

**Rencontre course longue
d'endurance**

Fiche E1 adaptée (dossier EPS1)

LE LIEVRE ET LA TORTUE

Compétence spécifique : Réaliser une performance mesurée

Compétence générale : Construire de façon de plus en plus autonome un projet d'action

Acquisition : Adapter son allure en fonction de celle des autres.

But:

Pour le lièvre, toucher la tortue avant la fin des 3 tours.

Pour la tortue, toucher le lièvre avant la fin des 3 tours.

Consigne :

Toucher « l'adversaire » avant la fin des 3 tours, sans se faire toucher par lui.

Déroulement :

2 joueurs d'une même équipe (avec une chasuble identique) se placent à deux plots opposés. Au coup de sifflet, les joueurs commencent à courir dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

Aux trois coups de sifflet, la course s'arrête.

Fin du jeu :

Si un joueur a rattrapé son « adversaire », il marque 5 points sur la fiche de route, tandis que l'autre marque 3 points. Si aucun joueur n'a rattrapé l'autre, les deux marquent 4 points.

Durée :

Temps nécessaire pour faire 3 tours.

Matériel :

1 chronomètre, 1 sifflet

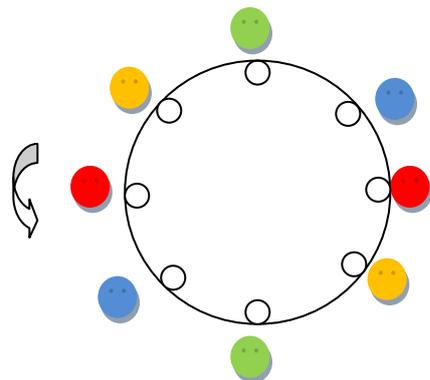
Des chasubles de 4 couleurs

Circuit de 160 mètres

8 plots (tous les 20m)

Gestion de la classe :

Elèves en binômes, à l'intérieur de chaque équipe (2 groupes de 2 élèves ; 2 couleurs de chasubles).



Savoirs que l'élève devra apprendre :

- Situer ses possibilités et celles des autres pour repousser ses limites.

Règles pour y parvenir (critères de réalisation)

- Pour le lièvre, courir le plus vite possible et maintenir cette allure sur une longue distance.

- Pour la tortue, surveiller et adapter son allure en fonction de celle du lièvre.