

Acquisition visée Lancer loin à bras cassé.

Matériel Balles de tennis – tracés.

Situation **Lancer le plus loin possible**
Situation de référence : lancer loin

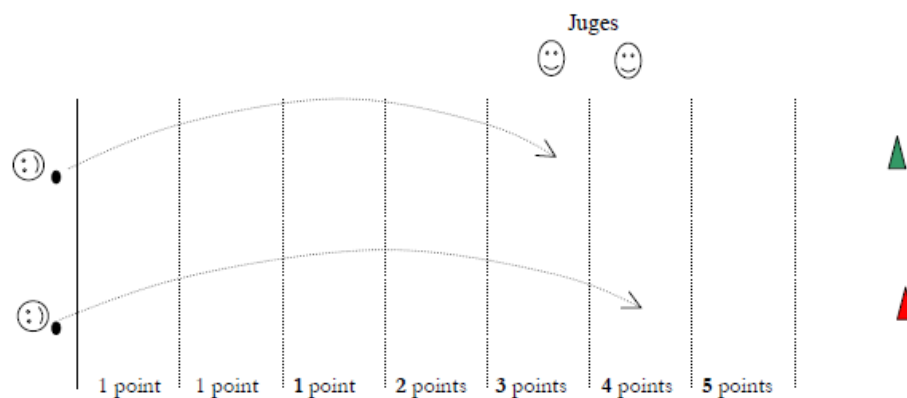
But
Lancer sans élan le plus loin possible.

Organisation
Élèves par 2 : un lanceur et un « juge ».
Lignes tracées tous les 3 m (maximum 21 m).

Consignes
Le lanceur lance 5 balles le plus loin possible.
Le juge repère là où tombe la balle.

Recommandations
Plusieurs binômes peuvent passer en même temps.
Inciter les élèves à lancer droit (on peut matérialiser la direction par un cône).

Critère de réussite
Zone dans laquelle la balle est tombée.



Acquisition visée Lancer en dosant la force et en recherchant le meilleur angle possible.

Matériel Un mur avec une cible, des balles de tennis.

Situation **Lancer avec rebond**

But

Lancer une balle sur une cible verticale de façon à ce qu'elle rebondisse le plus loin possible derrière soi.

Organisation

Élèves par 2 : un lanceur et un «juge».

Une cible verticale (tracée ou matérialisée) placée entre 2 et 3 m du sol.

Une ligne tracée à 2 m environ de la cible.

Des zones tracées ou matérialisées (couleur) derrière le lanceur (tous les mètres).

Consignes

A partir de la ligne tracée au sol, lancer une balle de tennis sur la cible afin que celle-ci rebondisse le plus loin possible du lanceur (5 lancers successifs).

Le juge annonce la zone dans laquelle la balle a rebondi.

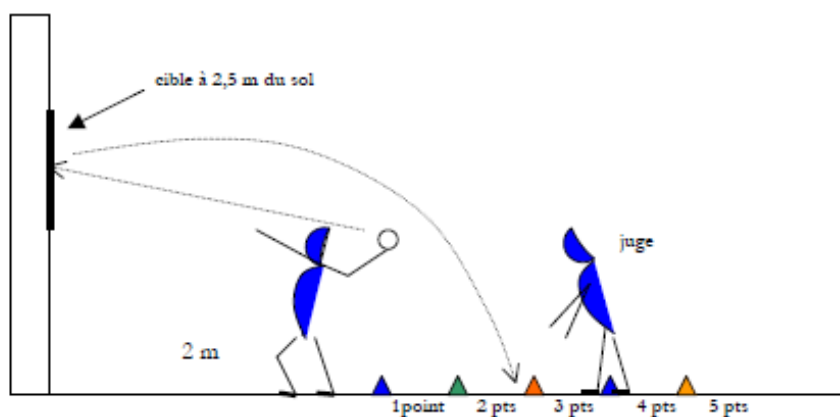
Recommandations

Adapter la hauteur de la cible et la distance de la zone de lancer pour amener les enfants à un lancer à 45° (angle idéal).

Multiplier les ateliers.

Critère de réussite

Couleur de zone dans laquelle la balle rebondit.



Variables pour faire évoluer la situation

Espace Varier la hauteur de la cible.

Varier la distance du lanceur par rapport à la cible. Combiner les 2.