

## Le réCRAIE'ATHLON

### Ce qu'il faut faire :

**Dispositif :** Tracer à la craie les ateliers (dédoubler les ateliers permet aux enfants de se « défier » et de garder la distanciation durant l'effort). 2 joueurs – 1 maître du temps – 1 maître du jeu – 1 maître du score (qui note le temps).

**But du jeu :** Développer la pratique des disciplines enchaînées pour apprendre à gérer l'effort.

**Les règles :** Le réCRAIE'ATHLON dure le temps des récréations.

Le maître du temps donne le départ et la fin du jeu.

Au top départ, les 2 joueurs courent jusqu'à l'atelier n°1, réalisent l'exercice et/ou répètent 10 fois l'exercice selon l'atelier (ex : 10 flexions, 10 sauts au-dessus de...) puis reviennent en courant à leur base. Ils repartent à l'atelier n°2 et ainsi de suite (pour les cycles 2 et 3). Le maître du score note leur temps sur le tableau de performance. Changement des rôles.

### Ateliers proposés :

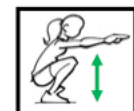
Coordination



Équilibre



Flexion



à répéter 10 fois

La marelle



Multi-bond



à répéter 10 fois

Course avec obstacles



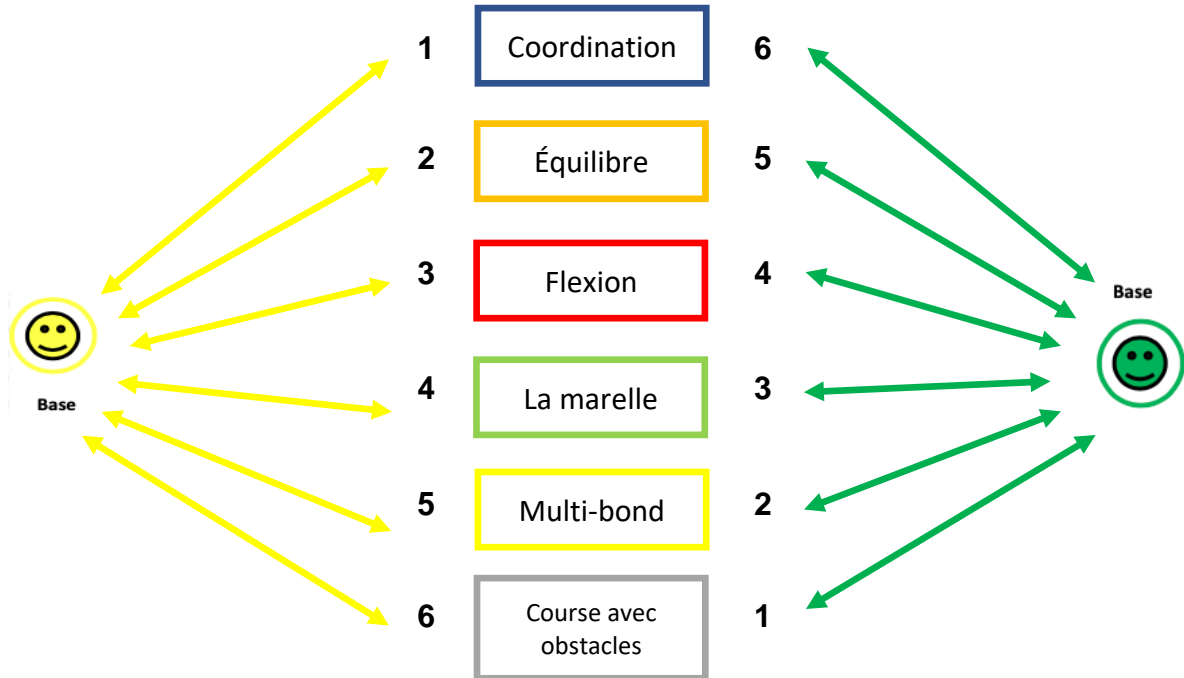
### Rôles à tenir :



### Matériel : (à dédoubler)

- Des morceaux de craies
- 3 cerceaux + 3 plots (ou bouteilles)
- 1 corde
- 2 cartons (ou 2 haies « basses »)

## Le schéma du dispositif :



Le maître du temps



Top départ !



Il note le temps des joueurs.