

# MA COURSE DU MUSCLE

## TÉLÉTHON



### DESCRIPTION

#### POUR LES ÉCOLES

- Réserver les terrains de sport disponibles en extérieur : stade, piste d'athlétisme en lien avec la mairie (ou la cour de l'école)
- Prévoir des bénévoles pour encadrer les participants (décompte des kms, ravitaillement, sécurité...).
- Partenariat : avec les commerces locaux (buvette, ravitaillement) et photographe...
- Lors des inscriptions, remettre une liste de conseils utiles (vêtement de pluie, bouteille d'eau, échauffement...)
- Informer sur les actions de l'AFM – Téléthon



#### POUR LES ÉLÈVES

A l'issue de cette sensibilisation, chaque élève s'implique dans un projet d'équipe :

- Je me lance un défi : courir pour mettre mes muscles sportifs au service des muscles malades
- Je parcours un maximum de distance pour un maximum de collecte solidaire (selon niveau)
- Je recherche des « parrains » (familles, amis, voisins, ...) pour me soutenir dans mon défi
- Je participe à l'organisation : logistique, communication, dossards...
- Après la course, je préviens mes parrains de mon résultat. Ils concrétisent leurs promesses de don.
- J'annonce les résultats, remise de diplômes, remerciements.



### COMPÉTENCES PÉDAGOGIQUES PAR NIVEAU

- Maternelles : agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique : explorer leurs possibilités physiques, appréhender l'image de leur propre corps
- Cycle 2, 3 et 4 (du CP à la 3ème) : Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps, s'approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et outils, partager des règles, assumer des rôles et responsabilités
- Au lycée : développer sa motricité, savoir se préparer et s'entraîner, exercer sa responsabilité individuelle et au sein d'un collectif, construire durablement sa santé Réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir
- Tous niveaux : développer la solidarité, être citoyen et élève.



### EXEMPLES LOCAUX

Contactez votre coordination départementale : <https://www.afm-telethon.fr/coordinations> ou allez sur <https://education.telethon.fr/>

### MOYENS DE COLLECTER

- Parrainage don pour la distance parcourue selon niveau.
- Vente de crêpes, gâteaux et boissons.
- Urne Téléthon pour les dons.

### LIENS UTILES

Support destiné aux enseignants : [https://education.telethon.fr/IMG/pdf/course\\_du\\_muscle\\_-\\_document\\_presentation\\_enseignants.pdf](https://education.telethon.fr/IMG/pdf/course_du_muscle_-_document_presentation_enseignants.pdf)

Support destiné aux élèves : [https://education.telethon.fr/IMG/pdf/course\\_du\\_muscle\\_-\\_support\\_eleve.pdf](https://education.telethon.fr/IMG/pdf/course_du_muscle_-_support_eleve.pdf)

Modèle de carnet de parrainage : [https://education.telethon.fr/IMG/pdf/la\\_course\\_du\\_muscle\\_au\\_service\\_du\\_muscle\\_i\\_2\\_.pdf](https://education.telethon.fr/IMG/pdf/la_course_du_muscle_au_service_du_muscle_i_2_.pdf)

Ressources pédagogiques : <https://education.telethon.fr/pedagogie/>

Contact pour enregistrer la course par l'AFM-Téléthon : <https://www.afm-telethon.fr/coordinations>

