

LE DÉFI D'ATHLÉ

LE RELAI à 4



CONSIGNE

Par équipes de 4, faites un relais pendant 2'24.

ORGANISATION

1 parcours pour une moitié de classe.
(L'autre moitié peut être en observation).

BUT DU JEU

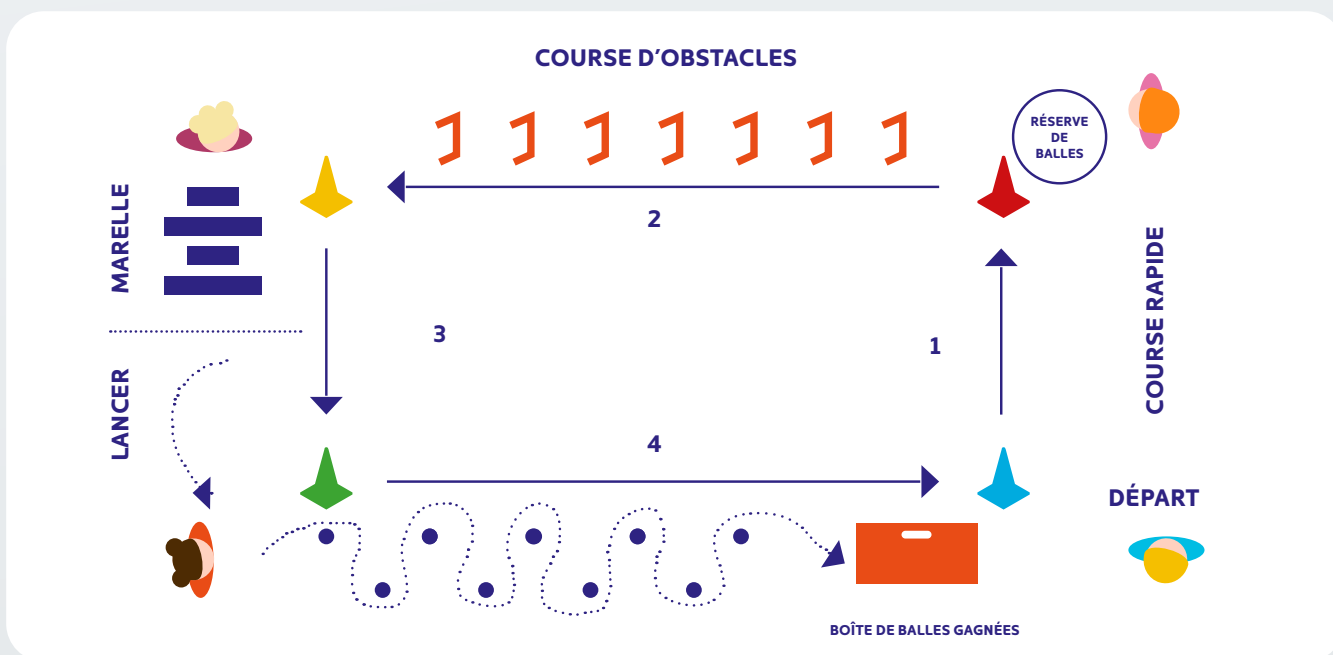
Rapporter le plus de balles possibles avec son équipe.

MATÉRIEL

Haies
Craies
Plots ou coupelles
Balles
1 boîte de réserve de balles = R
1 boîte par équipe pour récolter les boîtes gagnées

DESCRIPTIF COMPLET

Dans chaque équipe, chaque joueur parcourt $\frac{1}{4}$ de la distance et donne la balle à son partenaire en guise de relai. Dessiner 1 marelle par équipe.



Relai n°1 : L'élève A part sans balle et court le plus vite possible. A la fin de son parcours, il prend une balle dans la réserve et la donne au suivant.

Relai n°2 : L'élève B part avec la balle et fait le saut d'obstacles. A la fin de son parcours, il donne la balle à l'élève C.

Relai n°3 : L'élève C réalise le parcours de marelle (cloche-pied, pieds joints ...) puis lance la balle au suivant.

Relai n°4 : L'élève D réalise le slalom, balle à la main. A la fin de son parcours, il pose sa balle dans la boîte, puis enchaîne sur la course rapide. Il prend la balle dans R et la donne à l'élève A.

Etc...

DÉFI DE LA FLUENCE

pour les cycles 2 et 3



ESSAIE DE BATTRE LE RECORD DE FLUENCE SUR 100 M

Lis le texte suivant pendant **09sec58** (record du 100m de Usain Bolt).

NOTRE PROPOSITION POUR LE DÉFI DE LA FLUENCE SUR 100 M

OBJECTIF

! Aller le plus loin possible dans le texte sur une durée de **09sec58**.

LIEN

! Lien youtube du 100m d'Usain Bolt pour faire office de chronomètre

3, 2, 1...

MODÈLES DE PHRASES À FAIRE LIRE LE PLUS VITE POSSIBLE :

CP – CE1

Plus vite, plus haut, plus fort.
La devise olympique est composée des trois mots latins
« Citius, Altius, Fortius »

CE2/CM1/CM2

La devise olympique est la devise des Jeux olympiques modernes, composée depuis 2021 des quatre mots latins « Citius, Altius, Fortius – Communiter », dont la traduction officielle est « Plus vite, plus haut, plus fort – ensemble ».

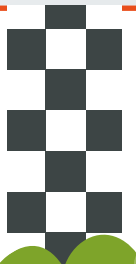
CM1/CM2

Nous jurons que nous nous présentons aux Jeux Olympiques en concurrents loyaux, respectueux des règlements qui les régissent et désireux d'y participer dans un esprit chevaleresque pour l'honneur de nos pays et la gloire du sport.

Citation de Pierre de Coubertin

CM1/CM2

Au nom de tous les juges et officiels, je promets que nous remplirons nos fonctions pendant ces Jeux Olympiques en toute impartialité, en respectant et suivant les règles qui les régissent, dans un esprit de sportivité.



ESSAIE DE BATTRE DE LE RECORD DE FLUENCE SUR 200 M

Ose participer au record du 200m d'Usain Bolt en lisant un maximum de mot sur la durée de **19sec20**

NOTRE PROPOSITION POUR LE DÉFI DE LA FLUENCE SUR 200 M

OBJECTIF

! Aller le plus loin possible dans le texte sur une durée de **19sec20**.

LIEN

! Lien youtube du 200m d'Usain Bolt pour faire office de chronomètre

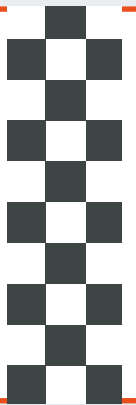
3, 2, 1...

MODÈLES DE PHRASES À FAIRE LIRE LE PLUS VITE POSSIBLE :

CM1/CM2

Berlin a retenu son souffle et c'est parti ! Et cette fois Usain Bolt est parti comme un missile. Usain Bolt qui est déjà en tête alors qu'à l'extérieur Crawford a résisté un petit peu. Allez Usain, allez mon vieux, Usain Bolt dans la dernière ligne droite ! Stratosphérique, attention sur le chrono... 19'20, il l'a fait ! Avec un vent légèrement défavorable ! Il l'a fait ! INCROYABLE.

Commentaire de Patrick Montel



POUR ALLER PLUS LOIN

! **Vocabulaire** : Rechercher les définitions des mots suivants : Une devise , moderne, impartialité, chevaleresque

! **Ecriture** : Rédige en quelques lignes ta devise

olympique en reprenant les valeurs humaines et sportives qui sont importantes pour toi.

! **Conjugaison** : Remplace les « nous » dans les devises par « Je »

! **Mathématiques** : Transforme le record du monde du marathon de 2h01min09 sec en secondes