



Courir moins vite que, plus vite que

Activité : Athlétisme

Niveau : Cycle 1

Compétence spécifique

- adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés

Compétence de fin de cycle

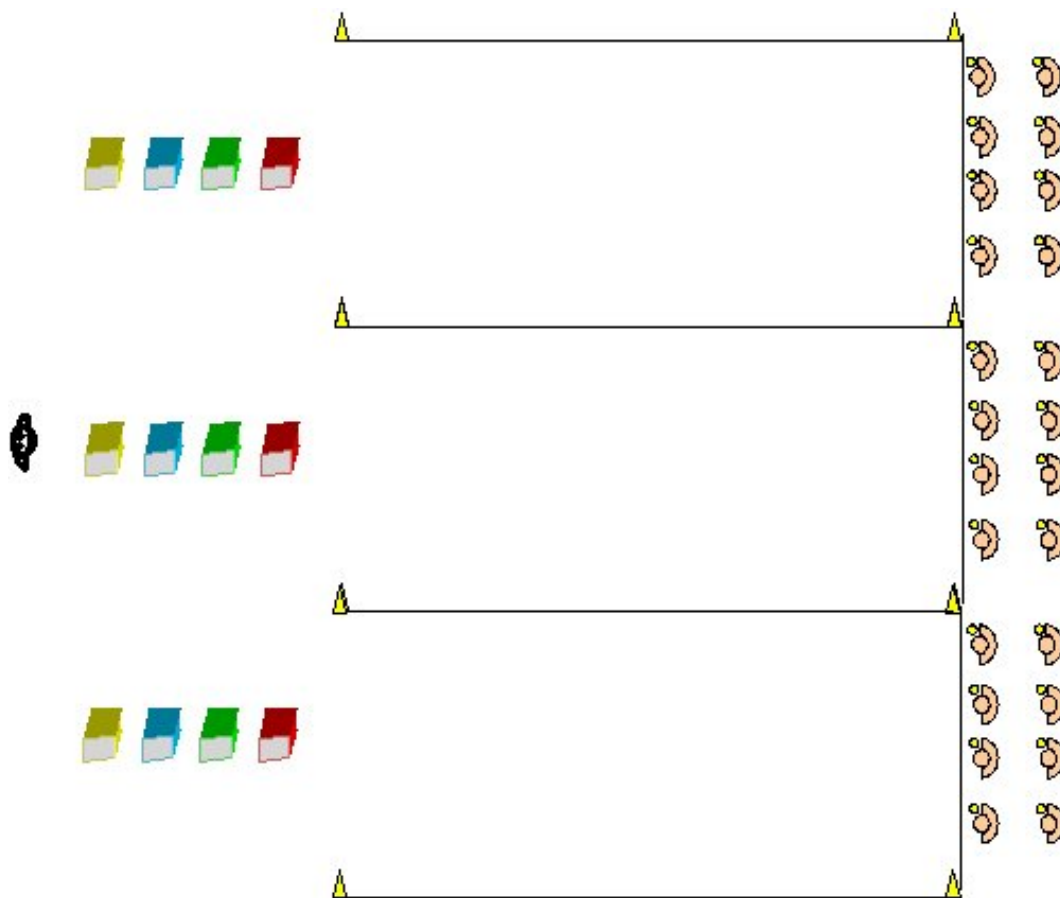
Par la pratique d'activités physiques libres ou guidées dans des milieux variés, les enfants développent leurs capacités motrices dans des déplacements (courir, ramper, sauter, rouler, glisser, grimper, nager...).

Objectifs

Diversifier les réponses motrices pour le verbe d'action courir : différencier les vitesses de course

Organisation

Les enfants sont par groupe de 4 devant un espace matérialisé par des plots. Au bout 4 caisses de couleurs différentes sont disposées les unes derrière les autres. Au besoin faire plusieurs vagues.



courir moins vite que, plus vite que

Matériel

Plots, caisses de couleurs, un objet par élève.

Consigne

Au signal vous allez le plus vite possible mettre votre balle dans les caisses au bout du terrain. Le premier arrivé met sa balle dans la caisse la plus loin c'est à dire la caisse jaune, le deuxième met la balle dans la bleue, le troisième met sa balle dans la caisse verte, le quatrième met sa balle dans la caisse rouge.

A la fin d'une course (en classe lors d'une phase de verbalisation faire dire aux enfants lequel est allé le plus vite, lequel est allé le moins vite

Critères de réussite

savoir dire je suis allé plus vite que et moins vite que

Critères de réalisation

- courir vite
- respecter l'ordre d'arrivée

Variables didactiques

- distance à courir
- nombre de coureurs 2, 3 ou 4
- accepter les ex æquo (courir aussi vite que et mettre les balles dans la même caisse.

Trame de variance

Milieu	Vitesse	But	Avec	L'autre
Sur du béton	Le plus vite possible Plus vite que Moins vite que Aussi vite que Courir s'arrêter, repartir	Pour s'enfuir Pour attraper Pour rejoindre un lieu Pour se regrouper Pour traverser une zone Pour échapper à un ou plusieurs poursuivants	- un objet (balle, bâton, cerceaux, anneaux.. - un objet long ou volumineux - des objets des objets longs (bâton), - des objets volumineux (gros ballons, boîte en carton...)	Seul , à 2, à 3, à 4... En groupe En équipe En relais
Sur de l'herbe				
Sur du sable				
Sur des tapis fins				
Sur des gros tapis				
Autour d'obstacles bas, haut, grand, petit, large..				
Au dessus d'obstacle bas large, étroit, de plus en plus haut...				
Sur des objets : bancs, poutre, tapis...				

