

Athlétisme Maternelle



SAUTER

4- Saut de grenouille (relais de sauts)

Cumul des sauts des enfants

- a- L'enfant saute à pieds joints.
- b- L'adulte place une latte aux talons du sauteur
- c- Le sauteur suivant place ses talons devant la latte et saute à son tour

5- Déplacements pieds joints

- a- L'enfant place un objet entre ses genoux.
- b- Il se place à la ligne de départ.
- c- Au signal de l'adulte, les enfants partent en sautant à pieds joints jusqu'à la ligne d'arrivée.
- d- Si l'objet tombe, l'enfant le replace entre ses genoux et repart.
- e- A l'arrivée, l'enfant annonce le nombre de fois où il a fait tomber l'anneau.

6- Trouver sa foulée (son grand pas)

L'enfant doit expérimenter pour trouver sa foulée « naturelle »

Trois parcours sont au sol : des cerceaux avec des espacements différents.

L'enfant passe plusieurs fois dans chaque parcours et choisit celui où il est le plus à l'aise.

Quand les enfants ont choisi, ils se mesurent les uns aux autres par des courses.