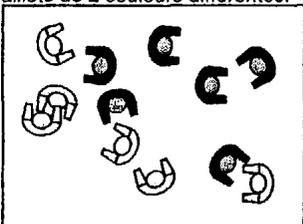
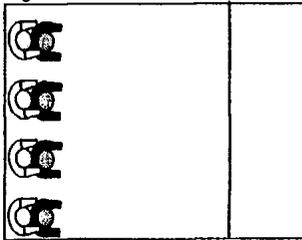
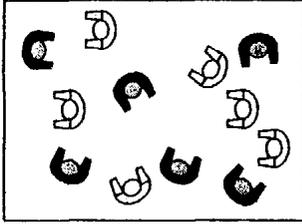


COURSES + LUTTES

OBJECTIFS : Maîtriser le contact avec le sol et avec les partenaires lors des déplacements.

N°	BUT	DISPOSITIF	LANCEMENT	CONSIGNES	VARIABLES
LE JEU DES CEINTURES					
4	Courir et se toucher.	2 équipes de 6 à 10 joueurs. Terrain de 10x10 à 15x15. Maillots de 2 couleurs différentes. 	Les élèves trottinent dans l'espace en se mélangeant.	Une équipe ceinture l'autre. Lorsqu'un élève croise un autre élève, il l'attrape par la taille. Respect de la règle : Ne pas faire mal, ne pas se faire mal, ne pas se laisser faire mal.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Réduire ou augmenter l'espace. ▪ Augmenter le nombre d'élèves. ▪ Se donner des coups d'épaules en se croisant avec ou sans ballon, et seulement quand celui à qui on donne le coup d'épaule nous regarde dans les yeux. ▪ Ne se touchent ou s'attrapent que ceux qui ont des maillots de même couleur, ou de couleurs différentes.
LES LAPINS ET LES RENARDS					
5	 : attraper et mettre au sol.  : franchir la ligne.	2 équipes de 6 à 10 joueurs. Ligne à 3 mètres. 	Les  sont à 4 pattes. Les  à genoux ceinturent les  Au signal les  doivent rejoindre la ligne.	Utiliser l'ensemble des bras pour ceinturer Les  doivent rester à 4 pattes. Jeu dans un temps donné. Un point pour les  si ligne franchie. Respect de la règle : Idem 4.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Départ côte à côte sans contact préalable. ▪ Départ debout avec ou sans ballon pour les . ▪ Départ debout avec ou sans prise préalable pour les . ▪ Eloigner ou rapprocher la ligne d'arrivée.
LES COYOTTES ET LES KANGOUROUS					
6	 : se déplacer pieds joints sans se faire attraper.  : attraper et faire tomber les  .	2 équipes de 6 à 10 joueurs. Terrain de 10x10 à 15x15. 	Les  se déplacent pieds joints, les  se déplacent à 4 pattes sans sortir de l'espace.	Un  pour un  Le  n'attrape pas plus haut que la ceinture (ceinturer). Les  tombés sortent de l'espace à quatre pattes (sécurité). Jeu dans un temps donné. Un point par  tombé. Respect de la règle : Idem 4.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Les  ont un ballon dans les mains. ▪ Les  peuvent faire tomber autant de  qu'ils veulent. ▪ Réduire l'espace du terrain. ▪ Augmenter le nombre de joueurs.