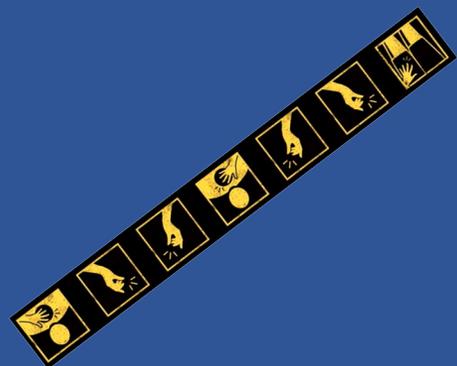


# Comment réussir tous les types de marelles ?



## Jeux de cours

DÉFI N°1  
LA MARELLE

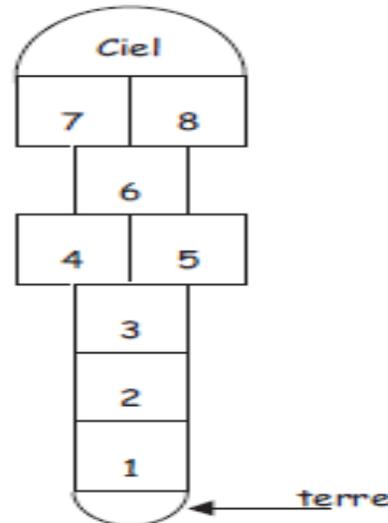


## Description

But: Réaliser le parcours de la marelle

Fonctionnement:

- Marelle tracée au sol (craie ou un marquage)
- Selon le nombre d'élèves, plusieurs marelles sont à disposition.



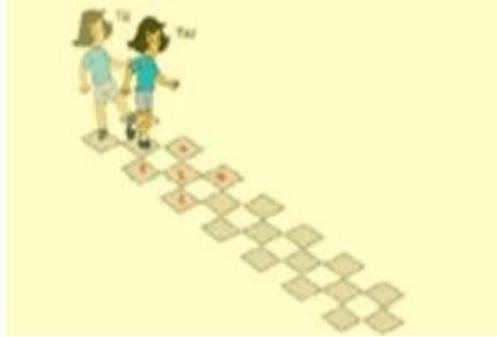
## Critères de réussite

- Réaliser le parcours d'une marelle en tenant compte des différents contraintes pour réussir.
- Au cours de la semaine, réaliser l'enchaînement de deux marelles différentes

## Variables :

- Le type de marelle
- Le nombre de marelles à enchaîner
- Vitesse de déplacement (chrono)

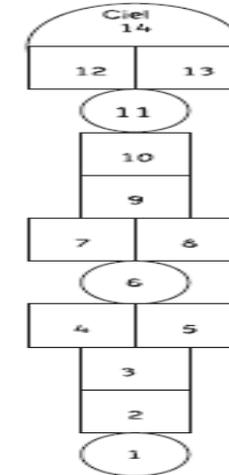
# Proposition de différentes marelles



Respecter l'enchaînement  
1 pied, 2 pieds en  
énonçant, « tic » pour 2  
pieds et « tac » pour 1  
pied.

3	7	4
5	9	2
8	1	6
lune		

Chaque enfant saute à  
pieds joints dans les cases,  
dans l'ordre des numéros.  
S'il réussit le parcours, il  
pose un jeton dans une  
case de son choix.  
Cette case est interdite aux  
autres joueurs.  
Le jeu s'arrête quand toutes  
les cases sont prises.



Réussir le parcours  
en respectant le  
code suivant:

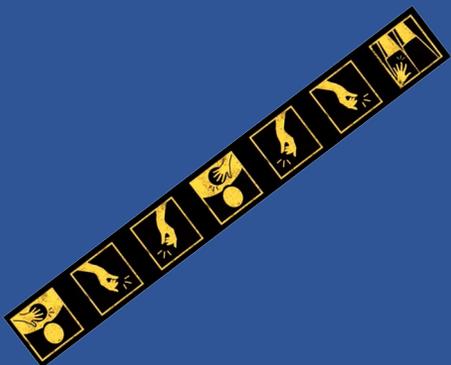
- ✓ pieds joints ○
- ✓ à cloche-pieds □
- ✓ pieds écartés □□

**Comment  
réaliser en  
un minimum  
m de  
temps un  
atelier ?**



# Jeux de cours

DÉFI N°2  
« LES ATELIERS »



# Description

But: Réaliser un atelier au choix

Fonctionnement:

- Un plan de l'aménagement des espaces de la cour pour la mise en œuvre des ateliers est affiché sous le préau.
- Des caisses sont prêtes avec le matériel et le descriptif du défi.
- Les élèves s'inscrivent à un atelier en arrivant le matin.
- Des élèves sont responsables de l'installation en arrivant le matin.

# Modalités

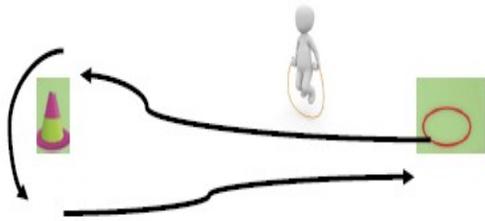
Critères de réussite

- Réaliser un atelier en tenant compte des différentes contraintes pour réussir.
- Au cours de la semaine, réaliser l'enchaînement de deux ateliers différents pendant le même temps de récréation.

Variables :

- Enchaîner les ateliers sous forme de parcours
- Vitesse de déplacement
- Inventer un atelier

# Propositions d'ateliers



Une corde à sauter par équipe

Consignes : Partir du cerceau, en sautant à la corde, en alternant les pieds jusqu'au plot, puis revenir de la même manière pour passer le relais à son camarade.



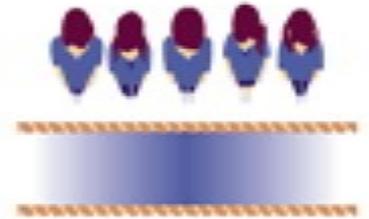
Lancez une balle contre le mur(ou en l'air), réalisez un défi et rattrapez la balle. Répétez le premier défi trois fois, le deuxième deux fois, le troisième une fois.

Exemple de défi:  
Frapper dans ses mains, toucher le sol, faire un tour complet sur soi-même ,se toucher un genou, sauter...

Equipe FPS 14



Arriver le plus vite possible à la fin du parcours en slalomant entre les plots.



Sautez 10 fois de suite au-dessus de la rivière pieds joints sans élan et sans s'arrêter.