

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

courir longtemps en suivant l'autre, adapter sa course aux obstacles

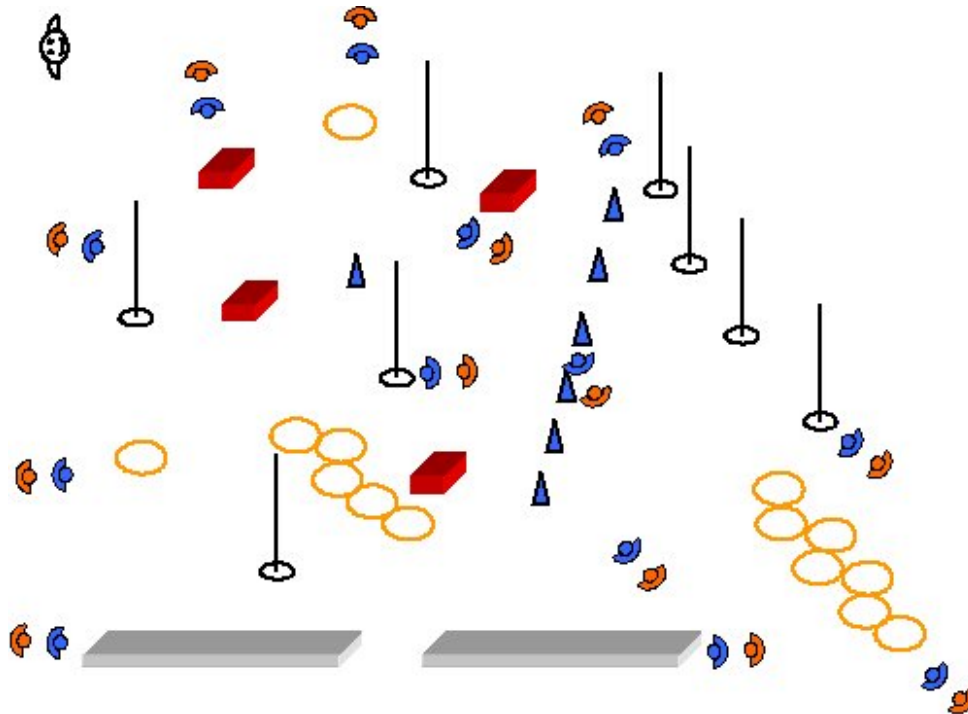
## Organisation

Des plots, caisses, cordelettes, cerceaux, chaises, ... sont dispersés dans l'espace de course. Les élèves sont par deux.

Le magnétophone est placé pour que les enfants puissent l'entendre de partout sur le terrain. La musique dure 2 minutes. (Comptines répété, musique pour enfant...)

La musique aura été au préalable écoutée en classe

Une première course est organisée, puis les enfants sont regroupés pour discuter sur "comment il faut faire pour réussir?", puis après 3 minutes de repos les rôles sont inversés.



course poursuite

## Matériel

---

Caisses, plots, cerceaux, cordes, chaises..  
Dossards,  
Tambourin  
Magnétophone.

## Consigne

---

"Vous allez courir longtemps. Vous devez courir en vous suivant sans vous perdre dans toute la cour. Vous commencez quand la musique démarre et vous écoutez bien la musique pour vous arrêter à la fin.  
Quand on a fini de courir on se regroupe et vous allez dire comment vous avez couru."

## Critères de réussite

---

Courir tout le temps de la musique, suivre son partenaire.

## Critères de réalisation

---

Ne pas courir trop vite  
Attendre l'autre  
Passer partout pour s'amuser  
Écouter la musique pour savoir quand ce sera la fin

## Variables didactiques

---

Temps de course  
Signal de milieu de course  
Changement de rôle en milieu de course