



# Courir plus vite que

**Activité : Course de durée**

**Niveau : Cycle 1**

## **Compétence spécifique**

Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variées  
Se repérer et se déplacer dans l'espace

## **Compétence de fin de cycle**

Par la pratique d'activités physiques libres ou guidées dans des milieux variés, les enfants développent leurs capacités motrices dans des déplacements : courir

## **Objectifs**

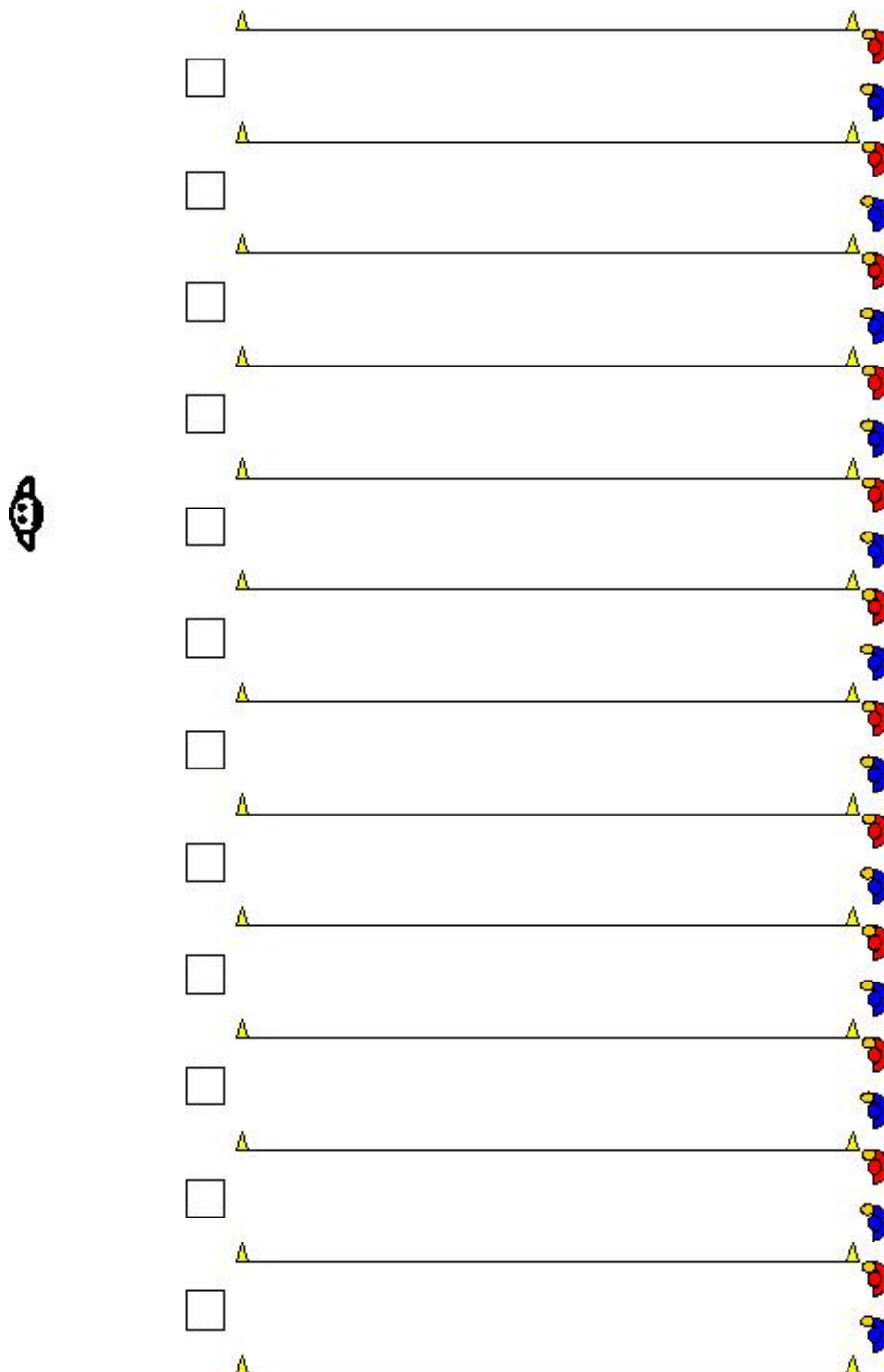
Comprendre que l'un court plus vite que l'autre. que l'on doit soit courir plus vite, soit courir moins vite que l'autre

## Organisation

Les enfants sont par deux avec un objet à transporter dans une caisse.

Les enfants sont alignés derrière une ligne et au signal doivent courir pour aller poser leur objet.

Ils feront deux courses, à la première un doit terminé premier, à la deuxième c'est l'autre.



*Courir plus vite que*

## Matériel

Objets,  
Caisse,  
Tambourin

## Consigne

"Au signal tout le monde part vers les caisses, à la première course c'est le rouge qui doit poser son objet le premier."

A la fin de la course il faut questionner les enfants : "Qui a couru le plus vite?"

Attention on recommence, maintenant c'est au tour des bleus de terminer en premier. Il faut alors reposer la question: "Qui a couru le plus vite?"

Pour la troisième course, les enfants vont le plus vite possible, et à la fin il faut reposer la question "Qui a couru le plus vite?".

On peut alors changer les paires et mettre ensemble ceux qui ont gagné et ceux qui ont perdu, ou demander aux enfants de choisir un adversaire pour une nouvelle course.

## Critères de réussite

Premier et deuxième temps : Réussir à changer sa vitesse de course, courir vite et se freiner pour courir moins vite

Troisième temps : courir le plus vite possible

## Critères de réalisation

Contrôler sa course

Chercher à aller plus vite que l'autre

Savoir se freiner pour ne pas dépasser l'autre

Savoir courir le plus vite possible.

## Variables didactiques

Distance de course

Nombre de répétitions