

COURSES :

⇒ Situation N° C1:

Relais vitesse avec transmission de témoin sur un aller retour de 15m00, en allant contourner un plot

Noter le temps, le transcrire en secondes, le diviser par le nombre de participants :

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 1 pt: plus de 17 secondes | 2 pts: moins de 17 secondes |
| 3 pts: moins de 12 secondes | 4 pts : moins de 7 secondes |

⇒ Situation N° C2:

Relais obstacle sur herbe, (dessous et dessus) avec transmission de témoin sur un aller retour de 15m00, en allant contourner un plot.

Noter le temps, le transcrire en secondes, le diviser par le nombre de participants :

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1 pt: plus de 22 secondes | 2 pts: moins de 22 secondes |
| 3 pts: moins de 17 secondes | 4 pts : moins de 12 secondes |

⇒ Situation N° C3:

Relais adresse, parcours avec un plot (de type soucoupe) sur une raquette de tennis, effectuer un slalom sur un aller retour de 10m00, en allant contourner un plot.

Noter le temps, le transcrire en secondes, le diviser par le nombre de participants :

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1 pt: plus de 25 secondes | 2 pts: moins de 25 secondes |
| 3 pts: moins de 20 secondes | 4 pts : moins de 15 secondes |

SAUTS :

⇒ Situation N° S1:

Sauter à pieds joints 4 barres à 4 hauteurs différentes ; 2 essais :

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1 pt: 1 barre à 10 cm | 2 pts: 1 barre à 15 cm |
| 3 pts: 1 barre à 20 cm | 4 pts: 1 barre à 25 cm |

Ne retenir que la meilleure performance

⇒ Situation N° S2:

Sauter librement avec 5m d'élan maximum 4 rivières de longueur différente ; 3 essais :

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 1 pt: une rivière de 1m00 | 2 pts: une rivière de 1m50 |
| 3 pts: une rivière de 2m00 | 4 pts: une rivière de 2m50 |

Ne retenir que la meilleure performance

⇒ Situation N° S3:

Effectuer 4 exercices différents avec une corde à sauter :

- | |
|---|
| 1 pt: de 1 à 5 sauts pieds joints |
| 2 pts: 5 sauts pieds joints |
| 3 pts: 5 sauts à cloche pied (pied libre) |
| 4 pts: 5 sauts pieds joints à l'envers. |

Ne retenir que la meilleure performance

LANCERS :

⇒ Situation N° L1:

Lancer une balle de tennis le plus loin possible ; 3 essais :

1 pt: 0 à 5m 2 pts: 5m à 10m 3 pts: 10m à 15m 4pts:15mà

Ne retenir que la meilleure performance

⇒ Situation N° L2:

Lancer quatre balles de tennis dans une cible verticale (cerceau) situé à 3m00 ; 3 essais :

1 pt: 1 balle sur 4 2 pts: 2 balles sur 4

3 pts: 3 balles sur 4 4 pts: 4 balles sur 4

Ne retenir que la meilleure performance

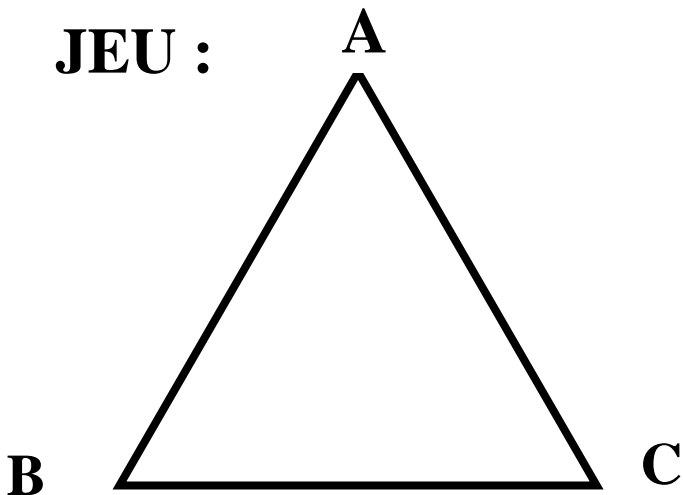
⇒ Situation N° L3:

Lancer un cerceau le plus loin possible ; 3 essais : on prends la meilleure performance :

1 pt: 5m00 2 pts: 10m00 3 pts: 12m00 4pts: 15m00

Ne retenir que la meilleure performance

JEU :



Dans un triangle équilatéral de 18m de côté, placer 3 équipes (A – B – C) en file indienne à chaque coin du triangle. Chaque équipe a un témoin en main.

Donner le départ simultané, chaque enfant doit faire le tour du triangle pour revenir derrière sa colonne. Le relais est terminé quand chaque enfant de l'équipe a fait un tour.

En cas de relais déséquilibré en nombre, prendre le soin de faire passer 2 fois un enfant. Effectuer 3 manches, chaque manche rapporte : 4 points au premier, 3 au deuxième, 2 au troisième.

DEROULEMENT DE LA RENCONTRE :

Des équipes sont constituées en mélangeant les enfants de toutes les classes du même établissement. Chaque équipe portera le nom d'un animal et se verra remettre une fiche de relevé pour effectuer le tour des ateliers.

Chaque équipe accompagnée par un adulte fait alors le tour des 10 ateliers.

DECOMPTE DES POINTS :

⇒ Courses (12 points): chaque équipe a une note sur 4 points pour chaque relais.

⇒ Sauts (12 points) : chaque joueur a une note sur 4 points pour chaque saut, il faut donc diviser le total par le nombre de joueurs.

⇒ Lancers (12 points) : chaque joueur a une note sur 4 points pour chaque lancer, il faut donc diviser le total par le nombre de joueurs.

⇒ Jeu (12 points): Il faut effectuer 3 manches du jeu.

Le total de chaque équipe est donc sur 48 points