

POUR DÉVELOPPER LES QUALITÉS PHYSIQUES TESTÉES

ACTIVITÉS/JEUX SPORTIFS : ENDURANCE (CYCLES 2 & 3)



Proposition cycle 2 : le train / la gare / la course contre le temps ([lien](#))

Jeu d'échauffement potentiel pour une séance d'EPS : le train.

Dossier pédagogique autour de la course longue pour les CE2, CM1, CM2

(avec comme support pédagogique possible le roman *Le grand défi*, aux éditions EP&S).

Compétence visée : courir de 8 à 15 minutes, selon ses possibilités, de façon régulière, en aisance respiratoire, en faisant le moins d'arrêts possibles.

Vivre l'endurance sous forme de jeux !

Aborder la course d'endurance en essayant d'avoir une approche innovante et ludique pour que tous les enfants, quels que soient leur niveau et leur motivation, prennent du plaisir à courir et à coopérer.

Découvrez cette séquence d'apprentissage, basée sur le jeu et le défi (lancé à l'autre ou lancé à soi-même).




Dossier pédagogique autour de *la course longue* pour les CE2, CM1, CM2

(avec comme support pédagogique possible
le roman *Le grand défi*, aux éditions EP&S)

Apprendre à courir longtemps
en participant
à des jeux collectifs
et en se lançant des défis ?
Sans perdre 1 minute, je fonce !



Tirée du roman *Le grand défi* (Editions EP&S).
cette illustration de *Junior Torus*
a été réalisée par Eric Habourdin.

Groupe de Recherche en EPS (GREPS 22)
Février 2017