

Défis 2024

période 4

2024 mètres

Objectif : Réaliser une course de relais afin de couvrir la distance de 2024 mètres le plus rapidement possible.

Description du défi : Description du défi : en classe entière (à répartir autour du terrain), réaliser un relais couvrant une distance totale de 2024 mètres le plus rapidement possible. Le défi clôture une séquence sur la course de vitesse (relais). Il peut être organisé par exemple autour d'un stade en donnant à chaque élève une partie du périmètre du stade à couvrir (plots tous les 20 à 30 mètres par exemple). Le défi est validé lorsque toute la distance est parcourue par le témoin (c'est le témoin qui fait la course). Le temps réalisé pourra éventuellement être enregistré pour que les élèves constatent leurs progrès.

Cycle 1 :

Collectif-relais bouchon

Écart entre les plots : 20m à 30m

Cycle 2 et 3 :

Collectif

Écart entre les plots : 30m à 50m

Matériel : plots et un décimètre pour placer les plots, témoins, un chronomètre.

Bouchons pour les maternelles.

Lien avec les programmes : Mobiliser de façon optimale ses ressources pour produire des efforts à des intensités variables.

Clé de la réussite : être attentif

[Vidéo présentation n°4](#)

[OlympiaMag 82 n°4](#)
[Olympia Mater 82 n°4](#)

[Dépôt n°4](#)



Es-tu prêt à relever le défi ?





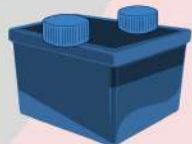
Défi n°4 2024 mètres



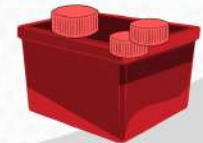
Exemple avec le
relais bouchons



20 m (aller + retour = 40 m)



12m



10 m

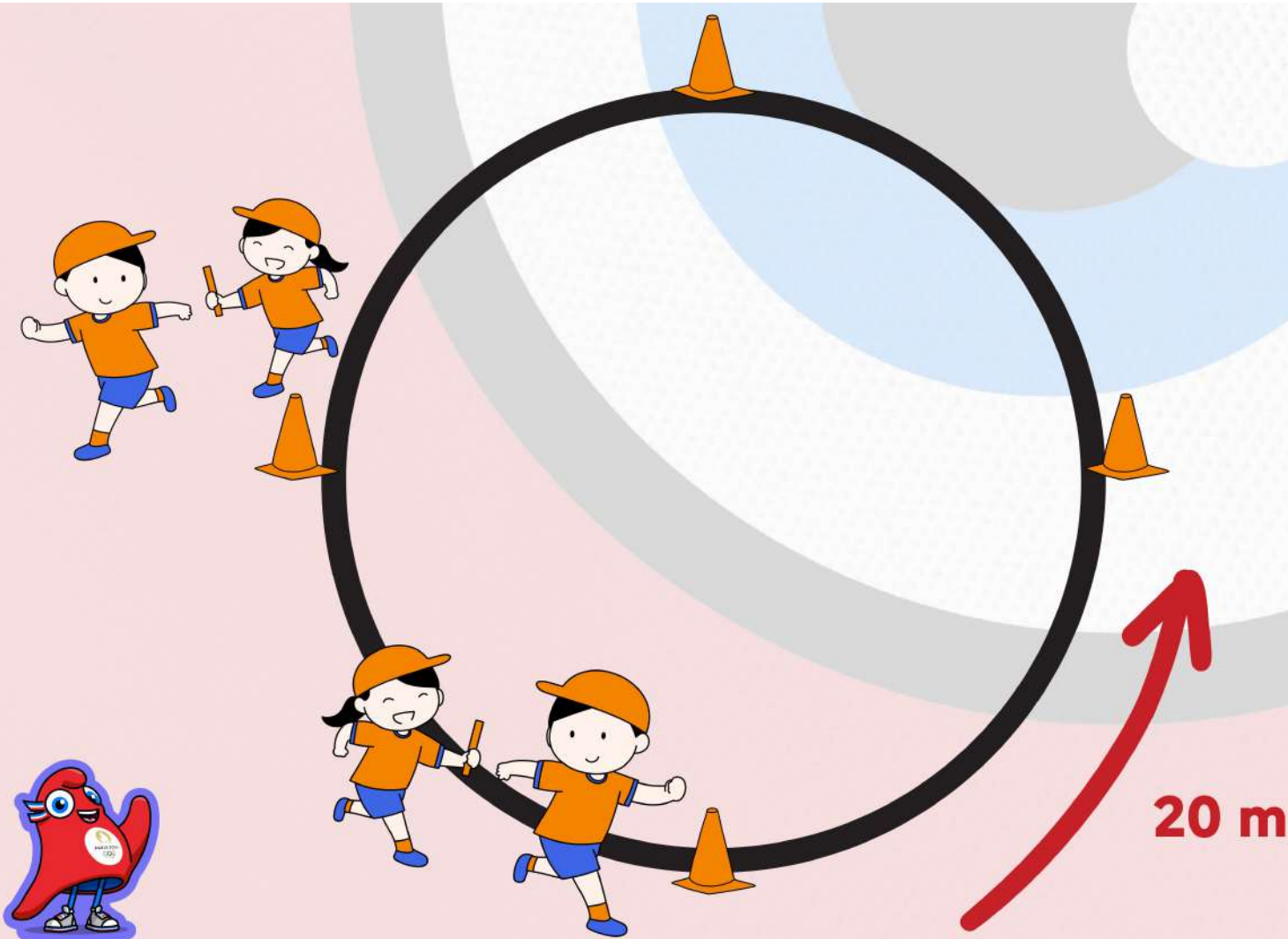


7 m



Défi n°4 2024 mètres

Exemple avec le jeu
de l'horloge



20 m





**Distance entre 2
plots : 25 à 35 m**

Défi n°4 2024 mètres

**Exemple avec
terrain de football**

