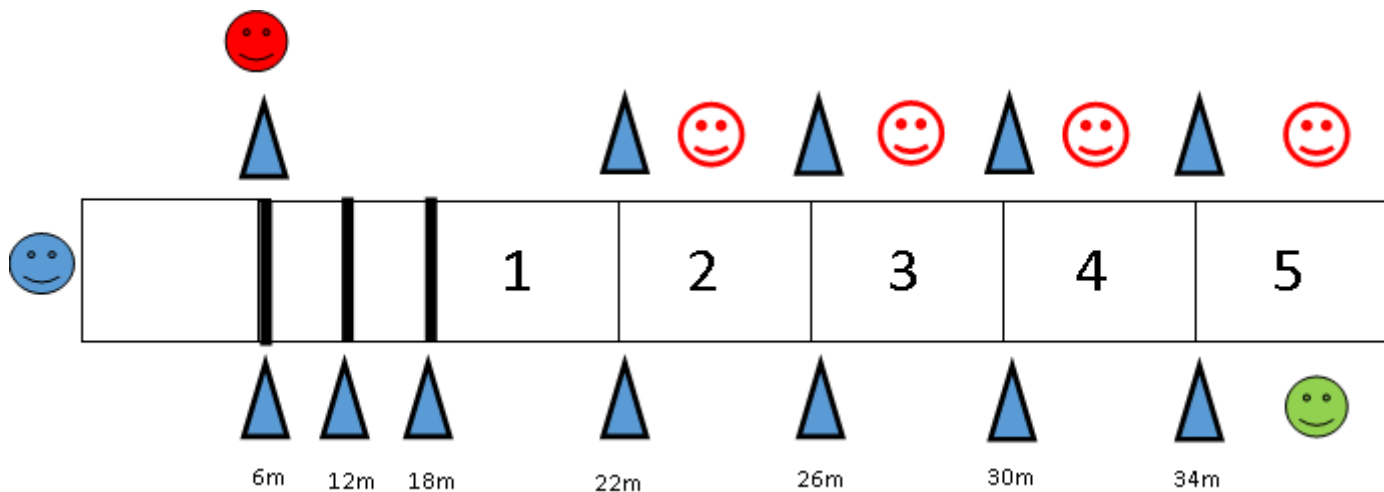


1. Course d'obstacles (Cycle 2)



But : Chaque coureur a 2 essais minimum non consécutifs pour réaliser la meilleure performance en 7 s.

Critère de réussite : Améliorer ou réaliser la performance prévue. Chaque élève a maximum 2 essais non consécutifs. En cas de faux départ ou de changement de couloir la course n'est pas validée et compte pour un essai.

Déroulement : Départ au coup de sifflet, l'élève doit obligatoirement passer les obstacles qui se présentent à lui. Veiller à ce que les élèves qui attendent leur tour ne circulent pas dans la zone de courses





Score : Le nombre de points est lu sur le tableau de correspondance des points.

Matériels nécessaires:

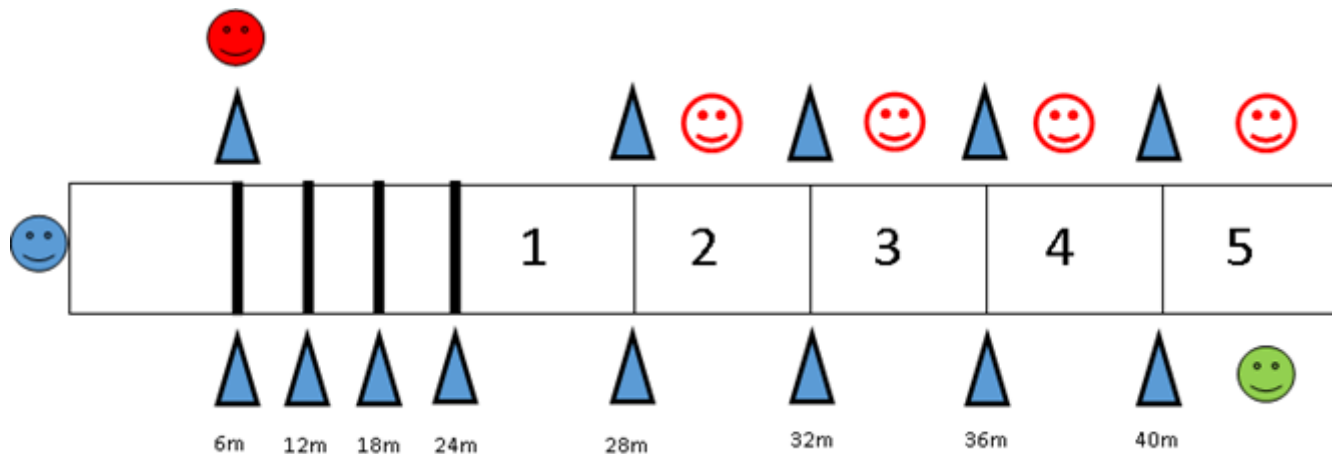
- Couloirs tracés.
- Plots, drapeaux, sifflet
- Feuille d'équipe
- 3 obstacles de 23 cm de haut



Rôles sociaux :

-  Juge de départ qui surveille le placement du coureur et annonce si « faux de part »
-  Secrétaire qui note sur la feuille d'équipe la performance (zone atteinte).
-  Juges de zones qui signalent la zone atteinte en levant le bras.
- Le capitaine est responsable de l'équipe.

2. Course d'obstacles (CYCLE 3)



But : Chaque coureur a 3 essais non consécutifs pour réaliser la meilleure performance en 7 s.

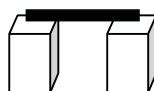
Critère de réussite : Améliorer ou réaliser la performance prévue. Chaque élève a maximum 2 essais non consécutifs. En cas de faux départ ou de changement de couloir la course n'est pas validée et compte pour un essai.

Déroulement : Départ au coup de sifflet, l'élève doit obligatoirement passer les obstacles qui se présentent à lui. Veiller à ce que les élèves qui attendent leur tour ne circulent pas dans la zone de





Score : Le nombre de points est lu sur le tableau de correspondance des points.

Matériel nécessaire:

- Couloirs tracés.
- Plots, drapeaux, sifflet
- Feuille d'équipe
- 4 obstacles de 30 cm de haut



Rôles sociaux :

-  Juge de départ qui surveille le placement du coureur.
-  Secrétaire qui note sur la feuille d'équipe la performance (zone atteinte).
-  Juges de zones qui signalent la zone atteinte en levant le bras.
-  Le capitaine est responsable de l'équipe.