

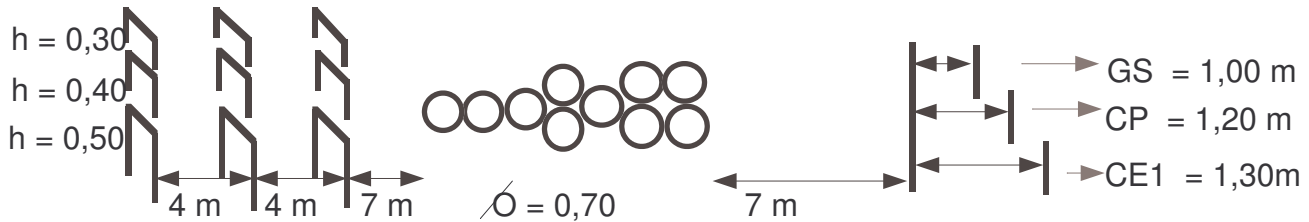
Des activités athlétiques Cycle II

La proposition est faite pour vivre le temps fort sous la forme d'un concours en équipe; Le principe retenu est celui de la réussite globale de l'équipe.

Saut ==> Réaliser le parcours comprenant le franchissement de 3 haies, d'un dispositif "marelle" et d'une rivière

Réussite = parcours sans faute : les haies ne tombent pas - enchaînement sauts marelles sur 1 pied (cases simples) et 2 pieds simultanés (cases doubles) sans "mordre" les cases ou les cerceaux - franchissement de la rivière "sans tomber dedans"

Score : 1 point pour un parcours réussi entièrement --> 24 passages des équipiers



Lancer ==> Lancer de 30 balles de tennis à bras cassé (pour les plus grands), dans une cible au sol de 4,50m x 4,50m matérialisée par 8 plots + un plot au centre

Distances de lancer GS : 4,00 m CP - CE1 F : 6,00 m CE1 G : 8,00 m

Réussite = lancer les 2 ou 3 balles successivement pour chaque équipier à l'intérieur de la cible (le plot placé au centre est un repère pour ajuster le lancer)

Score : 1 point pour chaque balle dans la cible --> 30 lancers des équipiers



Course ==> Vitesse aux foulards --> 2 équipes s'affrontent

Distance CE1 : 16 m CP : 15 m GS : 12 m



Réussite : Saisir le foulard le premier

Score : 1 point pour chaque foulard attrapé avant l'adversaire direct --> 30 passages des équipiers

Relais ==> Réaliser le plus de passages du témoin pendant 3 minutes de



Score

--> Décompte des points
nombre de passages de temoins

- 15 ———> 6 pts
- 14 ———> 5 pts
- 13 ———> 4pts
- 12 ———> 3pts
- 11 ———> 2 pts
- 10 ———> 1 pt

NB Le nombre de passages ou de balles lancées est adapté en fonction du temps prévu pour l'atelier - Le calcul des performances est alors également adapté

Les activités athlétiques pour le cycle III

Saut multibonds ==> Après élan court (6-8m), et une prise d'appel d'un pied, franchir la plus longue distance en 3 foulées bondissantes
 - La prise d'appel doit se faire avant la ligne de début de zone de franchissement.

NB : Si l'activité se déroule dans un sautoir, la 3ème foulée pourra être un saut groupé avec réception sur 2 pieds simultanément- Cette 3ème foulée pourra être d'une manière tout aussi efficace, une foulée "corps grandi" et réception sur 1 pied pour continuer la course après le 3ème appui.

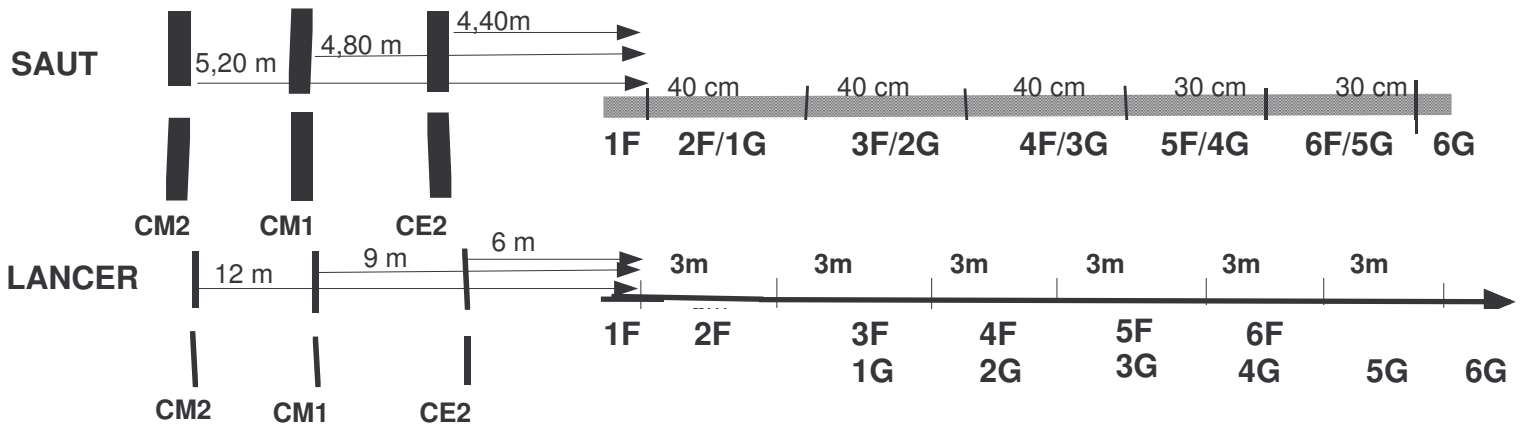
Lancer loin ==> Avec ou sans élan, lancer une balle de tennis à bras cassé pour atteindre une zone la plus éloignée possible - Le lanceur ne doit pas franchir la ligne limite de la zone d'élan - il réalise 3 lancers successifs afin que soit retenu le jet le plus performant.

Course de vitesse ==> Partir au bon moment en réagissant aux ordres " Attention (bras levé), Prêt (bras horizontal), ...Tez ! (bras abaissé brusquement) " et courir le plus vite jusqu'au delà de la ligne d'arrivée, sur la distance : CE2 : 30 m; CM1 : 40 m; CM2 : 40 m

Relais ==> Réaliser le plus de passages du témoin pendant 3 minutes de course en prenant le relais à tour de rôle (donc performance d'équipe)



les Barèmes



Course de vitesse

Médaille	Points	CE2 - 30 m		CM1 - 40 m		CM2 - 40 m	
		CE2 F	CE2 G	CM1 F	CM1 G	CM2 F	CM2 G
OR	6	5,9 ou -	5,7 ou -	7,1 ou -	6,8 ou -	6,6 ou -	6,3 ou -
ARGENT	5	6,0 - 6,2	5,8 - 6,0	7,2 - 7,5	6,9 - 7,1	6,7 - 6,9	6,4 - 6,6
	4	6,3 - 6,6	6,1 - 6,4	7,6 - 8,0	7,2 - 7,5	7,0 - 7,4	6,7 - 6,9
BRONZE	3	6,7 - 7,0	6,5 - 6,8	8,1 - 8,7	7,6 - 8,0	7,5 - 7,9	7,0 - 7,4
	2	7,1 - 7,5	6,9 - 7,3	8,8 - 9,4	8,1 - 8,7	8,0 - 8,6	7,5 - 7,9
ESPOIR	1	7,6 et +	7,4 et +	9,5 et +	8,8 et +	8,7 et +	8,0 et +