



Contexte	Public visé				Type d'activité privilégiée au regard des besoins des élèves					
	<input type="checkbox"/> Cycle 3	<input checked="" type="checkbox"/> Cycle 4	<input checked="" type="checkbox"/> Lycée		Fonctionnelle (coordination, agilité, souplesse) 		Physiologique (cardio, dépense énergétique) 		Psycho-sociale (socialisation, détente) 	
Lieu(x) de pratique	Lieu(x) de pratique				Effectif			Intervention		
	<input type="checkbox"/> Salle de sport	<input checked="" type="checkbox"/> Stade	<input checked="" type="checkbox"/> Gymnase ou Piscine	<input checked="" type="checkbox"/> Cour / Extérieur	Groupe de 10 à 15 élèves <i>Effectif lié à la proposition du collègue dans le respect des normes sanitaires en vigueur</i>			<input checked="" type="checkbox"/> Présentiel <i>Activité à réaliser en cours d'EPS</i> <input type="checkbox"/> Distanciel <i>Activité pouvant être réalisée à la maison</i> <input type="checkbox"/> Hybride <i>Activité pouvant être réalisée dans les deux contextes voire simultanément</i>		
Objectifs	Pour le collège					Pour le lycée				
	Objectifs Généraux (en lien avec les domaines du socle) priorités					Objectifs Généraux priorités				
	Développer sa motricité	S'approprier méthodes et outils	Partager règles, rôles, responsabilité	Entretenir sa santé	S'approprier une culture	Développer sa motricité	Se préparer, s'entraîner	Exercer sa responsabilité	Construire sa santé	Accéder au patrimoine culturel
	Attendus de Fin de Cycle (AFC) de Fin de Lycée (AFL) ou de Fin de Lycée Professionnel (AFLP) ciblés									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Proposition en lien avec les objectifs généraux suivants :</li> <li>CG3/OG3 : Partager des règles, assumer des rôles et responsabilités</li> <li>CG4/OG4 : Apprendre à entretenir sa santé activité physique régulière (connaissances relatives à la fréquence cardiaque, gestion de l'effort) et la régulation de sa pratique (mieux se connaître / prise de décision au sein d'un groupe / adaptation)</li> </ul>										
Recommandations liées au contexte sanitaire	Préconisations d'ordre général				Organisation humaine et matérielle				Temporalité	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Les élèves viennent en tenue de sport dès le matin et leur bouteille d'eau, leurs sacs sont posés dans un espace matérialisé et espacé</li> <li>* L'accès aux vestiaires et aux douches est neutralisé</li> <li>* Autant que possible une désinfection des mains sera proposée avec du gel hydro alcoolique en début de leçon</li> <li>* L'engagement restera modéré et contrôlé</li> <li>* Une vigilance permanente sera portée aux temps de regroupement (distanciation physique)</li> <li>* Aucun échange de matériel entre les élèves ne devra être réalisé tout au long de la leçon</li> <li>* Le port du masque n'est pas conseillé pendant la pratique et dès lors que la distanciation est maintenue</li> </ul>				<b>LA MARCHÉ POURSUITE</b> - 1 enseignant pour 15 élèves - marquages au sol ou plots manipulés uniquement par l'enseignant - Un espace cours/stade/gymnase : 300m matérialisé avec un plot tous les 100m (une couleur de plot par équipe de 5) + marquage au sol tous les 5m entre les 3 plots (distance à maintenir avec son binôme) - défi entre 3 équipes : devant chaque plot de couleur appartenant à l'équipe, 3 espaces écartés de 1m50 matérialisés (plots ou marquage au sol) permettant aux élèves d'attendre le relais. - tableau ou feuille de score rempli par l'en				60	Minutes
Forme de Pratique Scolaire (FPS) proposée	Rôles mobilisés et acquisitions prioritaires visées									
	<b>Le marcheur</b> Produire la meilleure performance possible en tenant compte du rythme de ses partenaires Gérer sa vitesse pour être le plus efficace possible. Savoir prendre son pouls					<b>Joueur dans l'équipe</b> Encourager et conseiller ses partenaires pendant l'effort Donner son avis et écouter celui de ses partenaires lors des phases de récupération entre les manches				



**Organisation et consignes :** LA MARCHE POURSUITE se déroule sur une piste de 300m matérialisée par 3 plots de couleurs différentes appartenant à chacune des 3 équipes (marquage au sol tous les 5m entre chaque plot pour créer des repères de distanciation avec son partenaire), 3 équipes de 5 joueurs. Il doit toujours y avoir 2 marcheurs dans l'équipe (espacé de 5 m grâce au marquage au sol, un élève devant et un derrière), les joueurs peuvent se relayer à chaque tour uniquement lorsqu'ils passent devant leur plot de couleur. Quand un élève ne marche pas, il est derrière le plot de son équipe dans un espace matérialisé (3 espaces écartés de 1,50m pour les joueurs relayeurs).

Le but du jeu est de marcher plus vite que les autres équipes pour gagner ou les éliminer sur 3 tours, à chaque fois qu'une équipe rattrape l'équipe de devant à 5m de distance, elle l'élimine (c'est le marcheur placé derrière qui sert de repère). Le jeu se joue en 5 manches, pour chacune des manches l'équipe gagnante (faire les tours avant les autres ou avoir éliminé les autres équipes en les rattrapant) obtient 2 pts, l'équipe seconde 1pt et les troisièmes, 0pt.

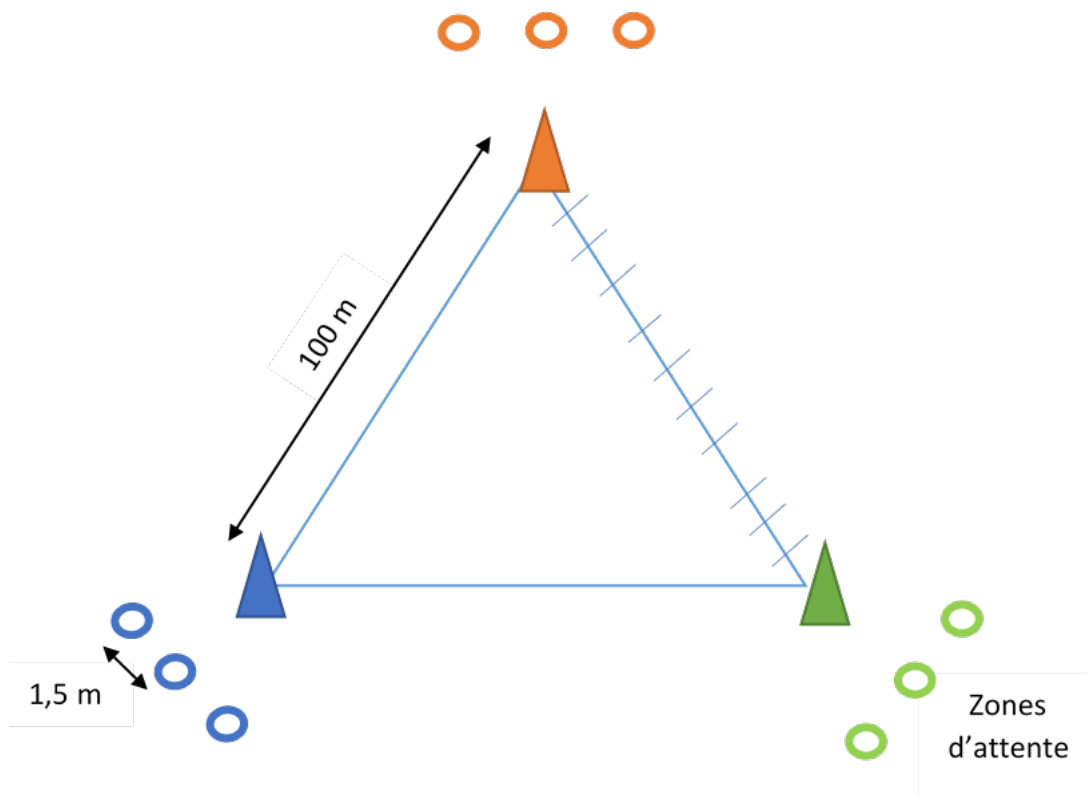
On donne un « totem » au départ à chaque équipe, elles pourront le jouer quand elles le décideront sur une des manches, et si l'équipe gagne cette manche, les points seront doublés. Entre chaque manche les élèves auront 3 minutes pour s'organiser et mettre en place une stratégie pour le relais.

L'équipe ayant gagné le plus de point à l'issue des 5 manches gagne le jeu.

**Règles :** rester à 5 m de son binôme (marquage au sol), ne pas courir : rester en marche rapide, respecter les espaces matérialisés pour attendre le relai, le joueur placé derrière doit suivre le rythme du partenaire devant (gestion et organisation collective pour être efficace), les joueurs ont le droit de se parler pendant la course pour réguler leur vitesse. Un joueur n'ayant pu jouer sur une manche devra obligatoirement participer à la suivante. Prendre son pouls à la fin de chaque course pour créer des repères sur l'état de forme de l'élève (proposer une fourchette en fonction de l'âge des élèves).

**Aménagements possibles :** la distance entre les 3 plots peut varier selon le niveau des élèves, l'espace à disposition et le nombre d'équipe et de joueurs par équipe (4 équipes de 3 joueurs par exemple). Handicap possible si il y a une équipe qui domine (ajouter un marcheur, retard de distance)

### Parcours de 300 mètres



Liens utiles,  
illustrations,  
annexes