



Activités athlétiques - Réponses motrices - Course

Dans toutes les formes de course, les appuis sont orientés dans le sens de la course.

Sur les obstacles, un même intervalle peut amener le même pied ou un pied différent ce qui n'est pas gênant.

Pour le relais, on transmet le témoin toujours dans **la main opposée à la sienne**. Dans la position d'attente, les appuis sont dans le sens de la course mais **la tête est tournée vers le donneur** (en regardant dans quelle main se trouve le témoin) jusqu'au franchissement du repère de mise en action. Dès que l'on est en **action**(position du receveur) **on regarde vers l'arrivée**, on court avec la **main opposée à celle du donneur tendue vers l'arrière**.

M.A.J. le 27/11/2008

Dans cette rubrique

- [Maternelle](#)
- [Encadrement des APS](#)
- [Natation](#)
- [Performance mesurable](#)
- [Déplacements dans différents environnements](#)
- [Prestation artistique et/ou acrobatique](#)
- [Affrontement collectif ou interindividuel](#)

Direction des Services Départementaux de l'Éducation Nationale de la Mayenne
Cité administrative, rue Mac Donald
BP 23851 - 53030 Laval CEDEX 9
Tél. 02 43 59 92 00