



a liste des **courses**

Sommaire

- Présentation
- La course Morpion
- La course Memory
- La course Tangram
- La course Puissance 4
- La course Dictée
- La course Valise



La liste des courses est une proposition d'activités libres pour des écoles ayant peu de matériel d'EPS. Ces activités peuvent s'effectuer sur la récréation ou un temps de 30 minutes d'activités physiques s'il n'y a pas d'EPS prévue. Elles sont proposées principalement pour les cycles 2 et 3.

Ces activités sont des activités de courses avec toujours une préoccupation (une forme ou une liste de mots à mémoriser, analyser et prendre une décision rapidement...). La difficulté est de faire un effort physique tout en gardant assez de lucidité pour effectuer une activité mentale.



Le principe repose sur un défi de courses entre des équipes de 2 ou 3 joueurs **au maximum**. Un élève peut être seul dans son équipe mais il devra faire les allers-retours comme s'il faisait un relais à chaque fois.

Une autre équipe est à l'arbitrage pour veiller au relais ou arrêter le jeu dès qu'une des équipes a atteint son objectif.

Lorsqu'une course est finie, les équipes ont le choix de :

- Défier une autre équipe sur cette même course
- Défier une équipe sur une autre course
- Défier à nouveau la même équipe sur cette course en donnant un désavantage de distance supplémentaire à parcourir de 5 mètres pour l'équipe gagnante.

MA LISTE DE COURSES	
Moins de 100 mètres	Moins de 100 mètres
100 à 200 mètres	100 à 200 mètres
200 à 300 mètres	200 à 300 mètres
300 à 400 mètres	300 à 400 mètres
400 à 500 mètres	400 à 500 mètres
500 à 600 mètres	500 à 600 mètres

Course Morpion

Matériel :

Un tracé au sol du jeu de morpion pour 2 équipes, 2 lots de 3 plots de couleurs différentes et 2 cerceaux ou lignes au sol pour le départ.

Installation du jeu au départ

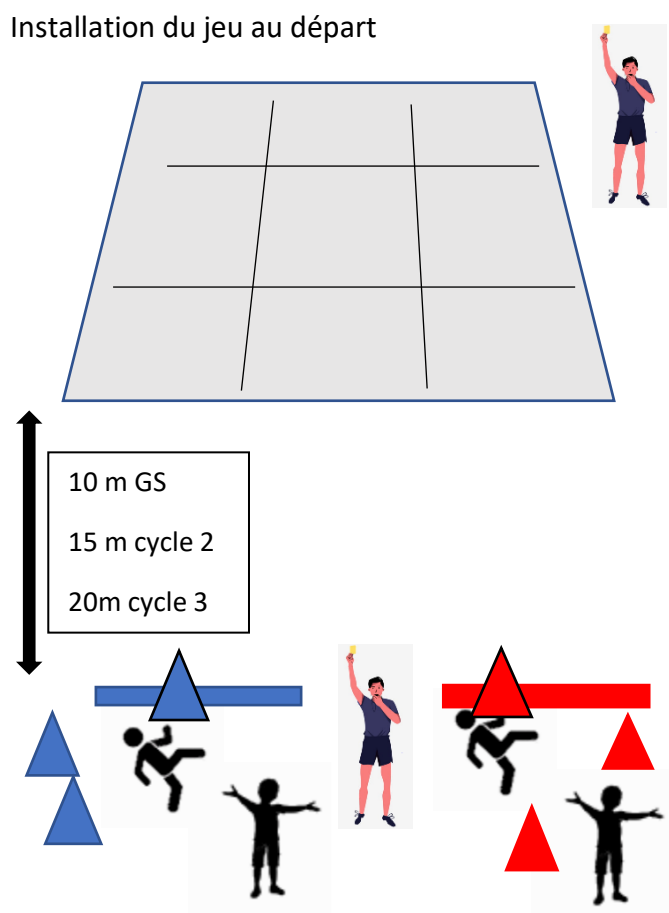
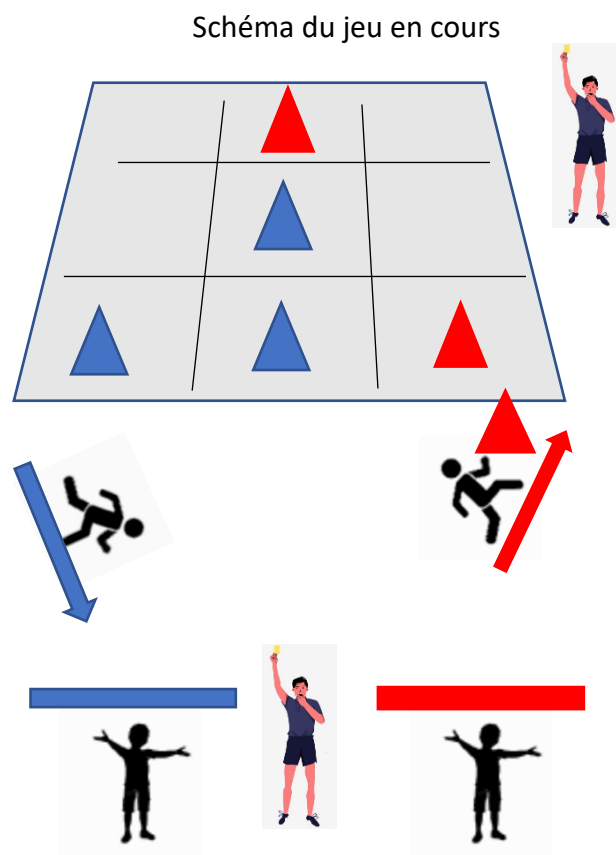


Schéma du jeu en cours



Règles :

Les élèves prennent et déposent chacun leur tour un plot dans une case libre avant de faire le relais.

On ne prend que les plots de la couleur de son équipe.

Quand les 3 plots de la zone de départ sont posés, l'élève déplace dans une autre case un de ceux déjà déposé.

Les élèves peuvent se faire guider par les camarades de l'équipe en attente du relais.

Le jeu s'arrête dès qu'il y a 3 plots de même couleur alignés.

Course Memory

Matériel :

Un jeu de memory pour chaque équipe : 8 cartes GS, entre 10 et 12 cartes cycle 2, entre 12 et 16 cycle 3 déposées au sol ou sur une table. La disposition des cartes dans les schémas ci-dessous est une des possibilités. 2 lignes au sol pour le départ.

Installation du jeu au départ

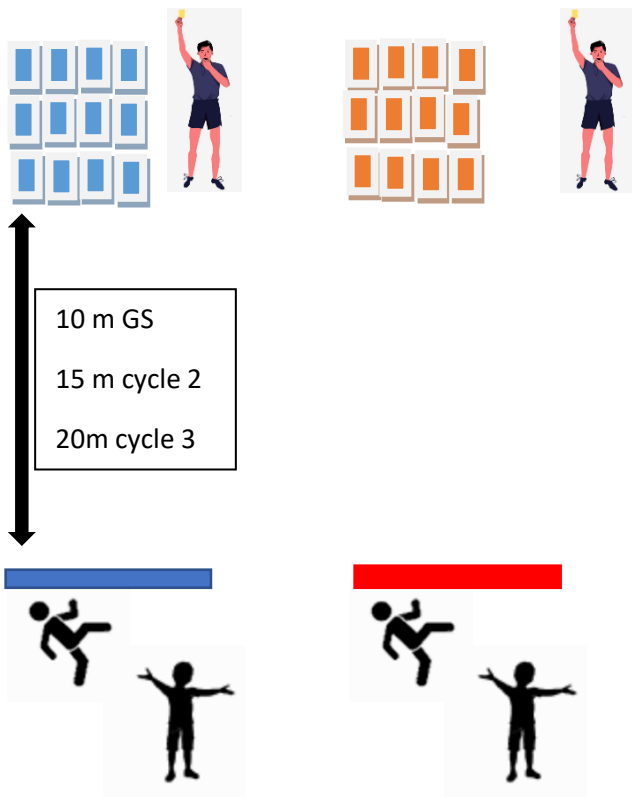
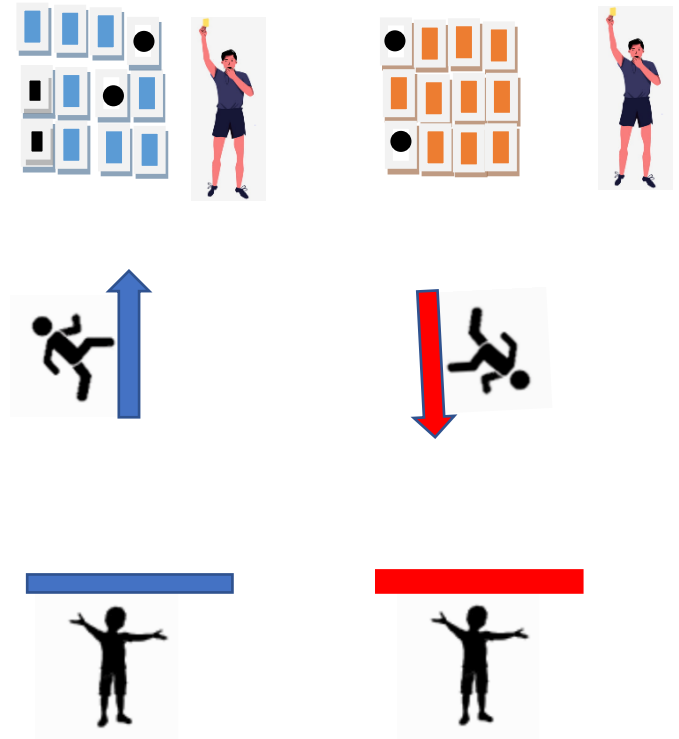


Schéma du jeu en cours



Règles :

Un joueur arrive devant son paquet de cartes, il en retourne 2 de son choix.

Si elles sont identiques, il les laisse visibles et va faire son relais (**il ne peut pas rejouer**).

Si elles sont différentes, il les remet en face cachée et va faire le relais.

Les joueurs peuvent communiquer dans la zone de départ sur les cartes qu'ils ont retournées.

Le jeu s'arrête dès que toutes les cartes d'une équipe ont été retournées.

Course Tangram

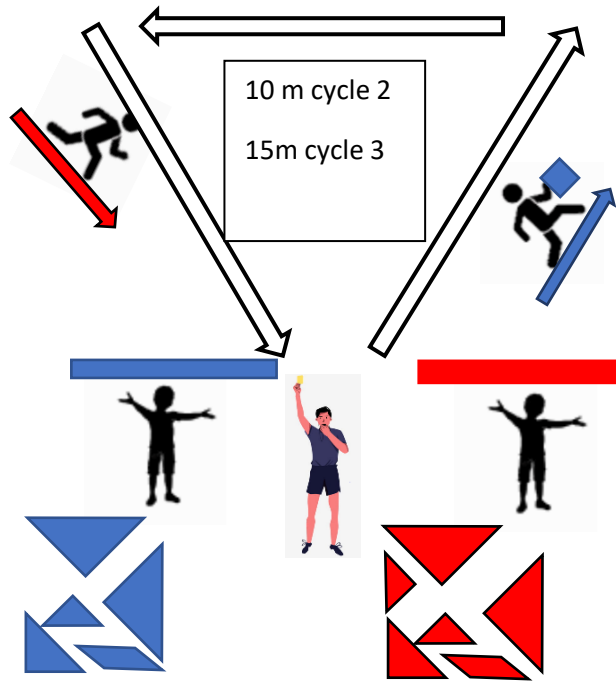
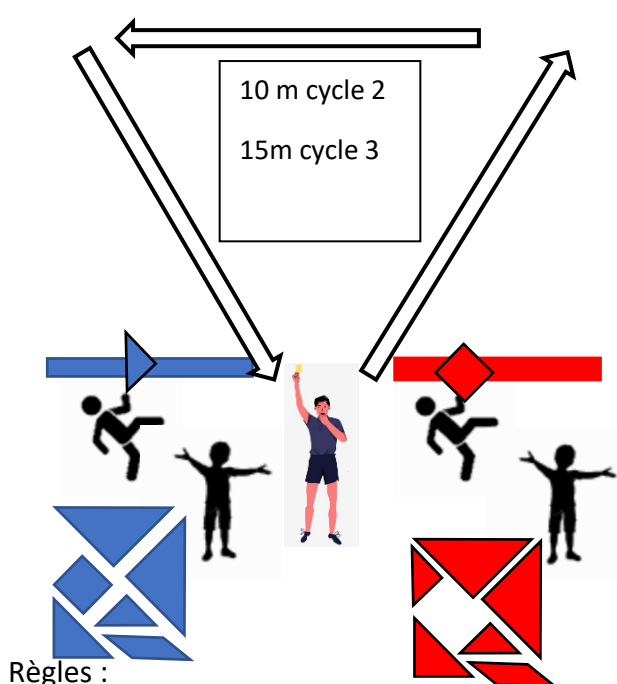
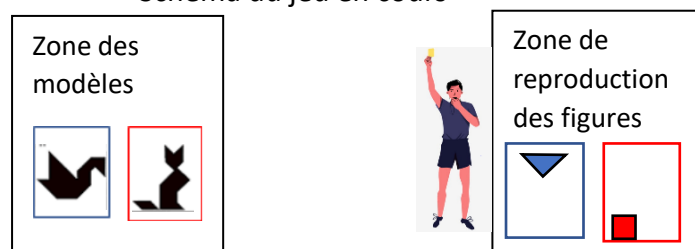
Matériel :

Il faut 1 jeu de Tangram par équipe avec un modèle à reproduire pour chacune d'elles, 2 cerceaux ou lignes au sol pour le départ. Une zone/table pour les modèles des équipes et une zone/table pour reproduire ces modèles avec les pièces.

Installation du jeu au départ



Schéma du jeu en cours



Règles :

Les équipes doivent reproduire le modèle de l'équipe qui est visible uniquement dans la zone des modèles. On ne peut prendre les pièces qu'une par une. Il est tout à fait possible de redisposer les pièces posées avant. Il est obligatoire d'effectuer le parcours complet dans le sens indiqué par le schéma.

Déroulement :

Le joueur A prend une pièce, la dépose aléatoirement dans la zone de reproduction. Il se dirige ensuite dans la zone des modèles et prend connaissance de la figure à reproduire avant de revenir faire le relais et de donner les informations au coureur B.

Le coureur B prend une pièce, va la déposer en tenant compte des indications du joueur A avant d'aller observer le modèle...

Le jeu s'arrête quand une équipe a réussi à reproduire le modèle.

Il existe des variantes de modèles à reproduire avec un marquage pour mieux visualiser les formes à assembler.

Course Puissance 4

Matériel :

Ce jeu demande un matériel beaucoup plus conséquent. Il faut un tracé au sol du jeu de puissance 4 (7x6 cases) pour 2 équipes, 2 lots de 21 plots (ou autres objets visibles) de couleurs différentes et 2 cerceaux ou lignes au sol pour le départ.

Installation du jeu au départ

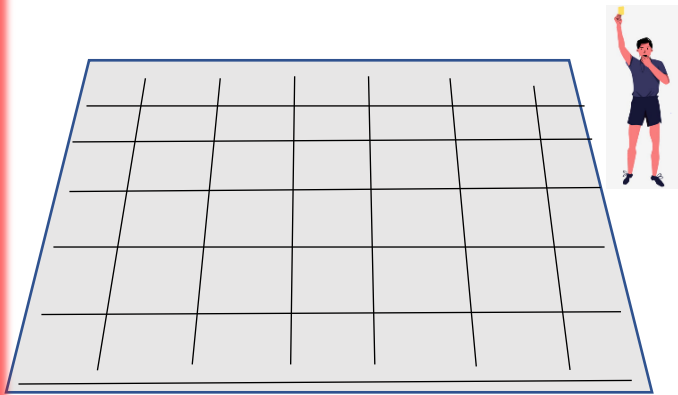
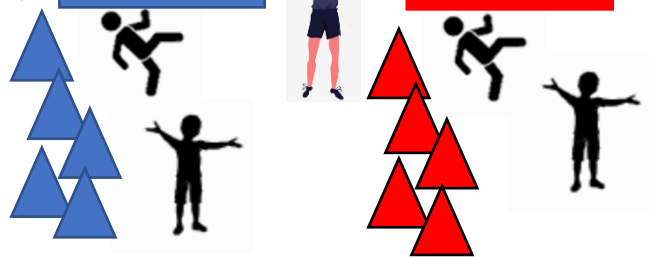
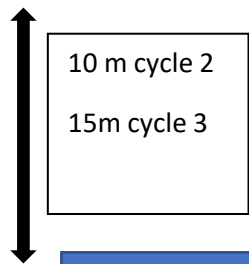
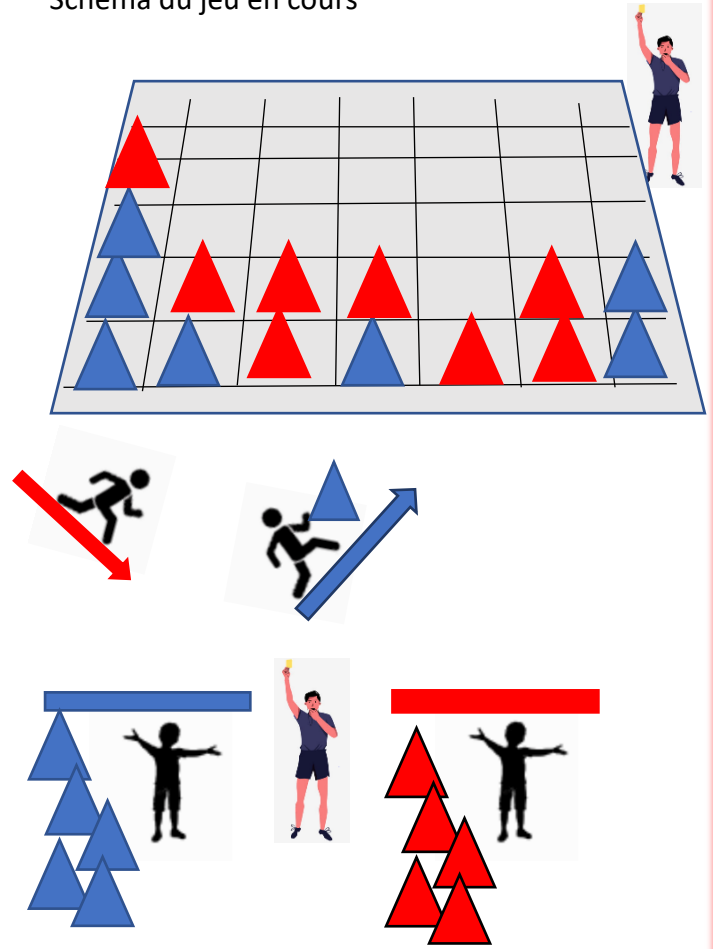


Schéma du jeu en cours



Règles :

Le tracé de jeu au sol est une représentation du plateau vertical, on ne peut pas placer des jetons en haut s'il n'y a pas de jetons en dessous.

Il se peut qu'une équipe plus rapide dépose davantage de plots que l'autre mais sans pour autant gagner.

Le jeu s'arrête dès que 4 objets d'une équipe sont alignés (verticalement, horizontalement ou en diagonale).

Course Dictée

Matériel :

Il faut 1 liste de mots par équipe (8 -10 cycle 2, 12-14 cycle 3), 2 cerceaux ou lignes au sol pour le départ. Une zone/table pour les listes des mots des équipes et une zone/table pour écrire ou reproduire ces listes avec stylos ou étiquettes.

Installation du jeu au départ

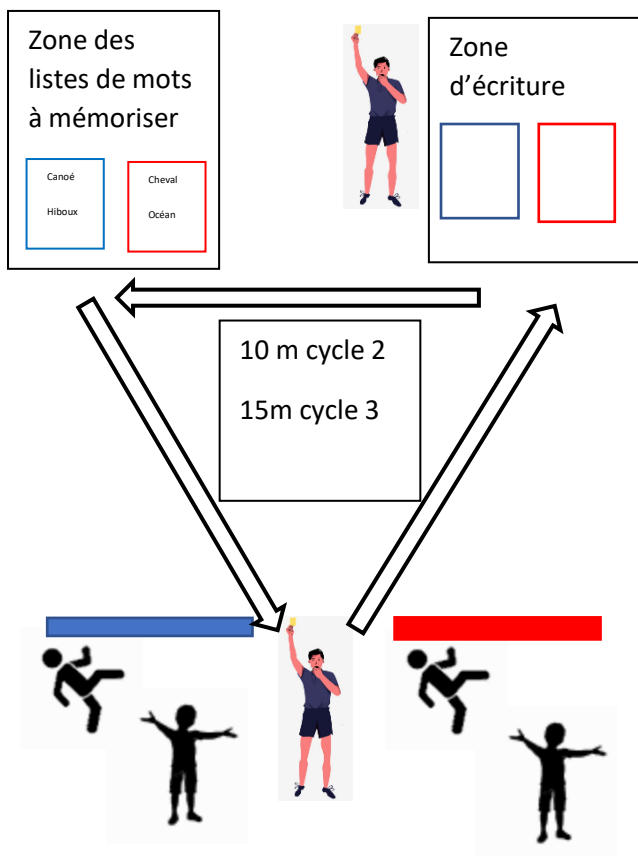
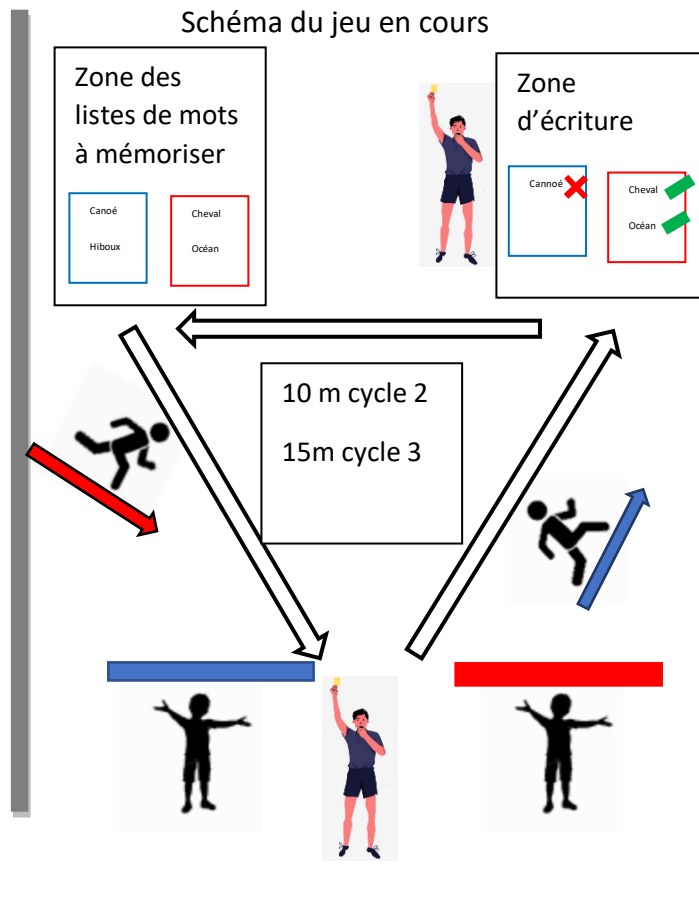


Schéma du jeu en cours



Règles :

Les équipes doivent réécrire correctement la liste des mots qui est visible uniquement dans la zone des modèles. On peut mémoriser, transmettre puis écrire plusieurs mots à la fois. Il est obligatoire d'effectuer le parcours complet dans le sens indiqué par le schéma.

Un mot mal orthographié n'est pas validé par l'arbitre qui valide les mots au fur et à mesure.

Les joueurs peuvent communiquer dans la zone de départ uniquement.

Déroulement :

Le joueur A commence par courir dans le sens indiqué (il n'a rien à écrire lors du premier passage). Il découvre la liste des mots et en mémorise le nombre de son choix. Il va faire son relais et transmet les mots qu'il a mémorisés. Le joueur B va écrire correctement ces mots dans la zone d'écriture avant d'aller découvrir la liste des mots et aller faire le relais à son tour...

Le jeu s'arrête quand une équipe a réussi à reproduire la liste des mots sans erreur.

Il existe des variantes avec des mots plus complexes ou en écrivant les mots à l'envers (canoé => éonac).

Course Valise

Matériel :

Une liste de mots à mémoriser (4-8 GS, 6-10 cycle 2, 8-12 cycle 3) et à restituer à un arbitre par équipe. 2 lignes au sol pour le départ.

Installation du jeu au départ

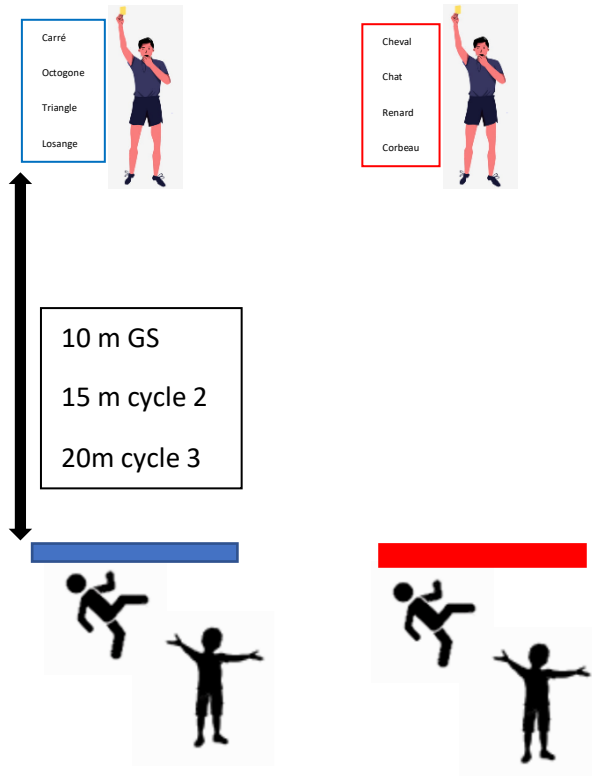
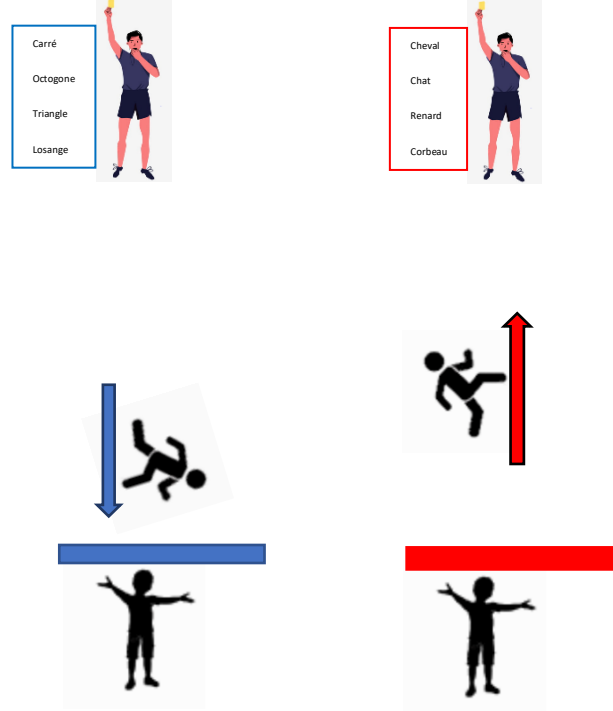


Schéma du jeu en cours



Règles :

Les équipes doivent restituer une liste des mots qu'ils ont mémorisés à leur arbitre. A chaque passage devant l'arbitre, on doit dire le contenu de la valise (dans ma valise, il y a...). Les joueurs peuvent communiquer dans la zone de départ uniquement.

Si la liste restituée est correcte, l'arbitre ajoutera un mot (il y a en plus...)

Si la liste n'est pas restituée dans l'ordre ou si un mot est manquant, l'arbitre arrête le jeu et l'équipe a perdu.

La première équipe qui restitue correctement l'ensemble des mots de sa liste gagne.

Les élèves ne peuvent communiquer entre eux que dans leur zone de départ.

Déroulement :

Le joueur A commence par courir vers son arbitre qui lui donne le 1^{er} mot de la valise (dans la valise, il y a...). Il part ensuite faire le relais et transmet le mot au joueur B. Le joueur B va dire le contenu de la valise à l'arbitre et si le contenu est correct, l'arbitre ajoute un mot à mémoriser en plus....

Il existe des variantes avec des mots plus complexes ou en lien avec les thèmes étudiés (vocabulaire de géométrie par exemple) ou des mots simples en langue étrangère (les nombres en anglais).