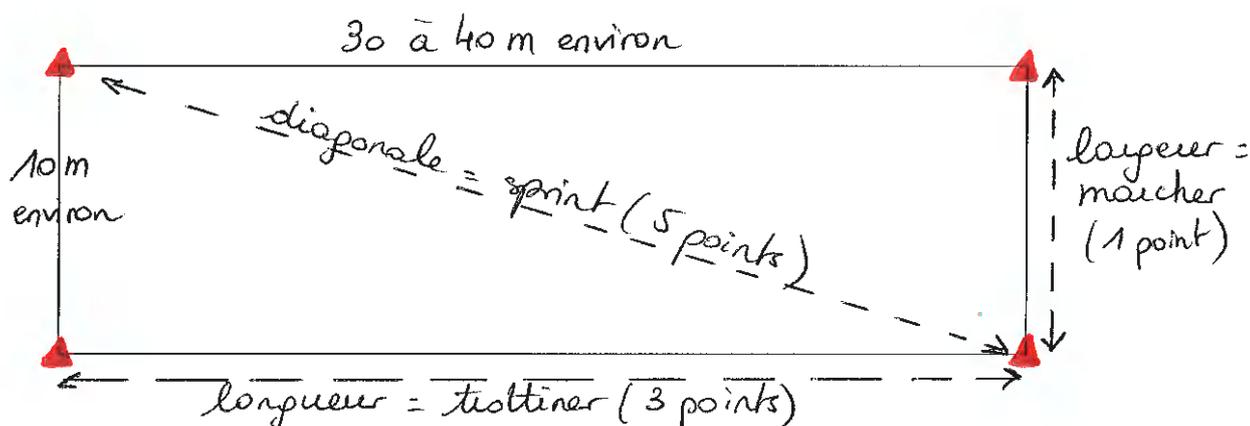


Jeux athlétiques

1 – La course aux points

La pratique peut se dérouler dans une cour d'école, une salle, un gymnase...

Il suffit de 4 plots installés aux 4 coins de la cour, afin de former un rectangle (prévoir un espace de dégagement pour les observateurs).



Une traversée dans la largeur doit se faire en marchant, elle vaut 1 point.

Une traversée en longueur doit se faire en trotinant, elle vaut 3 points.

Une traversée dans la diagonale doit se faire en sprintant, elle vaut 5 points.

(NB : la différence entre trotter et sprinter n'est pas toujours évidente, on peut utiliser la longueur et la diagonale uniquement en course, sans détailler, avec par exemple 3 points dans la longueur, 4 points dans la diagonale).

La course dure en principe 3 minutes, cela peut varier.

Chaque coureur a un observateur qui note chaque passage de son camarade (cf fiche d'observation jointe)

Le but est de réaliser le plus de points possible dans un temps donné, sachant que le passage n'est pas validé si le coureur n'est pas à la bonne allure (ex : s'il marche dans la longueur), ou s'il s'arrête avant le plot.

Le challenge peut être individuel ou par équipe, de 2 ou plus, on peut même envisager un challenge par classe.

L'objectif ici est le dépassement de soi, pour soi ou pour les autres si l'on court pour une équipe ou une classe.

L'accent est porté sur la santé, aussi sur la citoyenneté si la course est collective.

La situation peut être mise en place à partir du CE1.

Exemple de fiche d'évaluation course aux points :

NOM :		PRENOM :		Classe :		
<u>Largeur 1 pt</u>	Total	<u>Longueur 3 pts</u>	Total	<u>Diagonale 5 pts</u>	Total	Total général