

Cycle de Motricité – Coordination – Jeu  
**Séance n°2**

DUREE	THEME	ORGANISATION	CONSIGNES
10 MN	Mise en train : jeux de courses fiche activité 1	Le groupe évolue dans un espace délimité	Reprise des acquis : - montées genoux, talons fesses, pas-chassés, pas-croisés - Course arrière - Course jambes tendues - Flexion extension Chaque situation est entrecoupée de phases de course lente + ou – 15s à 20s par exercice 3 mn de travail – 1 mn de repos = marche Répéter 2 fois
10 MN	Jeux de courses à 2	Même organisation Courir en se tenant la main et se diriger dans le terrain	Jeux de courses à 2 Au signal de l'éducateur : - sauter et se toucher 1 main - sauter et se toucher 2 mains - passer à 4 pattes sous les jambes du partenaire - sauter par-dessus le partenaire (saute mouton) - sauter sur le dos du partenaire
20 MN	Jeu Collectif	Fiche – Loup et Moutons 1 <sup>er</sup> : fiche activité 3 2 <sup>ème</sup> : Evolution fiche activité 3	Les moutons mettent un chasuble dans leur short (on tire, on l'attrape) Les loups éliminent les moutons en attrapant le chasuble