

Le lancer loin



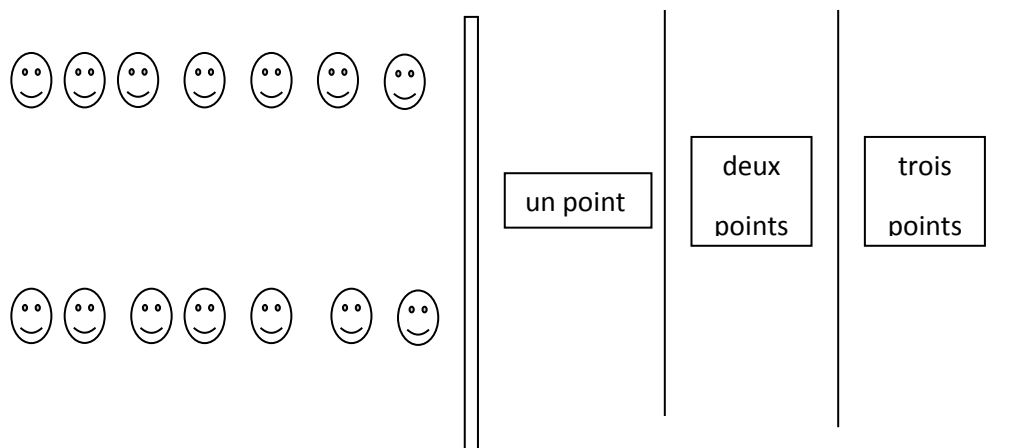
Consigne : lancer le plus loin possible (privilégier le lancer « bras cassé »).

Compétence visée :

- réaliser une action que l'on peut mesurer
- coordination bras lanceur

Matériel :

- marquage des zones (quatre cordes)
- des balles lestées en chiffon (6)



Définir des distances adaptées aux enfants

Légende :



enfant

Chaque enfant réalise trois lancers.

L'équipe gagnante est celle qui a le plus de points.

Décompte des points : 3 points pour l'équipe qui gagne, un point pour l'équipe qui perd et deux points pour chaque équipe en cas d'égalité.

Les enfants peuvent passer plusieurs fois : on peut faire plusieurs manches.

Une manche est terminée lorsque tous les membres de l'équipe sont passés.

Temps de l'atelier : 15-20 minutes.

USEP Seine et Marne

Ferme St Just - 11, rue de la Libération

77 000 VAUX LE PENIL

Tél : 01 77 68 19 25

contact.usep77@laligue77.org

www.seine-et-marne.u-s-e-p.org

Association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901

SIRET N° 368 645 896 000 13 – Code APE 9312Z

Union Sportive de l'Enseignement du Premier Degré

Fédération sportive scolaire de

la ligue de
l'enseignement

un avenir par l'éducation populaire