

Sommaire
Anim'Athlé

2017

CM

Se projeter

Courir et impulser

Plus difficile

Les pas de super géant

Consigne : je pose un seul appui entre les obstacles.
Critère de réalisation : je n'empiète pas sur les obstacles.

Plus facile

Les différents parcours

Consigne : je teste les différents parcours.
Critère de réalisation : je n'empiète pas sur les obstacles.

Du bon côté

Consigne : les intervalles étant aléatoires, j'impulse avec le pied qui est du côté du plot.
Critère de réalisation : j'impulse avec le bon pied.

« Hop 2 »

Consigne : je fais 2 appuis pour réaliser des foulées de géants au-dessus des coupelles.
Critère de réalisation : je répète l'enchaînement 2 appuis suivi d'une impulsion.

De plus en plus hauts

Consigne : je franchis les obstacles de plus en plus hauts.
Critère de réalisation : je n'empiète pas ou je ne renverse pas les obstacles.