

## Défi d'équipe - *Je cours en relevant le défi de mon équipe (TAC2)*

### Contenu d'enseignement-apprentissage visé

Courir en équipe de niveaux différents pour atteindre un objectif collectif.

### But de la tâche

- S'écouter et choisir un défi qui convient à toutes les personnes de l'équipe.
- Exprimer l'état de forme du moment pour se positionner quant au défi proposé et choisir la stratégie adéquate.
- Durant le temps de course, se dépasser, prendre en considération les capacités des membres de son équipe et modifier sa stratégie en fonction des camarades.

### Dispositif, consignes et organisation

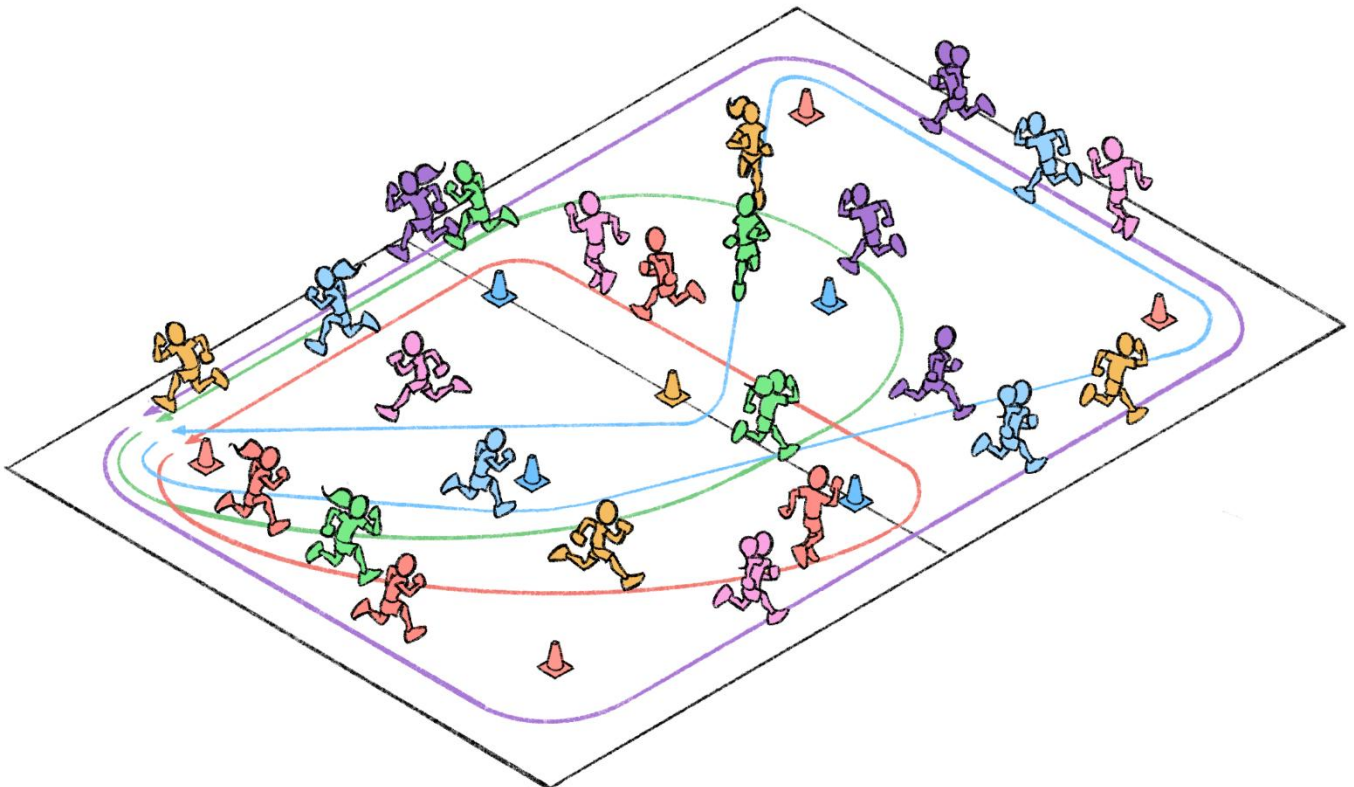
L'enseignant·e utilise les équipes 1 à 6, celles de la FPS (voir p. 12) composées d'athlètes de niveaux différents.

Dans un espace délimité, l'enseignant·e matérialise par des cônes ou des assiettes plusieurs parcours de distances différentes commençant tous au même endroit.

Avant le début de la tâche, chaque membre de l'équipe choisit le parcours sur lequel elle ou il souhaite courir, en fonction de son niveau de capacité déterminé après l'évaluation diagnostique.

Au signal de départ, les membres de l'équipe partent ensemble du même endroit et courent sur le parcours qu'elles ou ils ont choisi en adaptant leur allure de manière à arriver ensemble au point de départ (temps de course identique malgré des distances de course différentes, voir plan ci-dessous).

Le journal de bord de l'élève le suit tout au long de la séquence.



Courir	Courir longtemps, mon défi personnel dans une équipe	Tâches	5 <sup>e</sup> - 6 <sup>e</sup>
--------	--	--------	---------------------------------

### Critère(s) de réalisation

---

- Durant le parcours, observer les camarades de son équipe pour réguler ses actions, augmenter ou diminuer son allure tout en courant (sans marcher ni s'arrêter).
- Courir de manière décontractée, posture droite légèrement en avant, le regard vers l'avant, les bras souples et les mains ouvertes.
- Expérimenter la course sur le milieu ou l'avant du pied.

### Critère(s) de réussite



---

- Donner des feedbacks aux camarades de son équipe en fonction du premier critère de réalisation ci-dessus.
- Le défi est réussi si, à chaque tour de parcours, toutes et tous les élèves de l'équipe passent ensemble au point de départ dans le temps déterminé.



### Variables

---

#### *Pour simplifier*

-  Courir à deux dans le sens contraire et se rencontrer pour faire demi-tour à chaque rencontre (même temps de course, mais distance différente).
-  **L'élève en difficulté** définit un défi personnel et un·e camarade à l'aise court à son rythme pour l'encourager à atteindre son défi.

#### *Pour complexifier*

-  Courir dans des terrains variés avec des obstacles.
-  L'élève le moins rapide court sur un parcours et **un·e camarade (plus rapide)** court sur le même parcours en faisant des zigzags pour être régulièrement avec elle ou lui.