

TRAVAIL PERSONNEL pour l'animation n°2

À partir des 4 situations de référence proposées et vécues :

- en choisir une
- la faire vivre à sa classe
- mettre en oeuvre au moins une situation qui permette de faire progresser les élèves
- remplir une fiche de préparation comprenant tous les items.
- Apporter les "outils du maître ou de l'élève" qui permettent une connaissance du résultat

- course de vitesse

Objectif : Passer d'une course spontanée à une course structurée impliquant une réaction rapide à un signal et un déplacement programmé (en ligne droite, sans ralentir)

But : courir le plus vite possible en ligne droite pendant 5 secondes jusqu'au bout du parcours sur une distance maximale de 20m en franchissant le plus possible de zones de couleurs

Critère de réussite : atteindre la zone bleue (2^{ème} zone) avant le coup de sifflet

Critère de réalisation : être en position "prêt" au signal

Consigne : "utilise tes bras pour aller vite"

Aménagement : matérialiser un couloir de retour

Variable : les signaux de départ

Travail transversal : les couleurs

- course de vitesse avec obstacles

Objectif : Passer d'une course spontanée à une course structurée impliquant une réaction rapide à un signal et un déplacement programmé (en ligne droite, sans ralentir)

But : Sur un parcours de 20m, pendant 5", courir le plus vite possible en franchissant 4 haies basses

Critère de réussite : franchir au moins les 2 premières haies

Critère de réalisation : un seul pied d'appel et un seul pied en réception

Consigne : "monte tes bras au ciel pour franchir la rivière"

Aménagement : 1^{ère} haie à 5m, espace inter haies identique de 2m.

Variable : hauteur et forme des haies

Travail transversal : le rythme

- course longue

Objectif : Adapter son allure (courir moins vite mais plus longtemps, sans s'essouffler, sur plusieurs tours dont on peut choisir la longueur) à la durée de la course.

But : Effectuer le plus possible de tours de cour d'école pendant la durée de la chanson (3').

Les arrêts sont permis uniquement à la gare.

Critère de réussite : à la fin de la chanson, avoir au moins 4 élastiques à son poignet.

Critère de réalisation : être toujours en train de courir en dehors de la gare (arrêt ou marche interdits).

Consigne : "souffle fort comme la locomotive"

Aménagement : en binôme, l'un court, l'autre lui distribue un élastique à chaque passage en gare.

Variable : durée de la musique, choix du parcours

Travail transversal : les chiffres.

- relais

Objectif : Passer d'une course individuelle à une course d'équipe.

But : Courir 50m sans ralentir et transmettre le témoin à son camarade après une course.

Critère de réussite : être la 1ère équipe à finir le relais.

Critère de réalisation : courir jusqu'à son camarade et lui transmettre le témoin.

Consigne : "donne le témoin et mets-toi à la queue de la colonne".

Aménagement : 4 équipes, 4 couloirs, 4 jeux de chasubles, 4 témoins.

Variables : parcours avec obstacles.