|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Produire une performance maximale, mesurée à une échéance donnée* Course de vitesse Cycle 2 CP CE1 CE2** | | |
| **APPRENTISSAGES ATTENDUS :** | **Objectif généraux :**  Coordonner et enchaîner des actions motrices caractérisées par leur force, leur vitesse, dans des espaces et avec différents matériels, dans des types d’efforts variés, de plus en plus régulièrement, à une échéance donnée, pour égaler ou battre son propre record. Repérer, identifier (CP) puis chercher à stabiliser (à partir du CE1) sa performance (être capable par exemple de la reproduire 4 fois sur 5)**.**  **Objectifs moteurs :**  **CP** :   * Courir vite sur une vingtaine de mètres. * Réagir à un signal de départ, visuel ou sonore. * Maintenir une trajectoire rectiligne.   **CE1 :**   * Courir vite sur une trentaine de mètres. * Franchir la ligne d’arrivée sans ralentir. * Enchaîner une course avec une transmission de témoin.   → Partir vite à un signal et maintenir sa vitesse pendant 7 secondes.  **CE2** :   * Réagir vite au signal de départ. * Maintenir une trajectoire rectiligne (bras et regard horizontal, dans l’axe de la course). * Maintenir sa vitesse sur un temps donné (8 secondes) ou sur une distance d’une trentaine de mètres.   **Objectifs affectifs et sociaux :**   * Compétence 6 du socle : respect des règles reconnues ; assumer les rôles sociaux (juge, arbitre, observateur). * Compétences 7 : affiner la connaissance de soi en fonction de ses ressources ; s’engager lucidement dans l’action (sécurité, stratégies efficaces, contrôle des émotions, gestion des efforts). * J’ai mes affaires de sport. * Je respecte les autres. | |
| **MATERIEL**  Cônes, chronomètre, sifflet, couloirs à la craie… | **CRITERES DE REUSSITE**   * Je réagis rapidement à un signal. * Je cours sur une vingtaine de mètres CP. * Je cours sur une trentaine de mètres CE1. * Je maintiens une direction de course rectiligne. * Je termine ma course. * Je maintiens ma vitesse (Je ne ralentis pas avant l’arrivée). * J’améliore ma vitesse. | **PLUS FACILE**   * Je prends un départ debout. * Je cours avec un camarade de même niveau. |
| **REGLES DE SECURITE, REGLES D’OR**   * Avoir de bonnes chaussures. * Rester dans son couloir. | **PLUS DIFFICILE**   * Je prends un départ rapide et je maintiens ma vitesse pendant 7 secondes. * Je trouve une position de départ qui ne soit pas debout. * Je transmets un témoin sans ralentir. |

Situation d'apprentissage – Livret EPS