



# LA COURSE BLEUE<sup>®</sup>

ROUTE DU RHUM - ÉDITION 2026/2027

EMBARQUEZ AVEC VOS ÉLÈVES POUR LA PROTECTION DE L'OCÉAN  
À BORD DU TRIMARAN SVR-LAZARTIGUE.

## GUIDE D'UTILISATION



### ÉDITION 2026 - 2027 | ROUTE DU RHUM

**La Course Bleue** est un programme pédagogique gratuit créé par **KRESK 4 OCEANS**, en partenariat avec la **Fondation de la Mer**. Il propose aux enseignants et aux parents de sensibiliser les jeunes de cycles 2 et 3 (CP à la 6<sup>e</sup>) à la **protection de l'Océan**. Il est conçu en adéquation avec les programmes de l'Éducation nationale, le socle commun et ses cinq domaines de compétences.

Pour l'année scolaire 2026-2027, La Course Bleue vous propose de suivre **Tom Laperche** et le trimaran SVR-Lazartigue avant, pendant et après la course au large de la **Route du Rhum**, dont le départ aura lieu le 1er novembre 2026.

**KRESK**  
4 OCEANS

**FONDATION**  
DE LA MER

  
MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE,  
DE L'ENSEIGNEMENT  
SUPÉRIEUR  
ET DE LA RECHERCHE  
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

# PRÉSENTATION DU PROJET

Le programme pédagogique de La Course Bleue est à destination des élèves de **cycles 2 et 3**.



Il présente les apports de l'Océan et les menaces qui pèsent sur lui en faisant un focus particulier sur la pollution par les plastiques, ses conséquences en mer et les solutions pour y remédier.

La Course Bleue, édition Route du Rhum 2026, est une activité à conduire durant l'année scolaire, entre la rentrée 2026 et le mois de juin 2027. Elle est composée de 16 fiches et a été pensée en trois parties :

- **Partie 1 : Avant la course**  
6 fiches, 6 vidéos, 1 défi et 1 questionnaire
- **Partie 2 : Pendant la course**  
5 fiches, 5 vidéos, 1 défi et 1 questionnaire
- **Partie 3 : Après la course**  
5 fiches, 5 vidéos, 1 défi et 1 questionnaire

Les 16 fiches s'inscrivent dans une continuité pédagogique et viennent rythmer l'année par des défis et des temps forts. Elles ont également été construites de sorte que leur contenu soit modulable et que chaque enseignant puisse **choisir de proposer le programme de La Course Bleue dans son ensemble ou bien adapter son contenu selon ses besoins**.

Ce programme permet de **suivre un skippeur professionnel engagé pour l'environnement**. Vous pourrez créer un lien entre lui et vos élèves grâce au visionnage de **vidéos réalisées sur mesure**.



## RESSOURCES DU PROGRAMME

### LES FICHES ÉLÈVES

Cette année, le programme comprend **16 fiches élèves**. Chaque fiche développe des notions du programme scolaire en lien avec les cinq domaines du socle commun de connaissances, de compétences, et de culture de l'Éducation nationale. Ces notions sont approfondies lors d'activités.

Chaque fiche élève comprend les éléments suivants :

- **Une météo du jour extérieure et intérieure**. Un outil permettant de créer du lien durant tout le programme pédagogique en observant le temps extérieur comme les marins et facilitant également la prise de parole sur ses émotions du moment ;
- **Des messages de Tom Laperche et François Gabart** à destination des enfants pour faire notamment le lien entre les différentes fiches ;
- **Plusieurs activités** afin d'explorer les notions sous différents formats ;

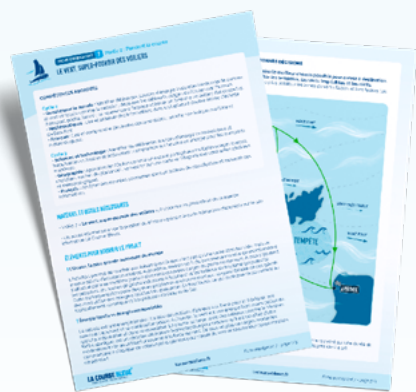


- Un ou plusieurs « **Le savais-tu ?** » pour partager des faits marquants ou des chiffres intéressants ;
- Un espace « **Le mot du jour** » pour stimuler la recherche de vocabulaire et nourrir les notions abordées. Ces mots du jour pourront constituer un lexique final du programme pédagogique ;
- Un encart « **En résumé** » pour synthétiser les notions de chaque fiche.

Certaines fiches comprennent également des « **activités complémentaires** » à faire en classe ou à la maison afin d'approfondir certaines notions.

## | LES FICHES ENSEIGNANTS

Le dossier comprend **16 fiches enseignants**, correspondant chacune à une fiche élève. Ces fiches permettent au professeur de nourrir le travail en classe en lui donnant davantage d'informations, ainsi que des suggestions d'actions et le corrigé des activités. Chaque fiche enseignant comprend les éléments suivants :



- Les **compétences et matières abordées** au sein de la fiche élève ;
- Le **matériel nécessaire** à la séance ;
- Des éléments pour **nourrir le projet** ;
- Des **suggestions/outils** pédagogiques ;
- Des liens vers des **ressources complémentaires** ;
- Les **corrigés** des activités.

## | LES VIDÉOS

**16 vidéos de Tom Laperche et de François Gabart** s'adressant directement aux élèves pour introduire des fiches et des notions. Elles sont chacune liées à une fiche élève et permettent de nourrir le sujet, donner une âme au projet et créer un vrai lien humain autour de cette aventure.



## | LES CARTES

Vous avez à disposition une carte déclinée en plusieurs formats :



- **Format A3** à imprimer et à afficher en classe.
- **Format A4** pour chaque élève, accessible dans la fiche 1. L'élève pourra positionner le bateau grâce aux coordonnées géographiques relevées tout au long de la course.
- **Format interactif** accessible depuis le site internet.

La carte interactive sera disponible à la fin du mois de septembre, directement depuis le menu du site internet de La Course Bleue. Sur cette carte, il sera possible d'avoir accès aux éléments suivants :

- La **position en temps réel du bateau** ainsi que ses coordonnées géographiques pour les reporter sur la carte au format A4 ;
- Des **informations complémentaires** sur des éléments géographiques de la zone traversée et les animaux rencontrés pendant la course ;
- Une **projection sphérique de la carte**, accessible en cliquant sur l'icône dédiée.

## | LES DÉFIS



• La fiche 6 vous propose de **réaliser une maquette du bateau** à partir de matériaux de récupération, si possible avec un décor. Chaque élève devrait participer à sa manière à ce travail collectif. Vous pouvez nous envoyer vos réalisations en utilisant, depuis le site internet, le formulaire « Partager votre expérience ».

• La fiche 11 vous propose d'**organiser avec votre classe une collecte de déchets**. Vous pouvez ramasser les déchets dans votre ville ou au sein de votre école et les analyser afin de mieux comprendre leur provenance.



• La fiche 16 propose de **mettre en place une ou plusieurs alternatives** dans votre établissement afin de diminuer la quantité de déchets produits. Ce dernier défi permet aux élèves de devenir acteurs du changement et de les engager au quotidien.

## | LES QUESTIONNAIRES

**3 questionnaires de validation des connaissances** sont proposés. Un questionnaire par partie du programme (fiche 6, 11 et 16), décliné en 12 questions. Les questionnaires sont aussi disponibles en format interactif sur le site internet de La Course Bleue.



Vous pouvez **télécharger l'ensemble des ressources gratuitement** depuis l'espace enseignant ou la page ressources du site internet de La Course Bleue. La création d'un compte est obligatoire pour télécharger l'ensemble des fiches élèves et enseignants.

Rendez-vous sur [lacoursebleue.fr](https://lacoursebleue.fr).



# PRÉSENTATION DES FICHES



## | PARTIE 1 : AVANT LA COURSE

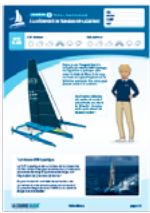
6 fiches à faire dans l'idéal entre la rentrée 2026 et les vacances de la Toussaint.



### Fiche 1 La Route du Rhum, une course au large en solitaire

Découverte de la course, son trajet, et les bases du vocabulaire de la course au large (skippeur, course en solitaire, transatlantique, mille marin, nœud).

Français Questionner le monde Géographie Mathématiques



### Fiche 2 À la découverte du trimaran SVR-Lazartigue

Présentation du trimaran avec une activité de repérage/découpage. Les élèves comparent les classes de bateaux et expérimentent la flottaison.

Français Questionner le monde Sciences et technologie Mathématiques



### Fiche 3 L'Océan, un acteur essentiel pour l'équilibre de notre planète

Introduction à l'Océan et à la notion d'écosystème, avec repérage des océans et des mers. Les activités font comprendre l'importance de l'Océan et ce qu'il apporte à la planète.

Français Questionner le monde Géographie Mathématiques



### Fiche 4 L'Océan, un espace vulnérable et menacé

Les élèves identifient les principales menaces qui pèsent sur l'Océan. Ils relient ces menaces aux activités humaines et découvrent leurs conséquences.

Enseignement moral et civique Sciences et technologie Géographie +



### Fiche 5 Le plastique, une matière omniprésente dans la vie quotidienne

Découverte du plastique, de ses avantages et limites. Observation des plastiques du quotidien. La fiche introduit la notion de déchet plastique et d'alternative.

Enseignement moral et civique Questionner le monde Sciences et technologie +



### Fiche 6 Derniers préparatifs avant le grand départ !

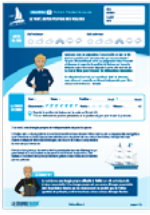
Zoom sur la préparation de la course (matériel, sécurité, vie à bord) et comment le skippeur fait des choix. Les enfants s'entraînent aussi à se repérer avec un quadrillage.

Géographie Sciences et technologie Arts plastiques + Défi n° 1 Quiz



## | PARTIE 2 : PENDANT LA COURSE

5 fiches à faire dans l'idéal pendant la course, du 2 au 6 novembre.



### Fiche 7 Le vent, super-pouvoir des voiliers

Découverte du vent comme énergie propre pour la navigation. Les élèves apprennent à estimer sa force avec l'échelle de Beaufort et tracent une route sur une carte fictive.

Français

Questionner le monde

Géographie

Mathématiques



### Fiche 8 À la rencontre des habitants de l'Océan

Exploration de la biodiversité marine à travers la classification des espèces et l'écoute des sons marins. Les enfants découvrent la complexité d'un réseau trophique.

Français

Questionner le monde

Sciences et technologie

Mathématiques



### Fiche 9 Le plastique, une rencontre de plus

Étude des déchets plastiques emportés par les courants marins jusqu'aux grands tourbillons océaniques (les gyres). Les élèves découvrent la toxicité de cette pollution.

Français

Questionner le monde

Géographie

Mathématiques



### Fiche 10 Les microplastiques et leurs impacts sur la biodiversité

Compréhension de la fragmentation du plastique en morceaux invisibles. Une activité démontre comment cette pollution s'accumule dans le réseau trophique jusqu'à l'humain.

Enseignement moral et civique

Sciences et technologie

Géographie

+



### Fiche 11 Pourquoi le plastique arrive-t-il dans l'Océan ?

Prise de conscience que la pollution marine provient majoritairement de nos activités à terre. La classe imagine un message de sensibilisation pour les grilles d'égouts.

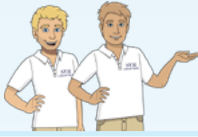
Questionner le monde

Sciences et technologie

+

Défi n° 2

Quiz



## | PARTIE 3 : APRÈS LA COURSE

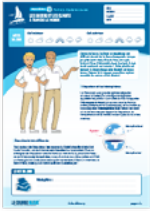
5 fiches à faire après la course.



### Fiche 12 Arrivée en Guadeloupe : histoire, culture et décalage horaire

Découverte de l'archipel de la Guadeloupe. Les élèves apprennent également à comprendre le décalage horaire à travers le monde grâce à la carte des fuseaux horaires.

Français Questionner le monde Géographie Mathématiques Histoire



### Fiche 13 Les saisons et les climats à travers le monde

Compréhension du phénomène des saisons, qui est directement lié à l'inclinaison de la Terre autour du Soleil. Les enfants explorent la répartition des grandes zones climatiques.

Français Questionner le monde Sciences et technologie +



### Fiche 14 Refuser, réduire et réutiliser, des solutions à terre pour protéger l'Océan

Découverte de la règle des « 5 R », avec un focus sur les trois premiers « R », qui sont les plus importants pour réduire la pollution par les plastiques : Refuser, réduire, réutiliser.

Français Questionner le monde Enseignement moral et civique +



### Fiche 15 Trier et recycler pour limiter la pollution par les plastiques

Sensibilisation à l'importance du tri et aux étapes du recyclage. Les enfants s'entraînent à déchiffrer les symboles imprimés sur les emballages pour apprendre à les trier.

Enseignement moral et civique Sciences et technologie Géographie +



### Fiche 16 Agir à son échelle en utilisant des alternatives au plastique

Exploration des alternatives qui existent à travers le monde. La classe clôture l'aventure en relevant le défi de mettre en place une véritable alternative au sein même de l'école.

Enseignement moral et civique Questionner le monde + Défi n° 3 Quiz

# KRESK 4 OCEANS

**KRESK 4 OCEANS** est un fonds de dotation dont la mission est de contribuer à la préservation des océans, à combattre la pollution marine et en particulier la pollution par les plastiques.

Pour lutter contre la pollution maritime, **KRESK 4 OCEANS** cible trois enjeux majeurs :

### AGIR À TERRE

Chercher à réduire l'usage du plastique tout en soutenant une économie bleue, innovante, circulaire et insérée dans les territoires.

### COMPRENDRE EN MER

Contribuer à une meilleure connaissance des polluants, des contaminants et de leurs incidences, en particulier sur la biodiversité marine.

### SENSIBILISER

Former les générations futures et le grand public à la préservation de notre bien commun qu'est l'Océan.

**KRESK 4 OCEANS** a donc créé le programme pédagogique gratuit de La Course Bleue afin de sensibiliser la jeunesse et l'aider à relever les défis liés à la protection des océans.

# FONDATION DE LA MER

Acteur de la générosité en faveur de l'Océan depuis 10 ans, la **Fondation de la Mer** est le partenaire des associations, des citoyens, des pouvoirs publics et des entreprises qui se mobilisent ensemble pour protéger et sauver les espèces marines et leurs écosystèmes.

Depuis 10 ans, elle sensibilise les citoyens et les pouvoirs publics, mobilise les donateurs particuliers et entreprises mécènes pour accélérer la protection de l'Océan.

La **Fondation de la Mer** a signé une convention-cadre de partenariat avec le ministère de l'Éducation nationale dans le cadre de la promotion de l'égalité des chances et du développement durable. Elle agit en partenariat avec la Direction générale de l'enseignement scolaire pour développer de nouveaux outils et propositions pédagogiques afin de sensibiliser et former tous les élèves à l'ensemble des enjeux liés à l'océan.

## | LES AMBASSADEURS DU PROJET

### François Gabart

Amoureux passionné de la mer, c'est un marin engagé pour la préservation des écosystèmes marins. Très tôt, au cours de ses expériences en mer, il a pris conscience de la nécessité de préserver les océans. Ambassadeur de KRESK 4 OCEANS, il lutte aujourd'hui pour la préservation des écosystèmes marins.



### Tom Laperche

Tom Laperche est sans aucun doute une étoile montante dans le monde de la voile, prêt à relever de nouveaux défis et à laisser sa marque dans les plus grandes compétitions internationales de la course au large. Au-delà de l'exploit sportif, il met sa passion au service de la mer pour sensibiliser la jeune génération à la préservation de l'Océan.



## RESTEZ INFORMÉS

---

Pour suivre les actualités de la Course Bleue et de la Route du Rhum, découvrir plus de vidéos ou encore recevoir des astuces et des conseils pour utiliser les ressources pédagogiques, n'hésitez pas à nous suivre sur les réseaux ou à vous abonner à notre newsletter.

**Page Facebook :** <https://www.facebook.com/lacoursebleue>

**Compte Instagram :** <https://www.instagram.com/lacoursebleue/>

**Chaîne Youtube :** <https://www.youtube.com/@Kresk4Oceans>

**Newsletter :** Inscrivez-vous à notre liste de diffusion dédiée à La Course Bleue en indiquant votre adresse mail dans le formulaire dédié, en bas de notre site internet.

## REMERCIEMENTS

---

Toute l'équipe de KRESK 4 OCEANS tient à remercier l'ensemble des intervenants qui ont participé à la création de cette expérience pédagogique.

**Crédits photos :**

- Pexels
- Guillaume Gatefait
- Freepik
- Qaptur
- Wikimedia Commons

**Crédits illustrations :**

- Apolline Decrême
- studio krack
- Freepik

Certaines photographies ont été générées grâce à l'IA.



**LA COURSE BLEUE**<sup>®</sup>  
ROUTE DU RHUM - ÉDITION 2026/2027

**VOUS AVEZ UNE QUESTION, VOUS RENCONTREZ UN PROBLÈME OU VOUS SOUHAITEZ  
SIMPLEMENT NOUS PARTAGER VOS RETOURS D'EXPÉRIENCE ?**

N'hésitez pas à utiliser notre formulaire de contact ou à nous écrire à [teamkresk@lacoursebleue.fr](mailto:teamkresk@lacoursebleue.fr).

*Tous droits réservés à KRESK 4 OCEANS.*