



Mon petit cœur imbécile **Xavier-Laurent Petit**



Séance 1 **Le marathon, une vieille histoire**

À l'origine

Le marathon tire son nom d'une bataille célèbre de l'Antiquité qui opposa les Athéniens aux Perses dans la plaine de Marathon, à 40 km d'Athènes. Elle se solda par la victoire, inespérée, des Athéniens, qui envoyèrent un messager annoncer la bonne nouvelle aux habitants d'Athènes. Selon [la tradition](#), Philippidès mourut d'épuisement en arrivant au pied de l'Acropole, après quatre heures de course.

Les Jeux

En 1896, date de la renaissance des [jeux Olympiques](#), on créa une nouvelle discipline : une course de fond de 40 km que l'on baptisa « marathon » (ouverte aux femmes en... 1984). Aujourd'hui, la distance officielle d'un marathon fait précisément 42,195 km. Pourquoi ? [En 1908](#), les organisateurs anglais obtiennent des athlètes olympiques qu'ils franchissent la ligne d'arrivée juste au pied de la loge royale. Soit 2,195 km de plus !

Quelques grands marathoniens

La discipline devient reine dans les années 1950 grâce au Tchèque Émile Zatopek, dont vous trouverez ici [un portrait](#). En 1956, son éternel rival, le Français [Alain Minoun](#), passe enfin en tête. Il raconte quelques-uns de ses souvenirs olympiques dans [cette vidéo](#) de l'Ina.

La suprématie des marathoniens africains

Depuis 1960 et la victoire de l'Éthiopien Bikela, qui courut à Rome pieds nus, les athlètes kenyans et éthiopiens raflent les premières places. La suprématie de ces coureurs des hauts plateaux d'Afrique de l'Est a longtemps interpellé les scientifiques. [Cet article](#) du magazine *Slate* fait le point sur les dernières théories en vogue.

En pratique

[Jogging-course](#) donne tout un tas de conseils éclairés, à consulter avant de se lancer dans la course à pied.

Liens :

http://www.herodote.net/13_septembre_490_avant_JC-evenement--4900913.php

http://marathoninfo.free.fr/jo/histoire_des_jo.htm

<http://marathoninfo.free.fr/jo/londres1908.htm>

<http://marathoninfo.free.fr/jo/helsinki%201952.htm>

<http://marathoninfo.free.fr/jo/melbourne1956.htm>

<http://www.ina.fr/video/VDD08004085/souvenirs-d-alain-mimoun-video.html>

<http://www.slate.fr/story/8827/bekele-pourquoi-ethiopiens-et-kenyans-ecrasent-les-courses-de-fond-maj>

<http://www.jogging-course.com/guide-courir-debutant.html>

Séance 2

Les supercalculs de Sisanda

Pendant que Maswala court, Sisanda compte... Il y a donc beaucoup d'opérations et de calculs dans ce livre. Demandez aux enfants de les repérer dans le texte... et de répéter les exercices !

- Sisanda compte le nombre de battements de son coeur depuis sa naissance. Chacun peut faire de même (cf. annexe)

- p. 26 : elle calcule qu'il faudrait à ses parents 38 ans, 3 mois et 20 jours pour réunir le million de kels nécessaires à son opération. Comment fait-elle ?

- p. 48 : il est dit que le précédent record féminin du marathon s'est établi à 2 heures 41 minutes et 23 secondes pour 42,195 km. Quelle était la vitesse moyenne de la marathonnienne ?

- p. 44 : comment Sisanda sait-elle que sa mère court à une vitesse moyenne de 15 km/h ?

Sisanda donne elle-même la solution p. 45, elle sait qu'il y a 60 mètres entre deux arbres, elle compte le nombre de secondes mis par sa mère pour franchir la distance et elle convertit le tout en kilomètres et en heures.

Quelques sites sur les mathématiques :

Maths magiques : quand la science se révèle poésie... Le site d'une passionnée qui rassemble des exercices de maths amusants, des tours de magie, des illusions d'optique animées.

Le matou matheux, des exercices et des jeux pour tous les niveaux scolaires.

Sesamath, cette association diffuse gratuitement des ressources pédagogiques et des outils professionnels pour l'enseignement des mathématiques. Une mine !

Liens :

<http://therese.eveilleau.pagesperso-orange.fr/index.htm>

<http://matoumatheux.ac-rennes.fr/accueil.htm>

<http://www.sesamath.net/>

Séance 3

Des petits coeurs imbéciles à réparer

À quoi ressemble un coeur normal ? Comment fonctionne-t-il ? Qu'est ce qu'une malformation cardiaque ? Comment la réparer ? L'histoire de Sisanda permet aux élèves d'étudier le coeur et la circulation sanguine (au programme du cycle 3) à partir d'un cas pratique... et humain.

En France, deux associations viennent en aide aux enfants de pays défavorisés souffrant de malformation cardiaque. C'est le cas de [Mécénat Chirurgie Cardiaque](#) et de la [Chaîne de l'espoir](#) qui publie sur son blog de nombreuses vidéos et témoignages.

En consultant ces deux sites, il est possible de reconstituer le parcours d'un enfant malade, comme celui de [Divin](#) né au Congo ou d'autres.

Sur [le blog de la Chaîne de l'espoir](#), vous pouvez sélectionner le cas [d'un enfant](#) et le présenter en détail à la classe.

Mieux vaut partir d'un coeur normal, comme [celui-ci](#), avant d'expliquer ce qu'est une [malformation cardiaque](#) et [l'opération](#) qui permettra de le réparer.

Ne manquez pas de visionner également [le témoignage d'Anne Berthe](#), médecin à Brazzaville, qui rappelle Apollinaire, le médecin du roman ; ainsi que ce reportage, très émouvant, qui permet de suivre [la petite Gaouzou](#) lors de son arrivée en France.

Et puis, si les élèves sont partants, la classe peut s'engager plus avant : envoyer une lettre, des dessins, des photos, ou toute autre création collective à l'un de ces enfants...

Liens :

<http://www.mecenas-cardiaque.org/>

<http://www.chainedelespoir.org/>

http://chainedelespoir.typepad.com/la_chaine_de_lespoir_le_b/2008/12/sophiefamiliedaccueil.html

http://chainedelespoir.typepad.com/la_chaine_de_lespoir_le_b/2013/09/index.html

http://chainedelespoir.typepad.com/la_chaine_de_lespoir_le_b/2010/08/chirurgie-cardiaque-pour-les-enfants-dhaïti.html

<http://www.md.ucl.ac.be/peca/coeur.html>

<http://www.mecenas-cardiaque.org/que-soigne-t-on>

http://www.dailymotion.com/video/xac3oI_video-medicale-insuffisance-aortiqu_webcam#.UUGfIY6_acV

http://www.dailymotion.com/video/x8n937_anne-berthe-correspondante-chaine-d_webcam#.UUGffI6_acU

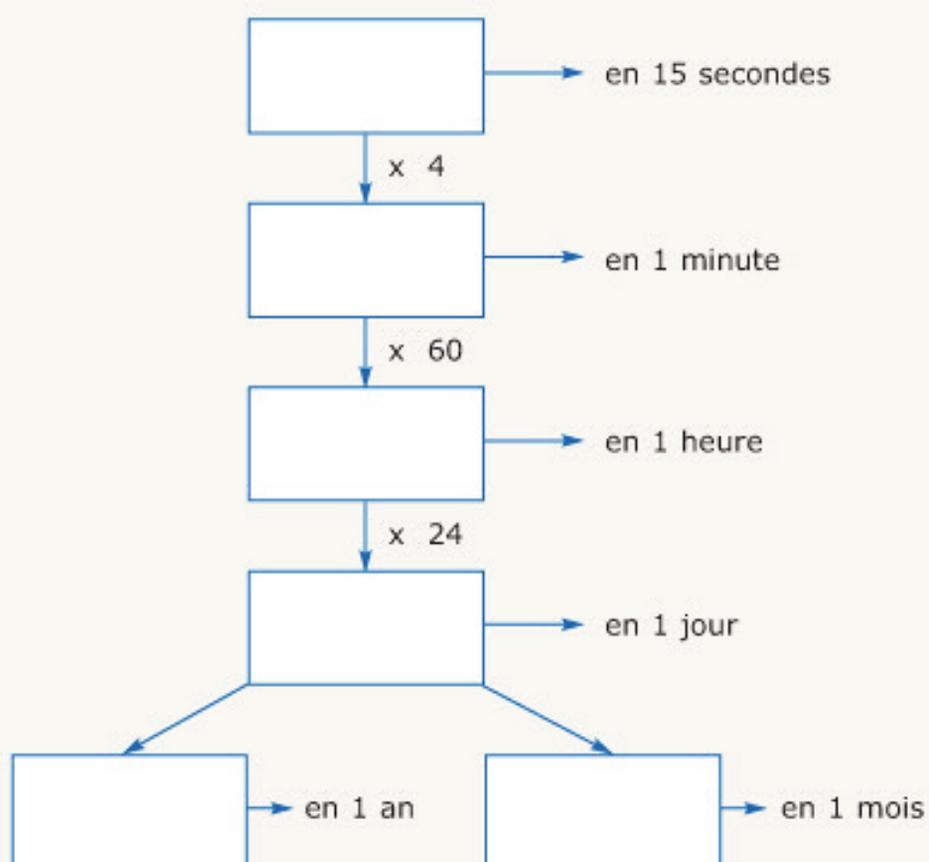
http://www.dailymotion.com/video/xe44f5_gaouzou-arrive-en-france-feuilleton_webcam#.UUGfLI6_acV

Annexe : Les supercalculs de Sisanda

Toudoum... toudoum

Si, comme Sisanda, vous aimeriez connaître le nombre de vos battements de cœur depuis votre naissance, voici la marche à suivre :

Prendre son pouls et compter le nombre de pulsations en 15 secondes,



Il ne reste plus qu'à multiplier ce résultat par votre âge, décomposé en années, en mois et en jours ! Un calcul à réactualiser régulièrement, évidemment...