

Apprends à courir vite et longtemps en CE1

Apprends à courir vite et longtemps en CE1 avec une leçon simple, des exercices corrigés et un PDF à imprimer.

Ressources scolaires primaire

CE1

Prénom : _____

Date : ____ / ____ / ____

Version imprimable

Exercices : choisir la bonne manière de courir

Lis chaque situation avant de répondre. Fais cette fiche en autonomie.

Exercice 1

Complète avec **vite** ou **longtemps**.

Pour aller jusqu'à un plot proche, je cours _____.

Pour faire plusieurs tours de cour, je cours _____.

Exercice 2

Entoure la bonne réponse.

Le maître donne le signal. L'arrivée est juste après la ligne de départ. Je choisis : **courir vite** / **garder une allure régulière**.

Exercice 3

Écris vrai ou faux.

a. Je regarde devant moi pendant la course : _____.

b. Je continue à courir quand l'adulte demande de m'arrêter : _____.

Exercice 4

Relie chaque situation à la bonne action.

A. Je dois faire le tour du terrain et revenir au départ.



B. Je dois atteindre un plot placé près de moi.

Actions : courir vite ; courir à une allure régulière.

Exercice 5

Transforme cette mauvaise idée en bonne consigne :

« Pour courir longtemps, je pars très vite et je dépasse tous les autres. »

Écris une phrase correcte : _____

Exercice 6

Entoure les deux bonnes actions pour garder ton souffle pendant plusieurs tours.

Je pars doucement. / Je pousse un camarade. / Je respire calmement. / Je regarde derrière moi.

Exercice 7

Lina doit courir jusqu'à un plot proche. Amir doit courir autour de la cour pendant longtemps. Écris le prénom qui doit courir vite : _____. Écris le prénom qui doit garder une allure régulière : _____. Explique pourquoi :

Exercice 8

Rédige deux consignes pour cette situation : tu cours longtemps avec des camarades et un élève tombe devant toi. Ta première consigne doit parler de sécurité. Ta seconde consigne doit parler de ton allure.



Continue sur coursprimaire.fr

Cours Primaire - Document pédagogique