

DÉFI SPORTIF N°2



LANCER OLYMPIQUE

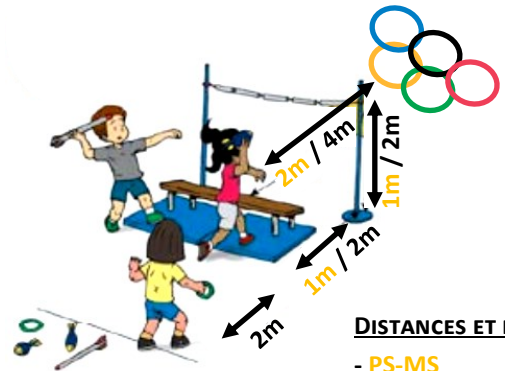
CYCLE 1

ORGANISATION



Matériel : Projectiles différents qui se lancent à bras cassé ou à bras allongé (vortex, sacs de graines, fusées en mousse, anneaux...) en quantité suffisante. Eviter les projectiles roulants. 1 tapis (2m x 1m), 2 barres verticales + corde, 1 banc, craies (bleue, noire, rouge, jaune et verte) pour dessiner les anneaux olympiques au sol ou cerceaux de couleurs (85 cm de diamètre)

Objectif : Lancer loin un objet lesté sans sortir de sa zone d'élan.



DISTANCES ET MESURES

- PS-MS

- GS

LE DÉFI



But :

Je lance le plus loin possible et avec précision pour atteindre la zone cible.

Critère de réalisation :

Je pose un seul pied sur le tapis au moment du lancer. (Dissociation des jambes)
Démonstration par l'enseignant pour faciliter la compréhension de l'atelier.

Apprentissage de la sécurité

Je ramasse les projectiles en même temps que mes camarades et au signal de l'adulte.
Durant le lancer, je respecte les espaces de lancer et de chute des projectiles.

EVALUATION DU DÉFI

DURÉE DU DÉFI : LIBRE

L'élève lance le projectile. Celui-ci tombe et reste dans un cerceau.

Orange et vert = 1pt / Rouge et bleu = 2pts / Noir = 3pts (voir image disponible ci-dessus)

3 lancers pour chaque enfant sur une série. Seuls les projectiles restés dans la zone cible sont comptabilisés.

3 séries de 3 lancers à réaliser par enfant.

Chaque enfant retient le meilleur score des 3 séries. (À marquer sur la feuille de notation / voir ci-dessous)

A la fin de l'ensemble des séries, les meilleurs scores de chaque enfant sont additionnés pour donner le résultat de la classe. (voir feuille de notation ci-dessous pour exemple) Ce dernier sera reporté dans le tableau des scores.

Si besoin, une feuille de notation des scores est disponible en téléchargement →

Adaptation du défi :

Distance des lancers / Position du lancer / Variation des objets / Constitution d'équipes.

JE NOTE LE SCORE



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

POUR ALLER PLUS LOIN



> [Lancer - Fiches Génération 2024](#)

> [Les anneaux Olympiques](#)

> [Anim'Athlé : l'activité athlétique à l'école](#)