

DEFIS OLYMPIQUES



CHAMPS D'APPRENTISSAGE : Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

Niveau : CM1/CM2

Nom de l'activité physique/jeu : Le relais des triathlètes

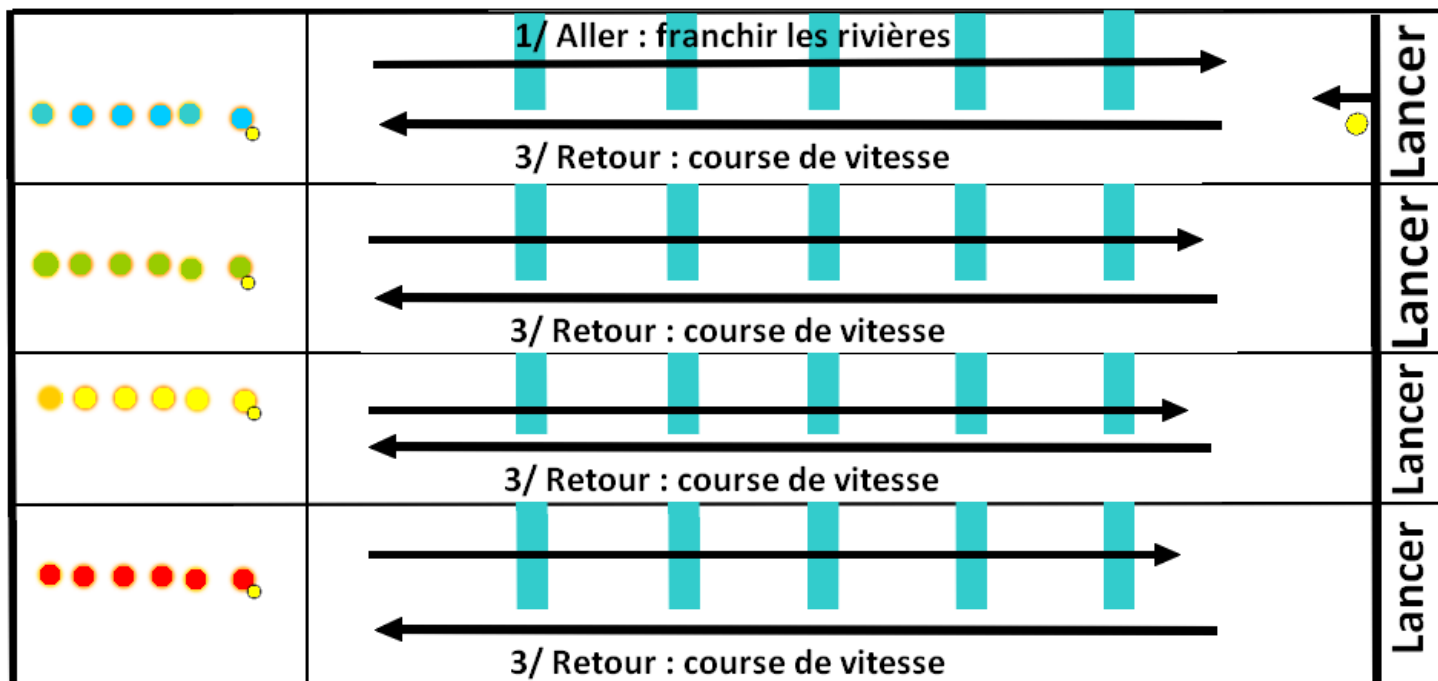
But pour l'élève	Effectuer un parcours en relais (course, lancers, multibonds) le plus rapidement possible
Dispositif Matériel	Plots de départ, plots pour matérialiser la zone de lancer, cordes, bandes plastiques ou tracés à la craie pour matérialiser 5 rivières de 50cm, (espace de 2m entre chaque rivière), une balle de tennis par équipe
Consignes et descriptif du déroulement	<p style="text-align: center;">TEMPS 1 ENTRAINEMENT</p> <p>3 ou 4 équipes de 6 élèves athlètes en fonction de l'effectif de la classe. Chaque équipe est repérable par une couleur de chasuble différente. Chaque équipe doit effectuer un relais au cours duquel chaque élève athlète doit :</p> <p>POUR CHAQUE RELAYEUR :</p> <p>1/ Départ avec une balle de tennis en main, à l'aller, franchir 5 rivières de 50 cm de large, puis s'arrêter à la zone de lancer</p> <p>2/ Lancer la balle de tennis « façon bras cassé » en direction du prochain relayeur de son équipe afin que celle-ci parcourt les 25 mètres</p> <p>3/ Au retour, courir le plus vite possible jusqu'au prochain relayeur en lui tapant dans la main pour déclencher son départ.</p> <p>ATTENTION si la balle de tennis lancée n'est pas allée au-delà de la ligne de départ, (donc a parcouru les 25 mètres), c'est au lanceur coureur d'aller la rechercher pour la donner au prochain relayeur.</p> <p>L'équipe gagnante est la première à avoir terminé le relais.</p>

TEMPS 2 DEFIS OLYMPIQUES

L'enseignant.e chronomètre le temps mis par les 3/4 équipes de 6 élèves athlètes pour effectuer le relais. Le chronomètre ne s'arrête que lorsque la dernière équipe a fini le relais.

25 mètres

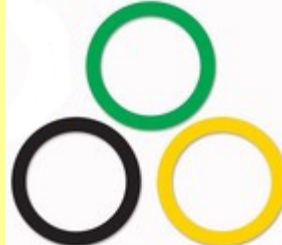
2/



La classe remporte 5 anneaux pour les défis



La classe remporte 3 anneaux pour les défis



La classe remporte 1 anneau pour les défis



**COTATION
DEFIS
OLYMPIQUES**

Toutes les équipes ont mis **moins de 3mn** pour effectuer le relais

Au moins une équipe a mis **entre 3 et 4mn** pour effectuer le relais

Au moins une équipe a mis **plus de 4mn** pour effectuer le relais

Idées, pistes de travail, types de ressources EPS voire pluridisciplinaires :

→ Mathématiques : calculer les distances parcourues par les équipes

→ EMC : les valeurs de l'olympisme

<http://www.dsden93.ac-creteil.fr/spip/spip.php?article7843>

<http://www.dsden93.ac-creteil.fr/spip/spip.php?article7413>