

Les athlètes des anneaux (TAC1¹)

Contenu d'enseignement-apprentissage visé

Acquérir la plus grande vitesse explosive dans une course comportant des virages.

But de la tâche

Courir le plus rapidement possible sur les trois anneaux de course de distances différentes afin de choisir le parcours le plus efficace en vue de son évaluation de performance.

Dispositif, consignes et organisation

L'enseignant·e répartit les élèves en équipes, si possible sur la base des équipes prévues pour la FPS.

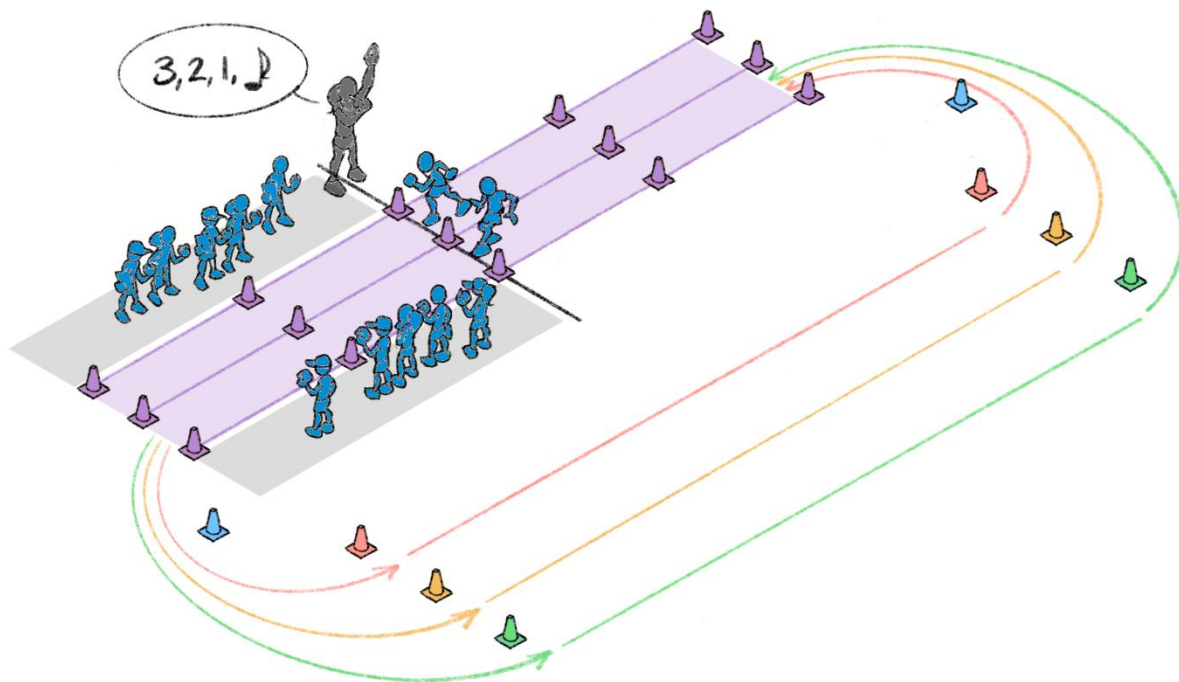
La tâche se déroule dans le même dispositif que celui de la FPS (p. 3). Si l'enseignant·e possède les conditions et les infrastructures suffisantes, elle ou il veillera à installer deux fois le dispositif afin de générer moins de temps d'attente pour les élèves.

Une équipe de 6 coureuses et coureurs prend place sur chaque dispositif.

L'enseignant·e gère les signaux de départ, soit à la main, au sifflet, ou avec un starter en bois (signaux conventionnels : à vos marques, prêts, go !).

Elle ou il présente les consignes de course qu'elle ou il illustre par une démonstration, afin de s'assurer de la bonne compréhension des règles.

Par la suite, chaque membre de l'équipe effectue successivement un tour, seul, sur les trois anneaux de course proposés.



Matériel requis

- Cônes de marquage pour délimiter les parcours de course
- Chronomètres ou autres outils permettant le chronométrage
- Fiche comportant un tableau à double entrée (noms des élèves / trois pistes circulaires) à construire.

¹ TAC : tâche ciblée (se référer au Mémento « Approche par compétences », PROJEPS, 2022, pp. 7-8 <https://edutools.hep-bejune.ch/fr/edutools/PROJEPS/Bases-theoriques/Des-sequences-longues/Des-sequences-longues.html>)

Critère(s) de réalisation

Dans les virages, adapter la foulée pour conserver un maximum de vitesse.

Critère(s) de réussite

- Les élèves, au sein de leur groupe, s'organisent pour déterminer un tournus et les tâches de chacun·e (chronométrage et courses).
- Les élèves adoptent une position de départ jambes fléchies et décalées et portent leur attention sur l'enseignant·e pour les indications de départ.
- Les élèves exploitent les critères techniques de course pour être les plus rapides possible lors des courses (TAC2 p. 16).

Variables

L'enseignant·e peut réaliser un cadrage serré pour une organisation efficace en attribuant des rôles et un tournus (coureuses et coureurs, responsables de chronométrage, secrétaires). Elle ou il peut aussi décider de laisser les équipes s'organiser entre-elles (au regard du contenu d'enseignement-apprentissage spécifique visé dans la séquence).