Jouer – Jeux de réaction: Course-poursuite

Les courses avec changements de partenaire permettent de conserver une tension et une intensité élevées.

Groupes de trois ou quatre. Un enfant est debout devant les autres membres du groupe. Son premier mouvement (signal du départ) «allume» tout le monde. Qui est capable de le dépasser avant l'arrivée?

Variantes

- Deux enfants trottent l'un derrière l'autre à une distance prédéfinie. Aussitôt que A franchit une certaine ligne, tous deux se mettent à sprinter. B essaie de dépasser A avant la ligne d'arrivée. Répéter 2-3 fois, puis changer les rôles ou les partenaires.
- A est derrière une ligne de départ, B la traverse. Ceci est le signal de départ pour A. A essaie de rattraper B (en plein air: ligne de départ = l'ombre de A).
- Les enfants sont couchés, assis, à genoux l'un derrière l'autre sur deux rangées. A divers signaux, les enfants de derrière essaient de rattraper leur camarade se trouvant devant eux.

Source: Manuel d'éducation physique: Manuel 3, Brochure 4

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO