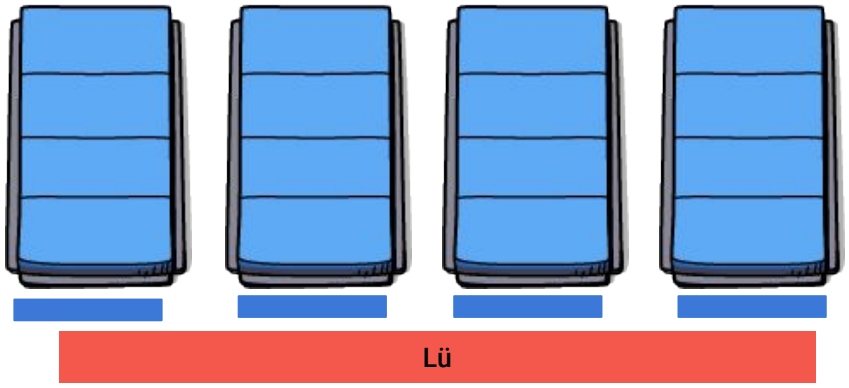
TOUJOURS PLUS HAUT

MIRE





COMPÉTENCES

- Exécuter différents sauts avec course d'élan.
- Expliquer l'importance d'utiliser le matériel de façon sécuritaire en fonction des types d'activités physiques.
- Nommer les règles de sécurité relatives à la disposition du matériel.
- Nommer les règles de sécurité relatives aux différents contextes de pratique d'activités physiques.★

VOCABULAIRE

- Alignement
- Saut
- Sécurité

MATÉRIEL

- 2 grands tapis par ligne, pour un maximum de 4 lignes

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 4 groupes égaux
- 10 - 15 minutes

Installez un couloir en utilisant un grand tapis sur le sol menant au mur Lu, avec un autre grand tapis à l'extrémité de ce tapis, à plat contre le mur Lü

Les élèves sont répartis uniformément en file derrière chaque couloir.

TOUJOURS PLUS HAUT

MIRE

VARIATIONS

- L'équipe qui a le plus de points à la fin de la partie est la gagnante.
- Demandez à plusieurs élèves de participer en même temps (chacun dans son propre couloir). L'élève qui grimpe le plus haut sur le mur se retrouve en finale et se mesure aux gagnants des autres équipes.

GRAND GROUPE

- Divisez votre groupe en deux. Un groupe escalade le mur tandis que l'autre groupe effectue divers exercices liés au mur sur le mur opposé (assis sur le mur, pompes sur le mur, planche sur le mur, squat sur le mur, équilibre sur le mur, etc.

PISTES DE DISCUSSION

- Pourquoi cette activité nécessite-t-elle des tapis ?
- À quelle occasion pourriez-vous utiliser cette compétence en dehors de l'école ?
- Pensez-vous qu'il y aurait une différence dans la hauteur atteinte si votre dernier pas était fait par votre pied dominant ?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Mire puis sélectionnez les options suivantes:
   a. Mode personnalisé;
   b. Durée;
   c. 10 minutes
   d. 4 colonnes;
   e. Jouer;
   f. Ajuster la taille des cibles au niveau de vos élèves;
   g. Ajuster la hauteur au sommet de chaque colonne;
   h. Appuyez sur *C'est parti* pour commencer.

2. Au signal, les élèves à l'avant de la ligne courent dans leur couloir et montent sur le tapis sur le mur en essayant de sauter le plus haut possible et de toucher la cible Lü avec leur main.

3. Les élèves retombent prudemment sur le tapis assigné à leur couloir puis quittent le l'aire de jeu pour se replacer derrière la file de leur équipe.

4. Lorsque le premier élève a quitté son couloir, c'est au tour de l'élève suivant. Le jeu se poursuit si le temps le permet.

5. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

© Tous droits réservés - 2023