

## Lancer d'adresse CE2- CM

Lieu : stabilisé

### Description :

L'élève placé derrière la latte de son niveau, doit lancer 5 balles dans les cerceaux accrochés au grillage. Il marque 1 point à chaque lancer réussi.

2 élèves peuvent lancer les balles en même temps.

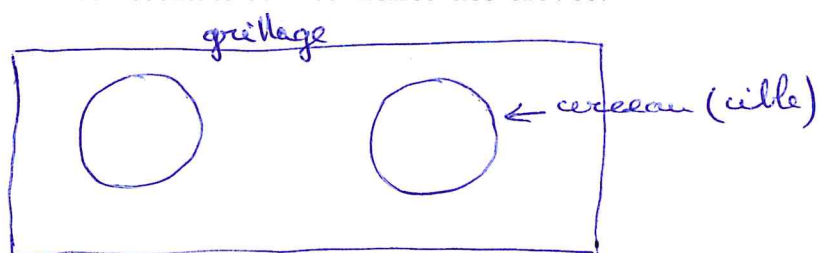
### Installation et matériel :

2 X 3 lattes (pour marquer l'emplacement du lancer)

2 X 5 balles

2 cerceaux accrochés au grillage + ficelle pour accrocher

1 crayon pour noter les résultats sur les fiches des élèves.



\_\_\_\_\_ latte CE2 : 2,5 m  
\_\_\_\_\_ latte CM1 : 3 m  
\_\_\_\_\_ latte CM2 : 3,5 m

### Encadrement :

1 Adulte au départ pour gérer les élèves qui lancent

1 Adulte pour compter et noter les points.

1 Adulte (facultatif) pour gérer les élèves qui attendent.

Résultat sur la fiche élève : Noter le nombre de points gagnés (1 point par lancer réussi)

## Lancer de balles CE2-CM

**Lieu :** stade de foot

### **Description :**

L'élève doit lancer 3 balles le plus loin possible.

2 élèves peuvent lancer en même temps.

### **Installation et matériel :**

2 cerceaux pour délimiter la zone de lancer

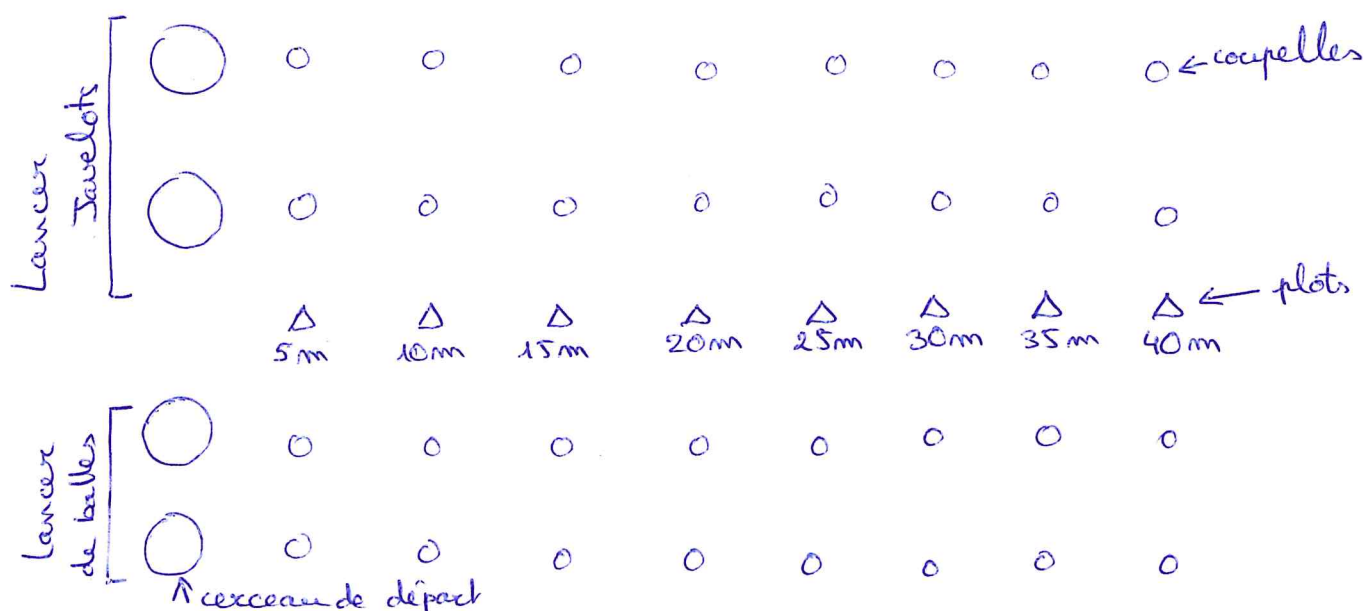
2 X 3 balles

un décimètre pour l'installation (en commun avec le lancer de javelot)

6 plots numérotés de 5m à 30m (en commun avec le lancer de javelot)

32 coupelles pour représenter les distances (en commun avec le lancer de vortex ou javelot)

1 crayon pour noter les résultats sur les fiches des élèves.



### **Encadrement :**

1 Adulte au départ pour gérer les élèves qui lancent.

1 Adulte sur la zone de tir pour relever la distance.

1 Adulte (facultatif) pour gérer les élèves qui attendent

**Résultat sur la fiche élève :** Noter la distance du lancer le plus loin (premier impact de la balle).

## Lancer de javelots CE2 - CM

**Lieu :** stade de foot

### Description :

L'élève doit lancer 3 javelots le plus loin possible.  
2 élèves peuvent lancer en même temps.

### Installation et matériel :

2 cerceaux pour délimiter la zone de lancer

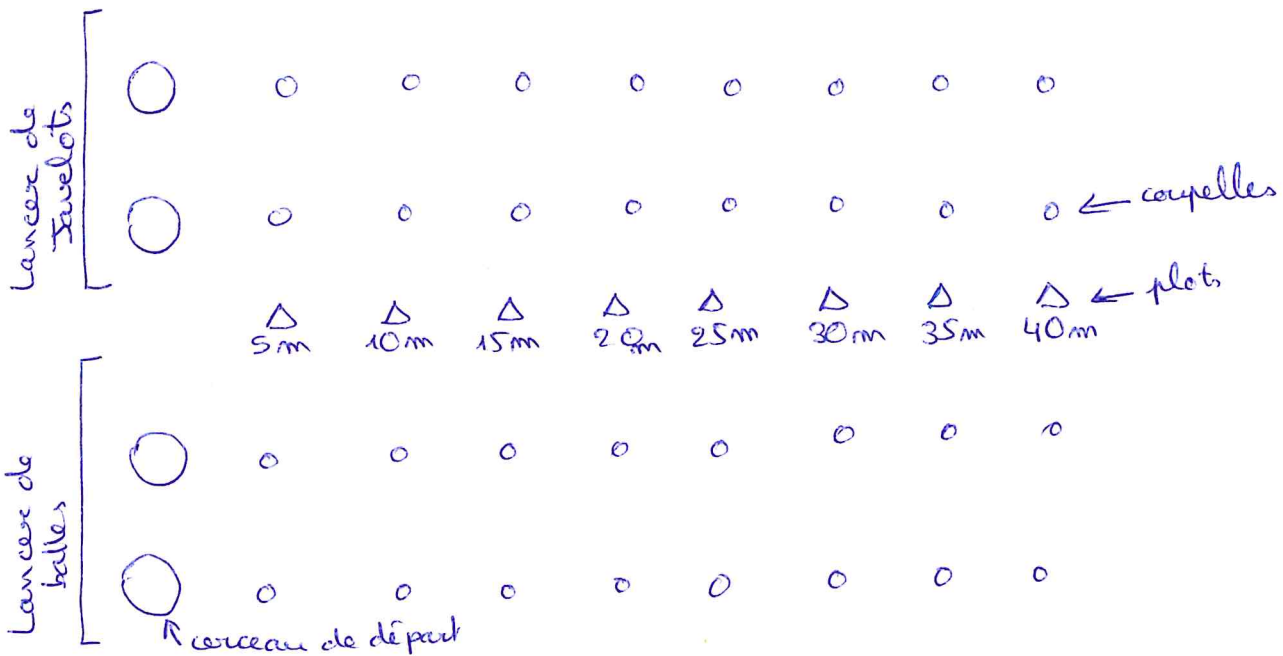
2 X 3 javelots

un décimètre pour l'installation (en commun avec le lancer de balles)

6 plots numérotés de 5 m à 40 m (en commun avec le lancer de balles)

24 coupelles pour représenter les distances (en commun avec le lancer de balles)

1 crayon pour noter les résultats sur les fiches des élèves.



### Encadrement :

1 Adulte au départ pour gérer les élèves qui lancent.

1 Adulte sur la zone de tir pour relever la distance.

1 Adulte (facultatif) pour gérer les élèves qui attendent

**Résultat sur la fiche élève :** Noter la distance du lancer le plus loin.

## Multi bonds CE2-CM

**Lieu :** stabilisé

**Description :** faire le plus grand nombre de bonds en ne mettant qu'un pied dans chaque zone

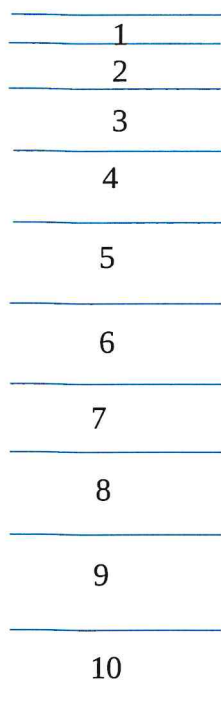
### **Installation et matériel :**

1 couloir

départ



Course d'élán



### **Matériel à prévoir**

2 plots

8 lattes (atelier GS-CP-CE1 )10  
lattes (atelier CE2-CM) de plus en  
plus espacées

1 crayon

**Encadrement :** au départ : 1 adulte (parent) pour organiser la file d'attente  
+ 1 adulte qui compte et note le nombre de zones validées

**Résultat sur la fiche élève :** noter le nombre de zones validées (de 1 à 10)

## Course de haies CE2-CM

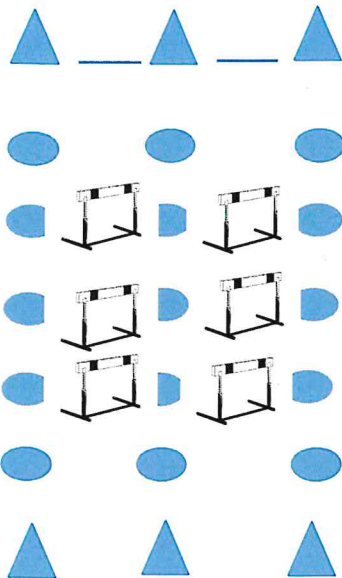
**Lieu :** stabilisé

**Description :** course de vitesse avec 3 haies sur 30 m

### **Installation et matériel :**

2 couloirs

départ



arrivée

### **Matériel à prévoir**

- 1 décamètre pour le traçage
- 6 plots
- 15 coupelles
- 6 haies (placées à 10, 15 et 20 m)
- 2 lattes
- 2 chronos
- 2 crayons

hauteur de haies : 35 cm

**Encadrement :** au départ : 1 adulte (parent) pour organiser la file d'attente

à l'arrivée : 2 adultes (1 pour le départ, 1 pour les 2 chronos)

**Résultat sur la fiche élève :** noter le temps de la course

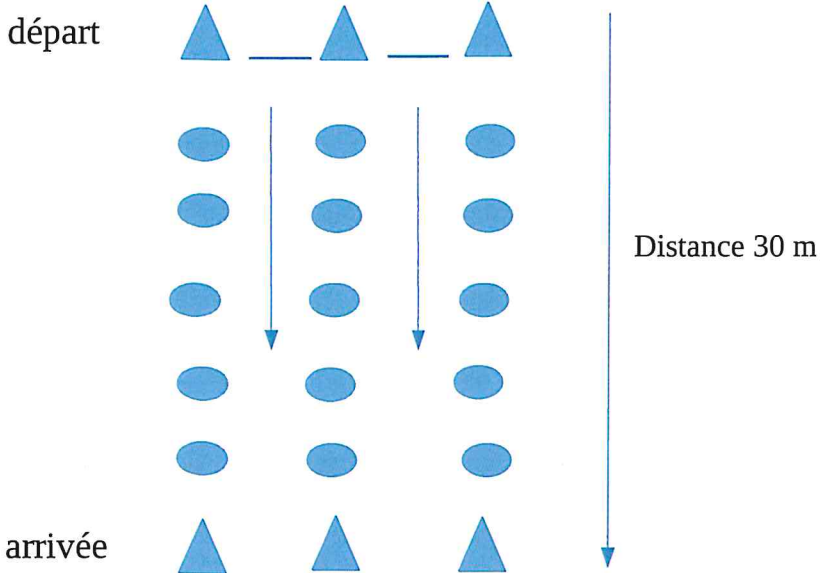
## Course de vitesse CE2-CM

Lieu : stabilisé

Description : course de vitesse sur 30 m

### Installation et matériel :

2 couloirs



### Matériel à prévoir

1 décamètre pour le traçage

6 plots

15 coupelles

2 lattes

2 chronos

2 crayons

Encadrement : au départ : 1 adulte (parent) pour organiser la file d'attente

à l'arrivée : 2 adultes (1 pour le départ, 1 pour les 2 chronos)

Résultat sur la fiche élève : noter le temps de la course

# Lancer cible tchoukball

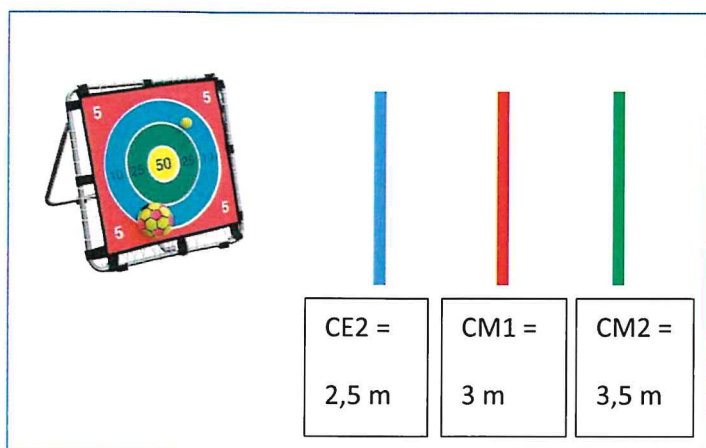
CE2-CM

**Lieu** : stabilisé

**Description** : Lancer 3 balles sur la cible et additionner les scores

## **Installation et matériel** :

- Un décimètre pour l'installation
- 2 cibles tchoukball
- 6 balles velcro : 3 balles pour chaque cible
- 6 lattes pour matérialiser les zones de lancer par niveau
- Deux crayons pour noter les performances



**Encadrement** : 2 adultes : 1 adulte à chaque cible

**Résultat sur la fiche élève** : Noter les points obtenus après les 3 lancers

# Saut en hauteur

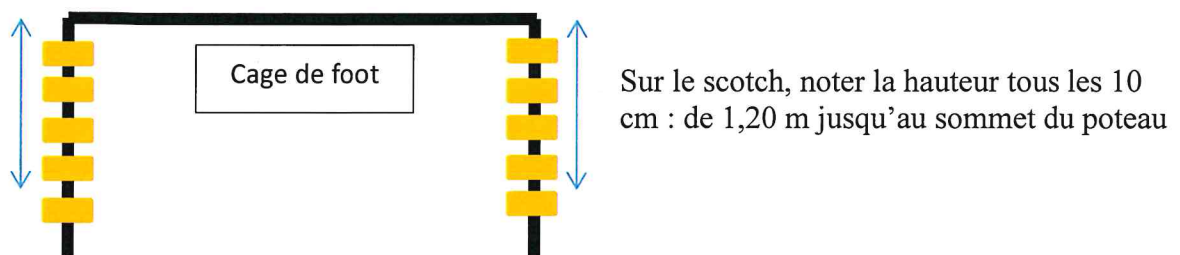
CE2-CM

**Lieu** : stade de foot

**Description** : détente sèche = sauter le plus haut possible sans prise d'élan pour toucher la marque la plus haute

## **Installation et matériel** :

- Un mètre pour l'installation
- Du scotch orange
- Un marqueur
- Deux crayons pour noter les performances



**Encadrement** : 2 adultes : 1 adulte à chaque poteau

**Résultat sur la fiche élève** : Noter la hauteur du meilleur des 3 sauts



# Saut en longueur

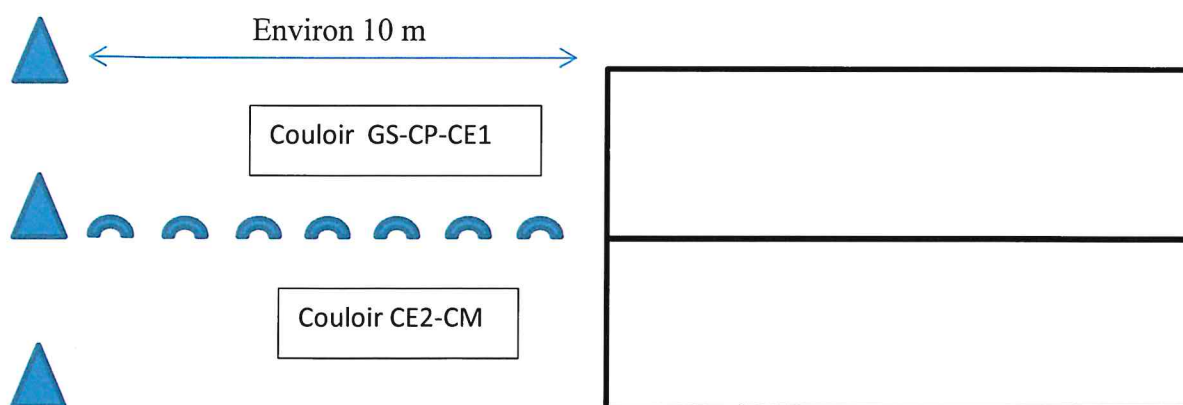
## GS-CP-CE1 / CE2-CM

**Lieu** : stabilisé

**Description** : après une course d'élan, sauter le plus loin possible dans le sable.

### **Installation et matériel** :

- Des coupelles pour matérialiser les deux couloirs : un couloir GS-CP-CE1 et un couloir CE2-CM
- Trois cônes pour matérialiser le départ
- Un décimètre à laisser au sol dans le sautoir pour mesurer les sauts
- Un râteau
- Deux crayons pour noter les performances



**Encadrement** : 1 adulte qui donne le départ + 2 adultes qui mesurent les sauts

**Résultat sur la fiche élève** : Noter la longueur du meilleur des 3 sauts