



# La course aux couleurs

Activité : Course de durée

Niveau : Cycle 3

## Compétence spécifique

Réalisée une performance mesurée

## Compétence de fin de cycle

Courir de 8 à 15 minutes, selon ses possibilités, de façon régulière, en aisance respiratoire.

## Objectifs

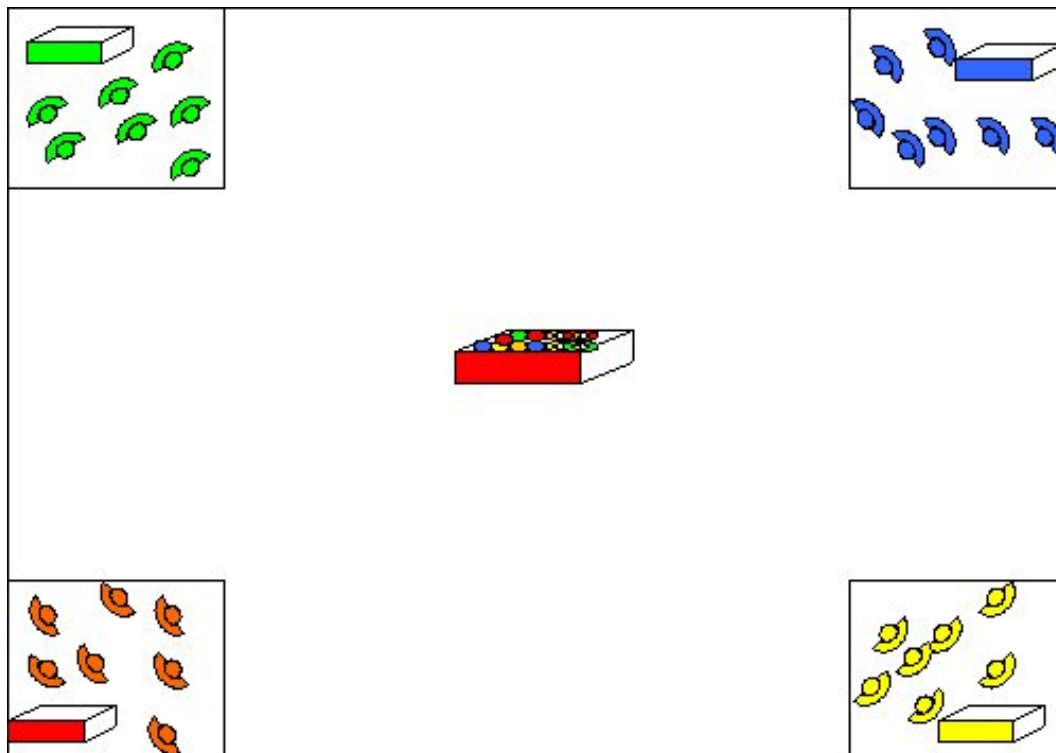
- Travail de la capacité aérobie sous forme de jeu
- Courir sur un temps donné en ajustant sa vitesse pour ne pas être essoufflé.
- Ajuster son allure, sa foulée pour atteindre l'objectif.

## Organisation

Les enfants sont répartis en 4 groupes, à chaque groupe correspond une couleur.

Chaque groupe a une caisse dans un coin identifiée par une couleur.

Au centre dans une grande caisse se trouvent des objets . Il y a autant d'objets pour chaque couleur.



*La course aux couleurs*

## Matériel

Foulards, 5 caisses, objets de 4 couleurs en nombres identiques( 4 à 5 par enfants) : balles, anneaux, cubes, foulards..

## Consigne

Au signal du maître les joueurs de chaque équipe vont chercher un objet de la couleur de leur équipe au centre du terrain et le ramène dans leur caisse.

Le jeu se termine quand tous les objets d'une couleur ont été mis dans la bonne caisse.

## Critères de réussite

ramener les objets de la bonne couleur le plus vite possible dans sa caisse

## Critères de réalisation

- reconnaître les couleurs
- ne pas prendre les autres couleurs
- comparer sa couleur de foulard (dossard) avec les objets...
- courir vite et repartir pour finir le jeu le plus vite possible

## Variables didactiques

Nombre d'objets ( nombre d'aller retours)

Nombre de couleurs

Distance entre les caisses et la caisse centrale

Retour avec l'objet marché ( courir vite et repose entre les courses) ou couru ( courir longtemps régulièrement).