

But : lancer loin

Sans élan

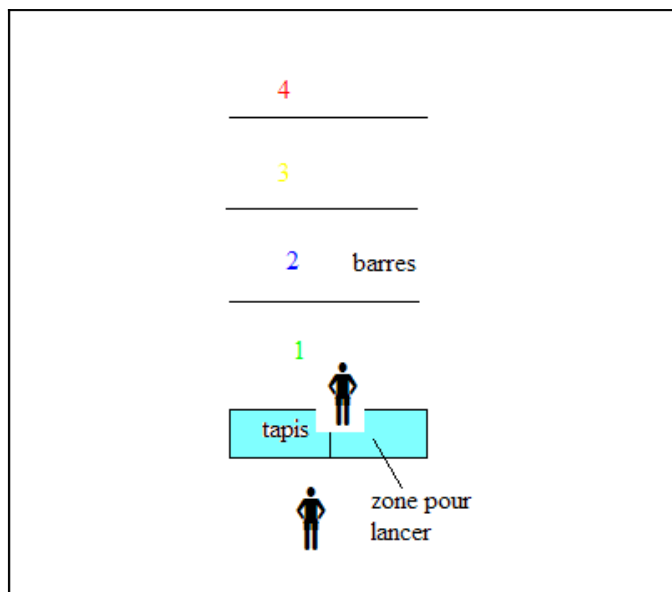
Consigne :

- Lancer les 5 objets
- Se placer sur le tapis
- Compter les points

Critère de réussite : Nombre de points obtenus.

Objectif : transmettre une impulsion à l'objet, avoir un geste efficace.

Dispositif :



Matériel nécessaire :

- 2 tapis, 8 barres, 5 objets identiques qui ne roulent pas, chiffres zones

Descriptif : attendre son tour, l'élève qui lance ramasse les objets.

Pour simplifier	pour complexifier
- diminuer les zones	- agrandir les zones - choisir des objets plus difficiles à lancer (foulards,...) - tracer un couloir de lancer - mettre en place des défis par deux

Avec élan

Consignes :

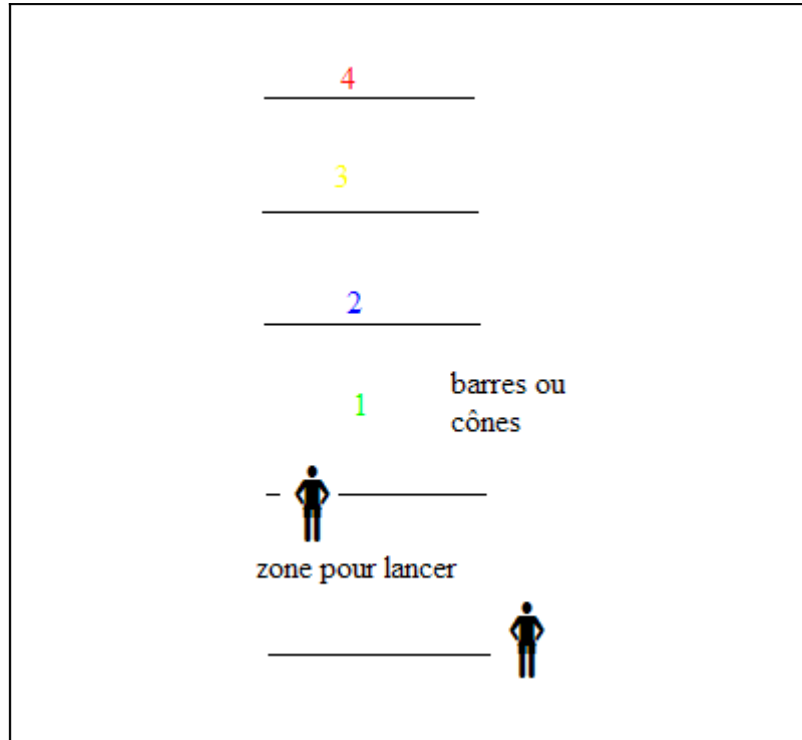
- Lancer les 5 objets
- Utiliser la zone d'élan
- Compter les points

Critères de réussite :

- Nombre de points obtenus

Objectifs : avoir une continuité élan – lancer

Dispositif :



Matériel nécessaire :

- marquage au sol, 8 barres, 5 objets identiques qui ne roulent pas, chiffres zones

Pour simplifier	pour complexifier
- diminuer les zones	- agrandir les zones - choisir des objets plus difficiles à lancer (foulards,...) - travailler sur la notion de distance d'élan - réduire la zone de réception par un couloir

1

2

3

4