







Définition de l'activité	Problèmes à résoudre
<ul style="list-style-type: none"> Produire une performance s'appuyant sur le verbe d'action courir 	<ul style="list-style-type: none"> Réagir vite au signal de départ. Créer de la vitesse. Maintenir sa vitesse, courir droit. Finir sa course sans ralentir.
Enjeux de formation	Exigences minimales
<ul style="list-style-type: none"> Développer sa santé Connaître son corps pour agir en toute sécurité Connaître les règles de fonctionnement pour agir en autonomie et en toute sécurité (dispositifs, ateliers) Vivre et accepter différents rôles (coureur, starter) 	<ul style="list-style-type: none"> Espaces et temps matérialisés (départs et arrivées identifiés) Espaces orientés Règles explicites de circulation et de sécurité Systèmes de mesure adaptés à l'âge (critères de réussite ayant du sens)


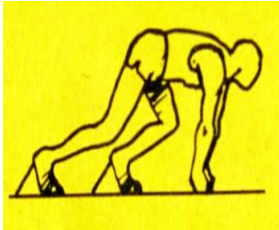
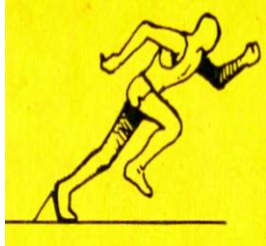



DEUX UNITÉS D'APPRENTISSAGE

	UA 1 CYCLE 2		UA 2 CYCLE 3	
Sit.	Compétences	Situations	Compétences	Situations
	<ul style="list-style-type: none"> A l'issue de la maternelle Courir au moins 15 m en 5 secondes (au moins 3 fois)		<ul style="list-style-type: none"> A l'issue du cycle 2 Courir 40 mètres en moins de 8 secondes	
1	<i>Réagir vite au signal de départ</i>	Lions - Gazelles	<i>Réagir vite au signal de départ</i>	Chameaux / Chamois
2	<i>Courir en ligne droite</i>	La poule et le renard	<i>Au départ, utiliser une position efficace et courir vite</i>	Un bon départ
3	<i>Partir vite et maintenir sa vitesse</i>	La course de vitesse avec zones	<i>Courir en ligne droite</i>	Courir avec des bâtons
4	<i>Arriver sans ralentir</i>	Course à la rencontre	<i>Maintenir sa vitesse</i>	La course aux points
5	<i>Arriver sans ralentir</i>	La zone dangereuse	<i>Maintenir sa vitesse</i>	Course avec zones
6	<i>Réaliser une performance mesurée</i>	La performance	<i>Réaliser une performance mesurée</i>	La performance
Capable de	<ul style="list-style-type: none"> Courir 40 mètres en un maximum de 8 secondes 		<ul style="list-style-type: none"> Courir 50 mètres en un maximum de 9 secondes 	

RECOMMANDATIONS PARTICULIÈRES

<ul style="list-style-type: none"> • Lieu : stade, cours d'école, gymnase • Matériel : un sifflet, une vingtaine de plots, deux chronomètres, des fiches pour noter des résultats • Organisation de la classe en 4 équipes avec rotation des rôles <ul style="list-style-type: none"> ○ deux courent simultanément tous ensemble ou s'affrontent successivement en « un contre un » ou en « deux contre deux » ○ une juge ○ une donne les départ à tour de rôle au sein de son équipe ○ 	<ul style="list-style-type: none"> • Sécurité : après la course, retour des coureurs par l'extérieur de la piste • Répétitions : <ul style="list-style-type: none"> ○ plusieurs par situations et par évolutions ○ affronter des adversaires différents à chaque essai (de la même équipe adverse ou des deux autres équipes) ○ possibilité d'affronter des adversaires de niveaux identique en référence aux « zones d'arrivée »
--	---

LE STARTER (derrière les coureurs)					
« A vos marques »	« Prêt »	« Partez »	« A vos marques »	« Prêt »	« Partez »
					

LE COUREUR					
POSITION DE DÉPART (pied d'appel devant)			POSITION DE DÉPART (pied d'appel devant)		
					

TERMINOLOGIE UTILISEE POUR LES SITUATIONS

B : but, ce qu'il faut faire CR : critère de réussite, gain OR : organisation R : règles càd droits et devoirs E : évolutions ME : Modalités d'exécution (critères de réalisation, conseils, exigences, comportement attendu)
--