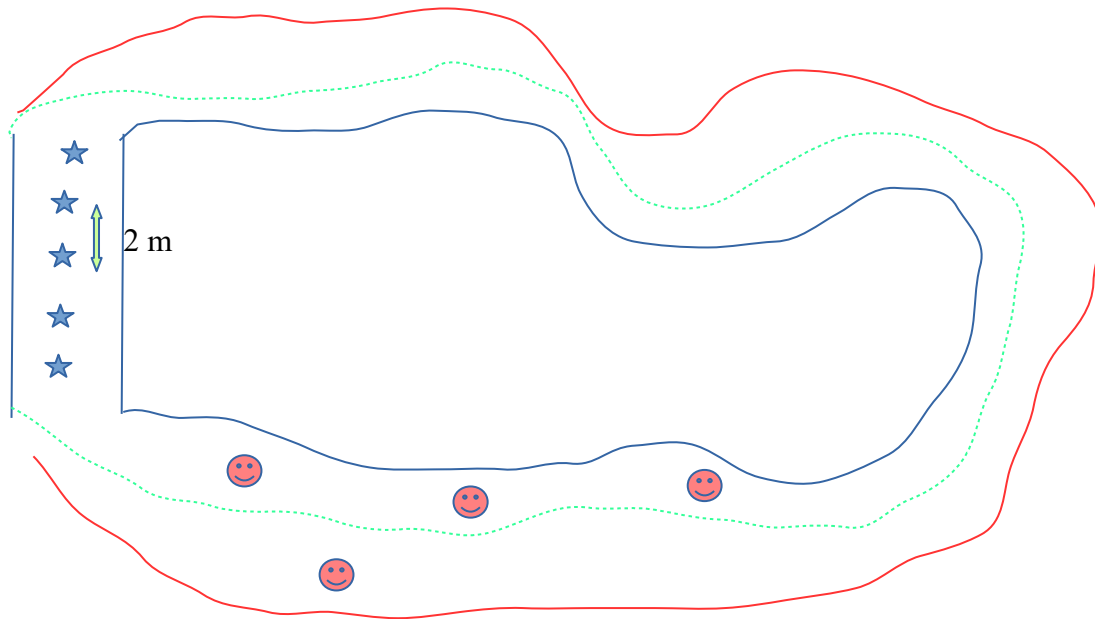


DISPOSITIF :

Dans la cour (si elle est grande), ou dans un espace en herbe à proximité sans difficulté pour courir et sécurisé (attention si route à proximité).

Prévoir un parcours le plus long possible matérialisé par des coupelles (ou bouteilles plastique si peu de matériel).



Matériel : coupelles, bouteilles plastique , cônes, cordes au sol , tout matériel qui permet de matérialiser deux couloirs.

L'organisation de la classe : les enfants sont réunis par binômes. Un coureur, un observateur qui compte les tours. Les élèves changent de rôle à la fin de la course.

REGULATION

La classe est constituée en binômes.

Un groupe coureurs, un groupe observateurs.

Les élèves coureurs sont placés en file indienne, espacés de 2 m (étoiles sur le sol ou autre marque).

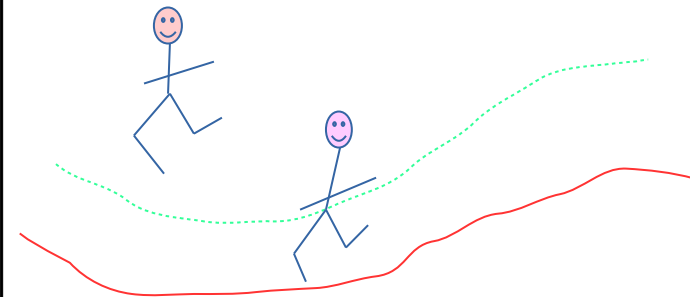
Les élèves coureurs **arrivent masqués.**

Quand les enfants sont prêts l'enseignant donne le départ chacun à leur tour de façon à ce qu'ils partent espacés d'un peu plus de 2 mètres. Quand l'élève reçoit le signal pour partir **il enlève son masque et le place autour de son poignet ou sous le menton.**

La consigne est simple :

Il ne faut pas courir l'un à côté de l'autre ou trop prêt l'un de l'autre.

Un couloir est proposé à droite du parcours pour que les plus rapides puissent doubler loin de leur camarade.



- La durée de course va évoluer au cours des séances. Pour atteindre 10 à 12 mn.

- L'enseignant chronomètre le temps de course, mais peut aussi déléguer cette tâche à un élève.