



# Terminer après la ligne

**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

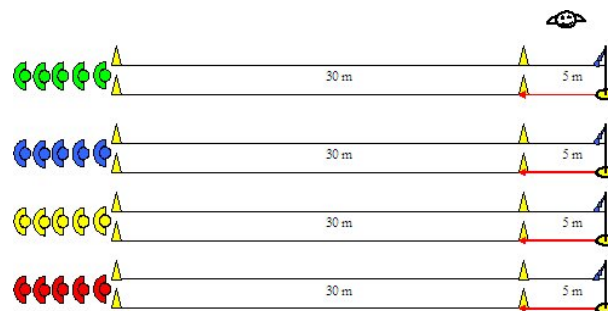
- Courir vite sur une trentaine de mètres.
- Franchir la ligne d'arrivée sans ralentir.
- Enchaîner une course avec une transmission de témoin.

## Objectifs

travail du finish

## Organisation

Les élèves sont par groupe face à un couloir de course. Au signal ils courent jusqu'à la ligne d'arrivée et arrêtent de courir lorsqu'ils ont dépassés le foulard placé à 5 m de la ligne d'arrivée.



## Matériel

Plots, sifflet, chronomètre, foulards

## Consigne

"Vous allez faire une course de 30m. mais vous devez arrêter de courir seulement après avoir dépassé le foulard rouge situé à 5 m de la ligne d'arrivée.

Attention vous êtes chronométré aux 30m. Nous comparerons votre performance aujourd'hui à celle de l'évaluation diagnostique.

## Critères de réussite

- améliorer son temps de course sur 30m

## Critères de réalisation

- courir jusqu'au bout
- ne pas ralentir avant la ligne d'arrivée

## Variables didactiques

- Foulard à une plus ou moins grande distance de la ligne d'arrivée
- Course de 30, 40 ou 50 m

### *Trame de variance*

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

