



Activités athlétiques : jeux de course

Champs d'apprentissage : Produire une performance maximale, mesurable à une échéance donnée

Matériel

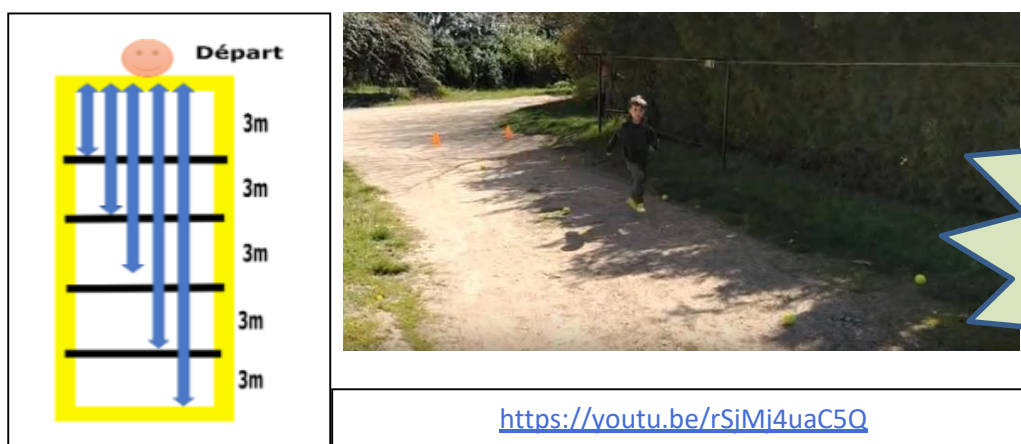
- Des plots
- Contraintes sanitaires liées à l'activité : voir fiche spécifique

+ Echauffement (5 à 10')

+ Situations pédagogiques :

1. Course de lignes

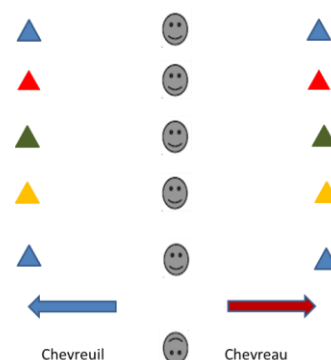
- Enchaîner des allers/retours entre le départ et les lignes. Revenir le plus vite possible lors du dernier retour.
- Faire un 1er essai doucement. Le faire une 2ème fois sans s'arrêter.



<https://youtu.be/rSiMi4uaC5Q>

2. Chevreaux / chevreuils (Chameau / chamois sans contact)

Les élèves sont séparés en 2 lignes, avec 1 élève face à un autre. 1 ligne est nommée « Chevreaux », l'autre ligne s'appelle « Chevreuils ». Lorsque l'enseignant appelle une équipe, les élèves doivent franchir la ligne d'arrivée de l'équipe nommée avant le partenaire.



+ Retour au calme (5 à 10')