

Compétence aux cycles 2 et 3 : Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée	Nom du jeu : Course aux points	Activité : Athlétisme ; course de durée
---	--	---

Objectif d'apprentissage : courir un temps donné, en ajustant sa vitesse pour ne pas être essoufflé

Descriptif de la tâche :

But	Courir, sans s'arrêter, à son rythme, durant une durée choisie pour gagner des points.
Dispositif	Dans un espace clos, les élèves doivent courir une durée basée sur leur âge ; 3 possibilités de contrat (choix laissé à l'élève) qui leur permet de gagner des points, à condition de ne pas s'arrêter. Exemple : -contrat 1 : j'ai 7 ans, je cours 7 min (« âge »+ 0 min) = 2 points -contrat 2 : j'ai 7 ans, je cours 9 min (« âge »+ 2 min) = 4 points -contrat 3 : j'ai 7 ans, je cours 11 min (« âge »+ 4 min) = 6 points 3 départs sont matérialisés sur un parcours en boucle : le 1 ^{er} pour ceux qui courent leur âge, le 2 ^{ème} pour ceux qui courent leur âge + 2 et le 3 ^{ème} pour ceux qui courent leur âge + 4. Départ donné toutes les minutes, en terminant par ceux qui ont la course la plus courte, pour que tous les élèves terminent tous en même temps. Dispositif pouvant être mis en place pour une rencontre interclasse.
Consigne	« Tu choisis un contrat temps, en fonction de ton âge, qui peut te rapporter des points si tu arrives à courir le temps imposé sans t'arrêter. »
Critères de réussite	Obtenir les points correspondant à son contrat temps



Comportements attendus	Difficultés rencontrées	Conseils pour progresser
- gérer sa course en s'adaptant à la durée qu'on s'est imposée -ajuster sa foulée, son allure à l'objectif -accepter les conséquences de la course de durée (léger essoufflement, effort à fournir...)	-départ comme pour une course de vitesse → -accélération/décélération en cours de parcours → -contrat peu ou trop ambitieux →	-placer un élève capable de courir à allure modérée en tête de course avec interdiction de le dépasser, lors du 1 ^{er} tour du circuit -avant le choix du contrat, organiser une évaluation diagnostique pour que les élèves s'engagent dans un contrat correspondant à leurs capacités -s'entraîner pour parvenir au contrat supérieur

Trame de variance

<p>Simplifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> -commencer l'apprentissage avec des temps en dessous de leur âge -émettre un signal sonore toutes les 30 secondes, placer des plots tous les 50m pour que les élèves aient des repères visuels et sonores afin d'organiser leurs courses -constituer des binômes (1 coureur avec 1 observateur chargé de relever les temps d'arrêt, d'accélération ou de décélération ...) 	<p>Complexifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> -augmenter les contrats de 1 minute -courir sur un terrain accidenté (cross)
<p>Sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> -enseignant placé à un endroit stratégique où l'ensemble des élèves seront visibles -signal sonore pour le rassemblement immédiat -lacets des chaussures vérifiés 	<p>Evaluation</p> <ul style="list-style-type: none"> -l'élève sait : courir longtemps de manière régulière sans être essoufflé