

**Activité : Athlétisme**

**Niveau : Cycle 2**

## Compétence spécifique

Réaliser une performance

## Compétence de fin de cycle

Partir vite à un signal et maintenir sa vitesse pendant 7 secondes.

Courir vite au CP

- Courir vite sur une vingtaine de mètres.
- Réagir à un signal de départ, visuel ou sonore.
- Maintenir une trajectoire rectiligne

Courir vite au CE1

- Courir vite sur une trentaine de mètres.
- Franchir la ligne d'arrivée sans ralentir.
- Enchaîner une course avec une transmission de témoin.

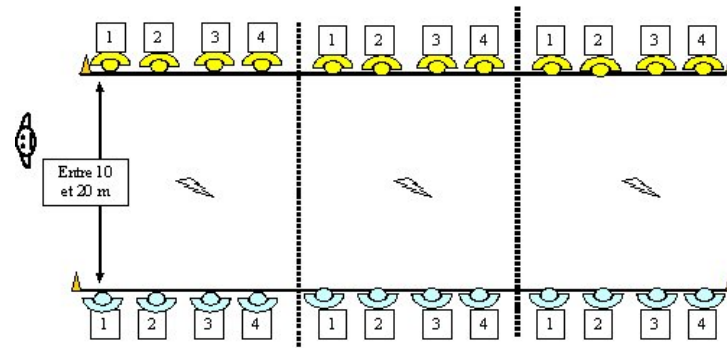
## Objectifs

- adopter des stratégies
- améliorer la réaction au signal (améliorer les réflexes)
- Courir pour se sauver et/ou pour attraper
- travail de la mise en action

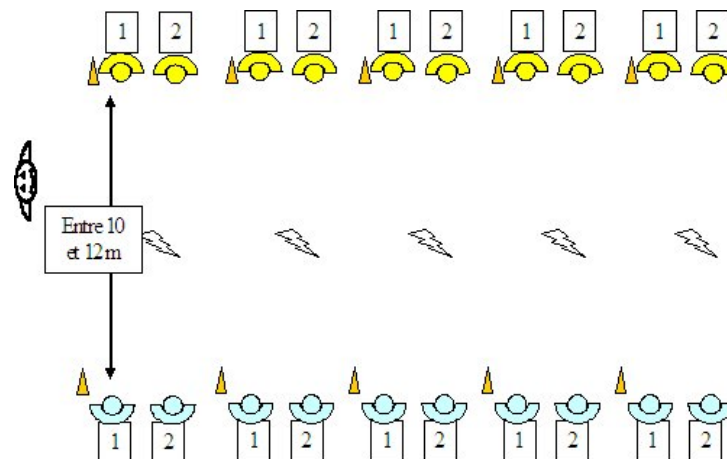
# Organisation

Les élèves sont sur deux lignes distantes de 10 à 15 m. Chaque élève reçoit un numéro de 1 à 4. Les élèves sont opposés 4 contre 4. Chaque groupe de 8 joueurs a un foulard placé entre les deux lignes à égale distance.

Le jeu dure pour que chaque enfant ait fait au moins 8 courses. On peut faire trois jeux de suite avec un repos de 3 minutes entre chaque jeu.



Le jeu pour être plus intéressant doit mobiliser les élèves. Il est possible d'augmenter le nombre de foulard par exemple un pour 4 et de diminuer la distance (travail de réaction plus que de vitesse).



## Matériel

foulards de couleurs différentes, plots

## Consigne

Tâche :

Réagir au numéro appelé et courir vite.

Consigne :

Je vais appeler un numéro, alors ceux qui ont ce numéro courent vite vers le foulard qui se trouve entre les deux lignes et essaient de le ramener dans leur camp sans se faire toucher par leur adversaire

## Critères de réussite

revenir dans son camp avec le foulard sans être touché

## Critères de réalisation

- Être attentif aux ordres du maître
- Être dans une position de départ favorable à un départ rapide
- Établir une stratégie pour ramener le foulard sans se faire toucher si les deux adversaires arrivent en même temps vers le foulard

## Variables didactiques

- 1- La distance entre les lignes
- 2- La position de départ
- 3- L'avertissement pour les élèves appelés : attention j'appelle le numéro... ou seulement numéro...
- 4- Le niveau de l'adversaire

### Trame de variance

Milieu	Signal	Distance	Foulée	But
Stade Terrain plat Terrain de Handball Cour d'école. Trajectoire ligne droite ligne courbe Zig Zag	Auditif Visuel Auditif et visuel Kinesthésique Forme du départ Accroupi Semi fléchi Assis A Genoux Allongé par terre	8 à 12 m ( mise en action) 15m en cycle 1 20m en cp 30m en ce1 <b>Durée</b> 3 secondes 5 secondes 7 secondes 9 secondes	Course "normale" Course en amplitude Course en fréquence <b>Formes de travail</b> Talon fesse Course en montée de genoux Foulée bondissante Pas chassés Pas de sioux Pas de l'oie Courir 3 foulées en avant et 3 foulées en arrière	Pour aller poser un objet Pour aller prendre un objet Pour remplir un contrat Pour jouer Pour battre un record