



CYCLE 3



Être en bonne santé et à l'aise dans son corps aide à mieux apprendre, à développer sa confiance en soi et à développer le goût de la pratique sportive. C'est le sens du dispositif « **30 minutes d'activité physique quotidienne à l'école** ».

Ce dispositif des APQ mis en place par le Ministère de l'Education Nationale, consiste à proposer quotidiennement aux élèves trente minutes d'activités physiques courtes avec des consignes simples et connues au préalable.

Ces APQ ont pour objectif de sensibiliser les enfants à l'importance de prendre soin de leur corps et de leur santé, en pratiquant quotidiennement diverses activités physiques, pour se dépenser, se relaxer, favoriser sa concentration, s'amuser...

C'est dans ce cadre que le GD Maths60 propose pour la semaine des Mathématiques, quelques minutes d'activités physiques quotidiennes pour une entrée active dans les apprentissages, chaque matin, en classe.

Chaque séance d'APQ sera suivie par une séance de RDP.

La semaine des mathématiques 2025

Recommandations du GDMaths60 :

Privilégier le calcul mental et le calcul en ligne au calcul posé!

“L’ambition est que les élèves apprennent le calcul et l’intelligence du calcul.” (Éric Roditi)

Qu’est-ce que le calcul en ligne ?

Le calcul en ligne est une modalité de calcul écrit ou partiellement écrit. Il se distingue à la fois :

- du calcul mental, en donnant la possibilité à chaque élève, s’il en ressent le besoin, d’écrire des étapes de calcul intermédiaires qui seraient trop lourdes à garder en mémoire ;
- du calcul posé, dans le sens où il ne consiste pas en la mise en œuvre d’un algorithme indépendant des nombres en jeu.

Le calcul en ligne repose sur la compréhension de la notion de nombre, du principe de la numération décimale de position et des propriétés des opérations. Comme le calcul mental, le calcul en ligne permet à l’élève d’utiliser la richesse de ses connaissances sur le nombre et sur les propriétés des opérations. L’élève est ainsi amené à « faire parler » les nombres, c’est à dire à en envisager diverses écritures, des décompositions additives, multiplicatives ou utilisant les unités de numération.

Ressources Eduscol : [Le calcul aux cycles 2 et 3](#)
[Le calcul en ligne au cycle 2](#)



La semaine des mathématiques 2025

Jour 1 > Maths et APQ

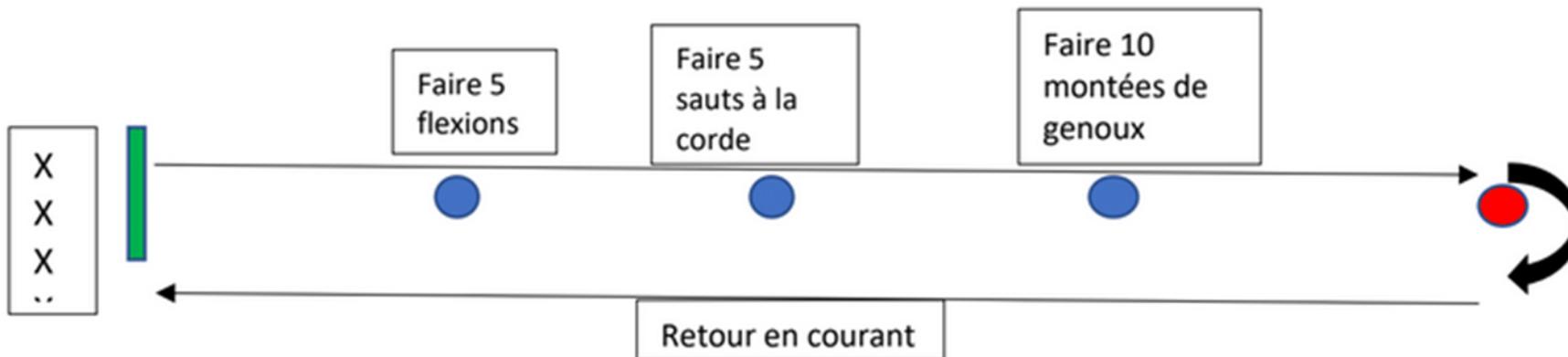
APQ n°1 : course de relais par équipe

Variable de différenciation: longueur du parcours, nombre d'exercices, type d'exercices

Organisation: chaque élève doit faire le parcours (distance/activités au choix des enseignants) et passer le relai au suivant.

L'équipe gagnante sera celle qui aura réalisé le parcours le plus rapidement.

Exemple possible de parcours:



Jour 1 > Maths et APQ

RDP niveau CM1

Samy, Jules, Léa, Assia et Rayan font un relais. Chacun doit faire un aller-retour en courant. La distance entre le départ et l'arrivée est de 4500 cm.

Quelle longueur en mètres ont-ils parcouru tous ensemble ?

RDP niveau CM2

Samy, Jules, Léa, Assia et Rayan font un relais. Chacun doit faire un aller-retour en courant. Ils ont parcouru au total 2km et 200m.

Quelle longueur en mètres chacun des élèves a-t-il parcouru ? Quelle est la distance entre le départ et l'arrivée ?

RDP niveau 6ème

Samy, Jules, Léa, Assia et Rayan font un relais. Chacun doit faire un aller-retour en courant. Ils ont parcouru au total 4km et 25dam.

Quelle longueur en mètres chacun des élèves a-t-il parcouru ? Quelle est la distance entre le départ et l'arrivée ?



La semaine des mathématiques 2025

Jour 2 > Maths et APQ

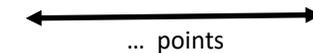
APQ n°2 : Lancer

Lancer dans un cerceau / un panier / une poubelle

Chaque élève réalise six lancers - échauffement possible avant...



But: envoyer la balle/le ballon ou autre objet (chaussette) dans la cible à des distances différentes. Chaque lancer réussi correspond à un nombre de points gagnés.



	Lancer n°1	Lancer n°2	Lancer n°3	Lancer n°4	Lancer n°5	Lancer n°6	Totaux
Prénom							
Prénom							
Prénom							
Prénom							
Total général de l'équipe							

Calcul des points: L'équipe qui a le plus de points a gagné.

Variable de différenciation : la distance, la taille de la cible, la taille de l'objet à lancer et la valeur des lancers.

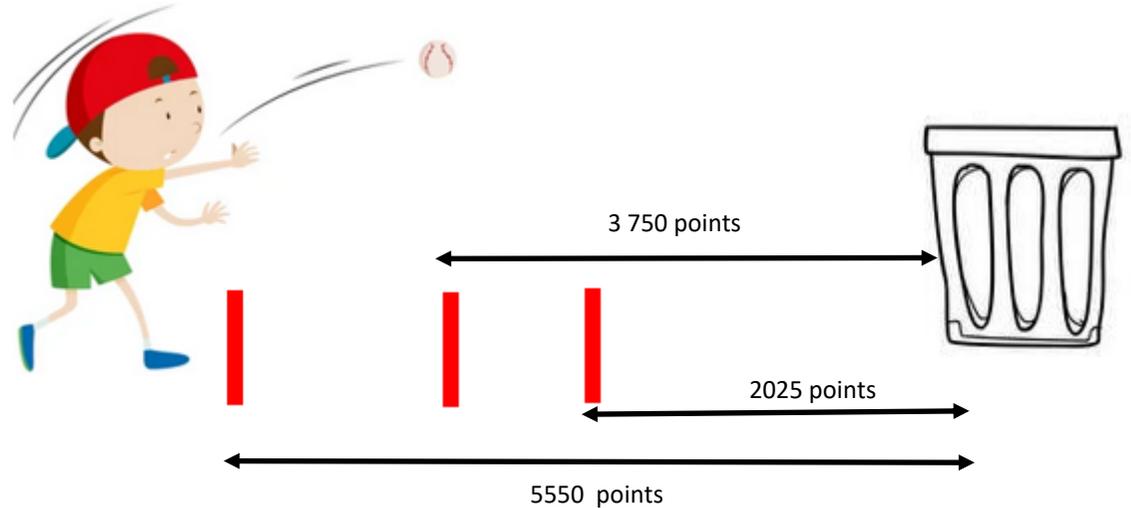


La semaine des mathématiques 2025

Jour 2 > Maths et APQ

RDP niveau CM1

Samy Jules, Léa, Assia et Rayan font un concours de lancers. Chacun a six essais.



Voici les résultats de chaque élève:

Samy : deux paniers à 2025 points et trois paniers à 5550 points

Léa : trois paniers à 3750 points et deux paniers à 5550 points

Jules : quatre paniers à 2025 points et deux paniers à 3750 points

Assia : cinq paniers à 2025 points et un panier à 3750 points

Rayan : un panier à 5550 points, deux paniers à 3750 points et un panier à 2025 points

Question 1: Qui a gagné le concours?

Question 2 : Établis le classement des élèves.

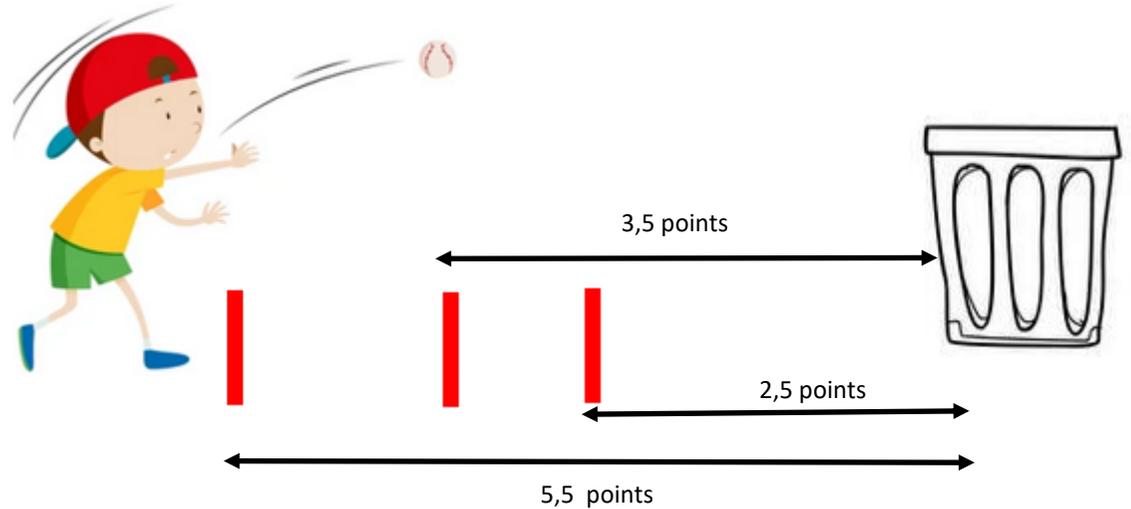
Question 3: En tout, combien de lancers n'ont rapporté aucun point?

La semaine des mathématiques 2025

Jour 2 > Maths et APQ

RDP niveau CM2

Samy Jules, Léa, Assia et Rayan font un concours de lancers. Chacun a six essais.



Voici les résultats de chaque élève:

Samy : deux paniers à 2,5 points et trois paniers à 5,5 points

Léa : trois paniers à 3,5 points et deux paniers à 5,5 points

Jules : quatre paniers à 2,5 points et deux paniers à 3,5 points

Assia : cinq paniers à 2,5 points et un panier à 3,5 points

Rayan : un panier à 5,5 points, deux paniers à 3,5 points et un panier à 2,5 points

Question 1: Qui a gagné le concours?

Question 2 : Établis le classement des élèves.

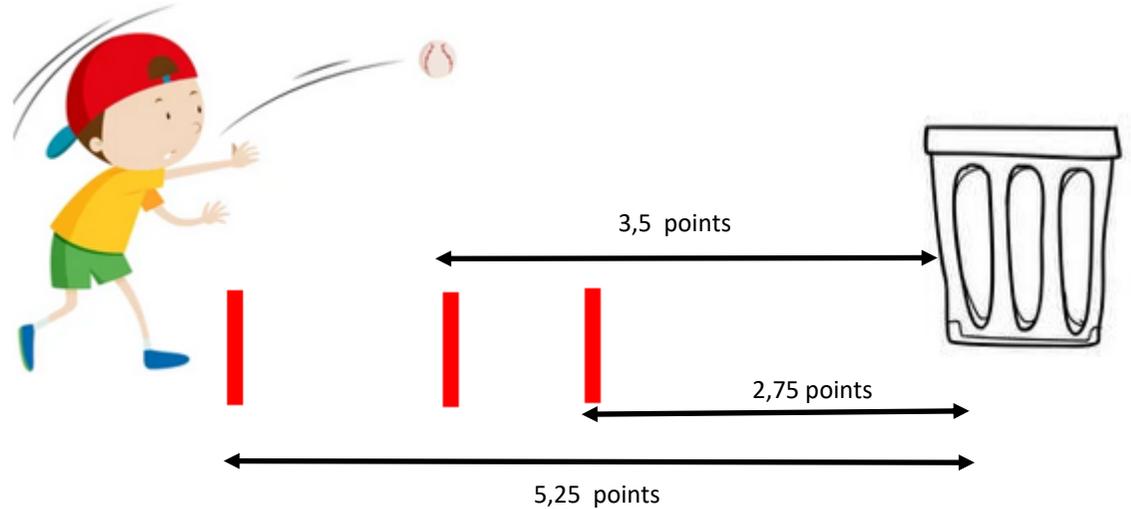
Question 3: En tout, combien de lancers n'ont rapporté aucun point?

La semaine des mathématiques 2025

Jour 2 > Maths et APQ

RDP niveau 6ème

Samy Jules, Léa, Assia et Rayan font un concours de lancers. Chacun a six essais.



Voici les résultats de chaque élève:

Samy : deux paniers à 2,75 points et trois paniers à 5,25 points

Léa : trois paniers à 3,5 points et deux paniers à 5,25 points

Jules : quatre paniers à 2,75 points et deux paniers à 3,5 points

Assia : cinq paniers à 2,75 points et un panier à 3,5 points

Rayan : un panier à 5,25 points, deux paniers à 3,5 points et un panier à 2,75 points

Question 1: Qui a gagné le concours?

Question 2 : Établis le classement des élèves.

Question 3: En tout, combien de lancers n'ont rapporté aucun point?

La semaine des mathématiques 2025

Jour 3 > Maths et APQ

APQ n° 3: sauter

But: Sauter à deux pieds au-dessus d'une ligne marquée au sol (ou élastique/corde à sauter).
Réaliser le maximum de sauts en 1 minute.

Variable de différenciation: hauteur de l'objet utilisé et saut en avant ou arrière.

Calcul des points: l'équipe qui a réalisé le plus de sauts gagne.

	Nombre de sauts
Prénom	
Prénom	
Total	



La semaine des mathématiques 2025

Jour 3 > Maths et APQ

RDP niveau CM1

Samy, Jules, Léa, Assia et Rayan s'entraînent au saut.

Samy a réalisé 48 bonds en 1 minute.

Jules en a fait 10 de moins que Samy

Léa, blessée n'a fait que la moitié des bonds de Samy.

Rayan a fait 3 fois plus de bonds que Léa.

Assia a réussi l'exploit de faire le même score que Léa et Jules réunis.

Combien de bonds réalisent-ils tous ensemble?



La semaine des mathématiques 2025

Jour 3 > Maths et APQ

RDP niveau CM2

Samy, Jules, Léa, Assia et Rayan s'entraînent au saut.

Samy a réalisé 48 bonds en 1 minute.

Jules en a fait 10 de moins que Samy alors que Rayan en a fait 2 fois plus que Léa.

Léa, blessée n'a fait qu'un tiers des bonds de Samy.

Assia a réussi l'exploit de faire le même score que Léa et Jules réunis.

Combien de bonds réalisent-ils tous ensemble?



La semaine des mathématiques 2025

Jour 3 > Maths et APQ

RDP niveau 6ème

Samy, Jules, Léa, Assia et Rayan s'entraînent au saut.

Samy a réalisé 66 bonds en 1 minute.

Jules a fait 50% des bonds de Samy mais seulement un tiers des bonds de Rayan.

Très en forme, Léa a fait 1,5 fois le score de Samy.

Assia a réussi l'exploit de faire le même score que Léa et Jules réunis.

Combien de bonds réalisent-ils tous ensemble?



Jour 4 > Maths et APQ

APQ n° 4: course de relais

Objectif : associer un nombre et son double (variable : un nombre et sa moitié)

Principe du jeu : Le jeu du Memory Coop est un jeu de coopération. Le but du jeu est de trouver toutes les paires de cartes en les retournant une par une.

Consigne : les cartons sont disposés au sol, nombres non visibles, à environ 5 mètres des élèves.

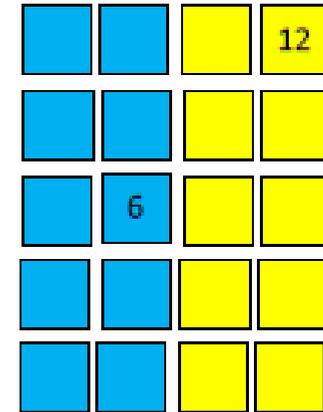
Le premier élève retourne un carton bleu et le laisse visible. Le suivant retourne un carton jaune. S'il s'agit du double du premier nombre, il revient avec les deux cartons. Sinon, il les retourne à nouveau.

L'équipe qui a ramassé le plus de cartons-nombres a gagné !

Évolution :

demander de retourner en premier un carton jaune pour trouver ensuite la moitié (carton bleu)

Défi : « Memory Coop »



La semaine des mathématiques 2025

Jour 4 > Maths et APQ

Niveau CM1 :

Exemple de cartons-nombres : doubles de 85, de 135, de 280, de 750, de 1250, de 2425, de 5800, de 7550, de 15 000, de 25 000

Niveau CM2 :

Exemple de cartons-nombres : doubles de 2575/ de 7550/ de 35 dixièmes / de 64 dixièmes / de 321 centièmes/ de 3,5/ de 22,75/ de 54,25/ de 75,75/ de 124,35

Niveau 6ème :

Exemple de cartons-nombres : doubles de 2575/ de 7550/ de 35 dixièmes / de 464 centièmes / de 321 millièmes/ de 3,5/ de 22,75/ de 54,25/ de 75,75/ de 124,355

