

Activité : Course de durée

Niveau : Cycle 2

Compétence spécifique

Réalisée une performance

Compétence de fin de cycle

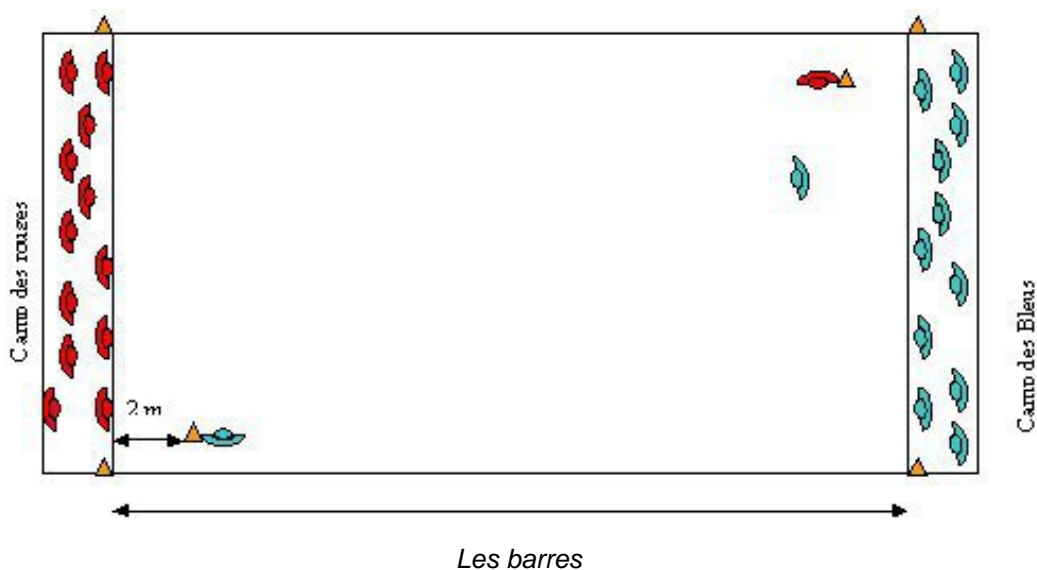
Courir longtemps (de 6 à 12 minutes), de façon régulière, en aisance respiratoire.

Objectifs

- Développer le sens de l'effort, en acceptant les conséquences (essoufflement, temps de récupération...).
- Savoir récupérer en marchant.

Organisation

La classe est divisée en 2 équipes, chaque équipe à son camp et devant son camp un plot, une marque pour les prisonniers de l'autre équipe. La partie se joue au temps. Au signal de départ les équipes sont dans leur camp, et un volontaire de chaque équipe joue le rôle de premier prisonnier devant le camp adverse.



Matériel

terrain de 20 à 40mètres, 6 plots

Consigne

Vous êtes divisé en 2 équipes, chaque équipe a son camp et devant son camp , un plot pour les prisonniers.

Le but du jeu est d'avoir à la fin de la partie plus de prisonniers que l'équipe adverse, ou d'avoir fait prisonnier toute l'équipe adverse.

Un joueur peut faire prisonnier un adversaire en le touchant.

Il n'est possible de toucher un adversaire que vous avez "barre sur lui", c'est à dire vous êtes sorti de votre camp après que lui ne soit sorti du sien.

Si vous êtes sorti de votre camp avant que lui ne soit sorti du sien et que vous le touchez, c'est vous qui êtes prisonnier.

Si vous faites un prisonnier, vous revenez en marchant en le tenant par la main dans votre camp, vous placez le prisonnier dans la file des prisonniers. Pendant ce temps vous êtes "intouchable".

Vous pouvez délivrer un prisonnier si vous parvenez sans être touché par un adversaire à lui toucher la main. Dans ce cas vous revenez dans votre camp en marchant, en le tenant par la main. Pendant ce temps vous êtes également "intouchable".

Le jeu se joue au temps (meilleure équipe celle qui a le plus de prisonnier) ou tous l'autre équipe prisonnière.

Critères de réussite

L'équipe qui a gagné est celle qui a le moins de prisonniers à la fin du jeu ou celle qui a réussi à faire prisonnier la totalité de l'équipe adverse

Critères de réalisation

Attaquant :

- défier les adversaires qui sont à notre portée
- observer les adversaires qui sont "attrapables", tenir compte des adversaires qui peuvent nous attraper
- se faire oublier dans un coin
- attirer les adversaires pour que ses partenaires puissent les attraper

Défenseur :

- tenir compte des adversaires qui ont "barre sur nous"
- s'organiser collectivement pour défendre les prisonniers (se mettre à plusieurs qui restent dans le camp, observent les adversaires et sortent un par un pour contrer l'adversaire qui tente de libérer un prisonnier.

Variables didactiques

Distance entre les camps

Nombre de joueurs

Annonce ou pas du nom du joueur sur lequel on a "barre".

Possibilité ou non de courir après un seul ou plusieurs adversaires sur lesquels on a barre