

Courir: période 3

DOMAINE: Agir dans l'espace, dans la durée et sur des objets.

OBJECTIFS : Courir de différentes façons, avec du matériel varié.

- Développer la fonction de locomotion ; diversifier les réponses motrices pour le verbe d'action : courir.
- Prendre confiance en soi.
- S'adapter à l'effort : adapter sa vitesse, changer de direction, prendre en compte des obstacles.
- Améliorer la coordination motrice (dissocier les segments), la vitesse

Progrès à obtenir:

Passer d'un franchissement à l'arrêt, à un saut pieds-joints simultanés, à un saut en appui d'un pied sur l'autre.

Objectifs au sein du groupe classe :

- écouter et respecter les consignes
- respecter le tutorat MS/PS mis en place
- les PS se déplacent en imitant des MS
- avoir des élèves les plus actifs possible.

1

Temps prévu : environ 30mn

Je cours...

Matériel : parcours délimité autour de la salle.

Echauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

Je cours tout autour de la salle en restant dans le parcours proposé:

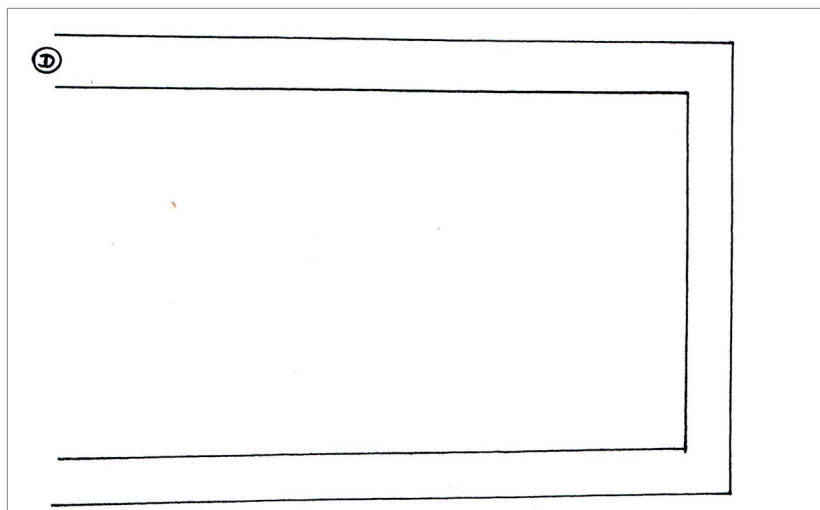
→ Réaliser les déplacements demandés en suivant le rythme du tambourin :

Marcher sur un tempo très lent.

Marcher sur un tempo plus rapide à chaque tour, jusqu'à la course.

Terminer la séquence en donnant un départ individuel. (enfants en ligne, le maître gère le départ.)

Si possible, travailler avec un demi-groupe classe....



L'enseignant verbalise les actions et aide les plus jeunes à les réaliser.
L'enseignant utilise un tambourin pour marquer le tempo.

Retour au calme, assis en tailleur

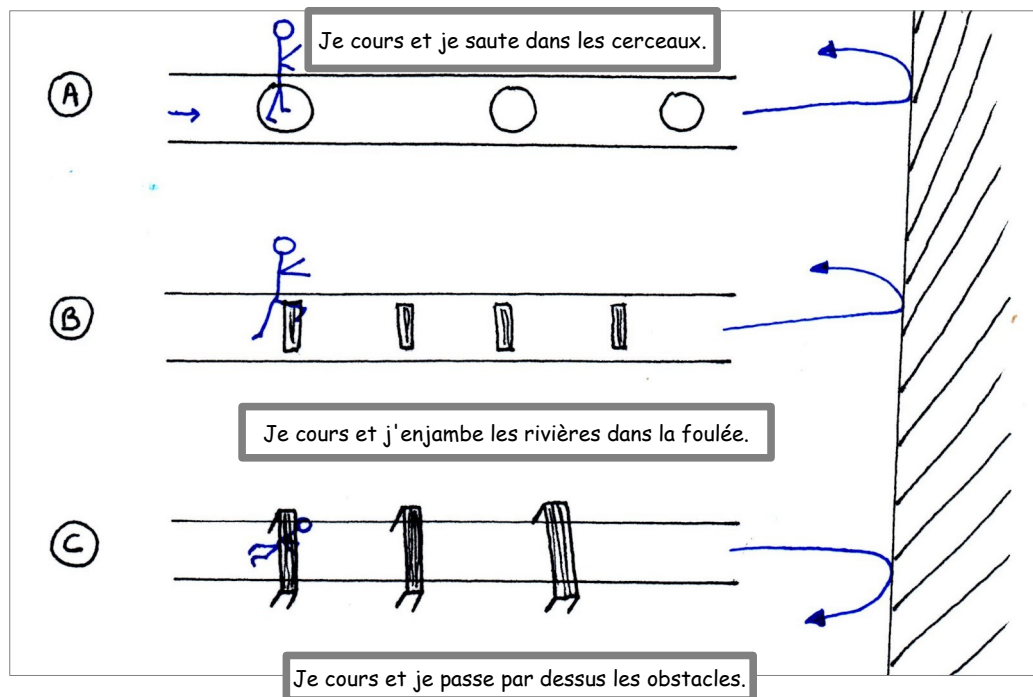
Courir en diversifiant les actions motrices...

Matériel : cerceaux, rivières, bancs, cordes.

Echauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

→ Proposition de trois ateliers tournants :



Si possible, travailler avec un demi-groupe classe....

L'enseignant verbalise les actions et aide les plus jeunes à les réaliser.

Retour au calme, assis en tailleur + comptines.

3

Temps prévu : environ 30mn

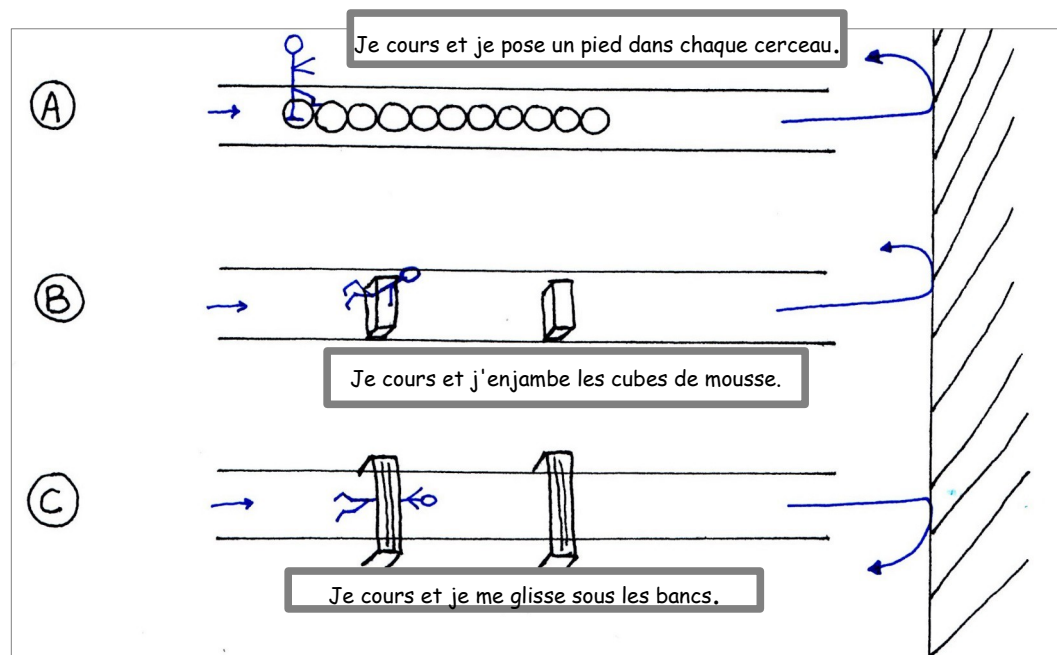
Courir en diversifiant les actions motrices...

Matériel : cerceaux ;
cubes de mousse ; bancs.

Echauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

→ **Proposition de trois ateliers tournants :**



Si possible, travailler avec un demi-groupe classe...

L'enseignant verbalise les actions et aide les plus jeunes à les réaliser.

Retour au calme, assis en tailleur + comptines.

4

Courir en diversifiant les actions motrices.

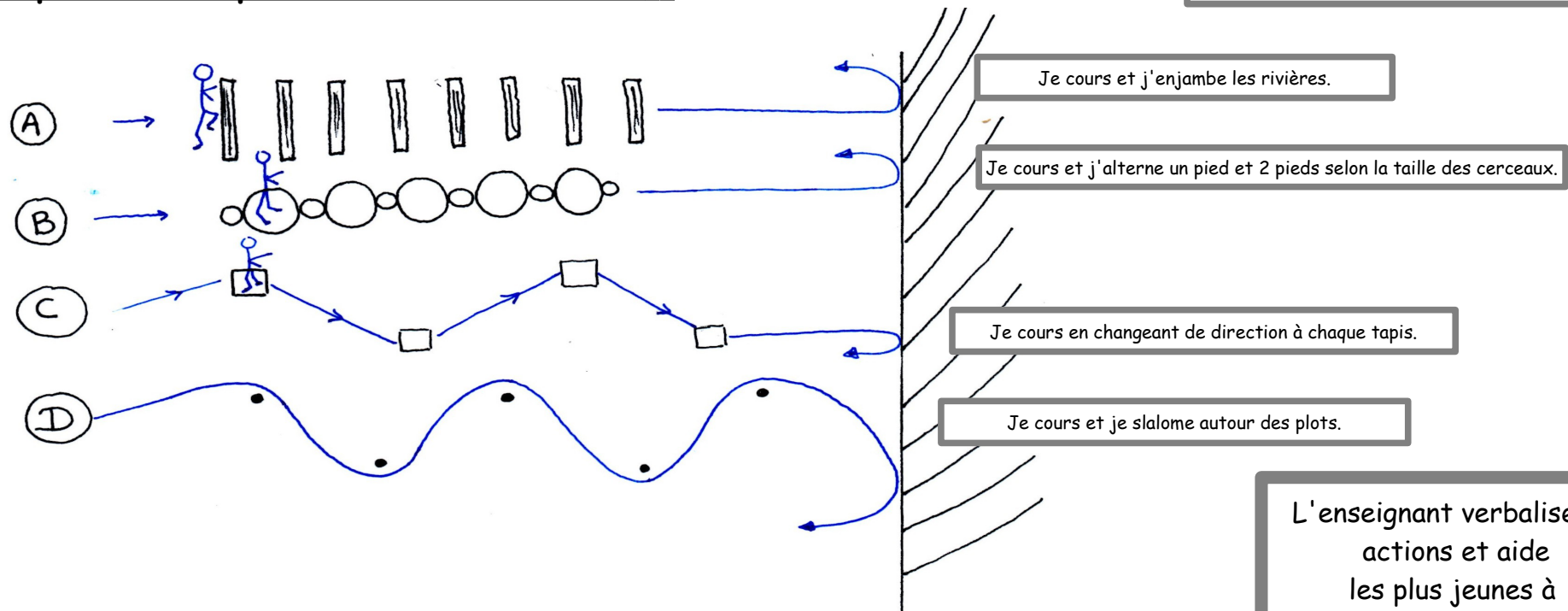
Matériel : rivières, cerceaux, plots.

Echauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

→ Proposition de quatre ateliers tournants :

Il est possible de travailler avec le groupe classe...



L'enseignant verbalise les actions et aide les plus jeunes à les réaliser.

Retour au calme, assis en tailleur + comptines.

Temps prévu : 40 mn environ

Courir en transportant des objets.

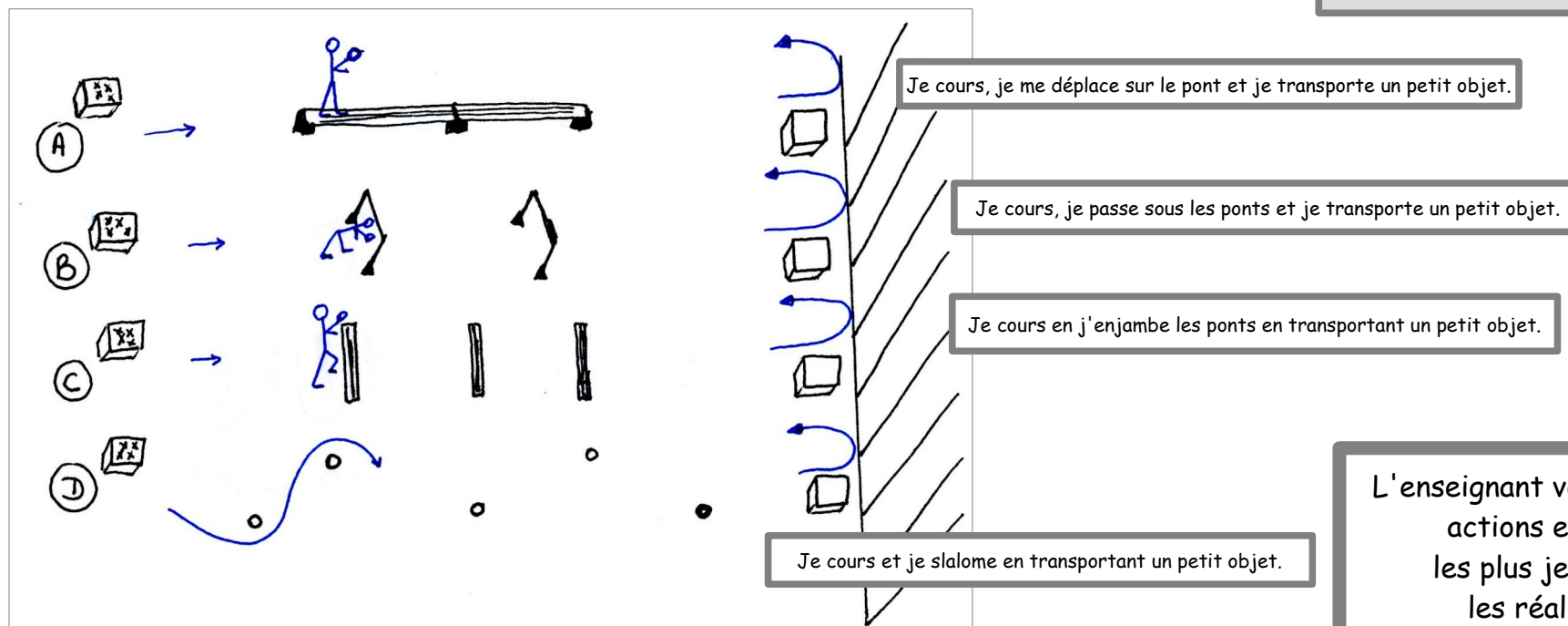
Matériel : petits bancs, ponts, rivières, plots.

Echauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

→ Proposition de quatre ateliers tournants:

Il est possible de travailler avec le groupe classe...



L'enseignant verbalise les actions et aide les plus jeunes à les réaliser.

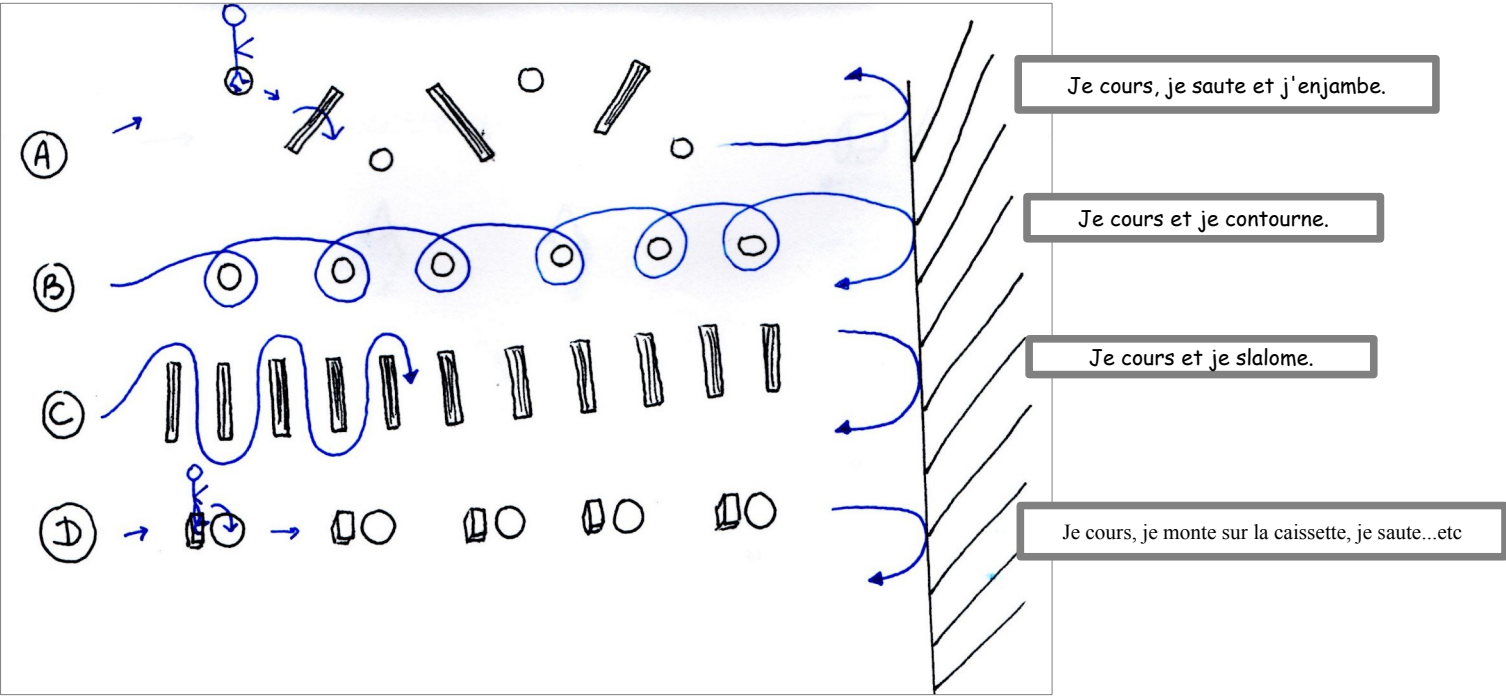
Retour au calme, assis en tailleur + comptines.

Temps prévu : 40mn environ

Matériel : plots, rivières, cerceaux et caissettes.

Courir en enchaînant des actions.

Echauffement corporel :
des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.



L'enseignant verbalise les actions et aide les plus jeunes à les réaliser.

Retour au calme, assis en tailleur + comptines.