

DÉFI SPORTIF N°2

LE BIATHLON OLYMPIQUE



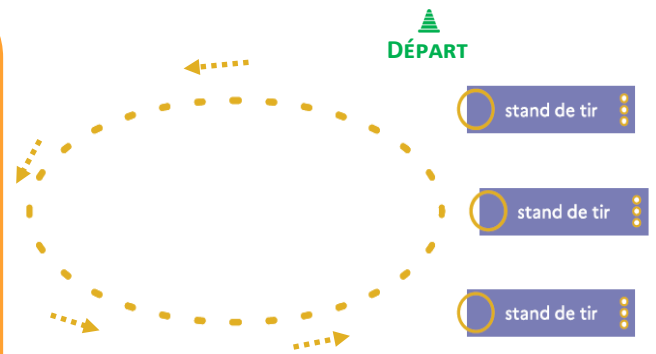
CYCLE 2

ORGANISATION



Matériel : Un terrain de 20m par 20m. Des coupelles formant une boucle ovale d'environ 15m de long et 7m de large ; des « stands » de lancer avec pour chacun des « stands » 3 quilles à renverser et 3 balles, trois cerceaux au sol à 4m des quilles comme pas de tir.

Objectif : Courir dans la durée. Enchaîner course et lancers.



LE DÉFI



But :

Remporter la course en alternant des temps de course et des lancers de précision.

Critère de réalisation :

Constituer des groupes de 4 à 5 coureurs. (*Adapter le nombre de stands de tirs en conséquence*)

Au signal de départ, les premiers coureurs de chaque équipe partent en courant et empruntent la boucle dorée (*voir schéma*) dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. À la fin de chaque boucle, et avant de passer le relais au joueur suivant, ils se présentent sur « le pas de tir » pour effectuer 3 lancers de suite. Pour chaque tir non réussi, le coureur devra faire le tour de son cerceau. (*1 tir manqué, 1 tour de cerceau, 2 tirs manqués, 2 tours de cerceau...*)

Une fois les lancers et les pénalités effectués, les coureurs retournent dans la zone de leur équipe et passent le relais au coureur suivant. L'équipe gagnante sera celle qui aura fini la première à la fin du temps imparti. Le score du défi sera l'addition des résultats de l'ensemble des équipes. (*voir ci-dessous*)

Durée du défi : 15 minutes

Je comptabilise le nombre de tours de chaque équipe et indique ce score sur le tableau des scores.

*Ex : Equipe 1 = 7 tours // Equipe 2 = 9 tours // Equipe 3 = 10 tours soit 26 tours au total.
J'indique 26 dans le tableau des scores.*

JE NOTE LE SCORE



J'indique le score du défi au sein du tableau des scores.

POUR ALLER PLUS LOIN



> [Le biathlon inclusif](#)

Accès sur le site (Des outils > La réglette des émotions)

> [Promouvoir la santé des élèves à l'école par les APS : EPS et 30 minutes d'APQ](#)