

PARCOURS DU COEUR 2023

Nom de l'équipe :

Prénoms de participants:

En route pour une randonnée
en pleine nature jalonnée
de défis sportifs,
de recherches intellectuelles...



Attention tout défi perdu
pourra vous faire octroyer un gage...



A : Défis mémoire

As-tu bien écouté la vidéo sur le cœur ?

Ta mémoire fonctionne-t-elle aussi bien que tes pieds?

Alors à toi de jouer Attention toute mauvaise réponse donnée donnera lieu à une pénalité.

Q1 :Cite trois organes de ton corps ?

Q2: Qu'est-ce qui protège ton cœur ?

Q3 : Que permet le cœur ?

Q4 : Dans quoi circule le sang ?

Q5 : Pourquoi dit-on que le cœur est un muscle ?

Q6 : Où peut-on nous mêmes sentir nos battements de notre cœur ?

Q7 : Que se passe-t-il lorsque le cœur se contracte ?

Q8 : Que se passe-t-il lorsque le cœur se relâche ?

Q9: Que fait-on lorsqu'on fait un massage cardiaque ?

Q10: Comment le cœur peut-il devenir plus fort ?

Q11 : Comment appelle-t-on la figure de style qui consiste par exemple à parler du cœur sans réellement parler du cœur que l'on a dans sa poitrine comme « avoir le cœur brisé »

Q12 : Comment peut-on prendre soin de son cœur ?

B: défis chercheurs

Charade 1: Marseille

Mon premier est l'inverse de la guerre.

On apprécie lorsque mon deuxième est ensoleillé.

Les singes se servent généralement de mon troisième pour s'équilibrer.

Mon tout est un sport qui se pratique surtout à Marseille.

Charade 2 : une des premières simulations

Mon premier est la 20ième lettre de l'alphabet

Mon deuxième est la capitale du département des Alpes maritimes

Mon troisième arrive après 1

On mange généralement sur mon quatrième.

Mon tout se joue avec une petite balle

Charade 3 : J'adore jouer avec ce jeu

Mon premier est le contraire de haut.

Mon deuxième multiplié par lui-même donne quatre

On extrait parfois de l'or de mon troisième

Mon quatrième est l'équivalent de 1000 kilogrammes

Mon tout se pratique avec une raquette.

Charade 4 : Ne restez pas à côté

Mon premier est le contraire de rapide.

Mon deuxième est la troisième lettre de l'alphabet.

Mon troisième multiplié par 6 donne 12.

Les canards aiment patauger dans mon quatrième

Mon cinquième est l'inverse de tard.

Il vaut mieux se tenir un peu à l'écart d'une personne qui pratique mon tout.

Charade 5 : Sur un lac ou à la mer

Les comédiens montent sur mon premier au théâtre.

Mon deuxième est la première lettre de l'alphabet.

Mon troisième se dit du ciel lorsque des nuages s'approchent.

Mon tout est un sport nautique

Charade 6 : Oxygène

Mon premier peut provoquer le saturnisme si il se trouve dans l'eau.

Mon deuxième est la septième lettre de l'alphabet.

Mon troisième est l'équivalent de 365 jours.

Mon quatrième est une forme abrégée qui désigne un programme sur un smartphone.

Mon cinquième se trouve au milieu du visage.

Il faut avoir un bon souffle pour pratiquer mon tout.

Charade 7 : Pensez à respirer

Mon premier est le diminutif de Nathalie.

Mon deuxième est la meilleure carte d'un jeu journal.

Mon troisième est la troisième voyelle de l'alphabet.

Mon quatrième désigne un groupe nous incluant.

Mon tout est un sport qui peut se pratiquer à la piscine.

Charade 8 : Lorsqu'il fait beau dehors

Mon premier est la première voyelle de l'alphabet.

Sans mon deuxième , nous n'existerions pas.

Mon troisième est une forme et n'est pas un carré.

Mon tout est un sport nautique.

C : Rébus

Rébus 1



Rébus 2



Rébus 3



D : Défi sportifs

Défi 1 : Tiens en équilibre pendant 15 secondes sur un pied

Défi 2 : Fais le plus de sauts à la corde à sauter sans tomber

Défi 3 : Fais 10 squats et 10 fentes à la suite sans pause

Défi 4 : Passe ton bras sous ton genou et attrape ton nez

Défi 5 : Fais la chaise pendant le plus de temps possible

Défi 6 : Cours sur place en montant les genoux le plus haut possible pendant 40 secondes

Défi 7 : Mets toi accroupi et déplace toi sur 15m

Défi 8 : Donne le meilleur de toi-même dans cette course de relais

E: Devinettes

Devinette 1 :

Je suis un sport qui se joue avec un ballon rond. Mon premier championnat du monde a eu lieu en 1930 et il y a 22 joueurs sur le terrain. Qui suis-je ?

Devinette 2 :

Je suis un sport qui se joue avec une raquette. Il y a un filet et la « balle » est un volant. Qui suis-je ?

Devinette 3 :

Je suis un sport qui se joue avec les mains. Nikola Karabatic est un sportif qui pratique cette activité. Qui suis-je ?

Devinette 4 :

Je suis un sport dont Teddy Riner est un grand champion. Il y a des ceintures de différentes couleurs. Qui suis-je ?

Devinette 5 :

Je suis un sport très pratiqué aux USA, un de mes championnats se nomme la NBA. On doit mettre un ballon dans un panier. Qui suis-je ?

Devinette 6 :

Question cadeau, ce sport se jou esur une table et ressemble fortement au sport de Rafael Nadal. Quel sport est-ce ?

Devinette 7 :

Je suis un sport qui se pratique avec une crosse et un palet. Je possède des cages et on doit mettre des patins à glace pour me pratiquer. Qui suis-je ?

Devinette 8 :

Je suis un sport qui se pratique dans l'eau .Mon ballon est assez petit pour pouvoir le tenir dans la main et il y a des cages.
Qui suis-je ?

Devinette 9 :

Usain Bolt s'est illustré dans l'athlétisme ,plus précisément dans :

Devinette 10 :

Je suis un sport très pratiqué aux Etats-Unis. Donald Trump y jouait il y a pas longtemps et je me pratique avec des clubs.
Qui suis-je ?

Invente un slogan pour le parcours du cœur
