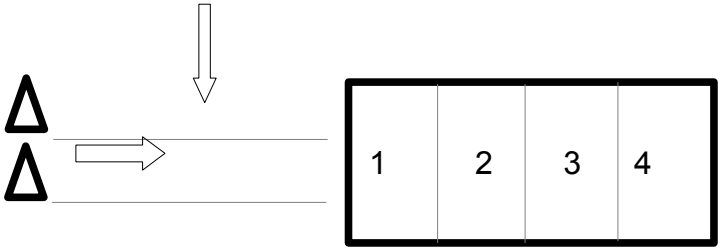
<table>
<tr><td colspan="2">Titre : Lancer loin (situation de référence)</td><td rowspan="4">Couloir pouvant être matérialisé avec des lattes pour aider les enfants à avoir une trajectoire de course rectiligne
 
</td></tr>
<tr><td colspan="2">Objectif : Construire sa course d'élan et déterminer son pied d'appuis.</td></tr>
<tr><td colspan="2">But : Sauter le plus loin possible et se réceptionner sur les deux pieds .</td></tr>
<tr><td colspan="2">Dispositif, aménagement :

Les élèves commencent la course au niveau des plots et sautent le plus loin possible sur les tapis en se réceptionnant sur les deux pieds.

Ils ont 3 essais, on repère le meilleur grâce aux zones sur les tapis qui peuvent être dessinées à la craie.</td></tr>
<tr><td>Consignes, matériels :

Matériels : plots, lattes, tapis, tableau pour noter les performances de chaque élève et leur pied d'appuis.

Consignes : « Vous commencez la course entre les plots, vous courrez le plus vite possible en regardant loin et vous sautez le plus loin possible sur le tapis . Vous devez retomber sur vos deux pieds »

Montrer l'exemple</td><td>Critères de réussite :

Enchainer sa course d'élan et le saut pour atteindre le tapis sur deux pieds.</td><td>Pour simplifier :

- Couloir pour aider les enfants à avoir une trajectoire de course rectiligne

- Point fixe au loin pour avoir un regard vers ce point et non vers les pieds ou le sol.

Pour complexifier :

- Matérialiser l'endroit de la prise d'appui pour le saut afin d'apprendre à arriver sur le bon pied d'appuis de façon régulière.</td></tr>
</table>

LETROU Célia , SOSNOWSKI Marine