



## ÉDUCATEUR

**OBJECTIF :** courir et marcher vite « dans la durée ».

## LE SERPENT

### SITUATION

**MATÉRIEL :**

un anneau, 6 plots, un jalon, un jeu de sabliers, des bouchons et deux récipients.

**DESCRIPTIF :**

le premier enfant prend un bouchon dans la réserve et l'anneau. Il effectue l'aller en courant vite, dépose le bouchon dans le récipient de son équipe, effectue le slalom de retour en marchant vite, transmet l'anneau à l'enfant suivant et l'activité continue jusqu'au signal de fin.

**Durée du relais :** 30" par enfant (Ex. pour 6 enfants : 6 x 30" = 3 minutes). À la fin du temps, tout parcours commencé est comptabilisé.

## ENFANT

**BUT :**

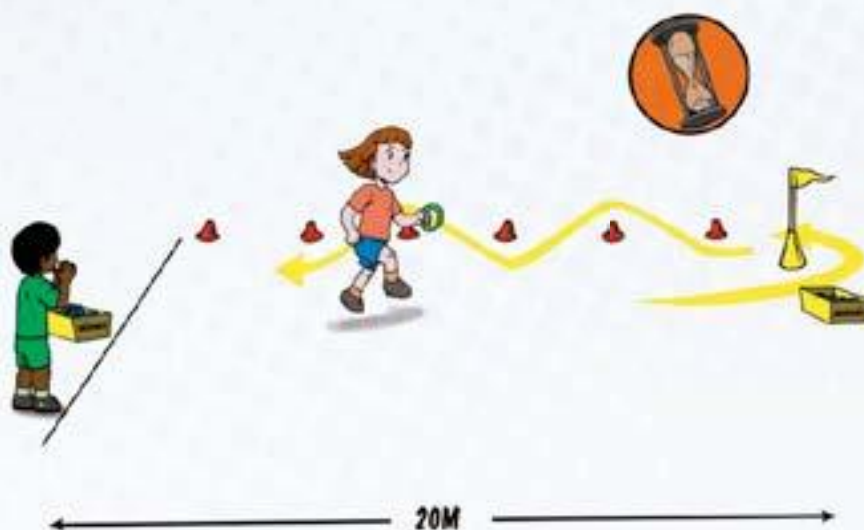
je réalise le parcours en courant et en marchant le plus vite possible.

**CRITÈRES DE RÉALISATION :**

- je ne cours pas lors de la marche rapide ;
- je ne pars pas si je n'ai pas l'anneau à la main.

**APPRENTISSAGE DE LA SÉCURITÉ :**

je respecte le sens de circulation.



## CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

**PERFORMANCE :** le nombre de parcours que j'ai réalisés.

**MESURE DE LA PERFORMANCE :** un parcours (course + marche) donne droit à un bouchon.

**RÉSULTAT :** à la fin du premier relais, comptabiliser les points de l'équipe ; réaliser un deuxième puis un troisième relais. Garder la meilleure performance.

### ADAPTATION AUX BESOINS REPÉRÉS

**Éléments obligés :**

alternance d'allures de déplacement.



## GS / CP

### Se déplacer

*Courir et marcher vite dans la durée*

Plus difficile

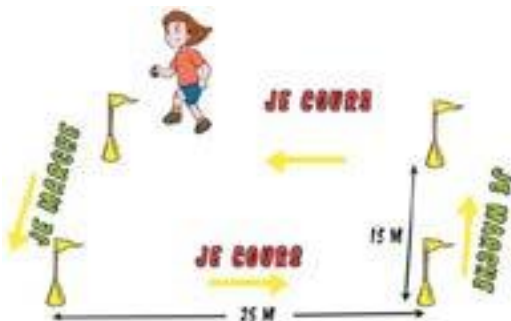
#### Le rectangle des slaloms



**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort et les parcours imposés.

Plus facile

#### Le rectangle des allures



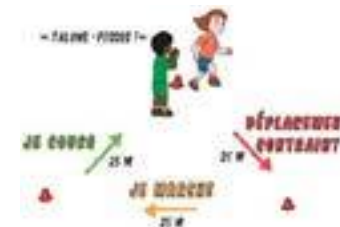
**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort.

#### #7 LE SERPENT



Temps de course de 3 à 6'.  
Tout tour commencé avant la fin  
du signal est comptabilisé

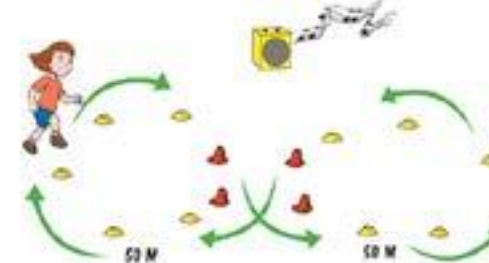
#### Le triangle du coureur



**Consigne :** sur la section contrainte, je me déplace selon la consigne donnée par mon camarade : talon/fesse, jambes tendues, pas de géant...

**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort et les contraintes données.

#### Les ailes de papillon



**Consigne :** je cours lorsqu'il y a de la musique, je marche lorsque la musique stoppe.

**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort.

#### Le triangle du marcheur



**Consigne :** sur la section contrainte, je marche selon la consigne donnée par mon camarade : marche slalom, pas posés sur la ligne, pas croisés (pied droit à gauche de la ligne et pied gauche à droite de la ligne)...

**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort et les contraintes données.