

Animation pédagogique

Echallens, le 27 janvier 2014

Courir longtemps Vs courir vite

1^{er} cycle primaire / 1^{er} axe thématique : Condition physique et santé

Objectif d'apprentissage :

- Expérimenter différentes fonctions et réactions du corps...

Composante de l'objectif :

- ...en percevant les différentes réactions physiologiques de son corps dans le mouvement et l'effort
- ...en percevant les divers fonctionnements de son corps (force, vitesse, endurance, adresse)

Attente fondamentale :

- ...adapte sa course à la durée de l'effort demandé (courir vite / courir longtemps)

Former 4 groupes d'élèves.

A) Deux groupes se placent sur le circuit extérieur, les élèves se positionnant devant un obstacle.

B) Les deux autres groupes se placent chacun devant un piquet du circuit intérieur.

Les élèves B effectuent une estafette par équipe. But : ramener le plus vite possible les 20 cartes posées dans le périmètre et les mettre dans l'ordre derrière leur point de départ. Concours entre les 2 équipes.

Les élèves A effectuent sans s'arrêter le circuit extérieur jusqu'à ce que la première équipe B ait ramené toutes ses cartes.

Plusieurs manches. Pendant la récupération, sensibiliser les élèves à leur ressenti sur les deux parcours.

Toni Pacifico
Conseiller pédagogique

