

FICHE ACTIVITE : GAMME ATHLETIQUE- CYCLE 2 ET 3 DU CP AU CM2

Niveau de classe ou Cycle concerné : DU CP AU CM2

Déroulement de l'activité :

- Avoir un espace de 3 m sur 1 m
- Mettre des baskets
- Regarder la vidéo
- Trottinez, monter de genou, trottinez, talons fesses, trottinez, ouvrez les jambes-croisez jambe droite derrière-ouvrez les jambes-croisez jambe droite devant, trottinez, un pas chassé à droite-un pas chassé à gauche, trottinez, courir en arrière.
- Recommencez les exercices de 2 à 5 fois.

Variables didactiques:

- Pour les CP et les CE1 faire minimum 2 répétitions
- Pour les CE2 minimum 3 répétitions
- Pour les CM1 minimum 4 répétitions
- Pour les CM2 minimum 5 répétitions
- Si vous avez un jardin, augmenter la surface de travail
- Les mouvements peuvent se faire sur place ou en avançant.

Ressources associées :

Lien vidéo FA ChApp2 C2C3 GAMME ATHLETIQUE ML14

<https://youtu.be/f3ARjl-TxFA>

Bilan de la séance par l'élève (commentaires, remarques, analyses) à communiquer éventuellement à l'enseignant	
--	--