



Le temps du sablier

Activité : Course de durée

Niveau : Cycle 1

Compétence spécifique

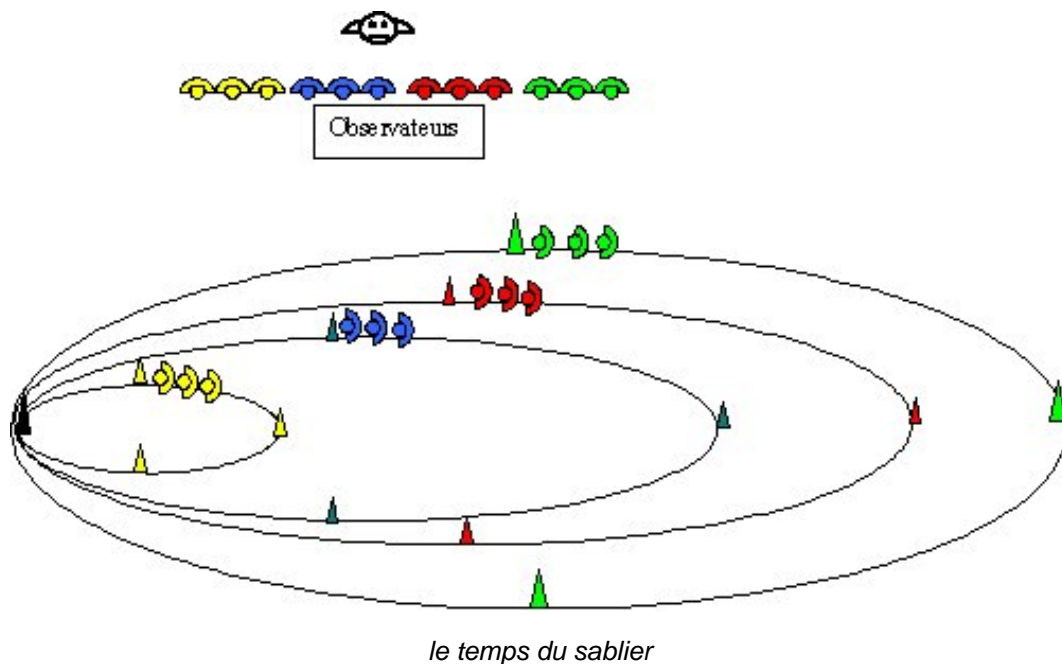
Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variées
Se repérer et se déplacer dans l'espace

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

Organisation

Le terrain est organisé en plusieurs parcours de longueur différentes. Les enfants sont organisés par paire un coureur et un observateur. Les observateurs ont une réserve de perles et un fil. Chaque fois que le coureur passe devant eux il mettent une perle sur leur collier. Un sablier d'une durée de 2 minutes a été construit avec les enfants ou présenté aux enfants.



Matériel

Plots de couleurs différentes
Sablier construit avec les enfants
Colliers et perles

Consigne

Les coureurs : "nous avons construit un sablier, vous allez essayer de courir tout le temps du sablier sans vous arrêter. . Pour cela vous allez choisir un parcours jaune, bleu, rouge ou vert. Si quelqu'un est trop fatigué il s'arrête. Vous essayez de courir ensemble, c'est à dire que tout le monde devrait être en même temps devant un plot".

Les observateurs : "chaque fois que votre camarade passe devant vous , vous mettez une perle sur votre collier. On regardera à la fin combien chaque enfant à fait de tours, c'est à dire combien il y a de perles sur son collier".

Au bilan si certains n'ont pas pu respecter le temps du sablier, leur demander de courir plus doucement.

Si certains ont fait un grand nombre de tour, leur demander de courir sur un circuit plus long.

Critères de réussite

Courir sans s'arrêter

Critères de réalisation

Courir lentement

Choisir un parcours adapté à sa force

Les enfants font le même nombre de tours mais des distances différentes

Variables didactiques

Durée du sablier

Dimensions des différents parcours