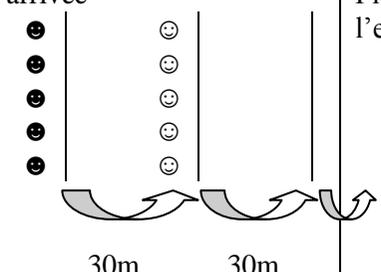


Thème : la course de relais (cycle 3)

<p><u>Compétence visée :</u> Réaliser une performance mesurée - activités athlétiques : courir vite</p>
<p><u>Objectif poursuivi :</u> passer d'une course interrompue à une course en continuité pour apporter le plus rapidement possible le témoin d'un point à un autre, à plusieurs</p>
<p><u>Préalable :</u> Les élèves ont déjà pratiqué la course de relais au cycle 2.</p>

Situation pédagogique	Organisation	Matériel nécessaire	Critères de réussite	Variables
<p>Situation 1 : relais à 2</p> <p>But du jeu : transmettre ou recevoir le témoin</p> <p>Durée : plusieurs passages en alternant relayé et relayeur</p> <p><u>Etape 1</u> Chaque binôme a un temps de préparation : organisation de la transmission du témoin zone et ajustement des vitesses</p> <p>Durée : 5 minutes</p> <p><u>Etape 2</u></p> <p>Consigne : « Cours le plus vite possible en respectant ton couloir. »</p> <p>Comportements observables : Perte de vitesse lors du passage de témoin Coureurs non décalés Passage de témoin mal réalisé</p>	<p>Circuit d'au moins 50 mètres de long Les élèves sont disposés en lignes de relayés et de relayeurs.</p> <p>Départ relayeurs arrivée</p>  <p style="text-align: center;">30m 30m</p> <p>10m Sécurité : Chaussures adaptées Tenir fermement le témoin pour éviter qu'il ne tombe</p>	<p>1 témoin par binôme 1 Trait tracé à la craie Plots pour délimiter les couloirs Matériel (craies, scotch...) par binôme pour zone de transmission Fiche d'observations de l'enseignant</p>	<p>pour le relayé :</p> <ul style="list-style-type: none"> - réagir vite au signal - passer le témoin à pleine vitesse sans le faire tomber - donner le « top » <p>pour le relayeur :</p> <ul style="list-style-type: none"> - réagir vite au « top » - réceptionner le témoin à pleine vitesse sans le faire tomber - finir sa course à pleine vitesse 	

Etape 3

Idem avec zone de transmission imposée et identique pour tous les binômes

Consigne : « Cours le plus vite possible en respectant ton couloir. »

- pour le relayé : tenir le témoin par l'extrémité « inférieure » et le remettre le témoin à hauteur de main du relayeur
- pour le relayeur : tendre le bras vers le bas et réceptionner à pleine main

