



Route du Rhum 2026

Déroulement du rituel

Rituel quotidien de 10 minutes

Fil rouge : suivre une traversée de l'Atlantique, découvrir la navigation et les océans, mémoriser chaque jour une idée essentielle.

Organisation

Temps	Format
Pré-séance	30 à 40 min : lancement du projet et découverte du carnet
Avant le départ	8 rituels (5-15 octobre, 4 jours par semaine) + maquette + un quiz final
Pendant la course	8 à 12 rituels, selon la durée réelle de la traverse + un quiz final
Après la course	4 rituels : résultats, découvertes et bilan + un quiz final

Pré-séance - Embarquement !

Vidéo d'accroche ; repérage Saint-Malo → Guadeloupe ; présentation de la course en solitaire et du skipper suivi ; remise du carnet A3 ; pronostic individuel sur la durée de traversée.

Chaque jour : 10 minutes

Durée	Déroulement
2 min	Point sur la course : position, progression ou préparation avant le départ.
6 min	Question du jour : image, carte, vidéo courte ou défi oral.
2 min	Trace dans le carnet : UN mot, un symbole ou un petit dessin.

Carnet de bord individuel

Une feuille A3 recto verso pliée en deux (4 pages A4) : couverture avec prénom et pronostic ; 8 cases « avant » ; 12 cases « pendant » ; 4 cases « après » et bilan. Chaque case porte son numéro, la question du jour et un espace libre.

Consigne permanente : « Écris UN mot ou réalise UN petit dessin pour garder une trace de ta découverte. » Aucune phrase à recopier.

Progression – 24 questions sur 6 semaines



AVANT LA COURSE

N°	Question inscrite dans le carnet
1	Qu'est-ce que la Route du Rhum ?
2	Où se trouvent Saint-Malo et la Guadeloupe ?
3	Qui est Tom Laperche ?
4	Qu'est-ce qu'un trimaran ? (montage de la maquette Initiative Coeur)
5	Comment un bateau avance-t-il sans moteur ?
6	Comment se prépare-t-on à traverser l'Atlantique seul ?
7	Pourquoi l'océan est-il indispensable à notre planète ?
8	Quels dangers attendent les skippers ? + Quiz final



PENDANT LA COURSE

N°	Question inscrite dans le carnet
9	Où se trouvent nos navigateurs après le départ ?
10	Comment le vent fait-il avancer les voiliers ?
11	Quels animaux les navigateurs peuvent-ils rencontrer ?
12	Pourquoi retrouve-t-on du plastique partout ?
13	Comment les déchets arrivent-ils dans l'océan ?
14	Que deviennent les plastiques dans l'océan ?
15	Pourquoi les microplastiques sont-ils dangereux ?
16	Les saisons sont-elles les mêmes partout sur Terre ?
17	Pourquoi n'est-il pas la même heure en France et en Guadeloupe ?
18	Comment réduire nos déchets au quotidien ?
19	Que deviennent nos déchets lorsqu'on les trie ?
20	Par quoi remplacer certains objets en plastique ? + Quiz final



APRÈS LA COURSE

N°	Question inscrite dans le carnet
21	Qui est arrivé en premier et en combien de temps ?
22	Comment vit-on en Guadeloupe ?
23	Qu'avons-nous appris sur l'océan ?
24	Comment pouvons-nous protéger l'océan ? + Quiz final