

Défis seinomarins 30' APQ n° : 6

« BOUGEZ EN AVRIL 2024 »



PAUSE ACTIVE

« Dansons à l'unisson »

Cycle 1

Le lever du soleil	Le soldat de plomb	Les 3 chapeaux imaginaires	Le soldat de plomb	Le pinceau	Le soldat de plomb

Cycle 2

Le réveil	Gumboot 1	Les boucles	Gumboot 2	Le nageur	Gumboot 3	Les 3 chapeaux imaginaires	Gumboot 4

Cycle 3

Le réveil	Gumboot 1	Le pinceau	Gumboot 2	Le nageur	Gumboot 3	Les 2 chapeaux imaginaires	Gumboot 4

[Le dossier est ICI !](#)

RÉCRÉATION

« Relais athlétique »

Relais athlétique



L'objectif de la situation : ce que l'élève doit réaliser.

Réaliser un parcours athlétique complet en relais, dans un temps donné.

La consigne qui permet à l'élève de se mettre en activité.

« Chacun doit réaliser le parcours (distance/activités au choix des enseignants) et passer le relais au suivant.
Le relais doit être réalisé en minutes (en fonction du nombre d'élèves). »

Le dispositif : l'espace et le matériel utilisés

Matériel :

- carte explicative de la situation ;
- marquage de départ et de retour : 2 plots espacés d'une vingtaine de mètres ;
- 3 plots supplémentaires et 1 corde à sauter.

Les critères de réussite pour l'élève

En équipe, réaliser le parcours complet dans le temps donné, en effectuant les différentes activités demandées.

Les variables de différenciation :

- longueur du parcours ;
- nombre d'exercices ;
- type d'exercices ;
- temps donné pour réaliser le relais.

[D'autres fiches ICI !](#)

À VOS MARQUES, PRÊTS ... BOUGEZ !