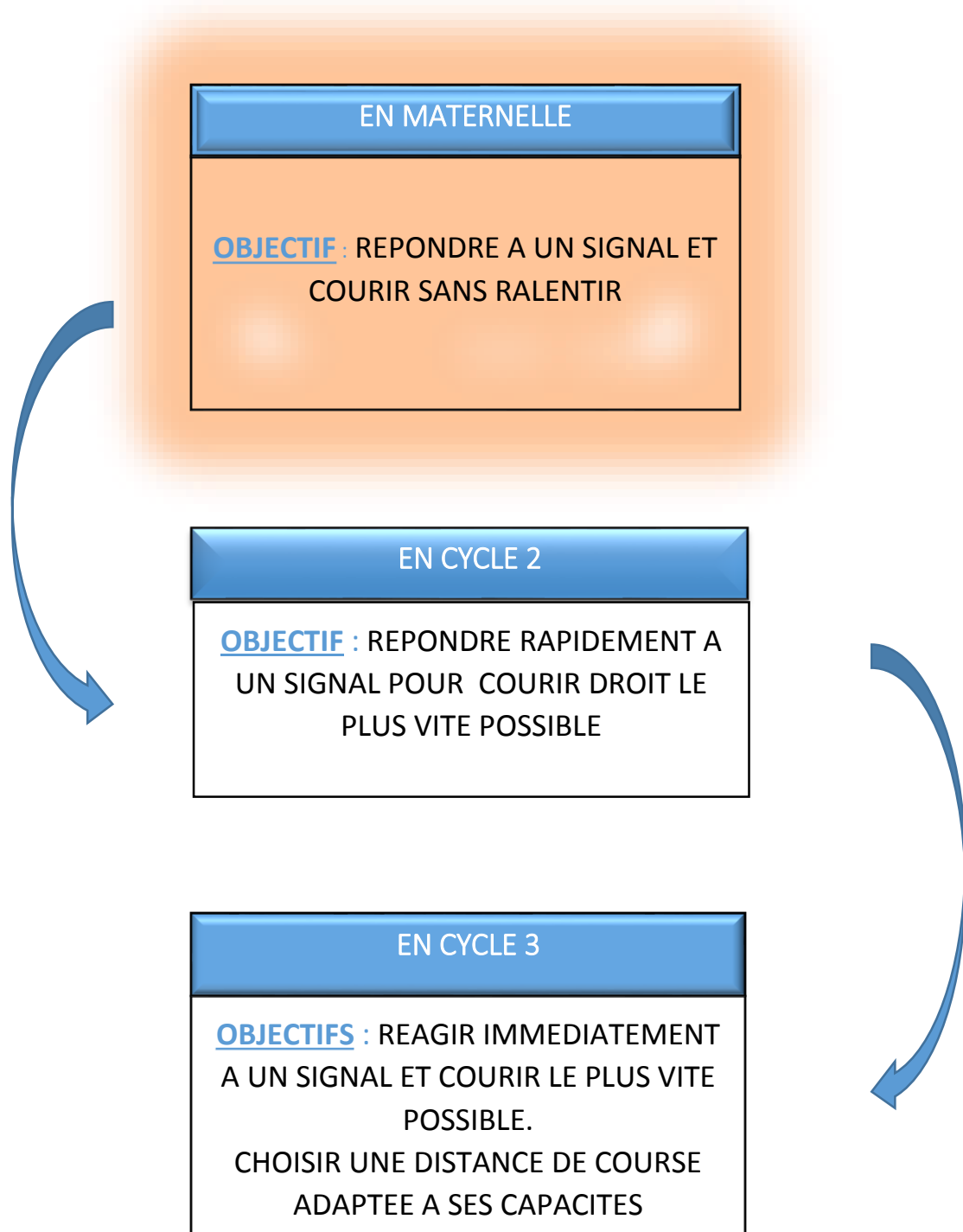


# MODULE D'APPRENTISSAGE « COURSE » EN CYCLE 1

LOGIQUE DE CE MODULE D'APPRENTISSAGE :



## Organisation du Module :

Le parti pris est de proposer une seule situation d'apprentissage pour le module, une situation qui se veut évolutive selon les objectifs travaillés et proche de la situation de référence présentée dans ce document en séance 1.

Pour chaque séance, il est recommandé de dédoubler chaque atelier afin d'augmenter le temps d'engagement moteur des élèves et de pouvoir constituer deux groupes de besoins.

### **SEANCE 1 :**

#### **« SITUATION DE REFERENCE »**

Mise en place et explication de la « Course au foulard ». cf document. L'enseignant prend les informations pour pouvoir faire 2 groupes de besoins en séance 2.

### **SEANCE 2 :**

#### **« SE PREPARER A COURIR »**

Mise en place de la situation d'apprentissage.

Les 5 dernières minutes de la séance sont consacrées à la situation de référence

### **SEANCE 3 :**

#### **« REAGIR A UN SIGNAL ».**

Mise en place de la situation d'apprentissage.

Les 5 dernières minutes de la séance sont consacrées à la situation de référence.

### **SEANCE 4 :**

#### **« COURIR DE FAÇON PARALLELE A LA LIGNE / VISER LE FOULARD DURANT TOUTE LA COURSE »**

Mise en place de la situation d'apprentissage. Les 5 dernières minutes sont consacrées à la situation de référence.

### **SEANCE 5 :**

#### **« SITUATION DE REFERENCE »**

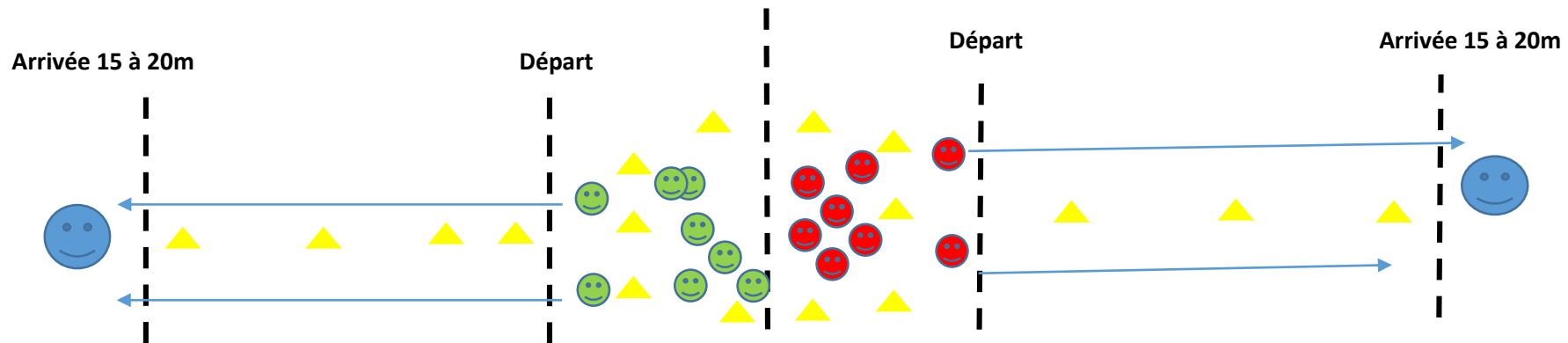
Rencontre Usep en séance 6 par exemple

# ORGANISATION MATERIELLE DU CYCLE

Voici une proposition d'organisation matérielle de l'activité, permettant de partager la classe (en groupe de besoins ou autres) sur la course.

## REGLES DE SECURITE A METTRE EN ŒUVRE :

- Les élèves ne peuvent partir qu'au signal de l'enseignant ou du juge.
- Lorsque la course est terminée « je reviens toujours au point de départ sans passer par les couloirs de course ».



**Il est possible d'imaginer mettre les deux ateliers côte à côte à condition de résoudre la circulation des élèves une fois la course terminée.**

**En cycle 1 :** l'objectif principal sera de répondre à un signal et de courir droit.

**En cycle 2 :** il s'agira de répondre rapidement à un signal, et courir le plus rapidement possible en essayant de partir de plus en plus loin.

**En cycle 3 :** en plus des cycles précédents, il s'agira pour l'élève d'étalonner sa distance de course avant de partir.

## SEANCE 1 : LA SITUATION DE REFERENCE « ATTRAPE FOULARD »

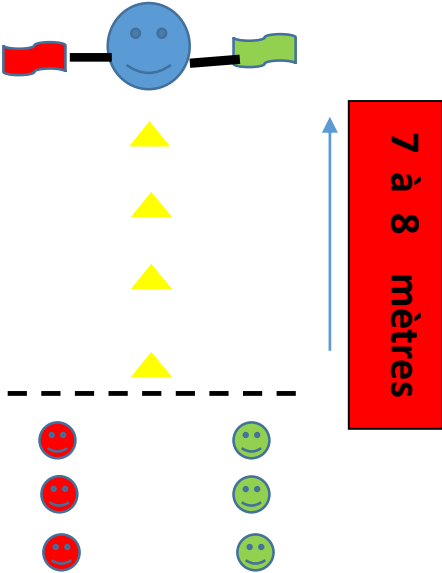
OBJECTIFS	CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Courir vite en ligne droite.</p> <p>Réagir à un signal.</p>	<p>Je pars au signal de l'enseignant.</p> <p>Je ne peux pas traverser la ligne centrale.</p> <p>Je dois attraper le foulard avant mon adversaire.</p>	<p>Je pars au signal.</p> <p>J'atteins le foulard le plus vite possible.</p>		<p>Je pars au signal.</p> <p>Je cours dans mon couloir sans m'arrêter.</p> <p>Je récupère le foulard sans m'arrêter.</p>

### COMMENT FAIT-ON ? (critères de réalisation visés)

- Je me prépare à courir : pieds décalés au départ, regard vers le foulard.
- Je réagis au signal.
- Je cours de façon parallèle à la ligne en visant des yeux le foulard durant toute la course.

## SEANCE 2 : « SE PREPARER A COURIR LE PLUS VITE POSSIBLE».

Passer d'une position de départ aléatoire à une position efficace pour démarrer un sprint (pieds décalés, regard vers le foulard)

CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Atteindre le foulard le plus vite possible.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>ETAPE 1</b> : Les rouges vont partir dans la position pieds décalés et le regard sur le foulard. Les verts vont partir : <u>Passage 1</u> : pieds joints <u>Passage 2</u> : en regardant le sol <u>Passage 3</u> : assis <u>Passage 4</u> : de dos</li> <li>- « ensuite faire le point pour convenir de la position idéale de départ »</li> <li>- <b>ETAPE 2</b> : On inverse les rôles.</li> <li>- <b>ETAPE 3</b> : tout le monde effectue 3 courses avec la position convenue en situation de référence (c'est à dire sur entre 15 et 20m).</li> </ul>	<p>Atteindre le foulard le plus vite possible.</p>		<p>Quand je suis dans la bonne position, je récupère le foulard en premier.</p> <p>Je verbalise la position de départ la plus efficace pour courir vite.</p>

### Variables pour simplifier :

Raccourcir la distance de course pour accentuer l'avantage de la position de départ.

### CRITERES DE REALISATION VISES

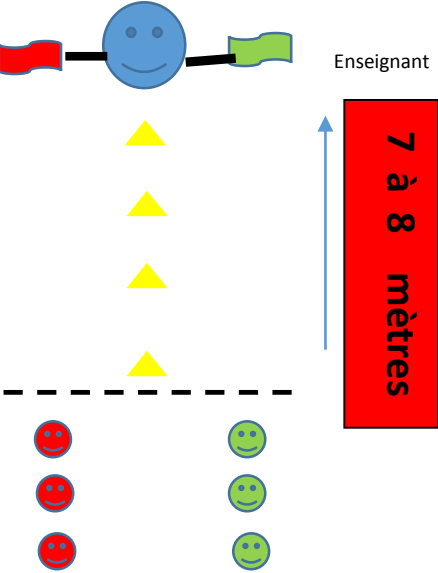
-Je me prépare à courir : pieds décalés au départ, regard vers le foulard.

### Variables pour aller plus loin :

Essayer de définir avec quel pied devant ils se sentent le mieux.

## SEANCE 3 : « REAGIR AU SIGNAL LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE ».

Passer d'un départ aléatoire à un temps de réaction limité face à un signal.

CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Atteindre le foulard le plus vite possible en donnant des départs différents. <i>L'enseignant sera vigilant à faire partir 2 élèves de même niveau.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>ETAPE 1 : Visuel</b> 1. je mets les foulards dans le dos, dès que je tends les bras : départ ! 2. Un élève lâche un objet, lorsqu'il touche le sol, les élèves démarrent.</li> <li>- <b>ETAPE 2 : Sonore</b> Je donne deux signaux en jouant sur le temps entre le « prêt » et le « top » par exemple.</li> <li>- <b>ETAPE 3 : Sensoriel</b> Un élève se met entre les deux coureurs : dès qu'il touche les épaules de ses camarades, ils démarrent.</li> </ul>	<p>Au signal donné, je pars le plus rapidement possible dans la position efficace.</p> <p>Je dois attraper le foulard en premier</p>		<p>Je récupère le foulard en premier.</p> <p>Très peu de faux départ.</p>

### Variables pour simplifier :

Raccourcir la distance de course pour accentuer l'avantage du temps de départ.

Utiliser seulement le visuel.

### CRITERES DE REALISATION VISES

Je focalise mon attention sur le signal.

Je suis bien positionné avant de réagir.

### Variables pour aller plus loin :

Mélanger les signaux de départ par exemple : visuel ET sonore.

## SEANCE 4 : « COURIR DE FAÇON PARALLELE A LA LIGNE / VISER LE FOULARD DURANT TOUTE LA COURSE ».

Passer d'une trajectoire de course aléatoire à une trajectoire en parallèle à ligne de couloir et face au foulard.

CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Atteindre le foulard le plus vite possible en prenant des trajectoires différentes. <i>L'enseignant sera vigilant à faire partir 2 élèves de même niveau.</i></p> <p><b>ETAPE 1 :</b> Les <b>rouges</b> doivent slalomer entre des plots sur le parcours, les <b>verts</b> doivent courir à l'intérieur du couloir tracé par des plots.</p> <p><i>on verbalise</i></p> <p><b>ETAPE 2 :</b> on inverse les rôles.</p> <p><b>ETAPE 3 :</b> on enlève le couloir de plots.</p>	<p>Je pars au signal dans la position efficace sans faire un faux départ.</p> <p>Je dois attraper le foulard.</p>		<p>En course en ligne droite, je récupère le foulard en premier.</p> <p>Couloir de plots enlevé : je continue de courir droit.</p>

### Variables pour simplifier :

Augmenter le nombre de plots sur le parcours pour accentuer les différences.

### CRITERES DE REALISATION VISES pour l'élève courant dans le couloir uniquement

Je pars le plus rapidement possible au signal donné.

Je cours droit.

Je regarde le foulard tout au long de la course.

### Variables pour aller plus loin :

Courir le long d'une ligne.

Courir entre 2 lignes parallèles sans mordre pour courir le plus droit possible.

## SYNTHESE DES PROGRAMMES DU CYCLE 1 : école maternelle BO n°2 26 mars 2015

Objectifs et éléments de progressivité		Programmation
<p>La pratique d'activités physiques et artistiques contribue au développement moteur, sensoriel, affectif, intellectuel et relationnel des enfants. Ces activités mobilisent, stimulent, enrichissent l'imaginaire et sont l'occasion d'éprouver des émotions, des sensations nouvelles. Elles permettent aux enfants d'explorer leurs possibilités physiques, d'élargir et d'affiner leurs habiletés motrices, de maîtriser de nouveaux équilibres. Elles les aident à construire leur latéralité, l'image orientée de leur propre corps et à mieux se situer dans l'espace et dans le temps.</p> <p>Ces expériences corporelles visent à :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ développer la coopération, à établir des rapports constructifs à l'autre, dans le respect des différences, et contribuer ainsi à la socialisation.</li> <li>▪ chercher à lutter contre les stéréotypes et contribuent à la construction de l'égalité entre filles et garçons grâce à la participation de tous les enfants à l'ensemble des activités physiques proposées, l'organisation et les démarches mises en œuvre</li> <li>▪ participer à une éducation à la santé en conduisant tous les enfants, quelles que soient leurs « performances », à éprouver le plaisir du mouvement et de l'effort, à mieux connaître leur corps pour le respecter.</li> </ul>		<p>Le choix des activités physiques variées, prenant toujours des formes adaptées à l'âge des enfants, relève de l'enseignant, dans le cadre d'une programmation de classe et de cycle pour permettre d'atteindre les quatre objectifs caractéristiques de ce domaine d'apprentissage.</p> <p>Le besoin de mouvement des enfants est réel. Il est donc impératif d'organiser une séance quotidienne (de trente à quarante-cinq minutes environ, selon la nature des activités, l'organisation choisie, l'intensité des actions réalisées, le moment dans l'année, les comportements des enfants...).</p> <p>Ces séances doivent être organisées en cycles de durée suffisante pour que les enfants disposent d'un temps qui garantisse une véritable exploration et permette la construction de conquêtes motrices significatives.</p>
Ce qui est à construire sur l'ensemble du cycle (en lien avec l'athlétisme)	Agir, s'exprimer à travers l'activité physique (en lien avec l'athlétisme)	Les différents attendus en fonction des âges (en lien avec l'athlétisme)
<p><b>Construire des modes d'actions sur et avec les objets, apprécier des trajectoires.</b></p> <p>Donner des trajectoires multiples à des projectiles de tailles, de formes ou de poids différents pour lancer haut, loin ou précis, faire glisser ou rouler, faire rebondir.</p> <p><b>Élargir et affiner des modes de déplacements.</b></p> <p>sauter à un ou deux pieds pour aller haut ou loin, enchaîner plusieurs sauts, lier une course et un saut puis se réceptionner.</p> <p><b>Percevoir des relations entre l'espace et le temps.</b></p> <p>Mobiliser son énergie (en courant vite ou longtemps, avec ou sans obstacles, seul ou à plusieurs) pour atteindre un repère d'espace, pour parcourir plus de distance dans un temps donné, pour parvenir à rattraper quelqu'un ou à lui échapper.</p>	<p>Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets</p>	<p><b>TPS/PS</b> Découvrir par l'action les caractéristiques d'objets manipulables pour explorer leurs possibilités d'utilisation. Prendre plaisir à s'engager corporellement dans un espace aménagé et le parcourir pour y découvrir ses propres possibles.</p> <p><b>MS</b> Donner des trajectoires variées à des projectiles de tailles, de formes ou de poids différents afin d'atteindre un but précis. Affiner ses réponses possibles pour répondre aux problèmes posés par l'aménagement du milieu.</p> <p><b>Les attendus fin de GS</b> Courir, sauter, lancer de différentes façons, dans des espaces et avec des matériels variés, dans un but précis.</p>
Ce qui est attendu des enfants en fin d'école maternelle (en lien avec l'athlétisme)	<p>- Courir, sauter, lancer de différentes façons, dans des espaces et avec des matériels variés, dans un but précis.</p> <p>- Coopérer, exercer des rôles différents complémentaires, s'opposer, élaborer des stratégies pour viser un but ou un effet commun.</p>	



## Attendus : Courir, sauter, lancer de différentes façons dans des espaces et avec des matériels variés, dans un but précis

Situation 1 à courir : Attrape foulard : « Se déplacer au signal depuis un départ matérialisé pour attraper le foulard plus rapidement possible »

Compétences :

- ✚ Percevoir des relations entre l'espace et le temps.
- ✚ S'inscrire dans un projet d'action

### Echelle de compétences



1	2	3	4	Situations d'apprentissage
Regarde les autres partir et part après	Part au signal sans but	Part au signal pour attraper le foulard	Part le plus rapidement possible au signal donné dans la position indiquée	Séance 2
Oublie le foulard	Prend le foulard par imitation	Attrape le foulard	Attrape le foulard rapidement	
Se déplace en sautillant	Court sur une trajectoire aléatoire	Court presque droit à vitesse irrégulière	Court en ligne droite en maintenant sa vitesse	Séance 4
Regarde ailleurs	Regarde les autres	Regarde dans la direction en milieu de course	Regarde dans la direction du foulard à attraper dès le départ de la course	Séance 2

