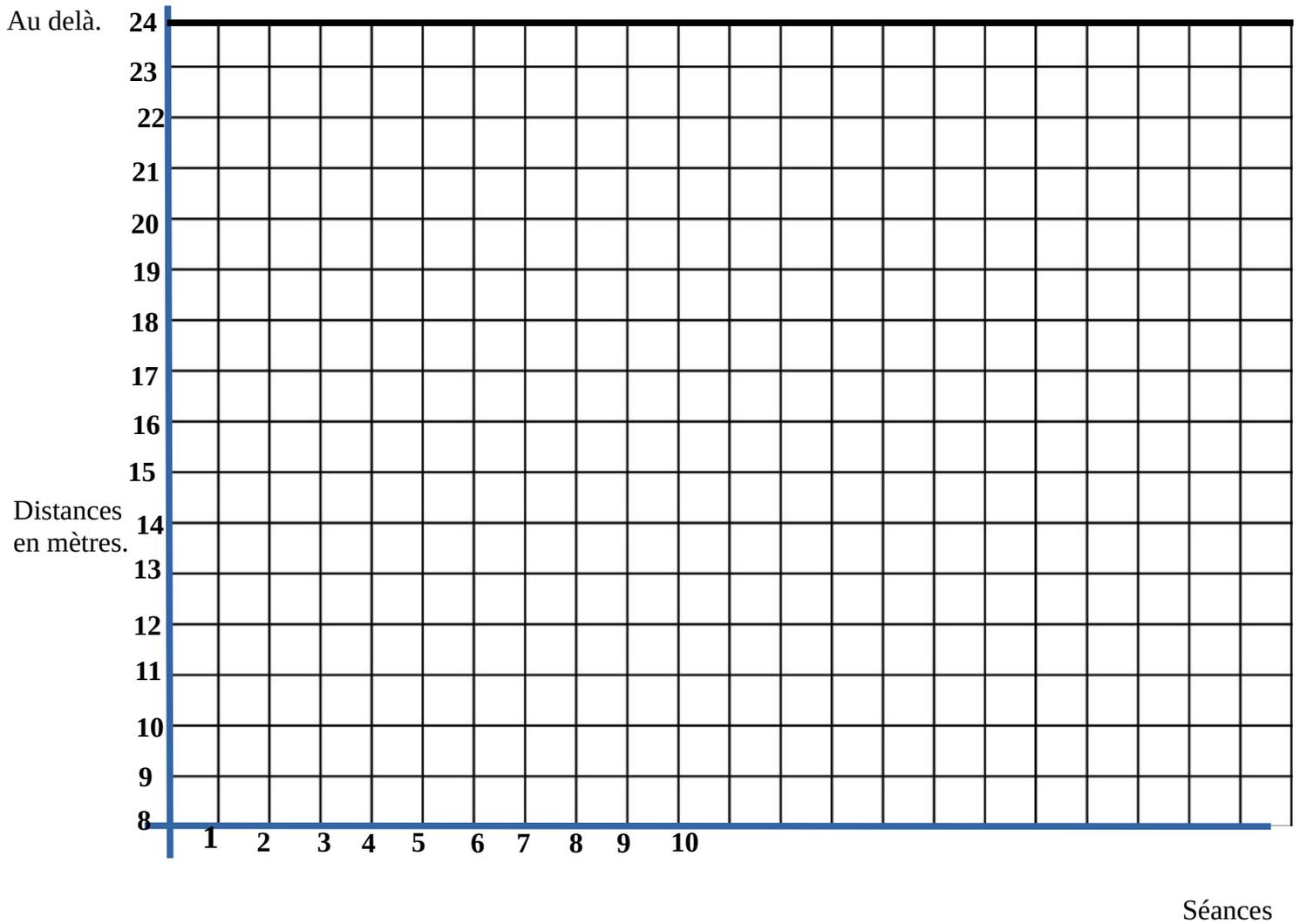
A la fin du cycle d'apprentissage, tu repères le nombre de lancers que tu as réalisés dans chaque distance.

Ex : 3 lancers à 8 m , 4 lancers à 10 m etc.



Graphisme 1

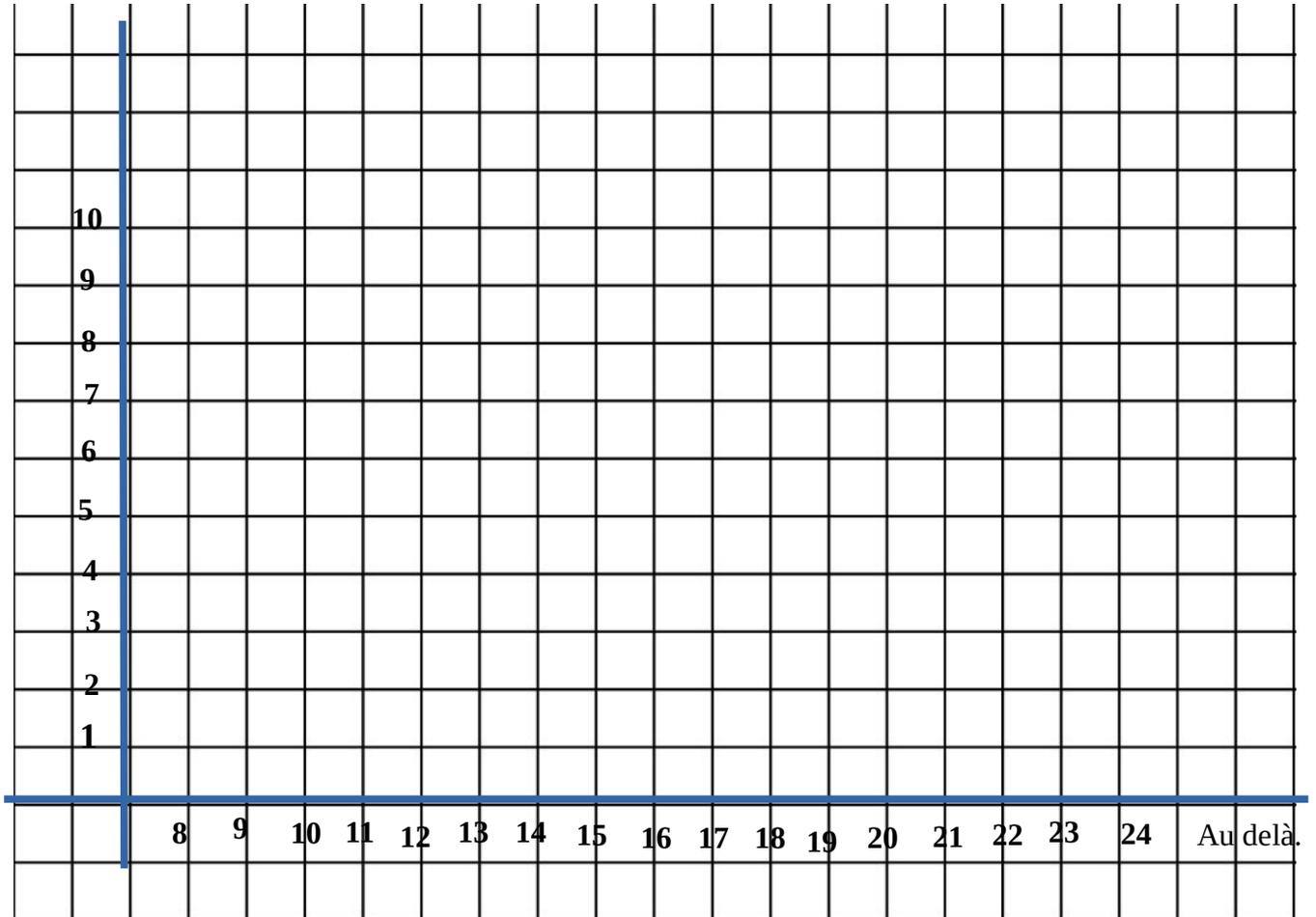
D/ Sur ce quadrillage orthonormé, place un point pour indiquer la meilleure performance de chaque séance. Relie les points par une courbe.



Graphique 2.

Sur ce quadrillage orthonormé, place le nombre d'essais dans chaque distance à la fin de toutes les séances. Relie les points par une courbe.

Nombres
d'essais réussis
dans la distance



Distances
en mètres.

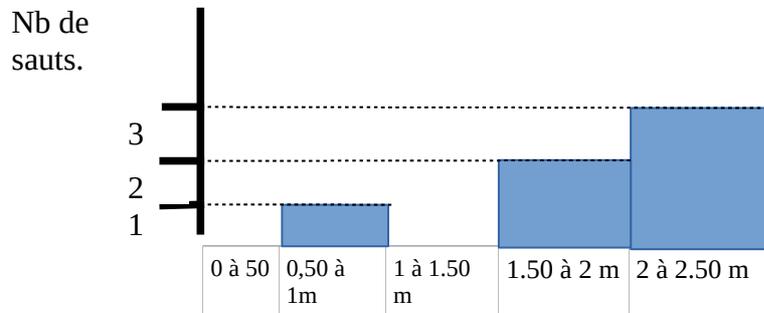
Graphique 3.

C/ Complète le tableau en inscrivant le nombre de sauts concernés par "la zone de distance" adéquate. En reprenant tes résultats dans ton carnet de performances.

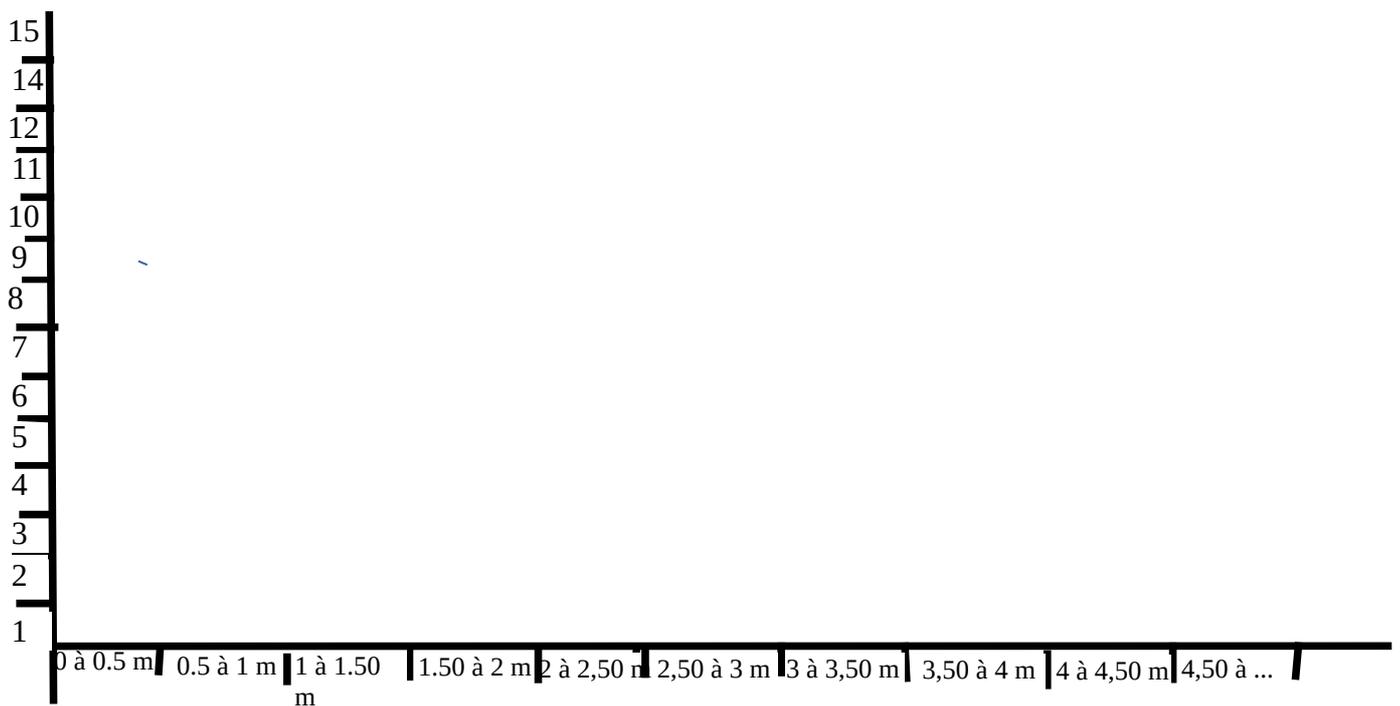
Nombre de sauts dans les "zones distance" par séance.	séance 1	séance 2	séance 3	séance 4	séance 5	séance 6	séance 7	séance 8	séance 9	séance 10	Total :
0 à 0.5 m											
0.5 à 1 m											
1 à 2 m											
2 à 2.5 m											
2.5 à 3 m											
3 à 3.5 m											
3.5 à 4 m											
4 à 4.5 m											
4.5 à 5 m											
Au delà de 5m											

D/ Reporte les résultats pour construire un histogramme en colonnes.
 A la fin du cycle d'apprentissage, tu repères le nombre de sauts que tu as réalisés dans chaque " zone de distance" .

Ex : 1 saut entre 0.50 à 1 m , 2 sauts entre 1,50 à 2 m, 3 sauts entre 2 à 2,50 etc...



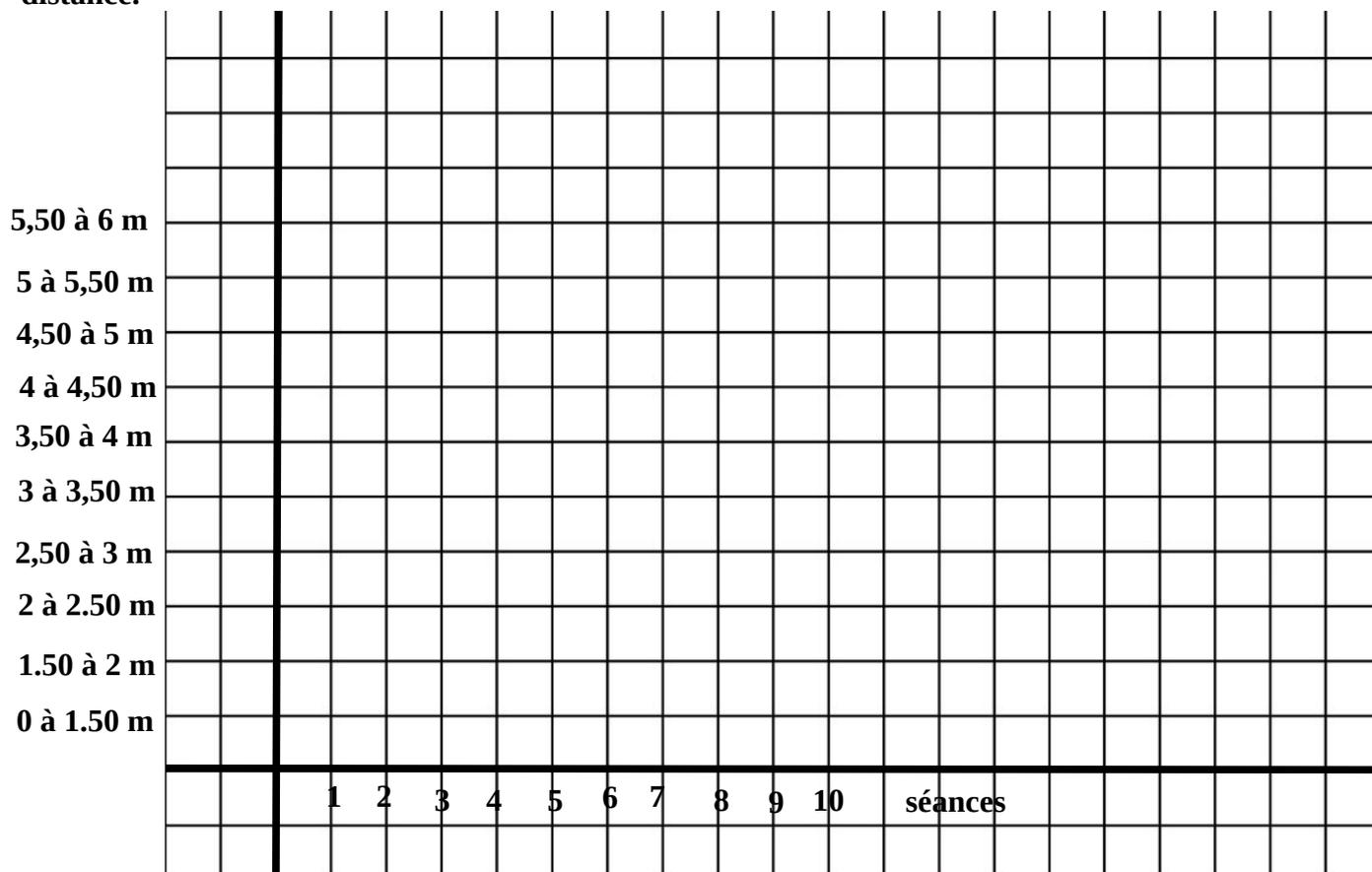
Nombre de sauts



Graphique 4

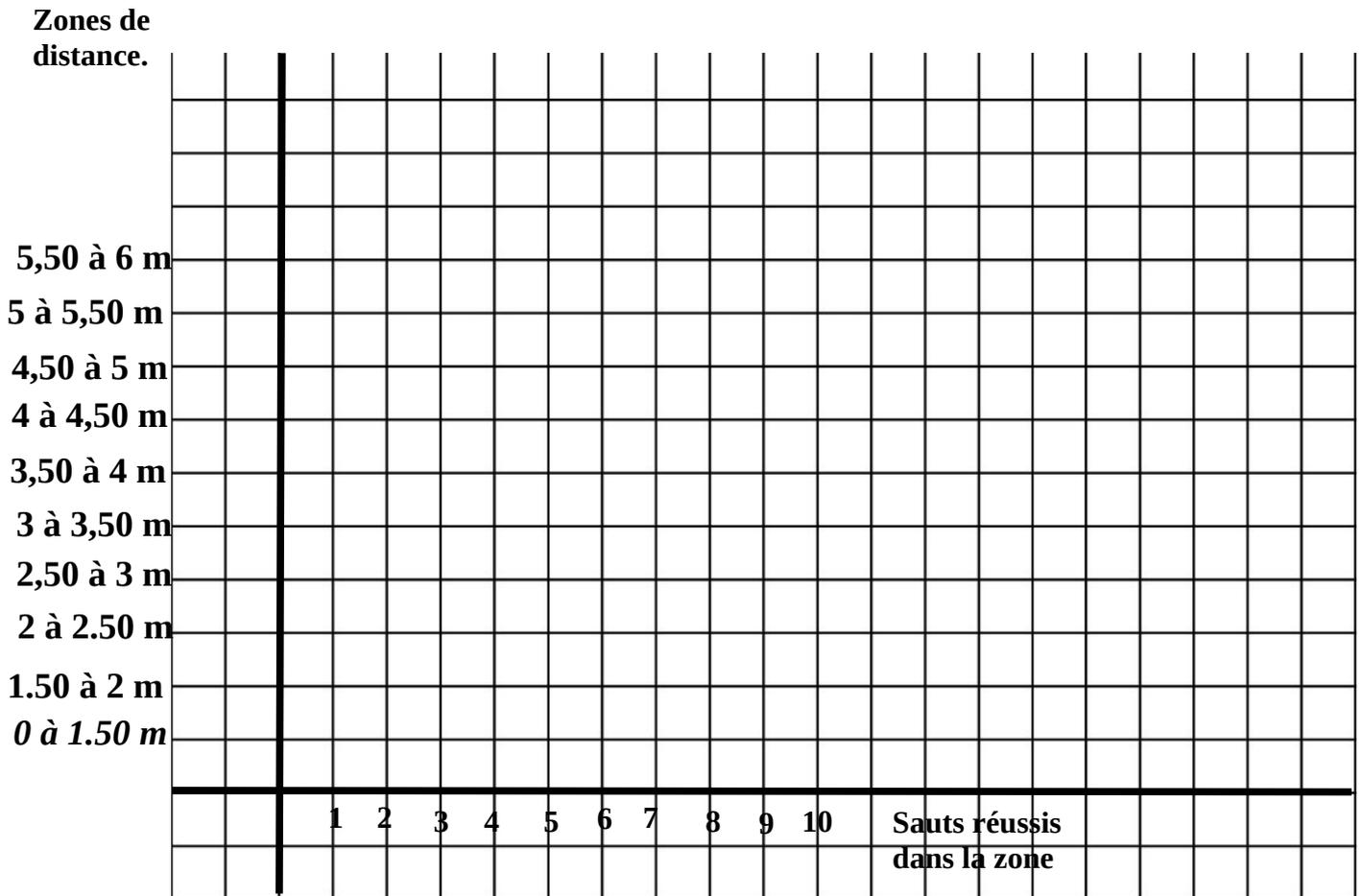
1/ Sur ce quadrillage orthonormé place "**la zone de distance**" qui correspond à la meilleure performance de chaque séance. Relie les points par une courbe.

Zones de distance.



Graphique 5.

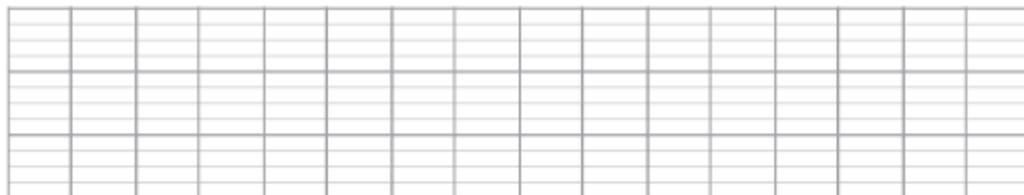
2/ Sur ce quadrillage orthonormé place le nombre de sauts réalisés dans chaque "zone de distance". Relie les points par une courbe.



Graphique 6.

Problèmes :

1/ Léa a sauté à 2,40 m. En observant le graphique ci-dessus, peux-tu indiquer la "zone de distance" dans laquelle se situe sa performance.



2/ Léo, Fanny et Anna s'entraînent au sautoir en longueur.

Léo a sauté à son premier essai à 2,50 m. Fanny a sauté à 3,20 m. Anna a sauté à 2,60 m.

Qui a sauté le plus loin ?

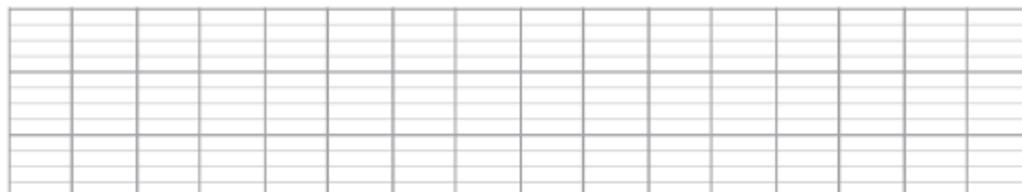
Combien y a-t-il de centimètres d'écart entre le saut de Léo et celui d'Anna ?

Combien y a-t-il de centimètres d'écart entre le saut de Léo et celui de Fanny ?

Combien y a-t-il de centimètres d'écart entre le saut d'Anna et celui de Fanny ?

Paul a sauté et au premier essai il a atteint 2,60 m. A son deuxième essai il a amélioré sa performance de 40 cm. Peux-tu me donner quelle distance a atteint Paul.

Dorban vient de sauter. Il a sauté 60 cm de plus que Paul lors de son deuxième saut. Quelle distance a atteint Dorban ?



COURIR 40 Mètres plat:

En reprenant tes résultats dans ton carnet de performances observe dans quelles "**zones de temps**" se trouvent tes performances.

Ex : à mon premier essai j'ai couru en 9,5 s : "ma zone de temps est entre **9,6 s à 9,1 s**."

A/ Repère toi sur la bande ci-dessous.

*1/ Colorie la case "**zone de temps**" correspondant à la performance de ton premier essai.*

10 S à 9.6 S	9.6 S à 9.1 S	9.1 S à 8.6 S	8.6 S à 8.1 S	8.1 S à 7.7 S	7.7 S à 7.3 S	7.3 S à 7.0 S	7.0 S à 6.8 S	6.8 S à 6.6 S	6.6 S à 6 S
--------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	-------------

*2/ Colorie la case "**zone de temps**" de ta meilleure performance.*

10 S à 9.6 S	9.6 S à 9.1 S	9.1 S à 8.6 S	8.6 S à 8.1 S	8.1 S à 7.7 S	7.7 S à 7.3 S	7.3 S à 7.0 S	7.0 S à 6.8 S	6.8 S à 6.6 S	6.6 S à 6 S
--------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	-------------

*3/ Colorie les cases "**zone de temps**" de tes performances.*

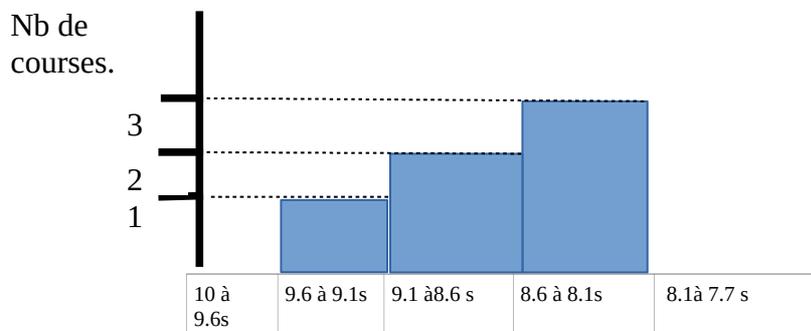
10 S à 9.6 S	9.6 S à 9.1 S	9.1 S à 8.6 S	8.6 S à 8.1 S	8.1 S à 7.7 S	7.7 S à 7.3 S	7.3 S à 7.0 S	7.0 S à 6.8 S	6.8 S à 6.6 S	6.6 S à 6 S
--------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	-------------

*4/ Colorie la case "**zone de temps**" qui correspond à ta meilleure performance, lors de ta dernière séance.*

10 S à 9.6 S	9.6 S à 9.1 S	9.1 S à 8.6 S	8.6 S à 8.1 S	8.1 S à 7.7 S	7.7 S à 7.3 S	7.3 S à 7.0 S	7.0 S à 6.8 S	6.8 S à 6.6 S	6.6 S à 6 S
--------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	-------------

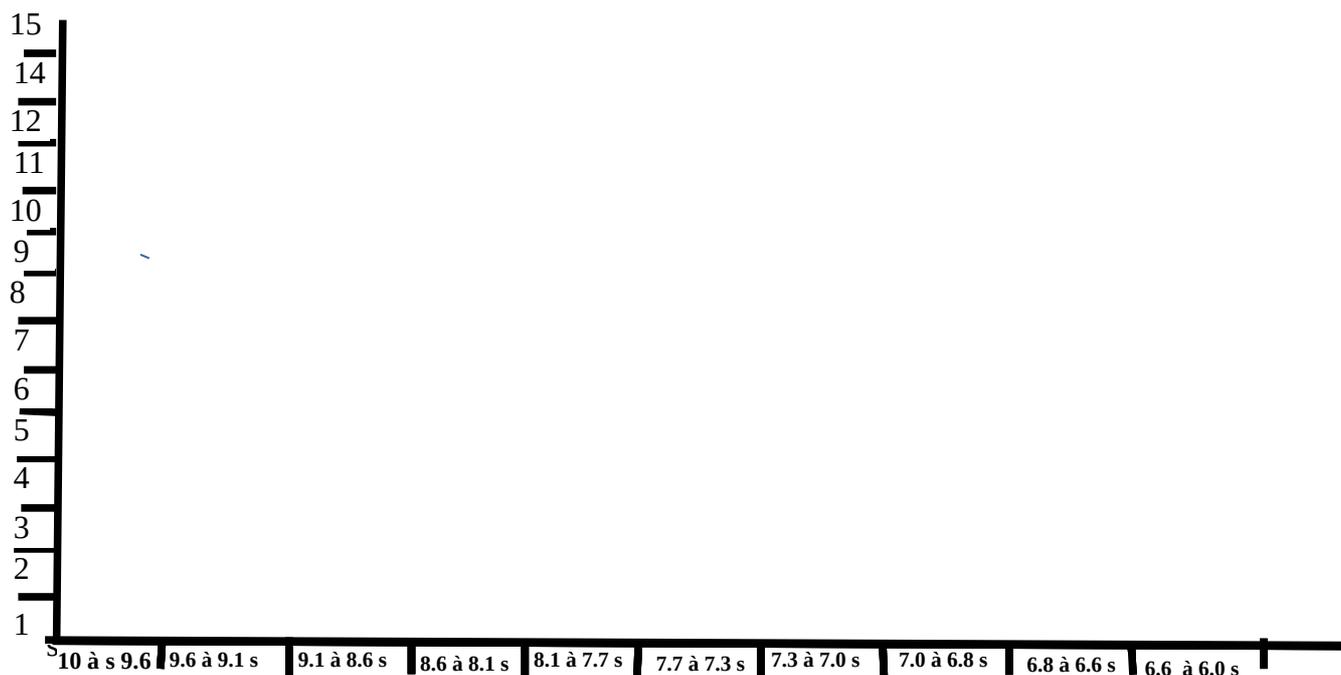
D/ **En reprenant tes résultats dans ton carnet de performances** reporte les résultats pour construire un histogramme en colonnes.

Tu repères le nombre de courses par **"zone de temps"** que tu as réalisées dans chaque séance.



points	Course de 40m		
	(en sec et 1/10)		
1	9"6	et	plus
2	9"6	à	9"1
3	9"1	à	8"6
4	8"6	à	8"1
5	8"1	à	7"7
6	7"7	à	7"3
7	7"3	à	7"
8	7"	à	6"8
9	6"8	à	6"6
10	6"6	et	moins

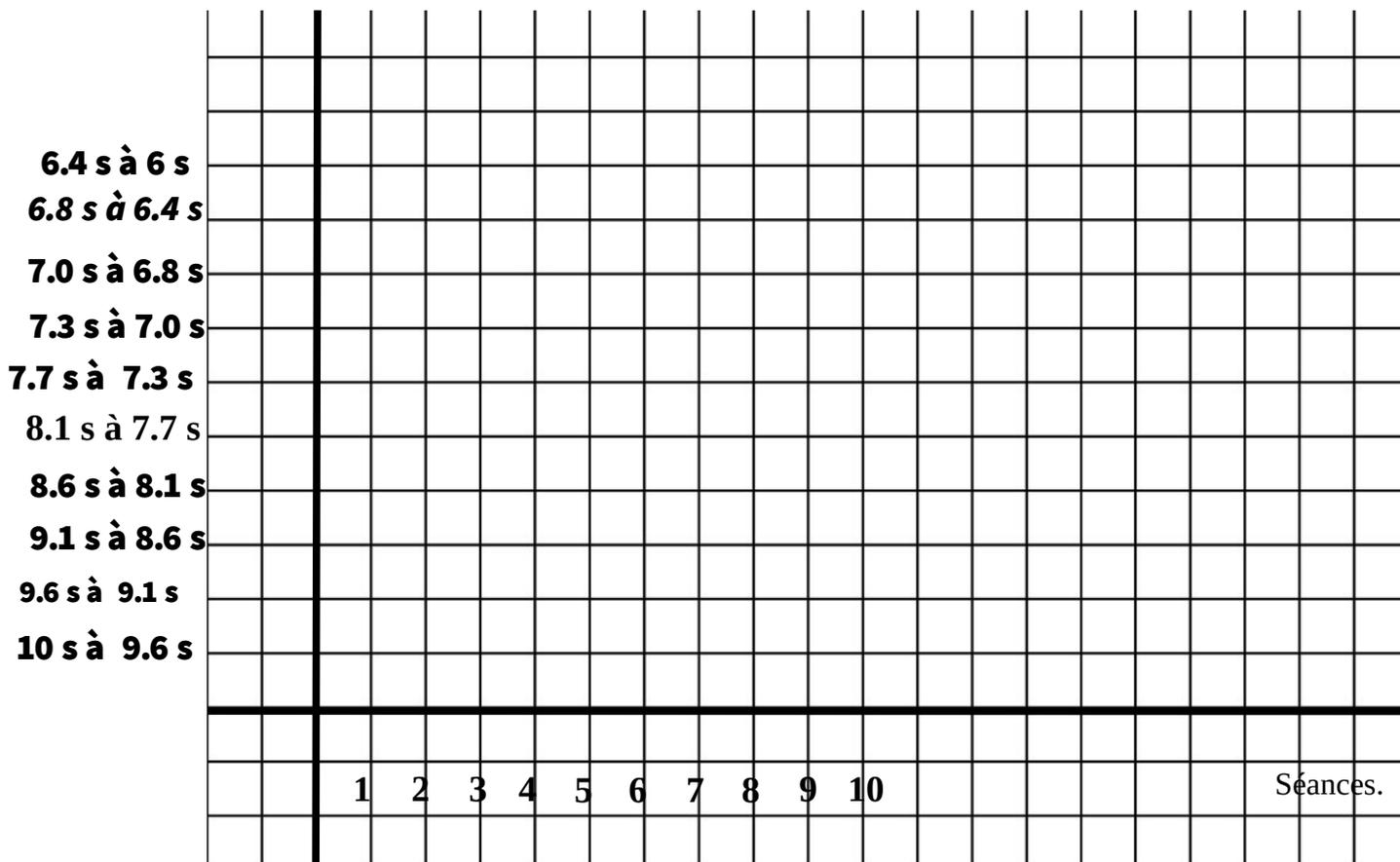
Nb de courses.



graphique 7.

E/ **En reprenant tes résultats dans ton carnet de performances, complète** ce quadrillage orthonormé . Place **la meilleure performance de chaque séance dans la "zone de temps"** correspondante. Relie les points par une courbe.

Ex : en séance 2 j'ai couru en 8,4 s, je suis dans la zone de temps "8,6 s à 8,1 s".



graphique 8.

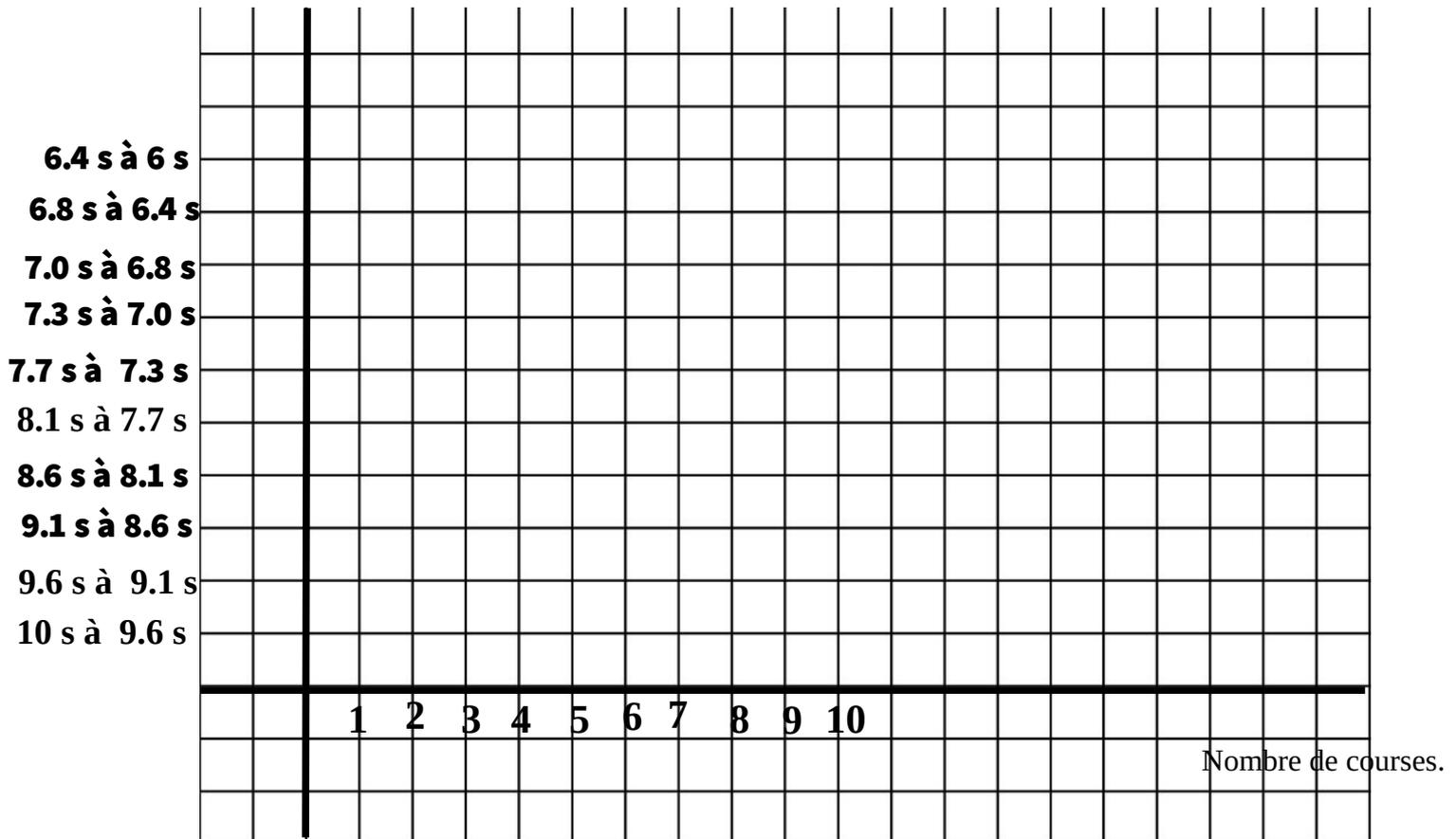
Course de 40m

points	(en sec et 1/10)		
1	9"6	et	plus
2	9"6	à	9"1
3	9"1	à	8"6
4	8"6	à	8"1
5	8"1	à	7"7
6	7"7	à	7"3
7	7"3	à	7"
8	7"	à	6"8
9	6"8	à	6"6
10	6"6	et	moins

2/ En reprenant tes résultats dans ton carnet de performances , complète ce quadrillage orthonormé .

Place le nombre de courses réalisées dans **chaque "zone de temps"** correspondante. Relie les points par une courbe.

Ex : j'ai réalisé 5 courses dans la "zone de temps" **"8,6 s à 8,1 s"**.



graphique 9.

Course de 40m

points	(en sec et 1/10)		
1	9"6	et	plus
2	9"6	à	9"1
3	9"1	à	8"6
4	8"6	à	8"1
5	8"1	à	7"7
6	7"7	à	7"3
7	7"3	à	7"
8	7"	à	6"8
9	6"8	à	6"6
10	6"6	et	moins

B/ En reprenant tes résultats dans ton carnet de performances, tu complètes le tableau en inscrivant le nombre de courses dont le temps correspond à la "zone de temps".

Nombre de performances dans la "zone de temps" par séance.	séance 1	séance 2	séance 3	séance 4	séance 5	séance 6
12 à 10,8 s						
10,8 à 10,3 s						
10,3 à 9,8 s						
9,8 à 9,2 s						
9,2 à 8,8 s						
8,8 à 8.3 s						
8.3 à 7.9 s						
7.9 à 7,5 s						
7,5 à 7,1 s						
7,1 à 6 s						

A partir de ton carnet de performances, pour chaque épreuve tu prends ta meilleure performance et tu regardes combien de points tu as gagnés :

ex : Ma meilleure performance au lancer est de 12 m j'ai 3 points.

Tu additionnes tous tes points des 4 épreuves et tu sauras si tu es médaille d'or, d'argent ou de bronze.

Course de 40m haies

points	(en sec et 1/10)		
1	10"8	et	plus
2	10"8	à	10'3
3	10"3	à	9'8
4	9'8	à	9'2
5	9'2	à	8'8
6	8'8	à	8'3
7	8'3	à	7'9
8	7'9	à	7'5
9	7'5	à	7'1
10	7'1	et	moins

Course de 40m

points	(en sec et 1/10)		
1	9"6	et	plus
2	9"6	à	9"1
3	9"1	à	8"6
4	8"6	à	8"1
5	8"1	à	7"7
6	7"7	à	7"3
7	7"3	à	7"
8	7"	à	6"8
9	6"8	à	6"6
10	6"6	et	moins

saut en longueur (en m)

points			
2	0	à	0,50
3	0,50	à	1,00
4	1,00	à	1,50
5	1,50	à	2,00
6	2,00	à	2,50
7	2,50	à	3,00
8	3,00	à	3,50
9	3,50	à	4,00
10	4,50	et	plus

Lancer en rotation (en m)

points		
1	10	et moins
2	11	
3	12	
4	13	
5	14	
6	15	
7	16	
8	17	
9	18	
10	19	



	Médaille d'OR 30 points et plus	Médaille d'ARGENT 20 à 29 points	Médaille de BRONZE 1 à 19 points
Je suis médaillé de			

Nom :

Prénom :

Ecole :

classe :

**A été médaillé(e) en
Athlétisme.**