



Courir sur un parcours

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

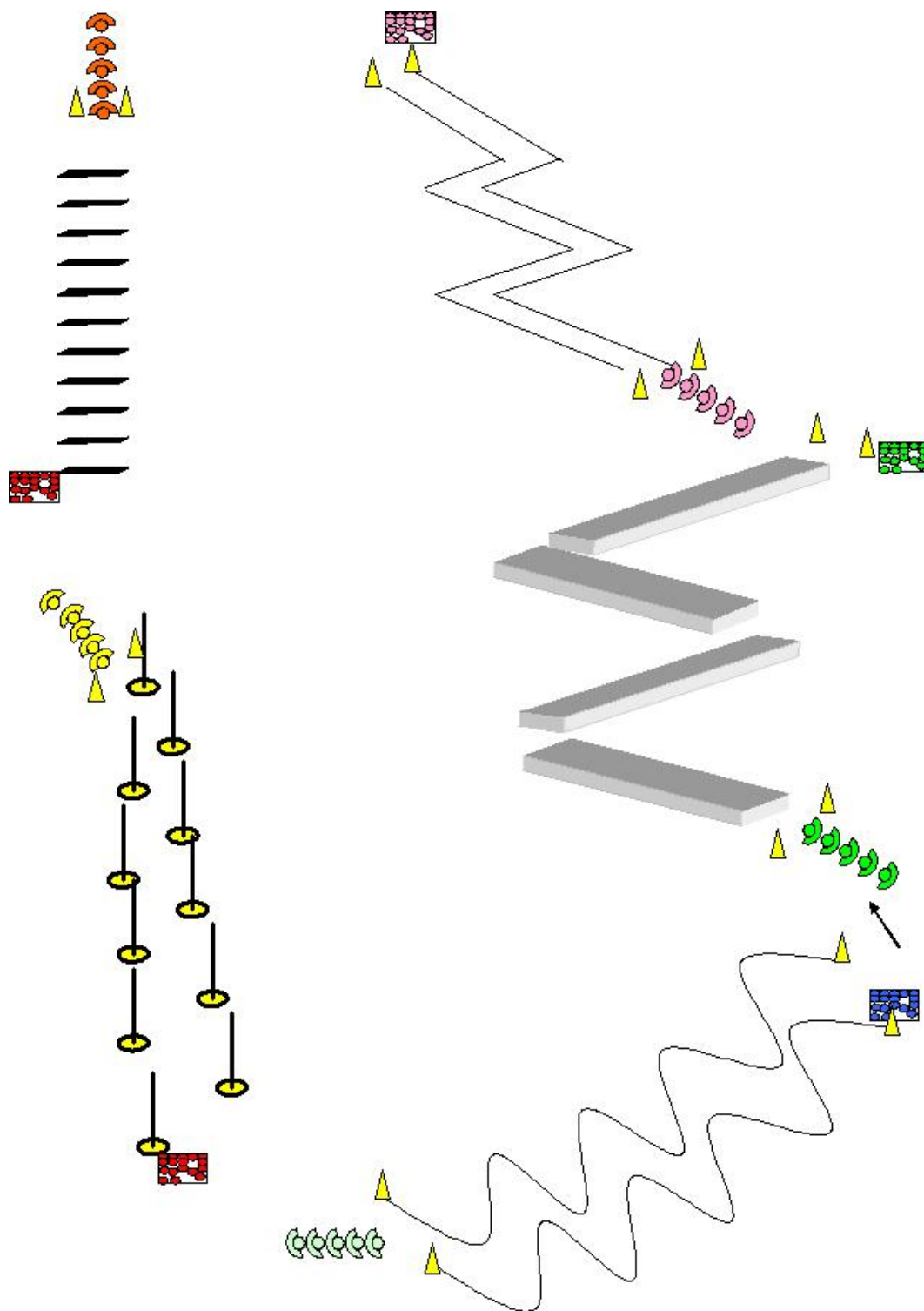
Par la pratique d'activités physiques libres ou guidées dans des milieux variés, les enfants développent leurs capacités motrices dans des déplacements : courir

Objectifs

Courir longtemps, adapter sa course aux obstacles. Cette situation peut servir d'évaluation diagnostique

Organisation

Les enfants sont en groupe. Un parcours est organisé dans la cour. Au niveau de chaque fin d'atelier, une boîte contenant des perles de forme et de couleur identiques sont placés. Chaque partie fait entre 5 et 10 mètres.



courir sur un parcours

Matériel

Perles en bois, Petit sac en tissu ou en plastique, Plots, Cordes, Bandes plastiques, Tapis, lattes...

Consigne

"Vous allez courir, chaque fois que vous avez terminé un atelier, vous prenez une perle dans la boîte, que vous mettez dans votre petit sac. Vous continuez comme cela pendant 3 minutes. A la fin de la course vous faites votre collier."

"Vous devez en trois minutes faire le collier le plus long possible."

Critères de réussite

Construire le plus long collier

Critères de réalisation

Courir lentement ,

Courir régulièrement

Choisir la bonne vitesse pour faire le collier le plus grand possible

Variables didactiques

Forme du parcours , Distance , Ecartement des objets, Temps de course