

COURSE DE VITESSE

pour les maternelles (PS,MS et GS)



SITUATION 1

« CHACUN CHEZ SOI »

MATÉRIEL

- | 1 tambourin
- | 1 triangle
- | Cerceaux (autant que d'enfants)
- | Foulards ou des chasubles (pour la variante)

CONSIGNES

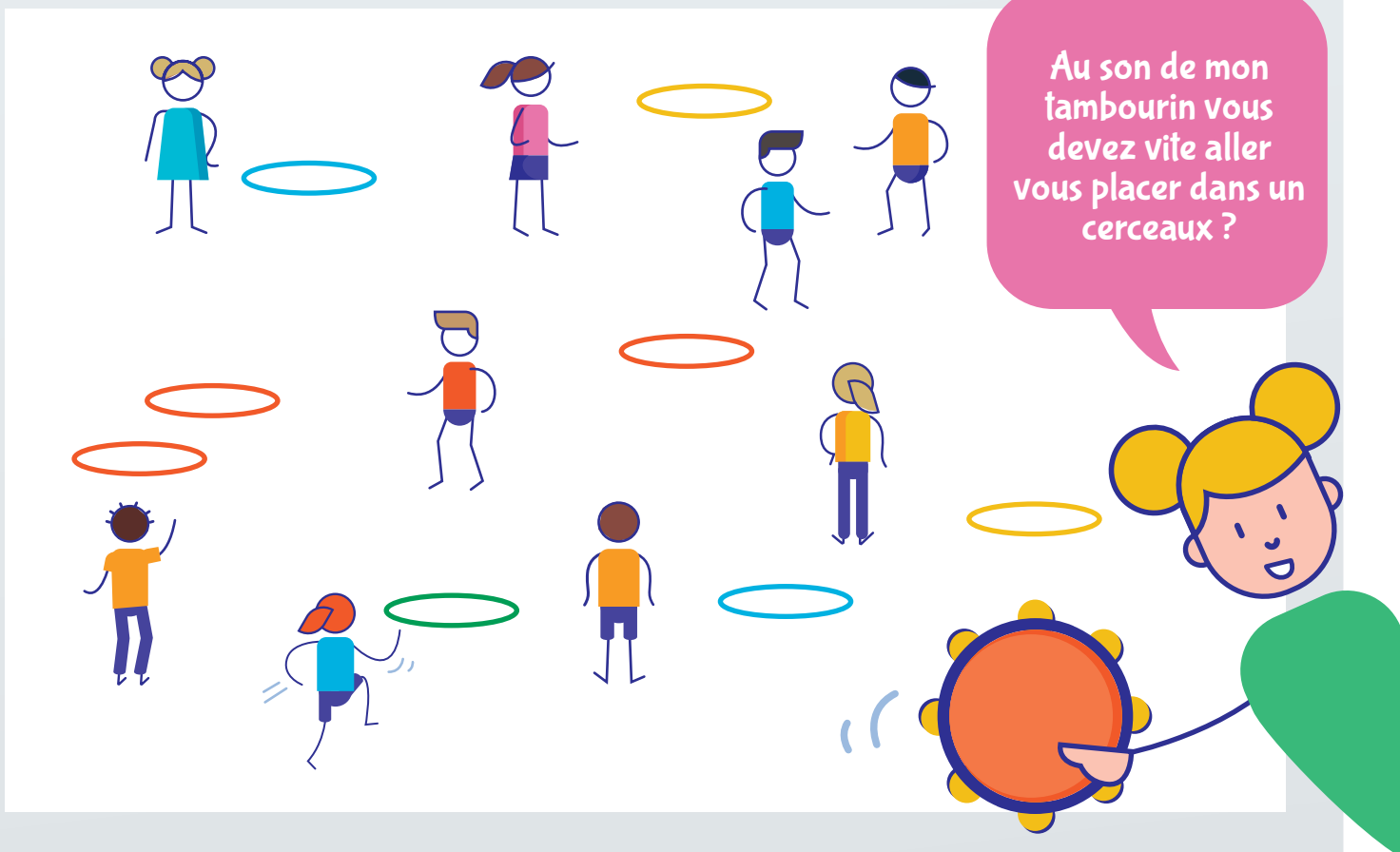
- Vous allez marcher en utilisant l'espace de la salle.
- | Lorsque je jouerai du tambourin, vous devez aller le plus vite possible dans un cerceau.
 - | Attention, vous devez être seul dans votre cerceau.

DISPOSITIF

- | Les élèves sont dispersés dans la salle

Variante possible :

Aller dans le cerceau qui a la même couleur que la chasuble (ou le foulard) / mettre un cerceau de moins que d'élèves.



COURSE DE VITESSE

pour les maternelles (PS,MS et GS)



SITUATION 2

« LA COURSE AU BALLON »

MATÉRIEL

- 1 zone de course matérialisée par des couloirs
- 1 ligne d'arrivée
- 1 ballon

DISPOSITIF

- Par équipe de 2 : 1 lanceur de ballon, 1 coureur et un juge.
- Penser à faire varier les rôles.

CONSIGNES

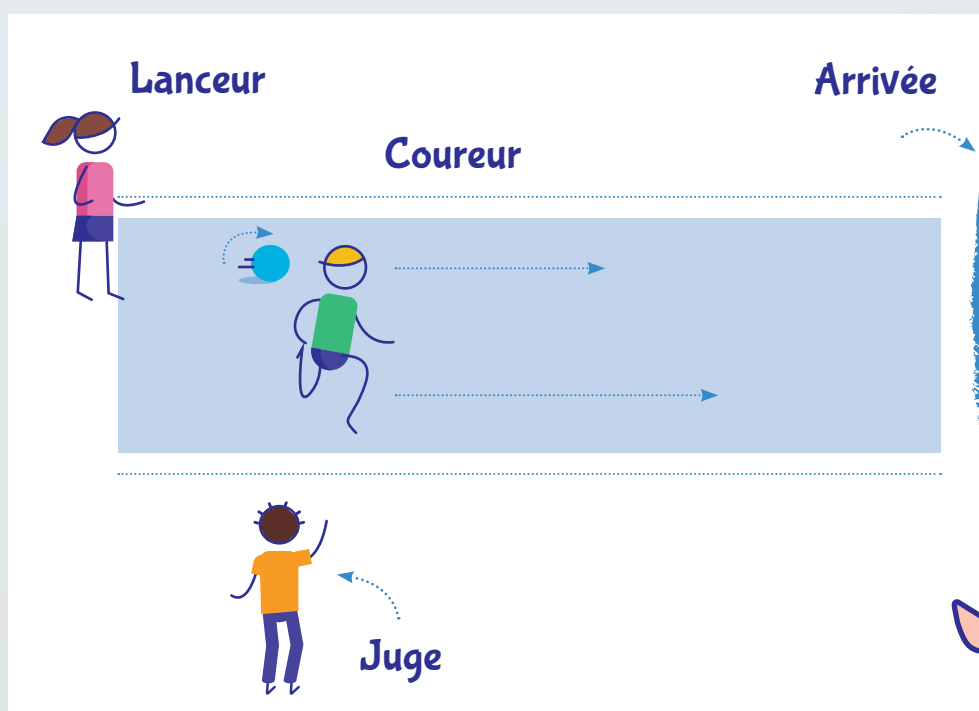
- Au signal, le lanceur doit faire rouler le ballon vers l'arrivée.
- Le coureur doit courir pour arriver avant le ballon.

DURÉE

- 20 min environ (Le temps de faire l'activité 3 fois par élève)

Variante possible :

Un seul ballon lancé mais 2 coureurs qui se mesurent l'un l'autre. Remplacer la ligne d'arrivée par une zone d'arrivée de 3 ou 4 mètres, zone dans laquelle le ballon devra être rattrapé.



Le lanceur doit bien faire rouler le ballon au sol et non le lancer en l'air !



COURSE DE VITESSE

pour les maternelles (MS et GS)



SITUATION 3

« LES SORCIERS ET LES STATUES »

MATÉRIEL

- ▮ Cerceaux ou tapis pour matérialiser des maisons.
- ▮ 1 tambourin ou 1 sifflet.
- ▮ Bandes pour délimiter les espaces et les lignes de course.

DURÉE

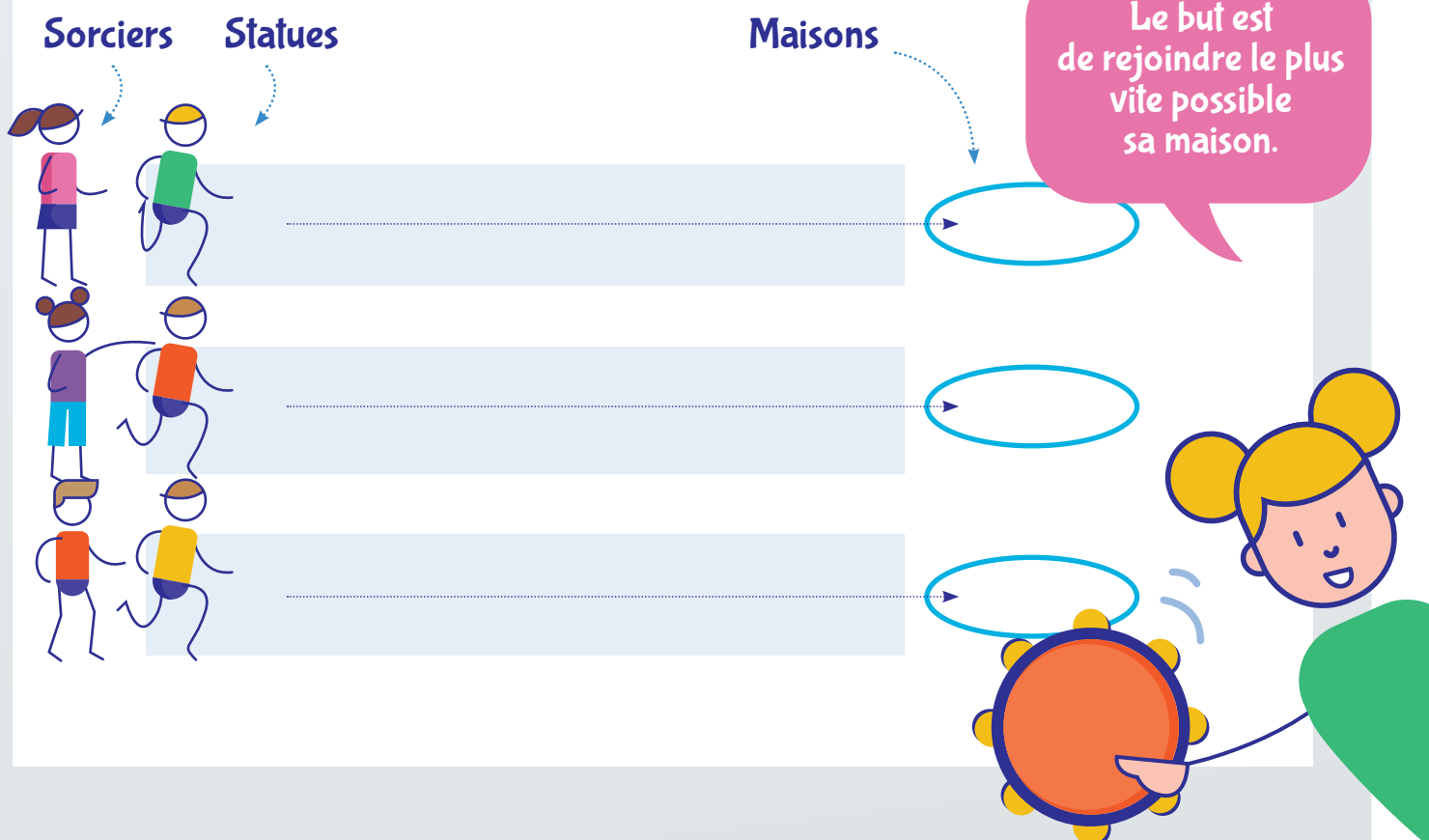
- ▮ 5 min pour une situation d'échauffement.
- ▮ 15 min pour une situation d'apprentissage (PS).

CONSIGNES

- ▮ Les statues, vous devez vous tenir prêtes car lorsque je taperai dans le tambourin, les sorciers vous taperont sur l'épaule et vous devrez courir le plus vite possible pour atteindre votre maison.
- ▮ Le premier qui arrive marque 1 point.

DISPOSITIF

- ▮ Groupes de 2 enfants (1 sorcier et 1 statue).
- ▮ Le 1^{er} doit courir, le 2nd donne le signal au signal du maître).
- ▮ Le but est de rejoindre le plus vite possible sa maison.



COURSE DE VITESSE

pour les maternelles (PS, MS et GS)



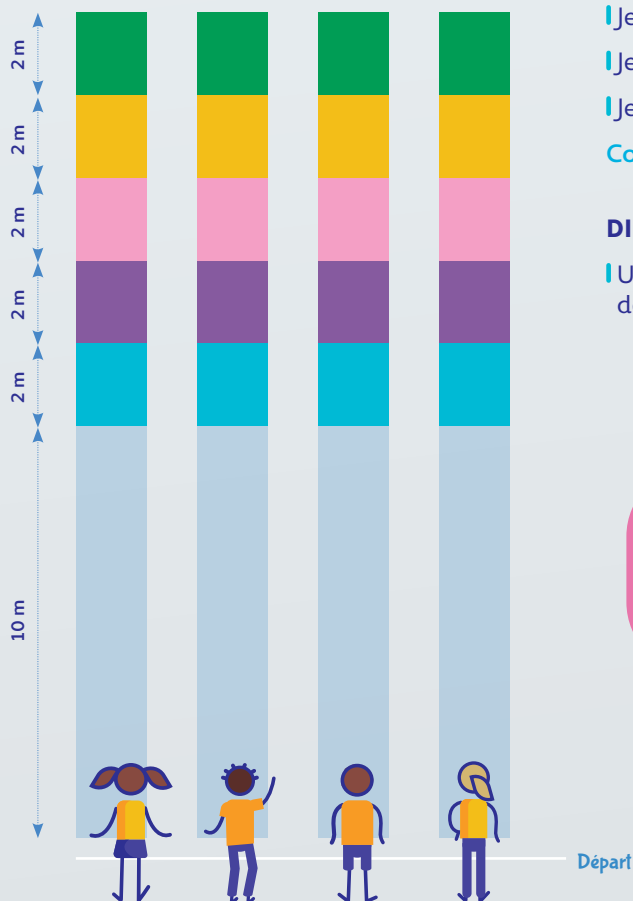
SITUATION 4 « COURIR VITE »

OBJECTIF

- Courir vite et le plus loin possible (entre 2 signaux).

MATÉRIEL

- 1 plot de couleur tous les 2 mètres pour matérialiser les différentes distances.
- Bandes pour matérialiser les couloirs.
- Feuilles de résultats.



POUR LES PS

- Les statues, vous devez vous tenir prêtes car lorsque je taperai dans le tambourin, les sorciers vous taperont sur l'épaule et vous devrez courir le plus vite possible pour atteindre votre maison.

Le premier qui arrive marque 1 point.

POUR LES MS ET GS

CRITÈRES DE PROGRESSION POUR L'ÉLÈVE

- La couleur de la zone atteinte, gagner du terrain et améliorer sa performance.

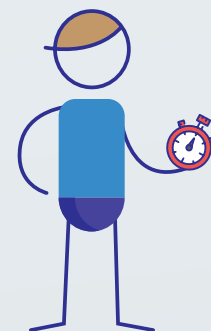
CE À QUOI LES ÉLÈVES DOIVENT PENSER

- Je démarre vite au signal
- Je cours droit devant moi
- Je regarde devant

Contrainte : rester dans son couloir.

DISPOSITIF

- Un espace de course d'environ 20 mètres de long jalonné de plots de couleur à partir de 10 mètres.



Courir le plus loin possible
jusqu'au signal.

