

# TEMPS - VITESSE - DISTANCE



## TACTIQUE

### Assez des devoirs ?

Il est désormais temps de s'entraîner, mais cette fois... avec le ballon ! Alors enfile ton jogging, lace bien tes chaussures et munis-toi de ton cahier pour écrire tes résultats !

La vitesse met en relation la **distance** et le **temps**. Pour calculer la vitesse, on divise la distance par le temps.

$$\text{Vitesse} = \frac{\text{distance}}{\text{temps}} \text{ ou } \text{Vitesse} = \text{distance} : \text{temps}$$

La vitesse s'exprime généralement en kilomètres par heure (km/h). Il faut donc que la distance soit exprimée en km et que le temps soit exprimé en heure.

$$\text{Vitesse} = \frac{\text{km}}{\text{heure}} \text{ ou } \text{Vitesse} = \text{km} : \text{heure}$$

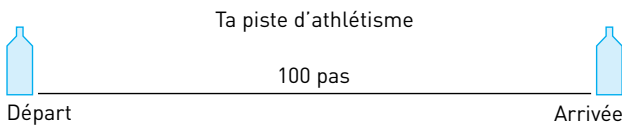
CONFECTIONNE TA PISTE D'ATHLÉTISME

Pour confectionner ta piste d'athlétisme, tu as besoin de 2 bouteilles d'eau, d'un adulte, d'un mètre et d'un chronomètre.

**1** À l'aide d'un mètre, mesure un de tes pas.

1 pas = ..... cm

**2** Place une bouteille d'eau qui sera ton point de départ. Fais ensuite 100 pas et place la 2<sup>e</sup> bouteille d'eau. Ta piste est prête !



**3** Cours cette distance le plus vite possible, 3 fois de suite, et chronomètre-toi. **Complète ce tableau.**

	Temps parcouru en s
Tentative N° 1	
Tentative N° 2	
Tentative N° 3	

**4** Calcule la distance que tu as courue.

$$100 \text{ pas} = 100 \times \dots\dots\dots \text{ cm} = \dots\dots\dots \text{ cm}$$

**5** Convertis cette distance en km.

$$\dots\dots\dots \text{ cm} = \dots\dots\dots \text{ km}$$

**6** À l'aide du conseil du coach et d'une calculatrice, convertis ton temps en heure.

$$\text{Tentative N° 1} : \dots\dots\dots : 3\,600 = \dots\dots\dots \text{ heure}$$

$$\text{Tentative N° 2} : \dots\dots\dots : 3\,600 = \dots\dots\dots \text{ heure}$$

$$\text{Tentative N° 3} : \dots\dots\dots : 3\,600 = \dots\dots\dots \text{ heure}$$

**7** À l'aide d'une calculatrice, calcule ta vitesse pour chaque tentative.

Vitesse tentative

$$\text{N° 1} = \dots\dots\dots \text{ km} : \dots\dots\dots \text{ heure} = \dots\dots\dots \text{ km/h}$$

Vitesse tentative

$$\text{N° 2} = \dots\dots\dots \text{ km} : \dots\dots\dots \text{ heure} = \dots\dots\dots \text{ km/h}$$

Vitesse tentative

$$\text{N° 3} = \dots\dots\dots \text{ km} : \dots\dots\dots \text{ heure} = \dots\dots\dots \text{ km/h}$$

### LE CONSEIL DE LA COACH

Pour convertir des secondes en heure, divise par 3 600.

Ex. : 15 s ;  $15 : 3\,600 = 0,004 \text{ h}$ .



### CORRIGÉS

Pour vérifier que tes calculs sont justes, n'hésite pas à demander de l'aide à un adulte.