



Jeu n°1

Nom du jeu

L'endurance

Répertoire moteur athlétique

Se déplacer

Objectif : gérer son allure.

Matériel : 1 chronomètre



Descriptif : l'enfant effectue une course d'endurance durant 4min.

Consigne pour l'enfant :

- je garde la même vitesse pendant 4min.

Critère de réalisation :

- je maintiens mon allure et cours sans faire de pause.



Jeu n°2

Nom du jeu

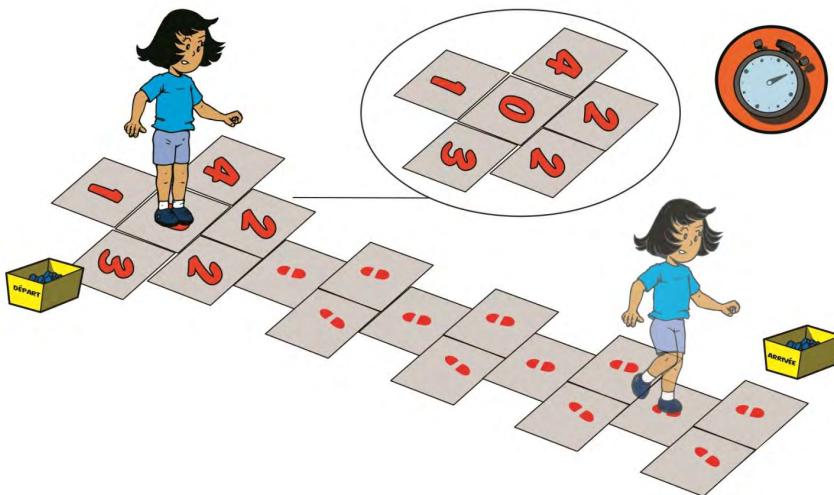
Croix marelle

Répertoire moteur athlétique

Se projeter

Objectif : rythmer un déplacement rebondi.

Matériel : 21 dalles de 30 x 30 cm ou des tracés au sol, 2 récipients et des bouchons.



Descriptif : l'enfant commence par un enchaînement de rebonds à 2 pieds sur la croix en respectant l'ordre suivant : « 0 », « 1 », « 0 », « 2 - 2 » (pose pieds écartés sur 2 dalles tandis que les autres rebonds sont pieds serrés sur la même dalle), « 0 », « 3 », « 0 », « 4 » « 0 » puis enchaîne la marelle en respectant le rythme de rebonds 2 pieds / cloche-pied. Il fait un aller-retour en ayant pris un bouchon au départ et le dépose à l'autre extrémité du parcours.

Consigne pour l'enfant :

- je rebondis en posant mes pieds sur les dalles ou les tracés.

Critère de réalisation :

- je vais le plus vite possible en respectant les rythmes de rebonds imposés sur la croix et la marelle.

Performance :

- le nombre de bouchons transférés en 4 minutes



Jeu n°3

Nom du jeu

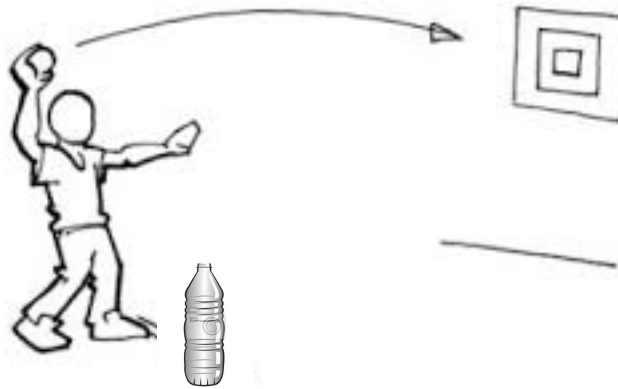
Tir sur cible

Répertoire moteur athlétique

Projeter

Objectif : éjecter un projectile à l'endroit souhaité.

Matériel : 1 ou plusieurs balle(s) de tennis (ou 1 ballon léger)
1 cible sur un mur (ou sur un arbre)
1 bouteille d'eau



Descriptif :

L'enfant « arme » son bras en plaçant sa main avec la balle au dessus de sa tête. Puis vise la cible à partir de la bouteille d'eau placée à 2m. A chaque réussite, la bouteille recule de 3 pieds d'enfant.

Consigne pour l'enfant :

- je lance pieds décalés à partir de la bouteille et touche ma cible.

Critère de réalisation :

- je lance le plus fort possible en respectant la distance imposée.

Performance :

- la distance maximale bouteille-cible atteinte en 20 jets.



Défi fou !

Nom du jeu

Le ramasse-tout

Répertoire moteur athlétique

Se déplacer

Objectif : enchaîner des accélérations / décélérations.

Matériel : 1 boîte
20 objets différents
1 chronomètre



Descriptif :

L'enfant part à la chasse aux objets éparpillés dans un rayon de 30m pour les ramener à l'intérieur de sa boîte à trésors.

Consigne pour l'enfant :

- je cours chercher les objets et les ramène 1 par 1 dans ma boîte à trésors.

Critère de réalisation :

- je cours le plus vite possible.

Performance :

- le temps pour trouver les 20 objets