

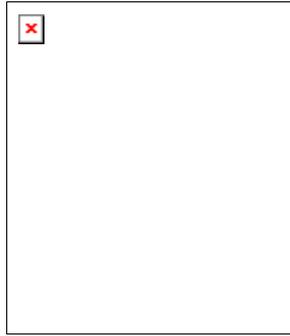


Activité : **ATHLETISME . LANCER - VITESSE**

Cycle : **3**



Niveau : **3**



Compétence spécifique :
Réaliser une performance mesurée

Compétence
Manifester une plus grande aisance dans ses actions par affinement des habilités acquises antérieurement
Développer l'autonomie chez l'enfant

UNITE D'APPRENTISSAGE

Savoirs	<ul style="list-style-type: none"> - Réagir vite au signal de départ. - Courir en ligne droite. - Allonger ses pas pendant la course. - Finir en pleine vitesse. - Être capable de se servir d'un chronomètre. 	<ul style="list-style-type: none"> - Lancer à bras cassé, en position latérale. - Lancer à 45°. - Lancer avec élan. - Lancer droit.
----------------	---	---

Comportements prévisibles	Situations
Course de vitesse 1 - Des enfants partent avant ou bien après le coup de sifflet.	1- Réagir vite à un signal.
2 - Des enfants ralentissent avant la ligne d'arrivée.	2 - Allonger ses pas jusqu'à la ligne d'arrivée.
Lancer : 3 - Des enfants ne lancent pas " droit " c.-à-d. en suivant un axe de lancer.	3 - Lancer " droit "
4 - Des enfants lancent dans un angle très éloigné de 45°.	4 - Lancer dans un angle proche de 45°.

Situations	Titres	Objectifs
Situation n°1	Evaluation diagnostique Course	Courir le plus rapidement possible sur une distance de 30 m
Situation n°2	Evaluation diagnostique Lancer	Lancer le plus loin possible la balle de tennis dans l'une des 5 zones prédéterminées.

Situation n°3	Le signal de départ	Être capable de réagir rapidement à un signal de départ sonore ou visuel.
Situation n°4	Lancer dans l'axe	Viser une cible avec modification de la distance
Situation n°5	Le départ et l'arrivée	Être capable de respecter un système de mise en action lors d'une course. Être capable de franchir la ligne d'arrivée en pleine vitesse.
Situation n°6	La position du corps et le mouvement du bras	Trouver la meilleure manière de se positionner pour lancer : corps et bras.
Situation n°7	Evaluation intermédiaire	Courir le plus rapidement possible une distance de 30 m en réinvestissant ses acquis.
Situation n°8	Evaluation intermédiaire	Lancer le plus loin possible (cf. : Zone de la première situation) tout en respectant ce qui a été travaillé précédemment : Axe, position du corps et du bras.
Situation n°9	Remédiations, Reprise des séances précédentes.	Reprise des objectifs des phases précédentes.
Situation n° 10	Remédiations et réinvestissement, Reprise des séances précédentes	Acquérir les meilleurs gestes pour lancer loin pour ceux qui avaient eu des difficultés lors de l'évaluation. Réinvestissement et perfectionnement pour les autres.
Situation n° 11	Travail sur la foulée	Être capable d'allonger ses pas pendant la course.
Situation n° 12	Lancer dans le bon angle	Trouver un bon angle de lancer : ~ 45°
Situation n° 13	Courir droit	Être capable de respecter un couloir de course.
Situation n° 14	Lancer avec élan	Lancer le plus loin possible avec une course d'élan.
Situation n° 15	Evaluation finale - compétition.	Investir ses acquis pour courir une distance de 30 m le plus vite possible.
Situation n° 16	Evaluation finale - compétition	Lancer les balles le plus loin possible

Proposition de déroulement

Séances	Numéro des situations
Séance 1	Entrée dans l'activité lancer - Entrée dans l'activité course de vitesse
Séance 2	Situation n°1 - Situation n°2

Séance 3	Situation n°3 - Situation n°4
Séance 4	Situation n°5 - Situation n°6
Séance 5	Situation n°7 - Situation n°8
Séance 6	Situation n°9 - Situation n°10
Séance 7	Situation n°11 - Situation n°12
Séance 8	Situation n°13 - Situation n°14
Séance 9	Situation n°15 - Situation n°16

ENTREE DANS L'ACTIVITE : Le lancer



Retour menu

Retour menu

Retour menu

Objectif : Lancer le plus loin possible tout en lançant dans l'une des 5 zones.

<p>Organisation Terrain de handball : 5 zones sont délimitées : moins de 10m, de 10 à 15m, de 15 à 20m, plus de 25m. 2 équipes de 6 joueurs dont deux juges qui surveillent et notent les performances (ils doivent cocher la zone sur la grille d'évaluation). Mise en train : échauffement (groupe classe), pour la course de vitesse et le lancer. Activité : Les élèves sont rangés par vague de 4 derrière une ligne. Ils doivent lancer leur balle de tennis le plus loin possible. Les élèves effectuent 3 lancer chacun. La meilleure performance sera gardée.</p>	<p>Matériel 3 balles de tennis par élèves Des plots pour désigner les distances de lancer. Un décimètre. Deux grilles d'évaluation et un stylo. Un sifflet.</p>
--	---

<p>Consignes Vous allez lancer le plus loin possible la balle de tennis que vous avez, dès que vous entendrez le signal vous irez chercher les balles. Vous revenez ensuite vous mettre derrière la ligne. Vous avez droit à trois essais. Deux juges vont noter les performances et donner le signal.</p>	<p>Critères de réussite Lancer la balle de tennis dans l'une des 5 zones et surtout le plus loin possible.</p> <p>Critères de réalisation Lancer la balle droit devant. Bien positionner son corps (position latérale, poids du corps sur jambe arrière, genoux pliés). Lancer à bras cassés.</p>
--	---

ENTREE DANS L'ACTIVITE : Course de vitesse



Retour menu

Retour menu

Objectifs :

Être capable de se servir d'un chronomètre.

Être capable de courir le plus rapidement possible une distance de 30 m.

Organisation

Terrain de handball
 Deux groupes de 6 élèves
 Mise en train (échauffement) :
 Activité : Sur la longueur du terrain de handball, chaque élève par groupe de 2, parcourt une distance de 30m.
 A l'arrivée deux autres enfants prennent leurs temps de passage et les notent dans un tableau.
 Un élève est responsable du départ.

Matériel

Craie pour la ligne de départ et d'arrivée.
 Un sifflet.
 Une feuille de performances

Consignes

Echauffement : à chaque coup de sifflet, vous changerez d'activité Vous, vous déplacez sur le terrain en courant, (puis en pas chassé, puis lentement en montant genoux -poitrine et talons fesses)
 Au coup de sifflet, les deux premiers de chaque rangée devront courir le plus vite jusqu'à la ligne d'arrivée.
 Vous devrez revenir au point de départ en marchant à l'extérieur des limites du terrain de hand.

Critères de réussite

Arriver à terminer la course et franchir la ligne d'arrivée.

Critères de réalisation

Courir sans s'arrêter.

Situation n°1: Evaluation diagnostique - course de vitesse.



Retour menu

Retour menu

Objectifs :

Être capable de se servir d'un chronomètre.

Être capable de courir le plus rapidement possible une distance de 30 m.

Organisation

Terrain de handball
 Deux groupes de 6 élèves
 Mise en train (échauffement) :
 Activité : Sur la longueur du terrain de handball, chaque élève par groupe de 2, parcourt une distance de 30 m.
 A l'arrivée deux autres enfants prennent leurs temps de passage et les notent dans un tableau.
 Un élève est responsable du départ.

Matériel

Craie pour la ligne de départ et d'arrivée
 Un sifflet
 Une feuille de performances.

Consignes

Au coup de sifflet, les deux premiers de chaque rangée devront courir le plus vite jusqu'à la ligne d'arrivée.
 Vous devrez revenir au point de départ en marchant à l'extérieur des limites du terrain de hand.

Critères de réussite

Arriver à terminer la course et franchir la ligne d'arrivée.

Critères de réalisation

Courir sans s'arrêter.

Comportements des enfants	Interventions du maître
Les élèves ne comprennent pas la consigne.	Reformulation de la consigne par le maître et par quelques élèves.
Les élèves partent devant la ligne de départ.	Leur demander de poser le pied derrière la ligne.
Les élèves s'arrêtent ou ralentissent avant la ligne d'arrivée.	Leur dire de courir jusqu'à cette ligne.
Les élèves réagissent trop tôt ou trop tard au signal de départ.	Travail dans la situation suivante.

Situation n°2: Evaluation diagnostique - Lancer.



Retour menu

Retour menu

Objectif : Etre capable de lancer le plus loin possible la balle de tennis.

<p>Organisation Terrain de handball : 5 zones sont délimitées moins de 10m, de 10 à 15m, de 15 à 20m, de 20 à 25m, plus de 25m. 2 équipes de 6 joueurs dont 2 juges qui surveillent et notent les performances (ils doivent cocher la zone sur la grille d'évaluation). Mise en train : échauffement (groupe classe), pour la course de vitesse et le lancer. Activité : Les élèves sont rangés par vague de 4 derrière une ligne. Ils doivent lancer leur balle de tennis le plus loin possible. Les élèves effectuent 3 lancers chacun. La meilleure performance sera gardée.</p>	<p>Matériel 15 balles de tennis. Des plots pour désigner les distances de lancer. Un décamètre. Deux grilles d'évaluation avec des stylos. Un sifflet.</p>
---	---

<p>Consignes Vous allez lancer le plus loin possible la balle de tennis que vous avez, dès que vous entendrez le signal vous irez chercher les balles. Vous revenez ensuite vous mettre derrière la ligne. Vous avez droit à trois essais. Deux juges vont noter les performances et donner le signal. Règle d'or : Attendre le signal pour lancer et pour récupérer les balles.</p>	<p>Critères de réussite Lancer la balle de tennis dans l'une des 5 zones et surtout le plus loin possible.</p> <p>Critères de réalisation Lancer la balle droit devant. Bien positionner son corps (position latérale ; poids du corps sur jambe arrière, genoux pliés). Lancer à bras cassé</p>
---	--

Comportements des enfants	Interventions du maître
Les enfants ne comprennent pas la consigne.	Le maître répète et fait répéter la consigne par les élèves.
Les élèves ne reviennent pas derrière les lignes d'élèves et ne ramènent pas les balles.	Rappeler aux élèves qu'ils doivent prendre les balles et les donner aux autres.

Situation n°3 : Le signal de départ.



Retour menu

Retour menu

Objectif : Être capable de réagir rapidement à un signal de départ.

<p>Organisation Jeu du Chameau - Chamois</p> <div data-bbox="175 504 997 1433" style="border: 1px solid black; height: 415px; margin-top: 10px;"> </div> <p>Sur le terrain de handball deux lignes de 6 élèves se font face. Ces deux équipes (les chameaux et les chamois) possèdent chacune une zone de protection située à 20 m derrière les lignes d'élèves. Au signal, les élèves d'une des deux équipes doivent rejoindre leur abri le plus vite possible sans se faire attraper par les membres de l'autre équipe. Les termes chameaux ou chamois désigneront les poursuivants et les poursuivis.</p>	<p>Matériel Un sifflet. Une craie</p>
---	--

<p>Consignes Quand je dirais chameaux, les chameaux devront rejoindre leur abri sans se faire toucher par les chamois. Les chamois devront eux essayer de toucher leur vis-à-vis. 1 point pour l'équipe chaque fois qu'un élève arrive à l'abri sans se faire toucher. 1</p>	<p>Critères de réussite Atteindre l'abri le plus de fois que l'adversaire. Marquer le plus de point.</p> <p>Critères de réalisation Réagir rapidement au signal.</p>
--	---

point pour l'autre équipe quand elle a touché un élève.	Courir le plus vite possible vers l'abri en ligne droite. Ne pas se préoccuper de l'adversaire.
---	--

Comportements des enfants	Interventions du maître
Les élèves ne comprennent pas la consigne	Reformulation de la consigne par le maître et par quelques élèves.
Des élèves partent avant le signal	Donner un point supplémentaire à l'équipe adverse.
Des élèves se font systématiquement toucher.	Demander à l'autre équipe de modifier leur vis à vis.

Situation n°4 : Lancer dans l'axe.



Retour menu

Retour menu

Objectif : Être capable de lancer dans une zone préalablement définie.
Premier temps

<p>Organisation</p> <div style="border: 1px solid black; height: 400px; width: 95%; margin: 5px 0;">  </div> <p>Deux équipes de 6 élèves avec un juge par équipe. Chaque équipe essaie de lancer le plus de fois la balle dans la zone de points. Un juge valide les points dans chaque équipe.</p>	<p>Matériel</p> <p>Des balles de tennis. Des barres en bois pour délimiter les zones.</p>
---	--

L'équipe qui a le plus de point a gagné.	
--	--

<p>Consignes Vous allez lancer la balle dans la zone. Chaque joueur lancera 3 fois. Chaque réussite rapporte 1 point. L'équipe qui a le plus de point a gagné. Vous recommencerez le jeu en réduisant la zone de lancer</p>	<p>Critères de réussite Atteindre la zone le plus de fois que l'adversaire. Marquer le plus de point</p> <p>Critères de réalisation Bien regarder la zone Bien viser la zone</p>
--	--

Comportements des enfants	Interventions du maître
Les enfants n'atteignent pas la cible.	Rapprocher les élèves de la cible.
Mauvais lancer de balle.	Faire imiter un élève qui réussit bien.

Deuxième temps :

Dans la deuxième situation le maître réduit la zone de lancer.

Situation n°5 : Le départ et l'arrivée.



Retour menu

Retour menu

Objectifs : Etre capable de respecter un système de mise en action lors d'une course de vitesse. Réagir rapidement au signal de départ.

Premier temps

<p>Organisation Après avoir demandé aux élèves les différentes positions de départ qu'ils connaissent et après avoir essayer les départs des enfants, le maître montre (ou fait montrer) le départ classique : à vos marques, prêt, "partez". Les élèves auront ensuite par groupe de 4 à s'exercer sur une distance de 10 m.</p>	<p>Matériel Un sifflet Une craie pour la ligne de départ et de 10 m.</p>
--	---

<p>Consignes Par groupe de 4 et devant la ligne, vous devez partir en suivant les positions que je vous ai montrées.</p> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 150px; margin-top: 10px;"> </div> <p>Position de départ : 1 pied devant, 1 pied derrière, bras cassés et genoux fléchis souples.</p>	<p>Critères de réussite Adapter le geste convenable aux différents signaux. Partir rapidement au coup de sifflet.</p> <p>Critères de réalisation Ecoute attentive des différents signaux. Réagir rapidement aux signaux</p>
---	---

Au coup de sifflet vous devrez courir jusqu'à la ligne devant vous	
--	--

Comportements des enfants	Interventions du maître
Les enfants ne respectent pas les positions de départ.	Un élève "expert " montre et aide les autres en difficulté.
Les élèves partent avant le signal.	Recommencer l'exercice.

Situation n°6 : La position du corps et le mouvement du bras.



Retour menu

Retour menu

Objectifs : Trouver toutes les manières de lancer pour trouver la bonne position du bras et du corps.

Premier temps

<p>Organisation Les enfants se mettent par rangée de 4 derrière une ligne. Ils possèdent tous, une balle de tennis. Les quatre premiers élèves doivent lancer le plus loin possible leur balle en adoptant la position qu'ils veulent et en utilisant le mouvement du bras qu'ils désirent .</p>	<p>Matériel 1 balle de tennis par personne Des barres pour délimiter les zones de lancer.</p>
---	--

<p>Consignes Vous allez vous mettre derrière la ligne par rangée de 4 et cherchez toutes les manières possibles de lancer la balle. Vous devez utiliser le bras et la position du corps. Vous me direz laquelle permet de lancer le plus loin. Le maître peut demander aux enfants de lancer : Pied droit devant, Pied droit derrière, Pied droit à coté du gauche. Et pour ces positions, jambes fléchies, jambes tendues. Les enfants devront choisir la meilleure position de lancer.</p>	<p>Critères de réussite Lancer la balle en trouvant différentes façons</p> <p>Critères de réalisation Utiliser le bras cassé, le bras tendu. Lancer de face, de profil...</p>
--	--

Comportements des enfants	Interventions du maître
Les enfants lancent toujours de la même façon.	Demander aux élèves de regarder leur camarade et de les imiter, d'imiter une façon différente de lancer.

Un temps de réflexion est ensuite demandé par le maître. Il demande aux élèves de montrer les différentes façons qu'ils ont trouvées et de dire laquelle permet de lancer le plus loin.

Deuxième temps

Organisation	Matériel
---------------------	-----------------

<p>Les enfants se mettent par rangée de 4 derrière une ligne. Ils possèdent tous une balle de tennis. Les quatre premiers élèves doivent lancer le plus loin possible leur balle en adoptant la position que la classe a choisie. Le maître fait lancer la balle par un élève (bras cassé)</p>	<p>1 balle de tennis par personne Des barres pour délimiter les zones de lancer.</p>
--	---

<p>Consignes Vous allez lancer pendant 5 minutes à la manière de votre camarade.</p>	<p>Critères de réussite Lancer à bras cassé et de profil.</p>
	<p>Critères de réalisation Se tenir de profil Relâcher son bras</p>

<p>Comportements des enfants</p>	<p>Interventions du maître</p>
<p>Les enfants ne respectent pas le modèle proposé.</p>	<p>Demander à un élève "expert" d'aider ces élèves à adopter la bonne position en situation.</p>

Situation n°7: Evaluation intermédiaire.



Retour menu

Retour menu

Objectifs :

Être capable de courir le plus rapidement possible une distance de 30 m
Être capable de se servir d'un chronomètre.

<p>Organisation Sur la longueur du terrain de handball, chaque élève par groupe de 2, parcourt une distance de 30 m. A l'arrivée deux autres enfants prennent leurs temps de passage et les notent dans un tableau. Un élève est responsable du départ.</p>	<p>Matériel Craie pour la ligne de départ et d'arrivée. Un sifflet. La feuille de performances.</p>
---	---

<p>Consignes Au coup de sifflet, les deux premiers de chaque rangée devront courir le plus vite jusqu'à la ligne d'arrivée. Observer vos camarades. En position de départ. Vous devrez revenir au point de départ en marchant à l'extérieur des limites du terrain de hand. Les élèves inscriront leur temps de course sur la feuille d'évaluation comportant les premiers temps de référence. Une comparaison pourra s'effectuer.</p>	<p>Critères de réussite Courir le plus vite possible jusqu'à la ligne d'arrivée.</p>
	<p>Critères de réalisation Réagir rapidement au signal de départ. Accélérer sur la fin du parcours.</p>

<p>Comportements des enfants</p>	<p>Interventions du maître</p>
<p>Les élèves partent devant la ligne de départ. Les élèves s'arrêtent ou ralentissent avant la</p>	<p>Leur demander de poser le pied derrière la ligne.</p>

ligne d'arrivée.

Leur dire de courir jusqu'à cette ligne

A l'issue de cette première phase, un temps de réflexion est donné aux élèves pour qu'ils puissent se rendre compte de leur progrès. De plus, le maître demandera aux élèves de dire les erreurs observées pendant l'évaluation et de proposer des solutions. Ces solutions pourront être mises en place lors de la séance suivante.

Situation n°8: Evaluation intermédiaire.



Retour menu

Retour menu

Objectifs: Être capable de lancer loin tout en respectant ce qui a été vu avant cette situation.

<p>Organisation Les enfants se mettent par rangée de 4 derrière une ligne. Ils possèdent tous, une balle de tennis. un juge notera les performances des élèves. 4 zones de lancer sont définies à l'aide de barres : moins de 15m, entre 15m et 20m, entre 20m et 25m, plus de 25m.</p>	<p>Matériel 1 balle de tennis par personne Des barres pour délimiter les zones de lancer.</p>
--	--

<p>Consignes Vous allez lancer la balle le plus loin possible tout en respectant ce que l'on a travaillé auparavant. Le juge et moi-même noterons vos performances. Vous devez attendre le coup de sifflet pour lancer et ramasser les balles.</p>	<p>Critères de réussite Lancer la balle</p>
	<p>Critères de réalisation Lancer à bras cassé, de profil. Lancer devant soi en suivant une ligne imaginaire.</p>

<p>Comportements des enfants</p>	<p>Interventions du maître</p>
<p>Les enfants ont du mal à lancer à bras cassé et en position latérale.</p>	<p>Point à travailler lors de la remédiation.</p>
<p>Les enfants ne lancent pas droit.</p>	<p>Point à travailler lors de la remédiation.</p>
<p>Les enfants lancent avec un angle trop important ou pas assez important.</p>	<p>Point à travailler dans la suite des séances.</p>

Situation n°9 : Remédiation, reprise des séances précédentes.



Retour menu

Retour menu

Les élèves peuvent dans cette séance travailler les points qui leur posent problème. Des ateliers correspondant aux situations d'apprentissage précédentes seront mis en place durant la séance.

Les enfants pourront librement circuler dans l'atelier de leur choix. Le maître orientera certains élèves vers plusieurs ateliers.

Situation n°10 : Remédiations et réinvestissement, reprise des séances précédentes.



[Retour menu](#)

[Retour menu](#)

Objectif : Améliorer ses performances en retravaillant les techniques non comprises.

<p>Organisation deux ateliers sur le terrain de handball : 1) Les enfants sont derrière une ligne. Ils doivent lancer la balle dans une zone de lancer se situant à 15m devant eux. Dès que le lancer est réussi trois fois de suite. Les enfants reculent de 2 pas. 2) Les enfants doivent lancer la balle en se positionnant de coté et à bras cassé. Un tuteur pourra montrer aux autres la façon de lancer.</p>	<p>Matériel 5 barres. 1 sifflet. 1 balle de tennis par élève.</p>
--	--

<p>Consignes Vous allez effectuer les exercices que l'on a déjà effectués précédemment. Dans le premier atelier, ceux qui réussissent 3 fois de suite reculent de deux pas ; ceux qui échouent avancent d'1 pas.</p>	<p>Critères de réussite Lancer entre les barres. Lancer à bras cassé et en positionnant sur le coté.</p>
	<p>Critères de réalisation Bien viser la cible. Lancer droit devant soi. Observer les camarades qui lancent de façon juste.</p>

<p>Comportements des enfants</p>	<p>Interventions du maître</p>
<p>Les enfants n'atteignent jamais leur but.</p>	<p>Demander aux élèves de regarder leur camarade et de les imiter, d'imiter une façon différente de lancer.</p>

Situation n°11 : Travail sur la foulée.



[Retour menu](#)

[Retour menu](#)

Objectifs :

Être capable de gérer son effort.

Être capable de parcourir une distance de 30 m le plus vite possible en essayant d'allonger ses pas.

Premier temps

<p>Organisation Sur le terrain de hand, par groupe de 4, demander aux élèves de parcourir les 30m en faisant de petits pas. 4 autres élèves prennent les temps de leurs camarades. 4 derniers enfants observent la course et valide celle-ci en fonction du critère "petits pas". Pour cela, on dispose des lattes au sol de façon très rapprochée pour que les enfants fassent des pas courts. On fait ensuite tourner les rôles de façon à ce que chacun effectue deux courses.</p>	<p>Matériel 4 chronomètres. une craie. Des lattes.</p>
--	---

<p>Consignes 4 élèves vont courir les 30 m en faisant des petits pas. Il faudra courir en posant le pied entre les lattes. 4 élèves seront observateurs et valideront les courses. Parmi ceux-là, 1 donnera le départ. Les 4 derniers donneront les temps des courses. Vous alternerez les rôles ensuite. Chacun devra courir au moins deux fois.</p>	<p>Critères de réussite Par courir la distance de 30m le plus vite possible en faisant les petits pas.</p>
	<p>Critères de réalisation Se concentrer sur ses pas.</p>

<p>Comportements des enfants</p>	<p>Interventions du maître</p>
<p>Un enfant ne pose pas les pieds entre les lattes.</p>	<p>Son temps n'est pas validé. Il doit recommencer.</p>

Deuxième temps

<p>Organisation Sur le terrain de hand, par groupe de 4, demander aux élèves de parcourir les 30m en allongeant leurs pas. 4 autres élèves prennent les temps de leurs camarades. 4 derniers enfants observent la course et valide celle-ci en fonction du critère "grands pas". On fait ensuite tourner les rôles de façon à ce que chacun effectue deux Pour cela, on dispose des lattes au sol de façon éloignée pour que les enfants fassent des pas longs.</p>	<p>Matériel 4 chronomètres une craie.</p>
--	--

<p>Consignes 4 élèves vont courir les 30 m en faisant des grands pas. Il faudra poser le pied entre les lattes à chaque pas. 4 élèves seront observateurs et valideront les courses. Parmi ceux-la 1 donnera le départ. Les 4 derniers donneront les temps des courses. Vous alternerez les rôles ensuite. Chacun devra courir deux fois.</p>	<p>Critères de réussite Par courir la distance de 30m le plus vite possible en allongeant ses pas.</p>
	<p>Critères de réalisation Se concentrer sur ses pas.</p>

<p>Comportements des enfants</p>	<p>Interventions du maître</p>
<p>Un enfant ne posent pas les pieds entre les lattes.</p>	<p>Son temps n'est pas validé. Il doit recommencer.</p>

A l'issue des deux premiers temps les élèves comparent leurs résultats et décident d'adopter le comportement adéquat pendant la course.

Troisième temps

<p>Organisation Les élèves se répartissent en deux équipes et effectuent une petite compétition sur une dernière course. L'élève gagnant donne un point à son équipe.</p>	<p>Matériel Un sifflet. Une ligne d'arrivée et de départ.</p>
--	--

<p>Consignes</p>	<p>Critères de réussite</p>
-------------------------	------------------------------------

Répartissez-vous en deux équipes de 6 élèves. Par deux vous allez courir le plus vite possible jusqu'à la ligne de fond en respectant le départ. Un point par vainqueur de course.	Avoir plus de point que l'équipe adverse. Arriver avant son adversaire
	Critères de réalisation Réagir vite au signal de départ. Allonger ses pas pendant la course. Courir vite jusqu'à la ligne d'arrivée.

Comportements des enfants	Interventions du maître
Les élèves partent avant le signal.	Eliminer les fraudeurs.
L'arrivée est litigieuse.	1 point pour chaque équipe.

Situation n°12: Lancer dans le bon angle.



Retour menu

Retour menu

Objectif : Être capable de lancer la balle sous un angle de 45°.

Premier temps

Objectif: lancer sous le fil.

Organisation Devant la barre de lancer, les élèves doivent lancer leur balle le plus loin possible en faisant passer la balle sous le fil. Les premiers des 4 colonnes de trois élèves lancent en même temps. 1 enfant siffle et donne le signal de lancement.	Matériel 1 balle de tennis par personne. 1 fil tendu suspendu. 1 barre devant les élèves.
--	---

Consignes Vous allez lancer le plus loin possible votre balle de tennis. Vous devez faire passer la balle sous le fil tendu. Attention vous devez repérer où votre balle touche le sol la première fois. Vous lancerez au coup de sifflet.	Critères de réussite Lancer sous le fil tendu le plus loin possible.
	Critères de réalisation Viser sous le fil. Lancer à bras cassé. Bien regarder le fil.

Comportements des enfants	Interventions du maître
Des enfants ne lancent pas selon la consigne.	Reformulation de la consigne par les enfants eux-mêmes.
Les enfants ne lancent pas à bras cassé et en position latérale.	Demander aux élèves de choisir leur meilleure position.
Des enfants ne respectent pas le signal de l'enfant qui siffle.	Les enfants qui n'écoutent pas deviennent responsables du sifflet ou négociation avec le groupe.

Un temps de réflexion est ensuite demandé par le maître. Il demande aux élèves de montrer les différentes façons qu'ils ont trouvées et de dire laquelle permet de lancer le plus loin.

Deuxième temps

Objectif: lancer au-dessus du fil.

<p>Organisation Devant la barre de lancer, les élèves doivent lancer leur balle le plus loin possible en faisant passer la balle au-dessus du fil (l'angle de lancer est élevé). Les premiers des 4 colonnes de trois élèves lancent en même temps. 1 enfant siffle et donne le signal de lancement.</p>	<p>Matériel 1 balle de tennis par personne. fils tendu suspendu. 1 barre devant les élèves.</p>
--	---

<p>Consignes Vous allez lancer le plus loin possible votre balle de tennis. Vous devez faire passer la balle au-dessus du fil tendu. Attention vous devez repérer où votre balle touche le sol la première fois. Vous lancerez au coup de sifflet.</p>	<p>Critères de réussite</p> <hr/> <p>Critères de réalisation Viser au-dessus du fil. Lancer à bras cassé. Bien regarder le fil.</p>
--	--

<p>Comportements des enfants</p>	<p>Interventions du maître</p>
<p>Des enfants ne lancent pas selon la consigne.</p>	<p>Reformulation de la consigne par les enfants eux-mêmes.</p>
<p>Les enfants ne lancent pas à bras cassé et en position latérale</p>	<p>Demander aux élèves de choisir leur meilleure position.</p>
<p>Des enfants ne respectent pas le signal de l'enfant qui siffle</p>	<p>Les enfants qui n'écoutent pas deviennent responsables du sifflet ou négociation avec le groupe.</p>

Troisième temps

Objectif : Lancer à 45°

<p>Organisation Devant la barre de lancer, les élèves doivent lancer leur balle le plus loin possible en visant le fil tendu sans le toucher. Les premiers des 4 colonnes de trois élèves lancent en même temps. 1 enfant siffle et donne le signal de lancement.</p>	<p>Matériel 1 balle de tennis par personne 1 fil tendu suspendu. 1 barre devant les élèves ;</p>
---	--

<p>Consignes Vous allez lancer le plus loin possible votre balle de tennis. Vous devez faire passer la balle le plus près possible du fil. Attention vous devez repérer où votre balle touche le sol la première fois. Vous lancerez au coup de sifflet.</p>	<p>Critères de réussite Lancer sous le fil tendu le plus loin possible.</p> <hr/> <p>Critères de réalisation Viser le fil. Lancer à bras cassé. Bien regarder le fil.</p>
--	---

<p>Comportements des enfants</p>	<p>Interventions du maître</p>
<p>Des enfants ne lancent pas selon la consigne</p>	<p>Reformulation de la consigne par les</p>

	enfants eux-mêmes.
Les enfants ne lancent pas à bras cassé et en position latérale	Demander aux élèves de choisir leur meilleure position.
Des enfants ne respectent pas le signal de l'enfant qui siffle.	Les enfants qui n'écoutent pas deviennent responsables du sifflet ou négociation avec le groupe.

Situation n°13 : Courir droit.



Retour menu

Retour menu

Objectifs :

Être capable de respecter une ligne de course.

Être capable de se servir d'un chronomètre.

Premier temps

<p>Organisation</p> <div style="border: 1px solid black; height: 450px; width: 100%; margin-top: 5px;"> </div> <p>Sur le terrain de hand, deux équipes (les bleues et les rouges) de 6 élèves sont alignées. Chacun a un adversaire directe. L'équipe bleue se trouve à 1 m derrière l'équipe rouge. Au signal sonore, ces derniers devront atteindre une zone de protection se trouvant à une vingtaine de mètre des deux équipes sans se faire prendre leur foulard rouge.</p>	<p>Matériel</p> <p>Un foulard rouge ou bleu pour chaque équipe. Un sifflet. Une craie.</p>
---	---

On inverse ensuite les rôles des équipes

Consignes

Au coup de sifflet les bleus devront attraper le foulard de leurs adversaires avant qu'ils atteignent leur abri.
1 point par foulard attrapé.

Critères de réussite

Atteindre l'abri sans se faire prendre son foulard.

Critères de réalisation

Courir plus vite que son adversaire.
Courir en ligne droite jusqu'à l'abri.

Comportements des enfants

Les élèves ne comprennent pas la consigne.

Les élèves empêchent leurs adversaires de prendre leur foulard.

Les enfants ne courent pas en ligne droite

Interventions du maître

Le maître fait répéter la consigne.

Il est interdit d'empêcher l'autre de prendre le foulard.

Réflexion sur la façon la plus rapide d'atteindre l'abri.

A l'issu de ce jeu, le maître demande aux élèves de réfléchir à ce qu'il faudrait faire pour ne pas se faire prendre leur foulard. Les réponses attendues sont : Courir plus vite que son adversaire ; Courir directement vers la zone de protection en ligne en droite.

Deuxième temps

Organisation

On garde la même organisation qu'à l'étape précédente mais en imposant des couloirs de course aux élèves en se servant des plots.

Matériel

Des plots.
Un sifflet.
De la craie

Consignes

Au coup de sifflet les bleues devront attraper le foulard de leurs adversaires avant qu'ils atteignent leur abri. Chaque élève devra respecter son couloir.
1 point par foulard attrapé.

Critères de réussite

Atteindre l'abri sans se faire prendre son foulard.

Critères de réalisation

Courir plus vite que son adversaire.
Courir en ligne droite jusqu'à l'abri.

Comportements des enfants

Les élèves empêchent leurs adversaires de prendre leur foulard

Les enfants ne respectent pas leur couloir.

Interventions du maître

Il est interdit d'empêcher l'autre de prendre le foulard.

1 point à l'adversaire.

Situation n°14 : Lancer avec élan.



Retour menu

Retour menu

Objectif : Être capable d'effectuer un lancer avec la prise d'élan.

Premier temps

Objectifs: La prise d'élan.

<p>Organisation Sur le terrain de handball, 3 équipes de 4 élèves effectuent une première série de lancer. 1 élève est responsable du lancer. Il utilise un sifflet.</p>	<p>Matériel 1 balle de tennis par personne. 1 barre devant les élèves.</p>
---	---

<p>Consignes Vous allez lancer le plus loin possible votre balle de tennis. Attention vous devez repérer où votre balle touche le sol la première fois. Vous lancerez au coup de sifflet.</p>	<p>Critères de réussite Lancer la balle le plus loin possible.</p> <p>Critères de réalisation Lancer à 45° en donnant la direction avec le bras. Lancer à bras cassé.</p>
---	--

Comportements des enfants	Interventions du maître
Des enfants ne lancent pas selon la consigne.	Imposer le geste.
Les enfants ne lancent pas à bras cassé et en position latérale.	Demander à un élève de le montrer.
Des enfants ne lancent pas "à 45°".	Donner aux enfants un point de visée et une direction.
Des enfants ne respectent pas le signal de l'enfant qui siffle	Les enfants qui n'écoutent pas deviennent responsables du sifflet ou négociation avec le groupe. Reformulation de la consigne par les enfants eux-mêmes.

Deuxième temps

Objectif : Lancer avec élan.

<p>Organisation Les enfants sont par colonnes de 3 derrière la première barre. La seconde est située 3m devant la première. Les enfants doivent : - D'abord, faire des pas chassés bras derrière puis, arrivés à la seconde barre, lancer. - Puis, faire des pas chassés bras fléchi, main au dessus de l'épaule et lancer. - Enfin, pas courus, puis pas croisés pour placer le bras. Les élèves, ayant fini de lancer tous 1 fois, auront à revenir derrière la première barre en longeant le terrain vers l'extérieur. 1 enfant donne le signal de lancer.</p>	<p>Matériel 1 balle de tennis par personne 1 fil tendu suspendu 2 barres devant les élèves.</p>
--	---

<p>Consignes Vous allez lancer le plus loin possible votre balle de tennis. Il faudra faire des pas chassés bras derrière puis, arrivés à</p>	<p>Critères de réussite Lancer avec élan sans dépasser la barre.</p>
--	--

la seconde barre, lancer.
 Attention, il ne faudra pas dépasser la seconde barre.
 Quand vous aurez tous lancer, vous pourrez récupérer les balles.
 Vous devrez repérer où votre balle touche le sol la première fois.
 Vous lancerez au coup de sifflet.

Consignes suivantes

- Il faudra faire des pas chassés bras derrière puis, arrivés à la seconde barre, lancer.
- Il faudra faire des pas chassés bras fléchi, main au dessus de l'épaule et lancer.
- Il faudra faire des pas courus et lancer.
- Il faudra faire des pas croisés et lancer.

Critères de réalisation

Courir mais en s'arrêtant un peu avant la barre.
 Contrôle sa course d'élan.

Comportements des enfants	Interventions du maître
Des enfants ne lancent pas selon la consigne	Reformulation de la consigne par les enfants eux-mêmes.
Des enfants ne respectent pas le signal de l'enfant qui siffle.	Les enfants qui n'écoutent pas deviennent responsables du sifflet ou négociation avec le groupe.
Les enfants s'arrêtent après la barre.	Demander aux enfants de lancer un peu avant la barre.

Situation n°15 : Evaluation finale-compétition.



Retour menu

Retour menu

Objectifs :

Être capable de courir le plus rapidement possible une distance de 30 m
Être capable de se servir d'un chronomètre.

Organisation

Travail avec l'ensemble du groupe classe qui se divise en deux équipes (les deux équipes ayant travaillé séparément).
 Sur la longueur du terrain de handball, chaque élève par groupe de 2, parcourt une distance de 30 m.
 A l'arrivée deux autres enfants prennent leurs temps de passage et les notent sur la feuille de performance.
 Un élève est responsable du départ. Le maître note les performances.

Matériel

Craie pour la ligne de départ et d'arrivée.
 Un sifflet.
 La feuille de performance

Consignes

Il s'agit d'une compétition entre les deux équipes.
 Il faut parcourir la distance le plus vite possible jusqu'à la ligne d'arrivée et gagner la course.
 1 point par course gagnée.

Critères de réussite

Arriver avant son adversaire.

Critères de réalisation

Réagir vite au signal de départ.
 Courir en ligne droite.
 Allonger ses pas pendant la course.

	Finir en pleine vitesse.
--	--------------------------

Comportements des enfants	Interventions du maître
Les enfants partent avant le signal.	Ils sont éliminés.
Les enfants ne respectent pas les différentes positions du départ.	Ils sont éliminés.
Les enfants contestent le résultat d'une course.	C'est le maître qui décide.

Situation n°16 : Evaluation finale- compétition.



Retour menu

Retour menu

Objectifs : Être capable de lancer le plus loin possible en respectant les bons gestes.

Premier temps

Objectifs : Lancer sans élan.

<p>Organisation Sur le terrain de handball, deux équipes vont s'affronter. Par deux les élèves des deux équipes vont essayer de lancer plus loin que leur adversaire. Le maître est responsable des lancers. Il utilise un sifflet.</p>	<p>Matériel 1 balle de tennis par personne 2 barres devant les élèves</p>
--	--

<p>Consignes Vous allez lancer le plus loin possible votre balle de tennis. Vous lancerez au coup de sifflet.</p>	<p>Critères de réussite Avoir plus de point que l'autre équipe.</p> <p>Critères de réalisation Lancer plus loin que son adversaire. Lancer à bras cassé, en position latérale. Lancer à 45°, direction avec le bras. Lancer avec élan</p>
--	--

Comportements des enfants	Interventions du maître
Des enfants ne lancent pas selon la consigne.	Reformulation de la consigne par les enfants eux-mêmes.
Les enfants ne s'arrêtent pas avant la barre de lancer.	1 point à l'adversaire.