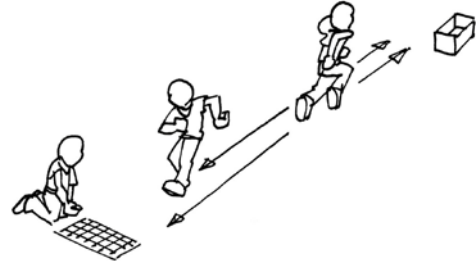




Degré	1 ^{re} à 2 ^e année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Endurance
Compétence	Solliciter son corps pendant une durée prolongée pour améliorer sa capacité aérobie
Niveau A	Je cours pendant quelques minutes sans m'arrêter, ni marcher. Je parcours une courte distance.



Jeu de course

Description de la tâche

Dans un jeu, les élèves courent 8 minutes sans interruptions.

Evaluation/Exigences

Le test est réussi lorsque les élèves courent pendant 8 minutes sans interruptions lors du jeu de course.

Critères d'observation



- Course d'endurance pendant le jeu sans interruption
- Arrêt bref uniquement lors du placement des jetons



- Ne pas marcher, ni s'arrêter
- Pause pour souffler lors du placement des jetons

Consignes aux élèves

«Chaque groupe doit amener ses jetons du carton à chaussures vers le carton de loto de l'autre côté de la salle. Mais chaque élève ne peut emmener qu'un seul jeton par trajet. Deux élèves qui ne courent pas, contrôlent les jetons amenés et les placent sur le carton de loto. Ils mettent de côté les "mauvais" jetons, que l'élève qui court doit ramener dans la boîte à chaussures. Commencez doucement, car vous devez tenir 8 minutes sans interruption.»

Mise en place

Placer les jetons de loto dans une boîte à chaussures d'un côté de la salle. A l'autre bout de la salle, disposer le carton de loto du groupe sur lequel devront être disposés les jetons.

Matériel

1 carton à chaussures, jetons et 1 carton de loto pour 3 élèves (variante: au lieu des cartons de loto, il est possible d'utiliser un grand puzzle.)

Source

Commission fédérale de sport (éd.). (1999). *Education physique, Manuel 3, 1^{re}-4^e année scolaire*. Berne: OCFIM. Brochure 4, p. 14.

Aspects pratiques et indications pédagogiques

Durée	env. 30 minutes, y compris la préparation et le briefing
Organisation	La moitié de la classe effectue le test pendant que l'autre moitié place les jetons sur le carton de loto. Pour chaque carton de loto, il y a 2 élèves qui courent et 2 qui contrôlent. Il est également possible d'effectuer le test en plein air. Avant le test, il est important d'avoir entraîné la course de manière constructive pendant une certaine période.
Personnes évaluées	La moitié de la classe par équipes de 3
Problèmes	Prévoir suffisamment de jetons pour pouvoir courir 8 minutes. Durant les allers et retours, des collisions peuvent se produire.