

## Le 2<sup>ème</sup> défi des 60 ans

Ce qu'il faut faire : Mettre en place l'activité « Kid's cross » de son cycle et transmettre des photos avant le 24/10/21.

- o Participe avec ton Association Sportive à une activité physique et sportive : le **Kid's cross**.
- o Avec la classe, tu devras effectuer un parcours avec différentes allures.

### Cycle 1

#### Objectifs :

- o Pratiquer une APSA pour travailler la course en durée.
- o Mettre en situation de réussite pour développer la confiance en soi et le goût de l'effort.
- o Vivre un défi collectif.

#### Descriptif :

- o *Le parcours une succession de situation à résoudre. Elles doivent faire l'objet d'un travail préparatoire.*
- o Avant :
  - Découverte de la situation de référence.
  - Mise en place des situations d'apprentissage.
- o Pendant :
  - Mise en place du Kid's cross.
- o Après :
  - Retour sur les ressentis des élèves.

### Cycle 2



### Cycle 3

#### Ressources :

- o Le parcours
- o Les situations préparatoires :
  - Le départ
  - Les appuis / foulées
  - Les obstacles
  - Les virages
  - Les slaloms
- o La réglette du plaisir.

