



Fiche C V 2	Courir vite à une zone de couleur en 8 à 10 secondes	
Dispositif	Situation de référence	Niveaux d'habileté
<p><u>Couloirs de course</u> : 12 à 20m de long</p> <p><u>Deux équipes</u> : ♦ les coureurs : répartis sur la largeur du terrain</p> <p><u>Un meneur</u> : donne le signal du départ</p> <p><u>Des chronomètres</u> qui évaluent la distance parcourue pour parvenir à la zone de couleur la plus éloignée</p> <p><u>Matériel</u> : des cônes départ, des coupelles pour représenter les zones de couleur.</p>	<p>Au signal, les coureurs doivent atteindre la zone de couleur la plus éloignée en 8 secondes.</p>	<p>Réagir à un signal</p> <p>Courir vite</p> <p>Maintien de la vitesse</p>
<p>Adaptations possibles :</p> <p>a) Pour les élèves n'ayant pas accès à la consigne orale : effectuer une démonstration pour s'appuyer sur les capacités d'observation et d'exécution.</p> <p>b) pour les élèves présentant une mobilité réduite : augmenter ou diminuer les distances</p> <p>c) pour les élèves présentant un déficit attentionnel : marquer par un cerceau ou une marque au sol la zone d'attente et rappeler la consigne de façon individuelle</p>		