

AGIR DANS LE MONDE

COMPETENCE: réaliser une action que l'on peut mesurer, courir vite, adapter sa conduite motrice en vue de l'efficacité.

ACTIVITE: courses de vitesse

OBJECTIF DE LA SEANCE: confronter les élèves pour augmenter leur répertoire moteur dans les actions de courir .

MATERIEL:

banc, cordes accrochées à des plots, plots, quilles ou sacs de graines, scotch de couleur ou bâtons.

DEROULEMENT:

La salle est divisée en deux espaces de course.

L'espace 1 est délimité par des plots et des cordes, une zone de départ marquée au sol par un scotch ou des bâtons, une zone d'arrivée symbolisée par un banc sur lequel sont disposés des petits sacs (entre 10 et 15), le tout disposé dans la longueur de la salle.

L'espace 2 est plus grand, il est constitué de scotch au sol qui représente un chemin à suivre avec virages , une zone de départ marquée d'un trait de scotch et une zone d'arrivée où se trouve un plot surmonté d'une quille ou d'un petit sac.

A leur arrivée dans la salle, les élèves se disposent dans l'espace 1 et au signal , courent le plus vite possible pour gagner un petit sac.

Les 15 premiers (qui ont un petit sac) changent d'espace et vont à l'espace 2.

Les petits sacs de l'espace 1 sont remplacés par une quille ou un seul petit sac.

Le signal de départ est donné en même temps pour les élèves de l'espace 1 et de l'espace 2.

Le but est de gagner la course en étant le premier à prendre la quille ou le petit sac.

Les courses s'enchaînent dans les deux espaces.

A la séance n°2 (le lendemain) , tous les élèves recommencent la première course pour savoir qui ira dans l'espace 2.

Dés la séance 2, un tableau de score est mis en place.

Une petite gommette pour le gain d'une course dans l'espace 1.

Une grande gommette pour le gain d'une course dans l'espace 2.

DUREE:

20 minutes où les élèves doivent être actifs qui sont découpées de phases de jeu d'une minute puis augmentées ensuite, 5 minutes pour les explications et 5 minutes pour remplir le tableau de score.

RETOUR EN CLASSE:

Un moment d'observation du tableau de score doit être prévu pour laisser les élèves faire les commentaires et dire qui court vite .

COMMENTAIRES /CONSEILS:

- Afin de ne pas avoir toujours les mêmes vainqueurs et que les autres se démobilisent, le gagnant d'une course gagne aussi un handicap, il doit courir avec un ballon puis deux ballons puis

un gros ballon encombrant ou autres idées. Loin de les décourager, les élèves sont fiers d'avoir décroché un handicap.

- A la fin du cycle « courses de vitesse », les élèves doivent mesurer leurs progrès à la lecture du tableau de score , un petit diplôme leur est remis qui comptabilise les courses gagnées dans l'espace 1 (court) et dans l'espace 2(long).
- Gérer deux courses en même temps se fait très bien, la présence de l'ATSEM n'est pas nécessaire, il suffit de voir qui a la quille.
- La préparation matérielle doit se faire avant l'arrivée des élèves car celle-ci demande un peu de temps.

SCHEMA:

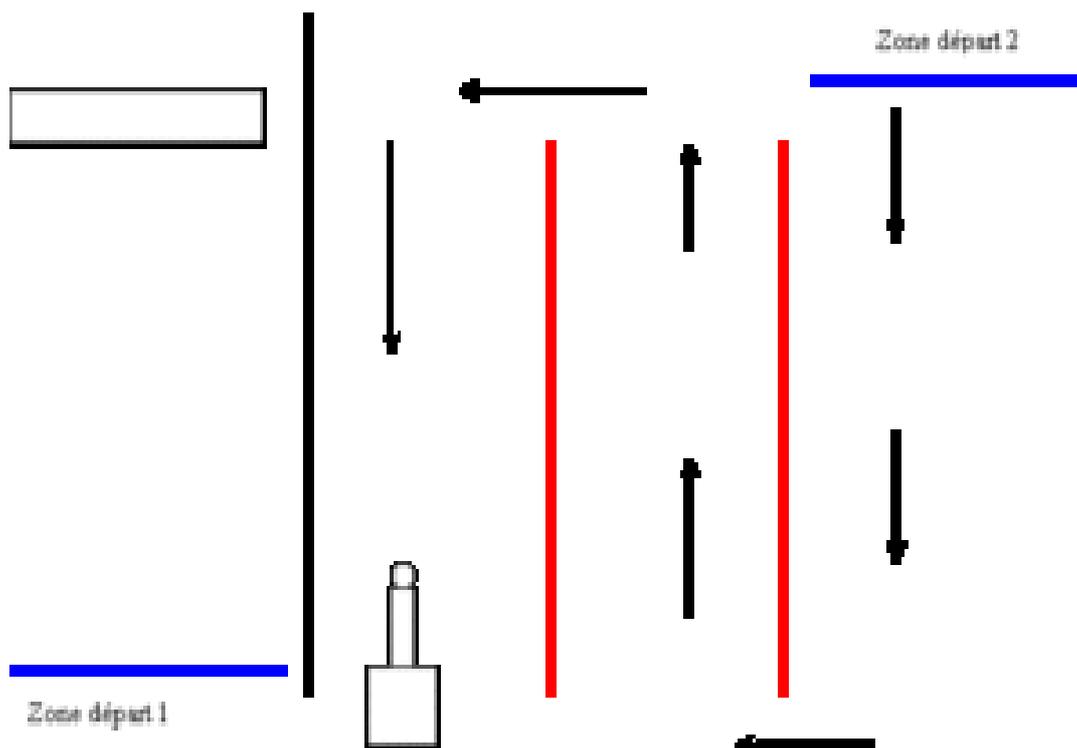


TABLEAU DE SCORE:

JOURS	1	2	3	4	5	6	Total
ZOE	°	°°		0	0		
KERIM	0	00	0	°	0	000	
MAXIME			°	°		0	
MARGOT	°	°°			0		
JACQ UES				°°		°°°	
LILOU	0		0			0	