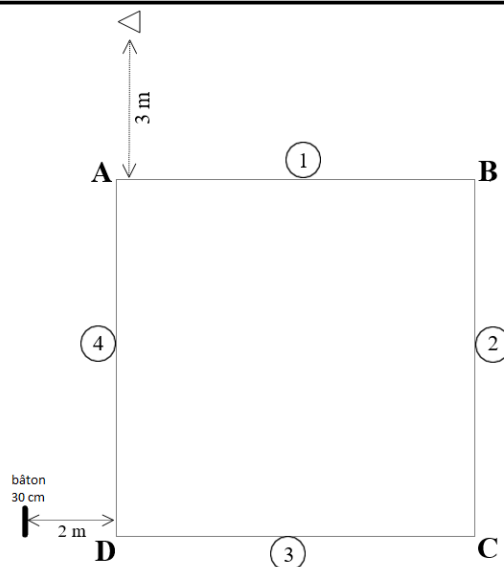


PARCOURS ET ENDURANCE 5

CE2 - CM1 – CM2

- Le parcours s'effectue par équipes de 2. Faire des équipes CE2 et des équipes CM.
- S'il n'y a pas un nombre pair d'élèves, faire courir un élève dans 2 équipes.
- S'il ne reste qu'un élève de CE2 ou de CM1, faire une équipe CE2-CM qui fera le parcours CE2.

Le circuit est un carré ABCD de 10m x 10m ; les ateliers en A, B, C et D s'effectuent aux sommets du carré.



	<p>de A à B : 10 passes en faisant rouler le cerceau. capital : 10 pts pour l'équipe, moins 1 pt par faute</p> <p>en B : faire rouler le cerceau dans un but de 50 cm de large, placé à 3m. 1 tir chacun, 5pts par tir réussi.</p>
	<p>de B à C : conduire le ballon au pied dans le slalom. faire 1 tour complet du cerceau.</p> <p>en C : x lache le ballon et le frappe au pied avant qu'il ne touche le sol. y l'attrape à la main et le renvoie au pied comme x. 5 coups de pied chacun.</p> <p>capital : 10 pts pour l'équipe, moins 1 pt par faute</p>
	<p>de C à D dribbles au sol avec raquette. capital 10 pts pour l'équipe, moins 1 pt par faute</p> <p>en D x envoie à la main la balle de tennis avec un rebond à y qui la renvoie avec la raquette. x la rattrape à 1 ou 2 mains. 5 fois puis changement de rôle. capital : 10 pts pour l'équipe, moins 1 pt par faute.</p>
	<p>de D à A sauter à la corde en courant et en se donnant la main par 2 côté à côté. capital 10 pts pour l'équipe, moins 1 pt par faute</p> <p>en A : sauter par 2 face à face pendant 20". 1 pt par saut réussi.</p>