

Voici une suggestion pour élaborer vos séances d'EPS en utilisant le pack Athlétisme.

Pour chaque item, nous vous proposons 3 jeux.

Il est conseillé de choisir un jeu dans chaque item pour ne pas avoir de soucis de matériel.

Pour certains jeux, du petit matériel peut être nécessaire.

## COURSE

La course à la mémoire ([Document Prim'Olympic page 2](#)).

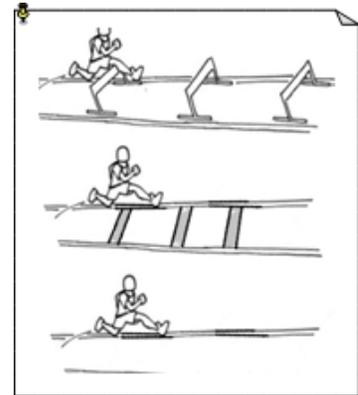
Parcours athlétiques (haies) ([Document Prim'Olympic page 1](#)).

Parcours course en ligne

Faire 6 couloirs :

- 2 avec 4 haies ;
- 2 avec des « rivières » matérialisées par des cordes ou des bandes (pour le franchissement) ;
- 2 sans matériel.

Faire courir simultanément les élèves 3 par 3.



## LANCER

Jeu «de lancer» ([Document Proposition de jeux autour de « courir, sauter et lancer au cycle 2, page 28](#)).

Jeu «La course de lancers» ([Document Proposition de jeux autour de « courir, sauter et lancer au cycle 2, page 33](#)).

Les «Volants brûlants» ([Document Prim'Raquettes, page 6](#)).

## SAUT

Touché c'est gagné ([Document Proposition de jeux autour de « courir, sauter et lancer au cycle 2, page 21](#)).

La tête en l'air ([Document Proposition de jeux autour de « courir, sauter et lancer au cycle 2, page 22](#)).

Le triple saut sans élan ([Document Prim'Olympic page 5](#))