

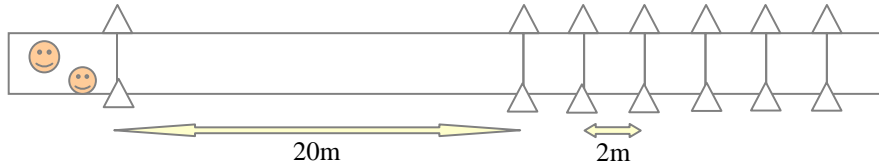
S2 - Entrée dans l'activité

Objectif(s)	Déroulement de la séance	Matériel
<p>1h</p> <ul style="list-style-type: none"> ▣ s'évaluer ▣ réaliser une performance mesurée : courir vite, lancer loin 	<p>☺ Échauffement : 5 min</p> <p>→ proposer à des élèves de mener l'échauffement, en rappelant qu'il faut faire appel à toutes les parties du corps et qu'il doit être progressif</p> <p>☺ Mise en activité : 40min</p> <p>→ par groupes de 4 : un évalué, un observateur, deux juges</p> <p>→ activité de lancer :</p> <ul style="list-style-type: none"> * but : lancer le plus loin possible <p>→ activité de course :</p> <ul style="list-style-type: none"> * but : courir le plus loin possible en 4 secondes <p>☺ Retour sur la séance : 10min – collectif, oral</p>	<ul style="list-style-type: none"> - des objets de différents poids - 1 cerceau - 1 sifflet - 1 décimètre - 14 plots - 1 chronomètre

Bilan :

Activité de course

Dispositif :



- 1 couloirs de 20m de long
- 6 zones d'arrivée espacées de 2m
- les enfants passent 1 par 1, départ toutes les 4s

Matériel :

- un chronomètre, un sifflet, 14 plots,

Organisation :

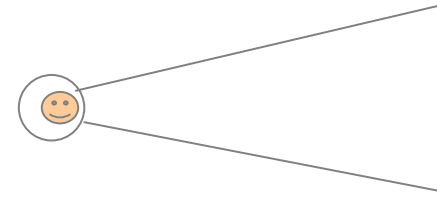
Pour chaque équipe, départ d'un élève qui s'arrête au coup de sifflet 4s après.

Consigne :

partir au premier coup de sifflet et atteindre la zone la plus éloignée avant le deuxième coup de sifflet. Après le passage, les juges s'accordent sur la zone atteinte par l'élève coureur et l'observateur note sur la feuille le nombre de mètres atteints par l'élève.

Activité de lancer

Dispositif :



- 1 zone de lancer

Matériel :

- des objets à lancer de poids différents, un cerceau par zone de lancer

Organisation :

Pour chaque équipe, un élève lance, les deux juges mesurent la distance et l'observateur note la distance de lancer

Consigne :

choisir un objet dans la caisse avec lequel il faudra lancer le plus loin possible.

Prénom :

Date :

Activité de lancer :

1e essai 2e essai 3e essai 4e essai 5e essai

Activité de course :

1e essai 2e essai 3e essai 4e essai 5e essai

Prénom :

Date :

Activité de lancer :

1e essai 2e essai 3e essai 4e essai 5e essai

Activité de course :

1e essai 2e essai 3e essai 4e essai 5e essai

Prénom :

Date :

Activité de lancer :

1e essai 2e essai 3e essai 4e essai 5e essai

Activité de course :

1e essai 2e essai 3e essai 4e essai 5e essai

Prénom :

Date :

Activité de lancer :

1e essai 2e essai 3e essai 4e essai 5e essai

Activité de course :

1e essai 2e essai 3e essai 4e essai 5e essai