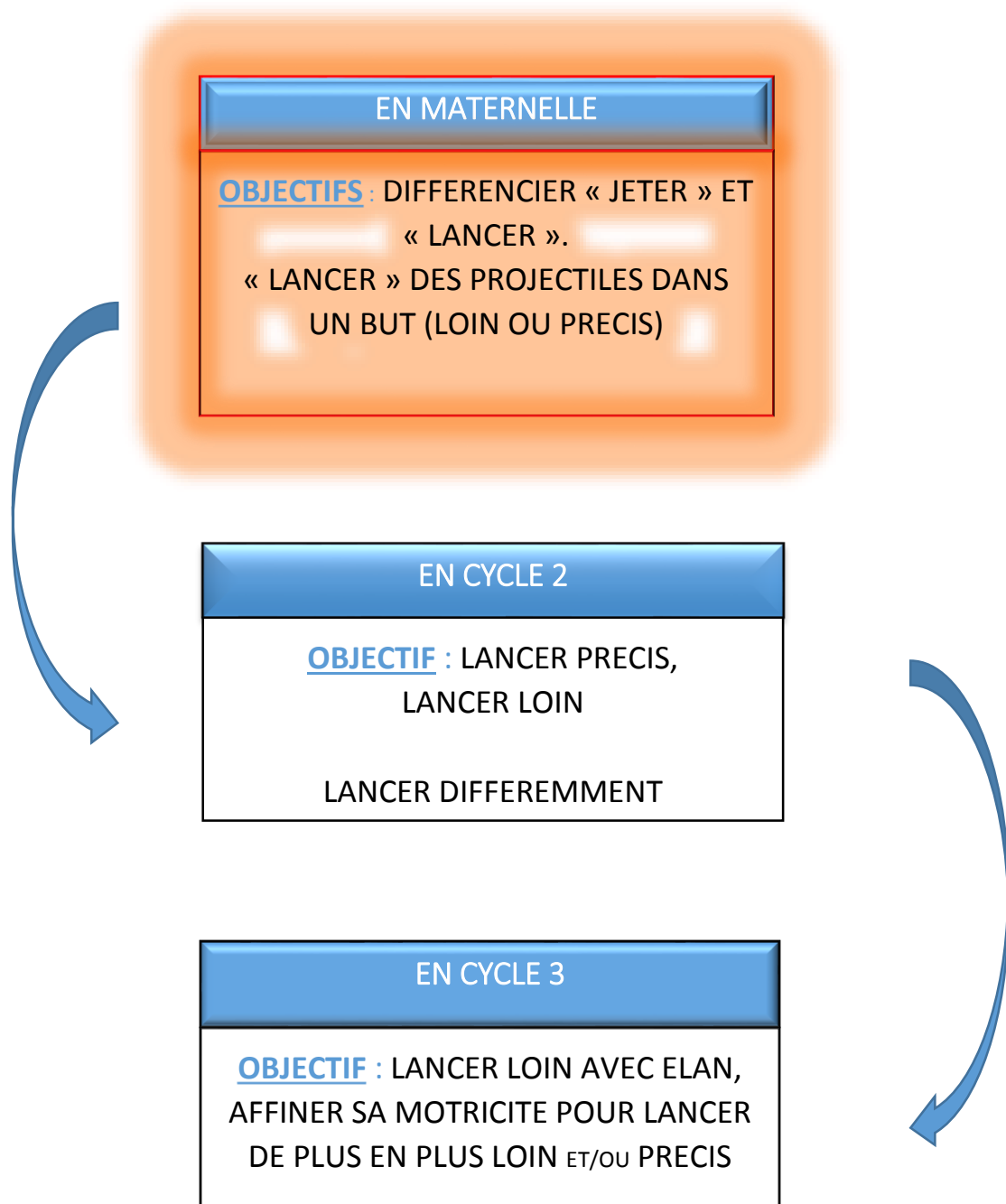


MODULE D'APPRENTISSAGE

« LANCER » EN CYCLE 1

LOGIQUE DE CE MODULE D'APPRENTISSAGE :



Organisation du cycle :

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 décrite dans le document « athlétisme cycle 1 ».

Il est recommandé de dédoubler chaque atelier afin d'augmenter le temps de pratique réelle des élèves et de pouvoir constituer deux groupes de besoins.

Lors du retour à la situation de référence, en fin de séance, l'enseignant reste particulièrement vigilant à l'objectif du jour.

SEANCE 1 :

« SITUATION DE REFERENCE »

« Réaliser 9 lancers avec 3 objets différents en visant des cibles au sol »

SEANCE 2 :

« IDENTIFIER LA ZONE LA CIBLE ET LA ZONE DE LANCER. EXPLORER DIFFERENTS TYPES DE LANCERS ». « LANCER DANS LA ZONE ANNONCEE »

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

SEANCE 3 :

« IDENTIFIER LA ZONE LA CIBLE ET LA ZONE DE LANCER. EXPLORER DIFFERENT TYPES DE LANCERS ». « LANCER DANS LA ZONE ANNONCEE »

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

SEANCE 4 :

« IDENTIFIER LA ZONE LA CIBLE ET LA ZONE DE LANCER. EXPLORER DIFFERENT TYPES DE LANCERS ». « LANCER DANS LA ZONE ANNONCEE »

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

SEANCE 5 :

« SITUATION DE REFERENCE »

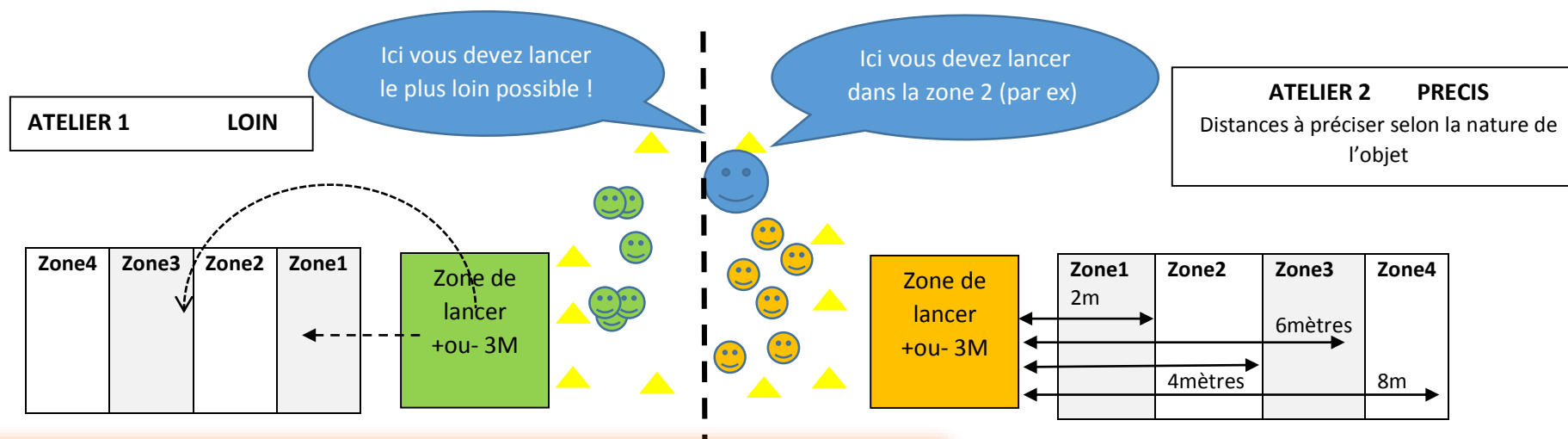
Séance d'évaluation des progrès.

ORGANISATION MATERIELLE DU CYCLE

Voici une proposition d'organisation matérielle de l'activité, permettant de partager la classe sur le lancer précis et le lancer loin avec une rotation à mi-séance.

REGLES DE SECURITE A METTRE EN ŒUVRE

- Aller chercher le matériel une fois que tous les objets ont été lancés et au signal de l'enseignant
- Il peut y avoir plusieurs lanceurs par atelier en respectant la sécurité latérale (lancer par vague)



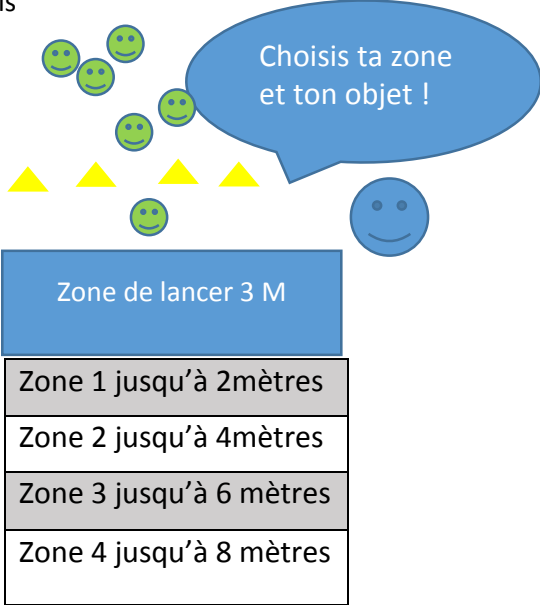
En cycle 1 : La façon de lancer est libre : jeter, faire rouler, rebonds, à 2 mains, 1 main, avec ou sans élan...Les objets à lancer sont laissés au choix des E, voire des élèves.

En cycle 2 : il s'agira d'aborder simplement le déplacement avant le lancer pour les élèves qui en ont la capacité.

En cycle 3 : la prise d'élan avant le lancer pour améliorer sa performance fera l'objet d'un réel apprentissage.

Choix de la zone à atteindre en fonction du but, des objets (vortex, javelot mousse, balle, ballon, palet, frisbee etc) et des élèves

SEANCE 1 : SITUATION DE REFERENCE

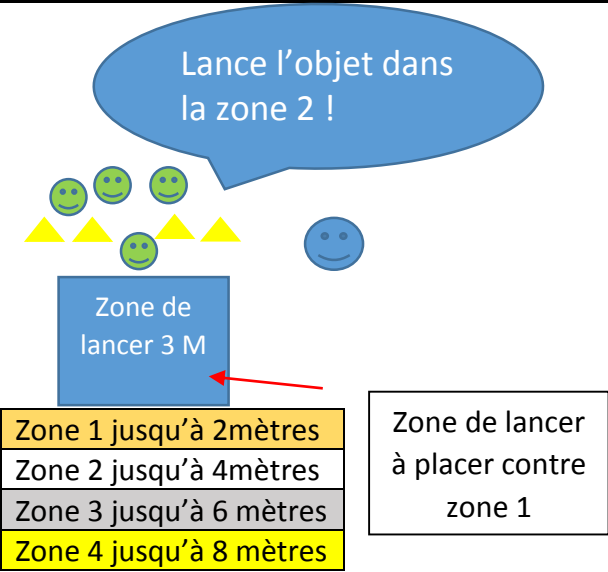
OBJECTIFS	CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
Adapter son geste en fonction d'un objet à lancer et d'une cible à atteindre	<u>Atelier loin :</u> - lancer 3 fois 3 objets différents le plus loin possible. -Geste de lancer libre (un, deux mains, faire rouler, trajectoires variées...). <u>Atelier précis :</u> - lancers 3 fois 3 OBJETS DIFFERENTS dans une zone précise annoncée (élève ou enseignant).	Avec ou sans élan, réaliser plusieurs lancers avec des objets différents vers des cibles identifiées (lancer précis). ... et de plus en plus éloignées (lancer loin).	Doubler le dispositif pour lancer loin et lancer précis 	<u>Atelier loin :</u> Stabiliser sa meilleure performance (2 fois sur 3 avec le même objet). <u>Atelier précis :</u> L'objet touche le sol dans la zone choisie 2 fois sur 3.

COMMENT FAIT-ON ? (CRITERES DE REALISATION VISES)

- Identifier la zone d'élan, de jet (s'il n'y a pas d'élan) et la cible
- Eventuellement, identifier le bras lanceur sans forcément le privilégier
- Aider l'élève à établir des relations entre effets recherchés et effets obtenus. Il compare : trajectoire/force/poids et forme de l'objet/...

SEANCE 2 : EXPLORER DIFFERENTS TYPES DE LANCER D'UN MEME OBJET POUR LANCER LOIN OU PRECIS

Les 10 dernières minutes sont consacrées à la situation de référence.

CONSIGNES	BUT de la Tâche	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
L'enseignant choisit un des trois objets pour la séance. L'objet est lancé trois fois minimum sur chaque type de lancer. Atelier précis : -lancer différemment l'objet dans une zone choisie par l'enseignant : à 2 mains en faisant rouler, par-dessous type « pétanque » par-dessus type « bras roulé » Atelier loin : lancer l'objet le plus loin possible: à 2 mains, en faisant rouler, par-dessous, par-dessus (idem). « le premier temps est consacré à l'expérimentation puis dans un deuxième temps l'enseignant fait verbaliser les élèves sur le type de lancer le plus efficace et à retenir pour cet objet »	Lancer dans la zone annoncée par l'enseignant. Lancer le plus loin possible.		L'enfant est capable de choisir le type de lancer en fonction de l'objet et du but à atteindre (vérification possible sur la situation de référence en fin de séance).

VARIABLES pour simplifier la tâche :

- taille des zones .

CRITERES DE REALISATION VISES

- Trouver le geste adapté à l'objet selon l'objectif du lancer (précis, loin).
- atteindre la cible.

VARIABLES pour aller plus loin :

- atelier précis : l'élève annonce la zone dans laquelle il lance.

SEANCES 3 : Même séance que la séance précédente mais avec un objet différent

SEANCES 4 : Même séance que la séance précédente mais avec un objet différent

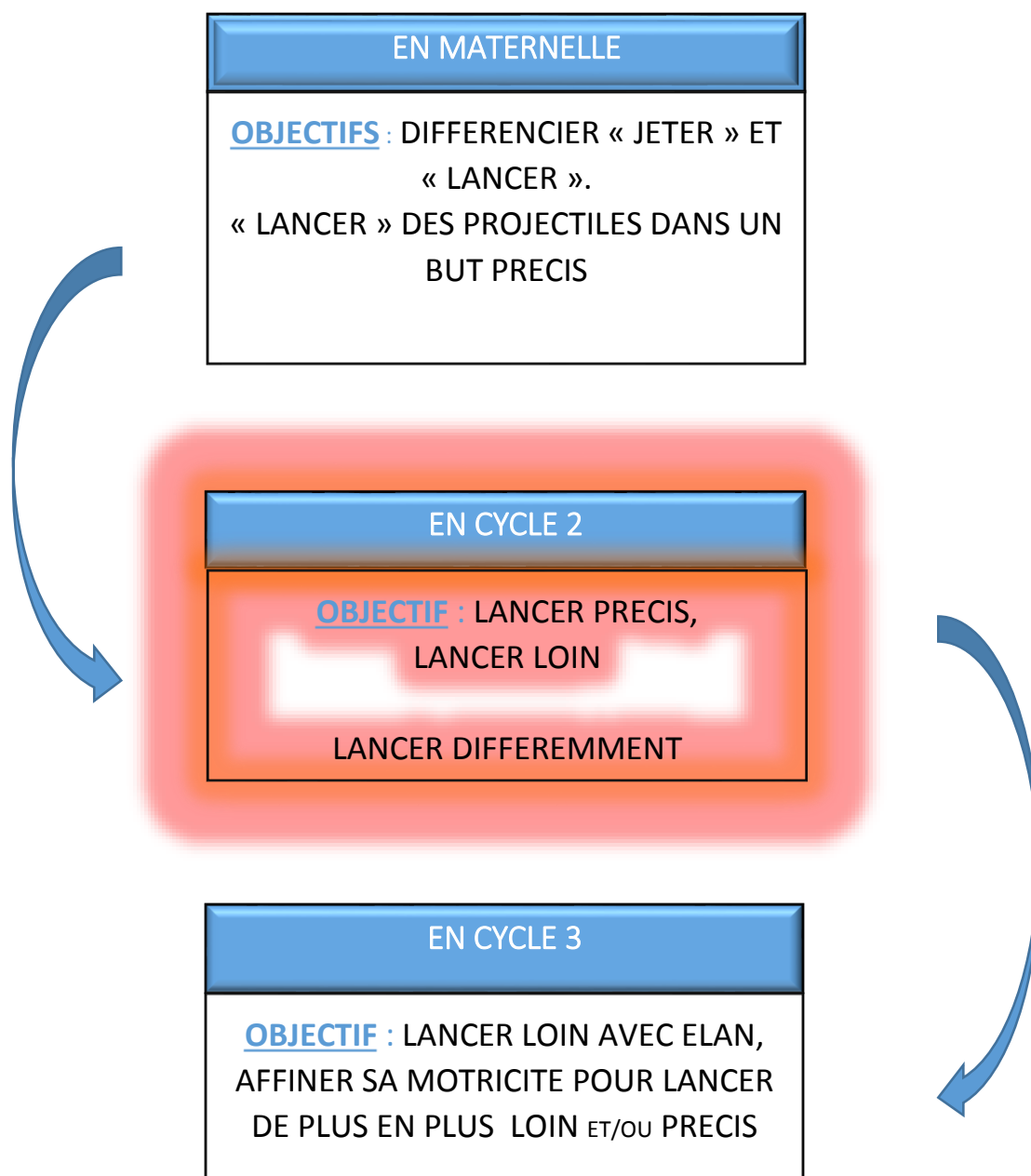
Objectifs et éléments de progressivité		Programmation
La pratique d'activités physiques et artistiques contribue au développement moteur, sensoriel, affectif, intellectuel et relationnel des enfants. Ces activités mobilisent, stimulent, enrichissent l'imaginaire et sont l'occasion d'éprouver des émotions, 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. Ces expériences corporelles visent à : - développer la coopération, à établir des rapports constructifs à l'autre, dans le respect des différences, et contribuer ainsi à la socialisation. - 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 - 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.		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. 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...). 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.
Ce qui est à construire sur l'ensemble du cycle	Agir, s'exprimer à travers l'activité physique	Les différents attendus en fonction des âges
Construire des modes d'actions sur et avec les objets, apprécier des trajectoires. 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. Élargir et affiner des modes de déplacements. Affiner, enchaîner des actions pour enjamber, franchir des obstacles variés, sauter à un ou deux pieds pour aller haut ou loin, enchaîner plusieurs sauts, lier une course et un saut puis se réceptionner. Percevoir des relations entre l'espace et le temps. 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. Considérer l'autre comme un partenaire. Ajuster ses actions et ses déplacements en fonction de la trajectoire de différents objets pour les attraper, les frapper, les guider, les conduire. S'inscrire dans un projet d'action.	Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets	TPS/PS 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. MS 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. Les attendus fin de GS Ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir ou de la trajectoire d'objets sur lesquels agir. Courir, sauter, lancer de différentes façons, dans des espaces et avec des matériels variés, dans un but précis.
Favoriser la réalisation d'actions motrices inhabituelles. Coordonner ses appuis de mains et/ou de pieds pour monter, escalader, descendre, contourner, passer sous des obstacles dans un milieu sécurisé, naturel ou aménagé. Construire des déplacements dans des espaces aménagés Réaliser, reproduire, inventer des actions inhabituelles, dans un espace aménagé, pour enchaîner des « acrobaties », montrer à d'autres ses trouvailles, ses propres « exploits ». Utiliser les engins sollicitant des modes d'équilibre et de propulsion différents. Mettre en jeu, assurer son équilibre pour se déplacer, se propulser, piloter des engins roulant, glissant ou présentant un caractère d'instabilité Construire des espaces orientés Se repérer dans un espace extérieur, de plus en plus large, connu ou inconnu, y prélever des indices, utiliser des moyens de guidage, pour retrouver des « trésors » cachés, réaliser des déplacements, projeter des itinéraires. Explorer avec plaisir le milieu aquatique	Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés	TPS/PS Découvrir différents aménagements et différents engins, se déplacer en mettant en œuvre une motricité inhabituelle, y prendre plaisir et découvrir ses propres possibles. MS Explorer des actions motrices variées de plus en plus maîtrisées dans des espaces ou avec des contraintes nécessitant des déséquilibres plus importants, affiner ses réponses. Les attendus fin de GS Ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir. Se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés.

Lorsque les conditions locales le permettent, s'immerger dans le milieu aquatique, en petite ou en grande profondeur, pour prendre plaisir à l'explorer, à se laisser flotter, à s'y déplacer, avec ou sans objet flottant.		
Explorer les actions motrices et les qualités de mouvements à partir d'inducteurs variés Construire l'espace de déplacement S'engager avec plaisir dans des mouvements simples ou globaux, répétitifs ou variés, pour investir un espace d'action, agir avec et sur des objets, traduire des états, des sensations, des émotions. Établir une relation à l'autre « danseur » Être à l'écoute de l'autre pour faire avec, communiquer, répondre aux sollicitations, faire des propositions dans un dialogue corporel. Explorer le paramètre du temps du mouvement Mémoriser une courte série de gestes, des directions, des intentions, des vitesses, pour construire et conserver une séquence d'actions et de déplacements, en relation avec d'autres partenaires, avec ou sans support musical. Variar l'énergie du mouvement Construire son regard de spectateur Alterner les postures d'acteur et de spectateur pour entrer en relation au travers de la portée émotionnelle du mouvement. Explorer les possibilités de l'espace corporel proche Coordonner ses gestes et ses déplacements avec ceux des autres, lors de rondes et jeux chantés, pour respecter une disposition spatiale simple, pour évoluer ensemble en relation avec un support musical, tenir un rôle particulier, pour montrer ou transmettre à d'autres une réalisation collective.	Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique	TPS/PS Découvrir à partir d'inducteurs variés (objets, espaces, musiques, consignes...) des actions motrices globales et explorer ses possibilités corporelles. Prendre plaisir à s'engager corporellement dans le mouvement dansé. MS Explorer différentes actions motrices, différents mouvements et déplacements. Percevoir ses possibilités corporelles dans l'espace et le temps. Les attendus fin de GS Construire et conserver une séquence d'actions et de déplacements, en relation avec d'autres partenaires, avec ou sans support musical. Coordonner ses gestes et ses déplacements avec ceux des autres, lors de rondes et jeux chantés
Construire la notion d'action collective, de rôles Construire la notion d'espace Prendre plaisir au jeu, s'engager dans l'action. Agir avec les autres, coopérer, exercer des rôles différents complémentaires, pour viser un but ou un effet commun. Construire la notion de règles Construire la notion de gain Élaborer des stratégies individuelles ou collectives pour s'opposer au projet d'un joueur ou d'un groupe tenant un rôle antagoniste afin de faire un meilleur score que lui. Construire des formes d'actions sur le corps de l'autre pour s'opposer à son intention, en prenant soin de son intégrité et de sa sécurité	Collaborer, coopérer, s'opposer	TPS/PS Accepter les premières règles communes pour atteindre un effet commun, en vivant des actions en parallèle, sans réelle coordination avec ses partenaires. MS Reconnaître son appartenance à un groupe, identifier les différents rôles pour instaurer les premières collaborations afin d'atteindre un but donné. Les attendus fin de GS Coopérer, exercer des rôles différents complémentaires, s'opposer, élaborer des stratégies pour viser un but ou un effet commun.
Ce qui est attendu des enfants en fin d'école maternelle	- Courir, sauter, lancer de différentes façons, dans des espaces et avec des matériels variés, dans un but précis. - Ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir ou de la trajectoire d'objets sur lesquels agir. - Se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés. - Construire et conserver une séquence d'actions et de déplacements, en relation avec d'autres partenaires, avec ou sans support musical. - Coordonner ses gestes et ses déplacements avec ceux des autres, lors de rondes et jeux chantés. - Coopérer, exercer des rôles différents complémentaires, s'opposer, élaborer des stratégies pour viser un but ou un effet commun.	

MODULE D'APPRENTISSAGE

« LANCER » EN CYCLE 2

LOGIQUE DE CE MODULE D'APPRENTISSAGE :



Organisation du cycle :

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 décrite dans le document « athlétisme cycle 2 ».

Il est recommandé de dédoubler chaque atelier afin d'augmenter le temps de pratique réelle des élèves et de pouvoir constituer deux groupes de besoins.

Lors du retour à la situation de référence, en fin de séance, l'enseignant reste particulièrement vigilant à l'objectif du jour.

SEANCE 1 :

SITUATION DE REFERENCE

« Réaliser 5 lancers pour marquer le plus de points possible »

SEANCE 2 :

Objectif : « IDENTIFIER LA ZONE CIBLE, ET LA ZONE DE LANCER OÙ JE PEUX COURIR »

« LANCER : LE PLUS LOIN POSSIBLE OU DANS LA CIBLE JAUNE »

Mise en place de la situation d'apprentissage.

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

SEANCE 3 :

« DECOUVRIR LES FORMES (TYPES ET TRAJECTOIRES) DE LANCERS. ADAPTER SON LANCER A L'OBJET (LOURD, LEGER, PETIT, GRAND). »

Mise en place de la situation d'apprentissage.

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

SEANCE 4 :

« CONSTRUIRE UNE TRAJECTOIRE EN DIRECTION ET EN HAUTEUR »

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

SEANCE 5 :

«UTILISER SES JAMBES POUR LANCER LE PLUS LOIN POSSIBLE EN BRAS CASSE OU / A DEUX MAINS. »

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

SEANCE 6 :

SITUATION DE REFERENCE

Séance d'évaluation des progrès.

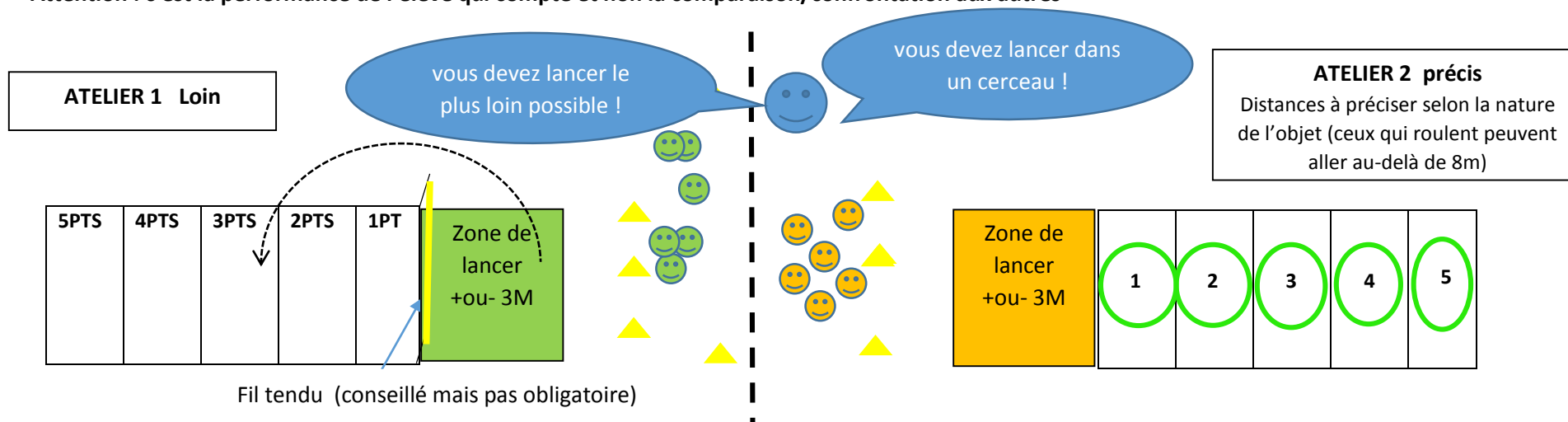
ORGANISATION MATERIELLE DU CYCLE

Voici une proposition d'organisation matérielle de l'activité, permettant de dédoubler les ateliers. Pour les effectifs importants, et si l'espace le permet, il est possible d'installer en parallèle deux autres ateliers... Cela augmentera le temps d'activité des élèves.

REGLES de SECURITE à définir

- Aller chercher le matériel une fois que tous les objets ont été lancés et au signal de l'enseignant
- Le lanceur est toujours seul devant
- selon l'espace, on peut faire lancer à plusieurs

Attention : c'est la performance de l'élève qui compte et non la comparaison/confrontation aux autres

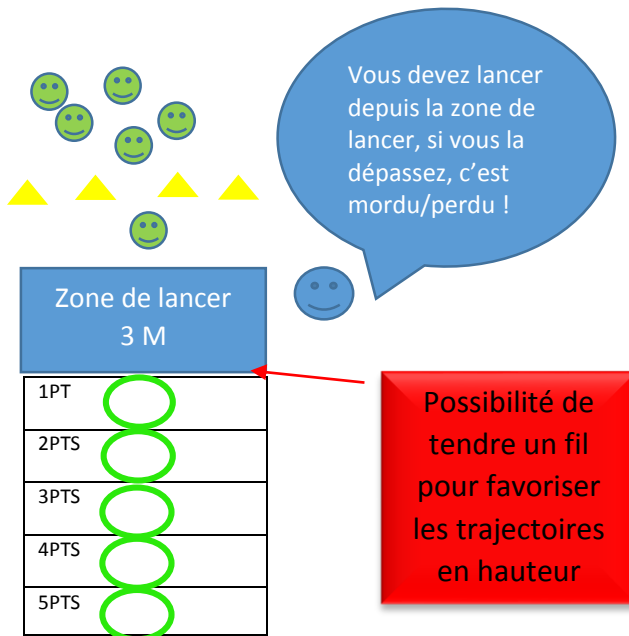


En cycle 2, il s'agira d'aborder simplement le déplacement avant le lancer pour les élèves qui en ont la capacité.

C'est en **cycle 3** que la prise d'élan avant le lancer pour améliorer sa performance fera l'objet d'un réel apprentissage.

Distance des zones de réception en fonction de l'objet (vortex, javelot mousse, balle, ballon, palet, frisbee etc) et des élèves

SEANCE 1 : SITUATION DE REFERENCE.

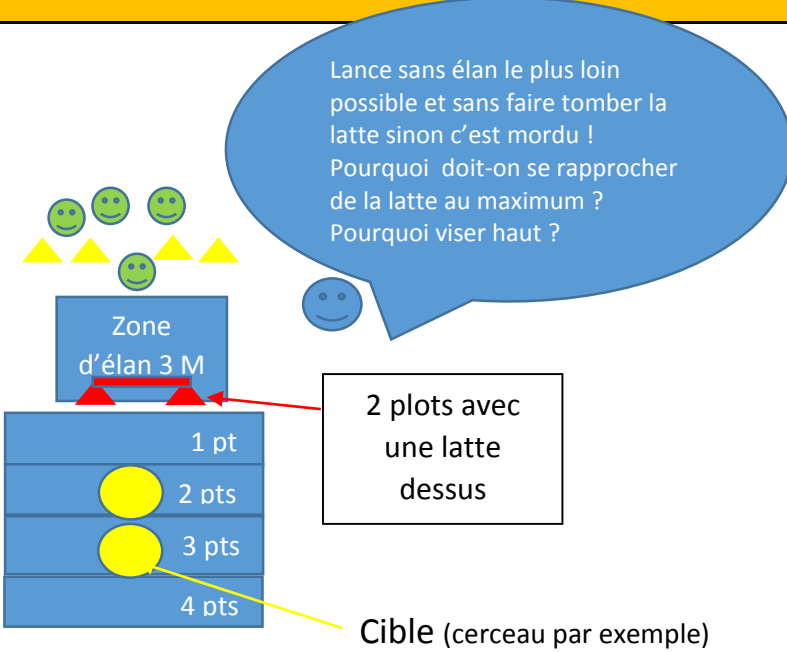
OBJECTIFS	CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
Adapter son geste à l'objet lancé Rechercher lors du jet une trajectoire optimale pour une performance répétée.	Je fais 3 lancers le plus loin possibles avec le même objet parmi 3 objets différents. Puis Je fais 3 lancers précis avec le même objet parmi 3 objets différents.	Réaliser 6 lancers pour marquer 20 points ou + (pts à moduler selon les ressources des élèves)		J'atteins les 20 points Si je fais plus, je marque du bonus

COMMENT FAIT-ON ? (CRITERES DE REALISATION VISES)

- Identifier la zone de lancer et la cible
- Identifier le bras lanceur sans forcément le privilégier.
- Accompagner le plus longtemps possible l'objet : l'accompagnement se définira dès le début de l'armé jusqu'au moment où l'on lâche l'objet pour terminer le geste bras tendu vers la cible
- Identifier un angle d'envol optimal

SEANCE 2 : IDENTIFIER LA ZONE CIBLE, UNE ZONE DE LANCER OU JE PEUX COURIR. LANCER LE PLUS LOIN POSSIBLE OU DANS LA CIBLE JAUNE.

Les 10 dernières minutes de la séance sont consacrées à la situation de référence

CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
Je lance sans puis avec élan le plus loin possible. Le plus proche possible de la latte sans la faire tomber sinon « j'ai mordu ». Dans un deuxième temps même dispositif mais en lançant précis dans des cibles au milieu des zones.	Faire la meilleure performance possible.	 Lance sans élan le plus loin possible et sans faire tomber la latte sinon c'est mordu ! Pourquoi doit-on se rapprocher de la latte au maximum ? Pourquoi viser haut ? 2 plots avec une latte dessus Cible (cerceau par exemple)	La latte reste sur les plots 4 fois sur 5 lancers. Je lance 4 fois sur 5 dans la cible ou la zone indiquée.

VARIABLES pour simplifier la tâche :

- Remplacer la latte par une zone (50 cm) au sol à ne pas dépasser pour les élèves qui ont la crainte de la latte
- Dans un premier temps focaliser que sur le but de la tâche et dans un deuxième y ajouter la latte.
- Focaliser que sur la latte sans soucier de la longueur du lancer, puis dans un deuxième temps ajouter le but de la tâche.

CRITERES DE REALISATION VISES

- Lancer avec pied en avant opposé au bras du lancer.
- finir son lancer au plus proche de la latte.
- atteindre la cible.

VARIABLES pour aller plus loin :

- Ajouter de l'élan avant de lancer.
- Réduire la taille des cibles à viser.
- Mise en place d'observateurs : Un juge qui compte les points et/ou un juge qui vérifie si le lanceur mord ou non, etc...
- Varier les objets lancés.

SEANCE 3 : DECOUVRIR LES FORMES DE LANCERS. TYPE D'OBJET : VORTEX/BALLE DE TENNIS, JAVELOT MOUSSE, BALLON.

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

CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
Atelier lancer précis : « Je lance au moins 5 fois les objets pour atteindre les cibles indiquées. Je gagne un bouchon à chaque réussite / je compte le nombre de points ». Atelier lancer loin : « Je lance au moins 5 fois les objets pour atteindre la zone la plus éloignée possible ». - Temps 1 : je lance à bras cassé. - Temps 2 : je lance à 2 mains de face. - Temps 3 : je lance par-dessous (« pétanque »). <i>Les élèves comparent et énoncent ce qui fonctionne le mieux selon l'objet.</i>	Lancer loin et lancer précis. Retenir quel est le geste le plus adapté par rapport à l'objet.		Trouver le geste adapté à l'objet selon l'objectif du lancer (précis, loin).

VARIABLES pour simplifier la tâche :

- Ne faire que « le lancer précis » ou que « le lancer loin ».
- N'utiliser que 2 formes de lancer (bras cassés et à deux mains de face)
- Réduire le nombre d'objets à lancer.

CRITERES DE REALISATION VISES

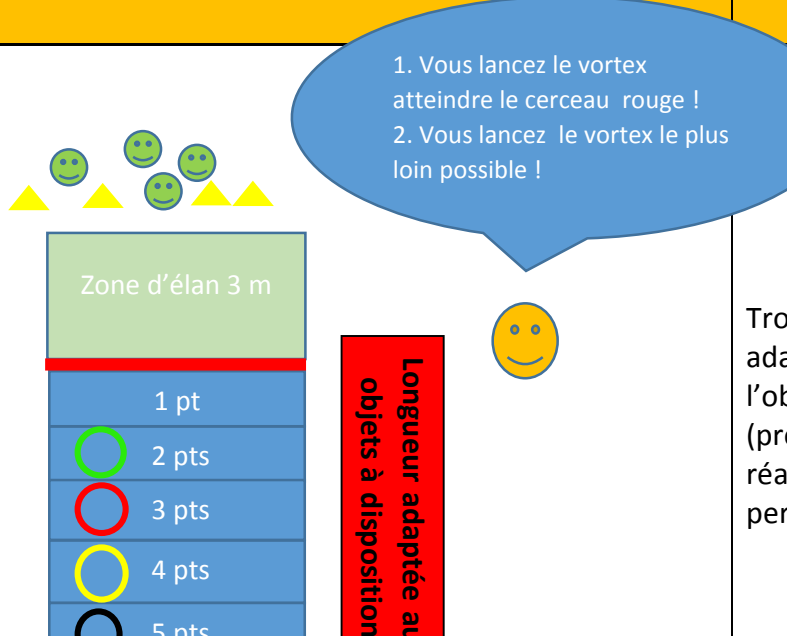
- Adapter son geste à l'engin (balle lestée, vortex, javelot...) : bras cassé (vortex, balle de tennis, javelot), à 2 mains objets volumineux ou lourds etc ...
- + Séance 2

VARIABLES pour aller plus loin :

- Ajouter de l'élan avant de lancer.
- Réduire la taille des cibles à viser.
- Mise en place d'observateurs : Un juge qui compte les points et/ou un juge qui vérifie si le lanceur mord ou non, etc ...
- Varier les objets lancés.

SEANCE 4 : STABILISER SON GESTE A L'OBJET (LOURD, LEGER, PETIT, GRAND) POUR LANCER AVEC PRECISION OU LOIN.

Type d'objet : vortex/balle de tennis, javelot mousse, ballon. Les 5 dernières minutes de la séance sont consacrées à la situation de référence

CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
- Les élèves lancent <u>tous</u> les objets au moins 5 fois sur chaque atelier (lancer précis et lancer loin) en utilisant le geste retenu lors de la séance précédente. - Phase 1 : lancer de vortex, ou balle de tennis, ou sac lesté. - Phase 2 : Javelot mousse. - Phase 3 : ballon.	Lancer le plus loin possible. Lancer précis. Retenir le geste et sa meilleure performance.		Trouver le geste adapté à l'objet selon l'objectif du lancer (précis, loin), pour réaliser la meilleure performance possible.

VARIABLES pour simplifier la tâche :

- Ne faire que « le lancer précis » ou que « le lancer loin ».
- N'utiliser que 2 formes de lancer (bras cassés et à deux mains de face).
- Réduire le nombre d'objets à lancer.

CRITERES DE REALISATION VISES

- Adapter son geste à l'engin (balle lestée, vortex, javelot, anneau...) : bras cassé (vortex, balle de tennis), à 2 mains objets volumineux ou lourds, etc ...
- + Séance 2 et 3

VARIABLES pour aller plus loin :

- Ajouter de l'élan avant de lancer.
- Réduire la taille des cibles à viser.
- Mise en place d'observateurs : Un juge qui compte les points et/ou un juge qui vérifie si le lanceur mord ou non, etc ...
- Varier les objets lancés.

SEANCE 5 : CONSTRUIRE UNE TRAJECTOIRE EN DIRECTION ET EN HAUTEUR. LANCER AVEC UNE TRAJECTOIRE ADAPTEE, LANCER DANS L'AXE.

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

CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE										
Lancer le plus loin possible : - au-dessus du fil (5 fois). - puis dans un deuxième temps lancer au-dessous du fil (5fois) : l'objet tombe dans l'axe central de la cible. Réaliser la meilleure performance possible On interroge les élèves sur la pertinence des trajectoires. « Les élèves doivent découvrir que le lancer le plus performant est celui au-dessus du fil mais pas trop haut pour ne pas perdre de la longueur ».	Lancer le plus loin possible.	<table data-bbox="949 636 1218 940"><tr><td>1pt</td><td>0</td></tr><tr><td>2pts</td><td>1</td></tr><tr><td>4pts</td><td>2</td></tr><tr><td>6</td><td>3</td></tr><tr><td>8</td><td>4</td></tr></table> « Le fil peut être remplacé par une rubalise, une barre, etc ... Il s'agit surtout de donner un repère à dépasser. Sinon l'enseignant donnera des consignes pour orienter les lancers en hauteur (viser le ciel, éviter une rivière etc ...) ».	1pt	0	2pts	1	4pts	2	6	3	8	4	Réaliser sa meilleure performance dans l'axe 4 fois sur 5, en lançant au-dessus du fil.
1pt	0												
2pts	1												
4pts	2												
6	3												
8	4												

Variables pour simplifier la tâche :

- Elargir la zone de réception centrale pour faciliter l'acquisition de points.
- Réduire le nombre d'objets à lancer.
- Ne pas tenir compte des « mordus » au départ.

CRITERES DE REALISATION VISES

Séance 2 + Séance 3 + Séance 4

- Accompagner l'objet le plus longtemps possible.
- Finir le geste bras tendus vers le fil.

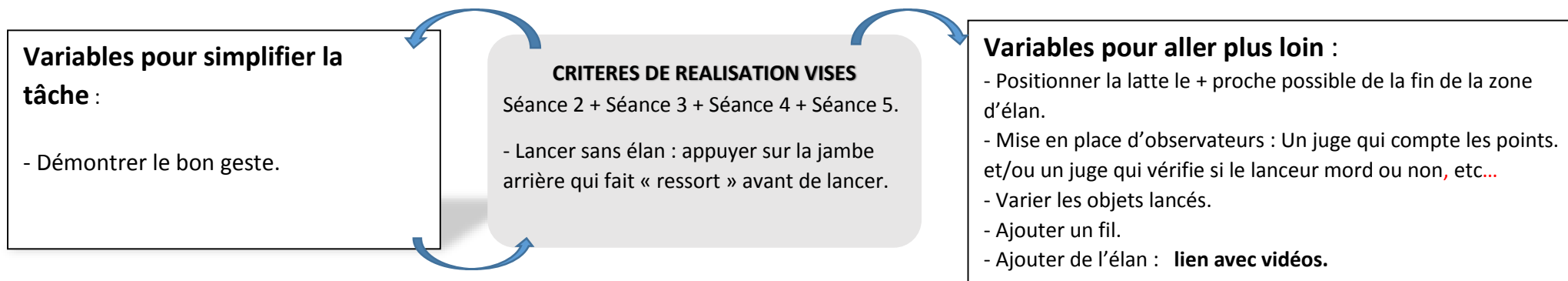
Variables pour aller plus loin :

- Ajouter de l'élan avant de lancer / réduire la zone centrale de réception.
- Mise en place d'observateurs : un juge qui compte les points et/ou un juge qui vérifie si le lanceur mord ou non, etc...
- Varier les objets lancés.

SEANCE 6 : UTILISER SES JAMBES POUR LANCER LE PLUS LOIN POSSIBLE EN BRAS CASSE / A DEUX MAINS.

Sur cette situation il peut être intéressant de proposer un atelier où les élèves sont obligés de lancer à pieds joints et, en opposition, un atelier avec la latte au sol. Ensuite on compare : on fait constater aux élèves que lancer avec les jambes est plus efficace.

CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
Je pose une latte au sol sur la zone d'élan. Lancer en bras cassé : si droitier le pied droit derrière la latte, l'autre devant. Jeu 1 : un pied de chaque côté de la latte, « je lance et mon pied arrière passe devant ». Jeu 2 : les deux pieds sont devant la latte, « avant de lancer je prends un appui rapide derrière la latte et je lance ». Jeu 3 Lancer à deux mains : je me place pieds joints derrière la latte, « je saute vers l'avant et je lance ».	Lancer le plus loin possible.	Jeu 1 Jeu 2 <i>« Faire sentir aux élèves que c'est plus efficace avec une poussée de la jambe arrière ».</i> Jeu 3	Améliorer sa performance en lançant lorsque les jambes participent.



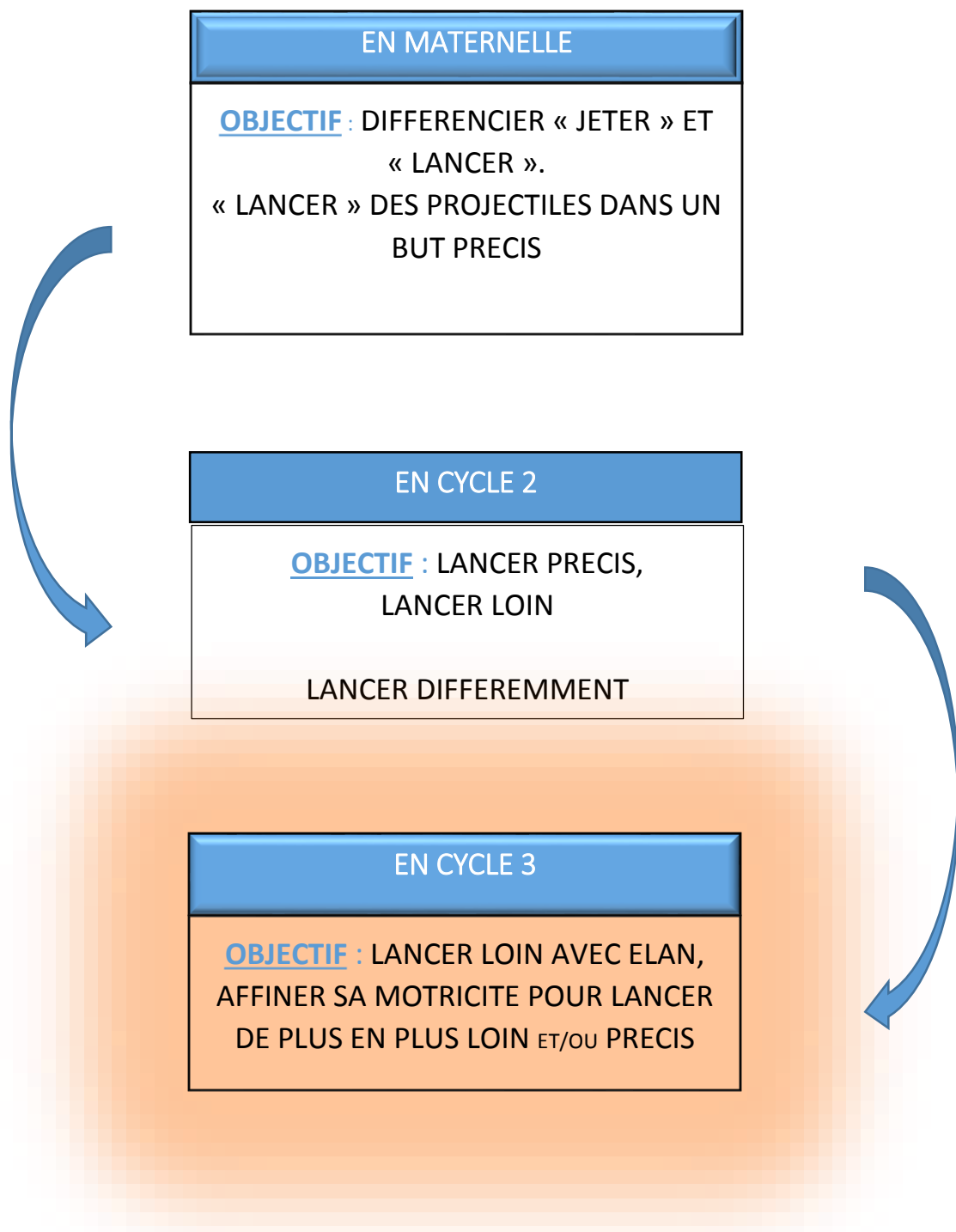
CYCLE 2 : cycle des apprentissages fondamentaux

CYCLE 2 : cycle des apprentissages fondamentaux			Programmation
L'EPS a pour finalité de former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre ensemble. - Amener les enfants et les adolescents à rechercher le bien-être et à se soucier de leur santé. - Assurer l'inclusion, dans la classe, des élèves à besoins éducatifs particuliers ou en situation de handicap. - Initier au plaisir de la pratique sportive.			Chaque cycle doit permettre aux élèves de rencontrer les 4 champs d'apprentissage permettant de construire des compétences motrices, méthodologiques et sociales. Un projet pédagogique définit un parcours de formation.
Socle commun	Compétences générales	Champ d'apprentissage	Attendus de fin de cycle
Domaine 1 Les langages pour penser et communiquer	Développer sa motricité et construire un langage du corps. - Prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps. - Adapter sa motricité à des environnements variés. - S'exprimer par son corps et accepter de se montrer à autrui.	Produire une performance maximale, mesurable à une échéance donnée	Activités athlétiques aménagées - Courir, sauter, lancer à des intensités et des durées variables dans des contextes adaptés. - Savoir différencier : courir vite et courir longtemps / lancer loin et lancer précis / sauter haut et sauter loin. - Accepter de viser une performance mesurée et de se confronter aux autres. - Remplir quelques rôles spécifiques.
Domaine 2 Les méthodes et outils pour apprendre	S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre - Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action. - Apprendre à planifier son action avant de la réaliser.	Adapter ses déplacements à des environnements variés	Natation, activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade, etc - Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion. - Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé. - Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent.
Domaine 3 La formation de la personne et du citoyen	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble - Assumer les rôles spécifiques aux différentes APSA (joueur, coach, arbitre, juge, médiateur, organisateur, ...). - Élaborer, respecter et faire respecter règles et règlements. - Accepter et prendre en considération toutes les différences interindividuelles au sein d'un groupe.	S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique	Danses collectives, danse de création, activités gymniques, arts du cirque - Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions apprise ou en présentant une action qu'il a inventée. - S'adapter au rythme, mémoriser des pas, des figures, des éléments et des enchaînements pour réaliser des actions individuelles et collectives.
Domaine 4 Les systèmes naturels et les systèmes techniques	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière - Découvrir les principes d'une bonne hygiène de vie, à des fins de santé et de bien-être - Ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques.	Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel	Jeux traditionnels simples (gagne-terrain, bérêt, balle au capitaine, etc.), jeux collectifs avec ou sans ballon (à effectifs réduits), jeux pré-sportifs, jeux de lutte, jeux de raquettes
Domaine 5 Les représentations du monde et l'activité humaine	S'approprier une culture physique sportive et artistique - Découvrir la variété des activités et des spectacles sportifs. - Exprimer des intentions et des émotions par son corps dans un projet artistique individuel ou collectif.		Dans des situations aménagées et très variées : - S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles du jeu - Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples - Connaître le but du jeu - Reconnaître ses partenaires et ses adversaires.

MODULE D'APPRENTISSAGE

« LANCER » EN CYCLE 3

LOGIQUE DE CE MODULE D'APPRENTISSAGE :



Organisation du cycle :

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 décrite dans le document « athlétisme cycle 3 ».

Il est recommandé de dédoubler chaque atelier afin d'augmenter le temps de pratique réelle des élèves et de pouvoir travailler deux types de lancers, à savoir le lancer à bras cassé et le lancer à deux mains.

Lors du retour à la situation de référence, en fin de séance, l'enseignant reste particulièrement vigilant à l'objectif du jour.

SEANCE 1 :

« SITUATION DE REFERENCE »

« Réaliser 3 lancers avec 2 objets différents (ou le même objet) avec élan, pour lancer le plus loin possible »

SEANCE 2 :

« IDENTIFIER LA ZONE D'ELAN, LA ZONE DE RECEPTION ». « LANCER LE PLUS LOIN POSSIBLE »

Mise en place de la situation d'apprentissage.

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

SEANCE 3 :

« DECOUVRIR LE LANCER A BRAS CASSE AVEC ELAN POUR UN OBJET DE TYPE BALLE, VORTEX, JAVELOT MOUSSE ET LE LANCER A 2 MAINS POUR LES OBJETS DE TYPE BALLONS DE BASKET, FOOT ETC. »

Mise en place de la situation d'apprentissage.

SEANCE 4 :

« ADAPTER ET FIXER SA MARQUE POUR LA PRISE D'ELAN »

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

SEANCE 5 :

« CONSTRUIRE UNE TRAJECTOIRE EN DIRECTION ET EN HAUTEUR »

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

SEANCE 6 :

« SITUATION DE REFERENCE »

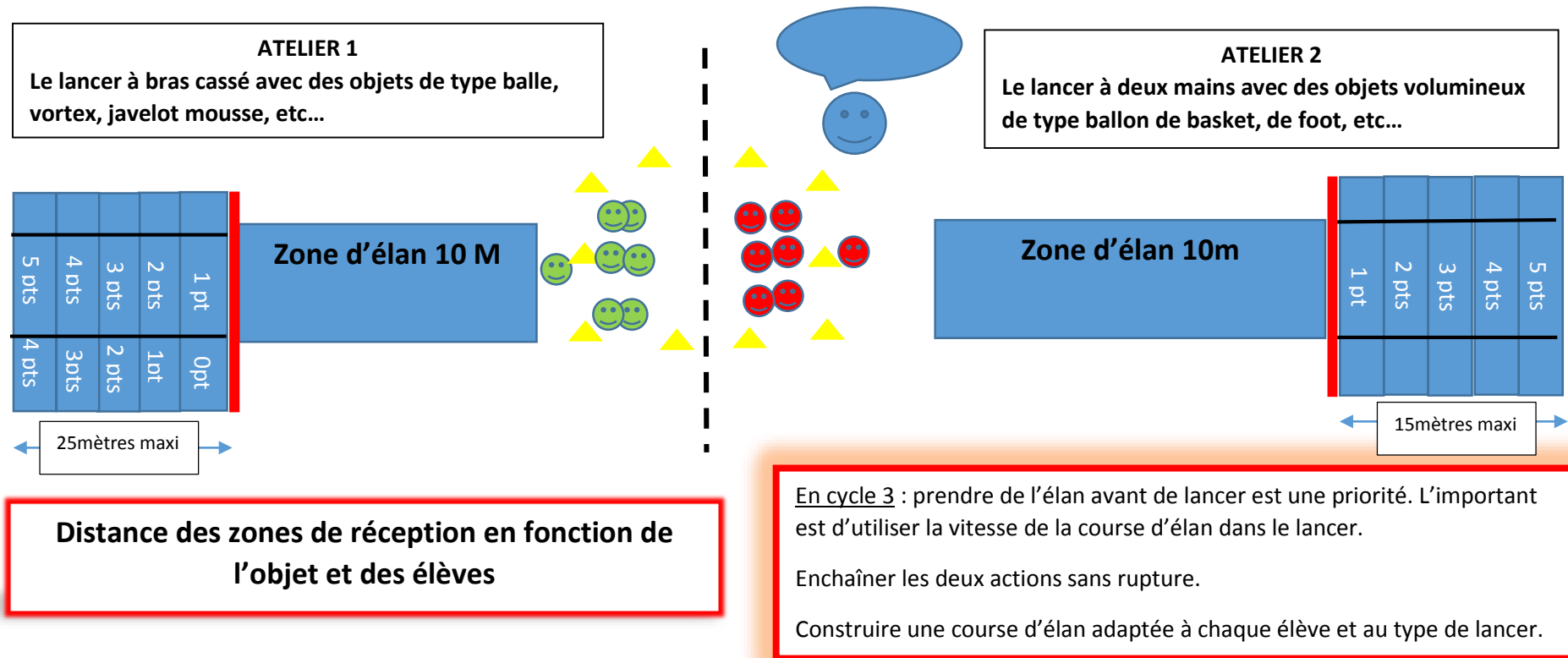
Séance d'évaluation des progrès.

ORGANISATION MATERIELLE DU CYCLE

Voici une proposition d'organisation matérielle de l'activité, permettant de dédoubler les ateliers. Pour les effectifs importants, et si l'espace le permet, il est possible d'installer en parallèle deux autres ateliers... Cela augmentera le temps d'activité des élèves.

REGLES de SECURITE à définir

- Aller chercher le matériel une fois que tous les objets ont été lancés et au signal de l'enseignant
- Le lanceur est toujours seul devant
- Il ne peut y avoir qu'un lanceur par atelier



SEANCE 1 : LA SITUATION DE REFERENCE

OBJECTIFS	CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
Adapter son geste à l'objet lancé et se servir de son élan pour lancer le plus loin possible.	Je fais 2 lancers sans élan et 3 lancers avec élan avec le même objet parmi 3 objets différents.	Réaliser 5 lancers pour atteindre 22 pts (par exemple). (nombre de points à moduler selon l'objet).	Doubler le dispositif	J'atteins les 22 points. Si je fais plus, je marque du bonus.

COMMENT FAIT-ON ? (CRITERES DE REALISATION VISES)

- Le lanceur prend un élan adapté aux contraintes réglementaires ou aux différents engins.
- La prise d'élan et le lancer s'effectuent en continuité et sans rupture de rythme.
- L'amplitude de lancer est importante, le bras lanceur est éloigné vers l'arrière.
- Les performances se stabilisent. La prise d'élan permet d'améliorer la performance par rapport à un lancer sans élan.

SEANCE 2 : « IDENTIFIER LA ZONE D'ÉLAN ET LA ZONE DE RECEPTION »

« LANCER LE PLUS LOIN POSSIBLE »

CONSIGNES	BUT de la Tâche	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS Atelier 1 : balles, vortex et Atelier 2 : gros ballons etc	CRITERES DE REUSSITE										
Je lance avec élan le plus loin possible. Le plus proche possible de la latte sans la faire tomber sinon « j'ai mordu et mon lancer est perdu ». (laisser l'élève essayer des distances et des vitesses d'élan différentes et affiner au fur et à mesure pour ne pas mordre).	Faire la meilleure performance possible.	Doubler le dispositif  Lance avec élan Le plus loin possible et sans faire tomber la latte sinon c'est mordu ! Pourquoi doit-on se rapprocher de la latte au maximum ? Pourquoi viser haut ? Vous partez d'où vous voulez . <table><tr><td>1pt</td><td>0</td></tr><tr><td>2 pts</td><td>1</td></tr><tr><td>3 pts</td><td>2</td></tr><tr><td>4 pts</td><td>3</td></tr><tr><td>5 pts</td><td>4</td></tr></table> 2 plots avec une latte dessus	1pt	0	2 pts	1	3 pts	2	4 pts	3	5 pts	4	La latte reste sur les plots 4 fois sur 5. J'atteins le plus grand nombre de points possible.
1pt	0												
2 pts	1												
3 pts	2												
4 pts	3												
5 pts	4												

VARIABLES pour simplifier la tâche :

Pour les élèves qui ont la crainte de la latte (piétinement):
remplacer la latte par une zone (50cm) au sol à ne pas dépasser.

Pour les élèves qui ne contrôlent pas leur course :

- 1 Ne faire que 2 pas chassés et lancer
- 2 Trotter + 2 pas chassés et lancer
- 3 Courir + 2 pas chassés et lancer

CRITERES DE REALISATION VISES

Finir son lancer au plus proche de la latte
Lancer avec le pied avant opposé au bras lanceur (lancer à bras cassé)
+séance 1

VARIABLES pour aller plus loin :

- Supprimer la latte
- Augmenter la vitesse d'élan et de lancer
- Mise en place d'observateurs : un juge qui compte les points et/ou un juge qui vérifie si le lanceur mord ou non, etc...

SEANCE 3 : « DECOUVRIR LE LANCER AVEC ELAN A BRAS CASSE POUR UN OBJET DE TYPE BALLE, VORTEX, JAVELOT MOUSSE ET LE LANCER A 2 MAINS POUR LES OBJETS DE TYPE BALLONS DE BASKET, FOOT ETC. »

CONSIGNES	BUT de la Tâche	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
Une latte est posée au sol à 1m de la fin de la zone d'élan. <u>Temps 1</u> : je lance en ayant les pieds de part et d'autre de la latte (atelier 1). Je suis derrière la latte et je lance en sautant par-dessus (atelier 2). <u>Temps 2</u> : je fais 2 pas chassés avant de lancer et de finir les pieds de part et d'autre de la latte (atelier 1) Je fais 2 pas avant la latte et un saut par-dessus pour lancer (atelier 2). <u>Temps 3</u> : je trotte + temps 2. <u>Temps 4</u> : je cours + temps 2.	Lancer le plus loin possible. Retenir sa meilleure performance.	Doubler le dispositif 1 latte posée au sol à 1 mètre de la fin de la zone	J'améliore et je stabilise ma performance entre le temps 1, le temps 2 et le temps 3.

VARIABLES pour simplifier la tâche :

Laisser plus de temps avant de passer au niveau suivant.

Autoriser momentanément de « mordre ».

CRITERES DE REALISATION VISES

Lancer bras cassé : appuyer sur la jambe arrière qui fait « ressort » avant de lancer

Poussée sur les 2 jambes avant de lancer à 2 mains, lancer quand je suis en l'air.

J'enchaîne les actions sans rupture

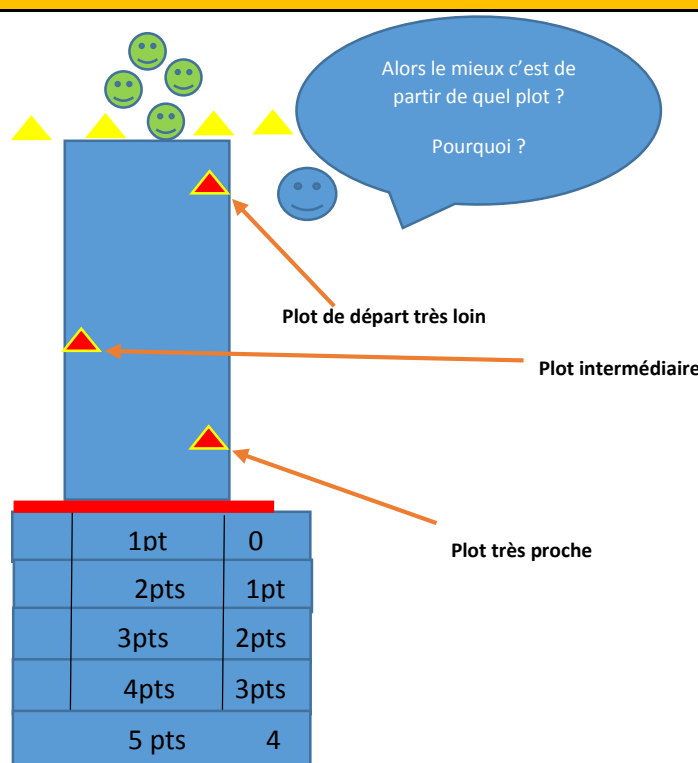
VARIABLES pour aller plus loin :

Même consigne sans les repères au sol pour le temps 3

-Augmenter la vitesse d'élan et de lancer

Mise en place d'observateurs : Un juge qui compte les points et/ou un juge qui vérifie si le lanceur mord ou non, etc...

SEANCE 4 : « ADAPTER ET FIXER SA MARQUE POUR LA PRISE D'ELAN »

CONSIGNES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE										
<u>Temps 1</u> : « dans la zone d’élan, vous devez partir de chaque plot. (très proche, intermédiaire et très loin) » <i>Les élèves doivent découvrir que la marque la plus adaptée est l’intermédiaire.</i> <u>Temps 2</u> : « vous précisez votre marque de départ » A partir du plot intermédiaire, on met une marque tous les 50 cm de part et d’autre. <i>L’élève peut se placer sur ou entre deux plots, à lui de trouver sa marque.</i> <u>Temps 3</u> : depuis sa marque, réaliser sa meilleure performance possible.	Lancer le plus loin possible. Réaliser la meilleure performance possible.	 <table data-bbox="1005 796 1294 1051"><tr><td>1pt</td><td>0</td></tr><tr><td>2pts</td><td>1pt</td></tr><tr><td>3pts</td><td>2pts</td></tr><tr><td>4pts</td><td>3pts</td></tr><tr><td>5 pts</td><td>4</td></tr></table>	1pt	0	2pts	1pt	3pts	2pts	4pts	3pts	5 pts	4	Déterminer sa marque en fonction de sa meilleure performance et la reproduire 4 fois sur 5.
1pt	0												
2pts	1pt												
3pts	2pts												
4pts	3pts												
5 pts	4												

VARIABLES pour simplifier la tâche :

Pour les élèves qui ont des difficultés à enchaîner les actions : course en pas chassés depuis la marque au sol

Pour les élèves qui mordent quelle que soit la marque : positionner une latte au sol avant la fin de la zone d'élan (cf séance 3)

CRITERES DE REALISATION VISES

Séance 2 + Séance 3 +

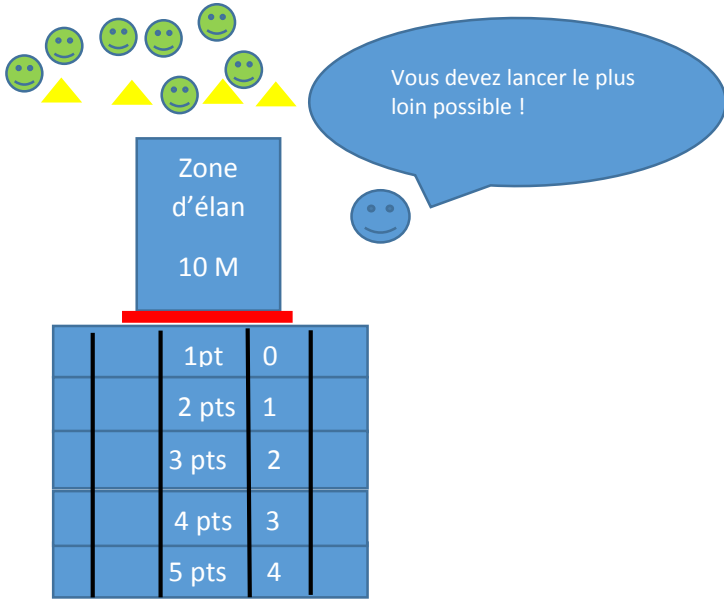
- Finir sa course d'élan sans piétiner
- Lancer proche de la fin de la zone d'élan
- enchaîner la course et le lancer

VARIABLES pour aller plus loin :

Mise en place d'observateurs : un juge qui compte les points et/ou un juge qui vérifie si le lanceur mord ou non, etc...

Tuteurs pour élaborer la bonne marque.

SEANCE 5 : « CONSTRUIRE UNE TRAJECTOIRE EN DIRECTION ET EN HAUTEUR »

CONSIGNES	BUT de la Tâche	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE																									
<u>Temps 1</u> : « vous lancez avec élan le plus haut possible puis au ras du sol ». <i>Les élèves doivent découvrir que la trajectoire la plus adaptée pour lancer loin est la trajectoire ascendante.</i> <u>Temps 2</u> : « vous lancez avec élan dans chacun des couloirs, quel est le lancer qui va le plus loin et pourquoi ? »	Lancer le plus loin possible. Lancer droit devant soi. Réaliser la meilleure performance possible.	Doubler le dispositif  <table><tr><td></td><td>1pt</td><td>0</td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td>2 pts</td><td>1</td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td>3 pts</td><td>2</td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td>4 pts</td><td>3</td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td>5 pts</td><td>4</td><td></td><td></td></tr></table>		1pt	0				2 pts	1				3 pts	2				4 pts	3				5 pts	4			L'élève réitère sa meilleure performance dans le couloir central 4 fois sur 5.
	1pt	0																										
	2 pts	1																										
	3 pts	2																										
	4 pts	3																										
	5 pts	4																										

VARIABLES pour simplifier la tâche :

Ne pas tenir compte de la zone à points pour se focaliser que sur la trajectoire.
 Elargir la zone de réception centrale pour faciliter l'acquisition de points.
 Ne pas tenir compte des « mordus » au départ
 Réduire l'élan.

CRITERES DE REALISATION VISES

Séance 2 + Séance 3 + séance 4

- Accompagner l'objet le plus longtemps possible
- Le bras libre vise le couloir central

Variables pour aller plus loin :

- réduire la zone centrale de réception

Mise en place d'observateurs : un juge qui compte les points et/ou un juge qui vérifie si le lanceur mord ou non, etc...

CYCLE 3 : cycle de consolidation

L'EPS a pour finalité de former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre ensemble.

- Amener les enfants et les adolescents à rechercher le bien-être et à se soucier de leur santé.
- Assurer l'inclusion, dans la classe, des élèves à besoins éducatifs particuliers ou en situation de handicap.
- Initier au plaisir de la pratique sportive.

Programmation

Chaque cycle doit permettre aux élèves de rencontrer les 4 champs d'apprentissage permettant de construire des compétences motrices, méthodologiques et sociales.

Un projet pédagogique définit un parcours de formation.

Socle commun

Compétences générales

Champ d'apprentissage

Attendus de fin de cycle

Domaine 1

Les langages pour penser et communiquer

Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps.

- Adapter sa motricité à des situations variées
- Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité
- Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente

Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

Activités athlétiques (courses, sauts, lancers) et natation

- Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.
- Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.
- Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques.
- Assumer les rôles de chronométreur et d'observateur.

Domaine 2

Les méthodes et outils pour apprendre

S'approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et outils

- Apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et de celle des autres
- Répéter un geste pour le stabiliser et le rendre plus efficace
- Utiliser des outils numériques pour observer, évaluer et modifier ses actions

Adapter ses déplacements à des environnements variés

Activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade, savoir nager etc

- Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel
- Connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement
- Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème
- Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément à l'arrêté du 9 juillet 2015

Domaine 3

La formation de la personne et du citoyen

Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités

- Assumer les rôles sociaux spécifiques aux différentes APSA et à la classe (joueur, coach, arbitre, juge, observateur, tuteur, médiateur, organisateur, ...)
- Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements
- Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées
- S'engager dans les activités sportives et artistiques collectives

S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique

Danses collectives, activités gymniques, arts du cirque, danse de création

- Réaliser en petits groupes 2 séquences : une à visée acrobatique destinée à être jugée, une autre à visée artistique destinée à être appréciée et à émouvoir.
- Savoir filmer une prestation pour la revoir et la faire évoluer
- Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres

Domaine 4

Les systèmes naturels et les systèmes techniques

Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière

- Évaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école
- Connaître et appliquer des principes d'une bonne hygiène de vie
- Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger

Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

Jeux traditionnels plus complexes (thèque, bérét, balle au capitaine, poules- vipères- renards, etc.), jeux collectifs avec ou sans ballon et jeux pré-sportifs collectifs (type handball, basket-ball, football, rugby, volley-ball,...), jeux de combats (de préhension), jeux de raquettes (badminton, tennis).

En situation aménagée ou à effectif réduit :

- S'organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque.
- Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu.
- Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.
- Assurer différents rôles sociaux (joueur, arbitre, observateur) inhérents à l'activité et à l'organisation de la classe.
- Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.

Domaine 5

Les représentations du monde et l'activité humaine

S'approprier une culture physique sportive et artistique

- Savoir situer des performances à l'échelle de la performance humaine
- Comprendre et respecter l'environnement des pratiques physiques et sportives

[illegible]