

**Comment  
réaliser le  
meilleur score  
par équipe ?**



**La pause méridienne**

DÉFI N°1  
LES LANCERS



# Descriptif

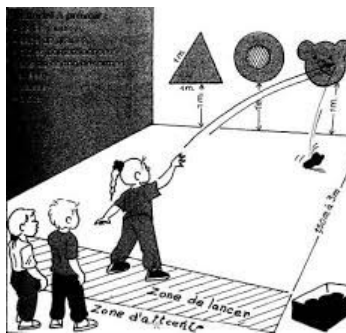
But: Réaliser 10 points en 5 lancers.

Fonctionnement:

○ Des cerceaux sont suspendus à différentes hauteurs. Les enfants doivent lancer leur balle dans un des cerceaux (nombre de points variable en fonction de la taille, de la distance...).

○ Attribuer des valeurs de points différents aux cibles en fonction de la distance avec la zone de lancer. Plus la cible est éloignée plus elle vaut de points.

○ Constituer des équipes mixtes (niveau cycle).



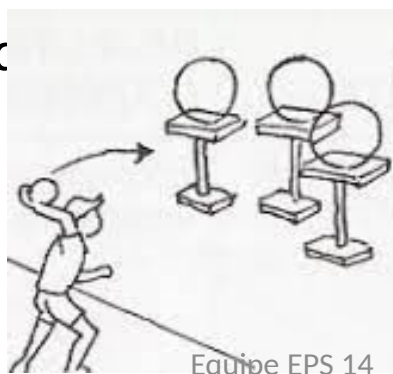
# Modalités

- Critères de réussite : Réussir à atteindre les 10 points en 5 lancers

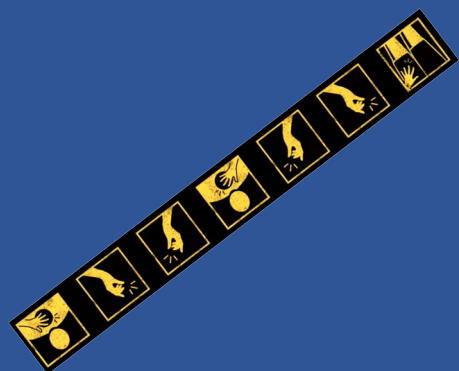
Lieu : Cour de l'école – terrain annexe – gymnase (selon les établissements)

Variables:

- Espace : varier les distances
- Temps : limiter le temps de jeu
- Matériel : varier les objets à lancer, le nombre et le type de cible à viser
- Règles : jouer en équipe, varier le nombre de points à atteindre...
- Le nombre de points à atteindre par l'équipe (augmenter chaque jour)
- Proposer différentes manières d'obtenir un même score

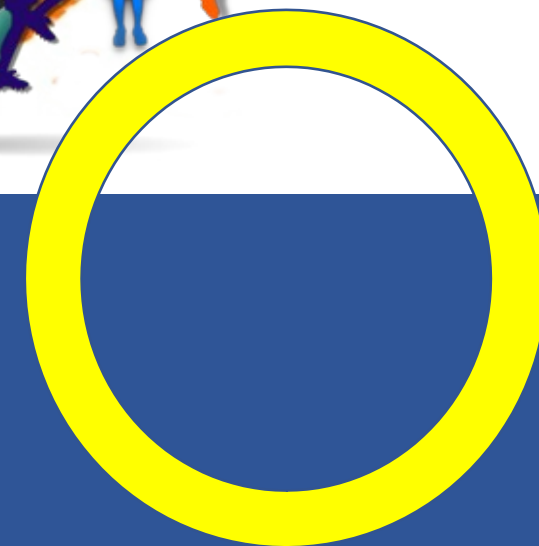


**Comment  
réaliser un  
parcours  
sans  
embûche ?**



**La pause méridienne**

DÉFI N°2  
LES PARCOURS



# Descriptif

But: Réaliser un parcours seul c à deux en tenant compte des contraintes.



## Fonctionnement:

- Aménager les espaces de la cour pour la mise en œuvre des parcours.
- Installer ou faire installer le matériel par un élève



# Modalités

## Critères de réussite

- Réaliser un défi en tenant compte des différents contraintes pour réussir.
- Au cours de la semaine, réaliser l'enchaînement de deux défis différents.

## Variables :

- Utiliser un jeu de carte qui déterminera l'enchaînement des actions.
- En relais, les enfants doivent réaliser le parcours sans faire tomber l'objet-témoin.
- Matériel : bancs, chaises, plots... ou tracés à la craie (1 symbole = 1 action)

# Propositions de différents défis

## Défi parcours sans obstacles

Défi « Le sol, c'est de la lave ! » :  
Les enfants doivent parcourir une distance en utilisant un support : échasses, briques à déplacer (ils doivent se retourner pour prendre la précédente et le replacer devant afin de pouvoir avancer), etc.

## Défi parcours avec obstacles

Matériel : Utiliser des bancs, des chaises, des plots, etc. pour réaliser un parcours.

Défi « Accroche-toi ! » : Les enfants sont 2 par 2, dos à dos en se tenant par les bras et doivent terminer le parcours sans se lâcher.

Défi « Yeux bandés » : Par 2, l'enfant qui a les yeux bandés suit les instructions de son camarade pour avancer en évitant les obstacles.