



Pour la course longue
Courir longtemps
Course de durée

Cycle 2
Cycle 3

Les 4 Coins

➔ But du jeu

A chaque signal (enchaîné), changer de place.
Rester aux coins le plus longtemps possible.

➔ Espace

Cour de l'école

L'espace est à déterminer en fonction de l'âge des enfants

Attention, pas de distance trop longue pour éviter des pointes de vitesse excessives qui nuiraient à la réussite du jeu (essoufflement).

➔ Nombre de joueurs

5 par espace de jeu.

➔ Matériel

4 cerceaux ou 4 cercles au sol (à privilégier).

➤ Organisation / Déroulement

4 cerceaux sont disposés aux 4 coins de la zone de jeu.

Un joueur dans chaque cerceau et un joueur au centre.

Au signal, les 4 joueurs quittent le cerceau pour en regagner un autre.

Le joueur au centre essaie de conquérir un cerceau.

S'il réussit, il est remplacé par le joueur qui se retrouve sans cerceau.

S'il ne réussit pas, il essaie à nouveau au signal suivant.

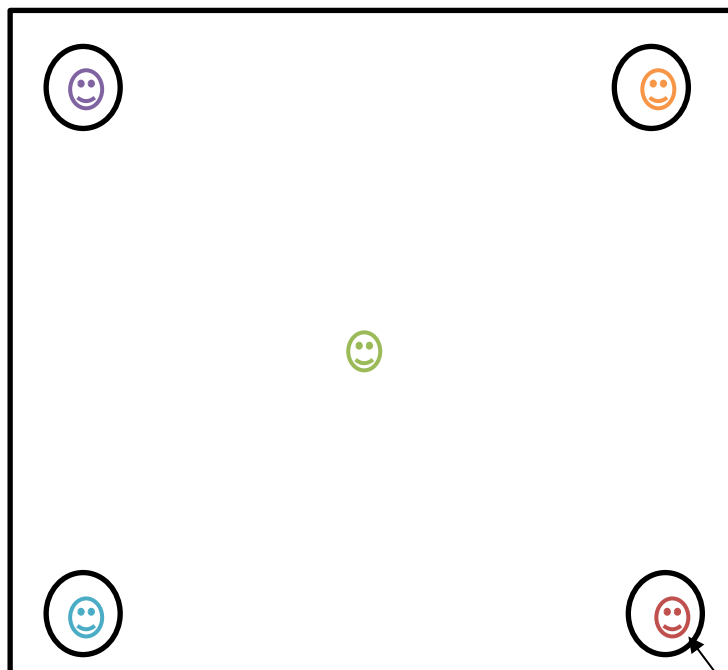
➤ Variables

Augmenter ou diminuer la surface de jeu.

Augmenter ou diminuer le temps entre deux signaux de départ.

Variation du signal : signal sonore, signal visuel.

Jouer à 6 avec deux élèves au centre.



Cercle ou cerceau