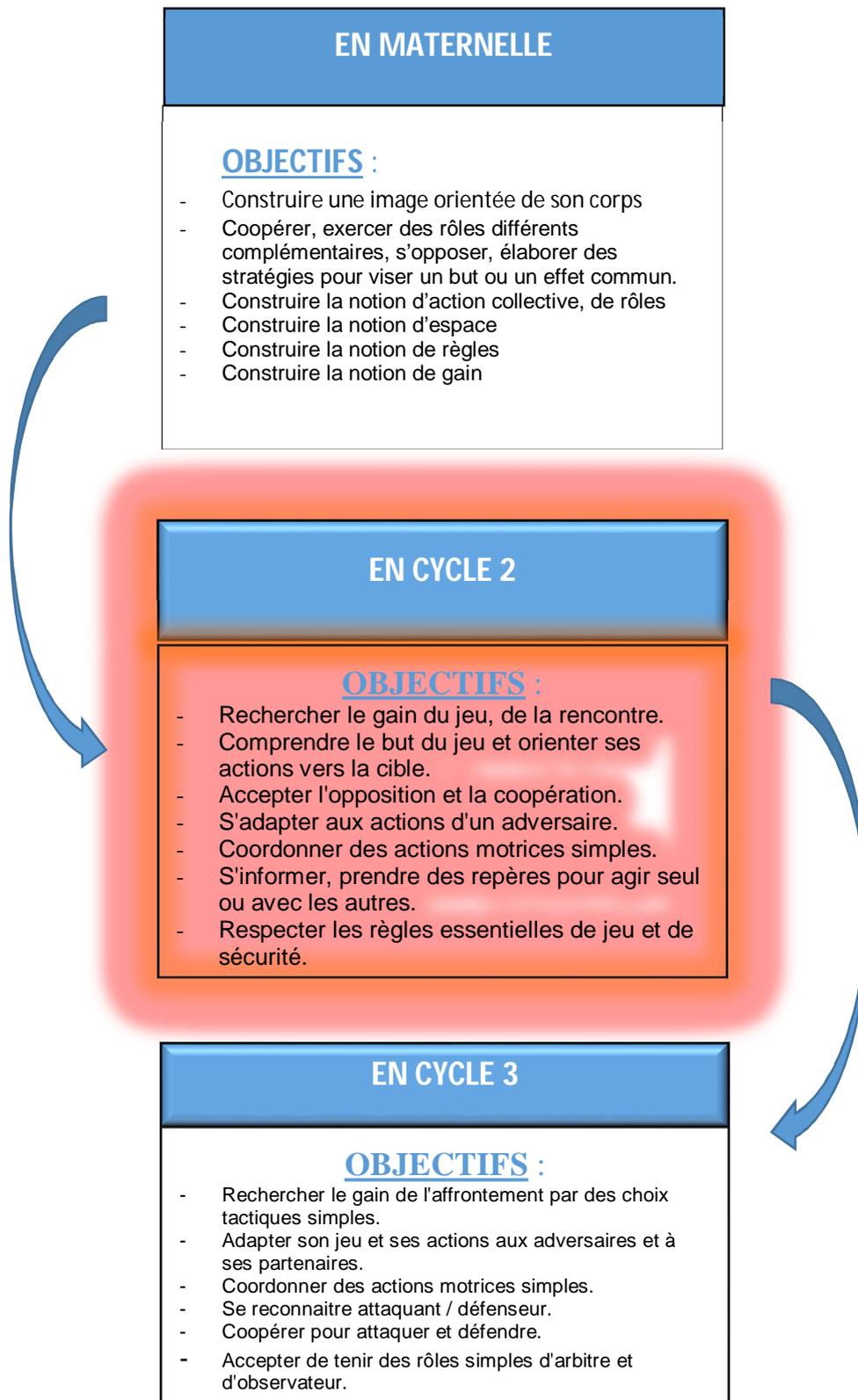


MODULE D'APPRENTISSAGE « jeux traditionnels » EN CYCLE 2

LOGIQUE DE CE MODULE D'APPRENTISSAGE :



Enjeux éducatifs

Construites souvent autour du concept de **défi** (contre soi-même ou contre les autres), les situations ont pour ambition de développer le goût de l'activité physique. La performance reste individuelle, même si le résultat peut-être collectif.

Rendre l'activité attrayante par une double approche : des jeux (aspect ludique) et une approche sensorielle (se sentir courir et voir l'autre courir, prendre des repères sur ses propres sensations, rendre « lisible » l'environnement). Préférer des séances plutôt courtes et nombreuses à quelques séances longues, fatigantes, peu efficaces et surtout ennuyeuses.

Le jeu a été de tous les temps, de toutes les géographies. Chaque groupe, chaque peuple a inventé des activités ludiques pour rythmer la vie, pour initier, pour intégrer, pour délimiter des zones d'influence... Ces jeux constituent un patrimoine commun, source d'échange et de découverte des uns et des autres. C'est pourquoi les règles peuvent varier et être réinventées ou enrichies.

Les jeux nécessitent peu de matériel, mais d'espaces. Ils doivent permettre à chaque enfant de jouer dans différents environnements (à l'école, à la maison...), seuls ou à plusieurs, sans l'adulte. Dans le cadre scolaire, un accompagnement du maître sera nécessaire pour les découvrir dans un premier temps. Par la suite, l'objectif sera que les enfants jouent en autonomie, à la récréation par exemple. Cela implique une réflexion des enseignants et des élèves pour l'utilisation des espaces de l'école pour réaliser ces jeux.

Organisation du cycle :

Six jeux sont à connaître et à travailler de façon systématique : sauter à la corde (seul et à plusieurs), l'élastique, le loup glacé, poules-renards-vipères, la marelle, l'épervier.

Sur une séance, partager la classe en deux et travailler par ateliers avec plusieurs jeux à la fois, puis faire tourner les groupes. Proposer simultanément un jeu collectif et un jeu plus réduit.

Ces jeux visent à pratiquer 4 types d'activités physiques, souvent avec une ou plusieurs dominantes :

L'endurance	Le renforcement musculaire	La souplesse	L'équilibre
le loup glacé poules-renards-vipères chat perché l'épervier Sauter à la corde	le loup glacé chat perché l'élastique 1-2-3 soleil la tomate la marelle Sauter à la corde	l'élastique la tomate la marelle	le loup glacé chat perché l'élastique 1-2-3 soleil la tomate la marelle dauphin/dauphine

+ jeux navarraïss

En accompagnant les enfants pour qu'ils apprennent à s'exprimer à propos de leurs sensations ou de leurs émotions, à échanger sur leurs pratiques et leurs ressentis, ils accéderont à une meilleure connaissance de soi. Les réglettes du plaisir et de l'effort sont un support à cette fin.

Matériel : plots, bouchons (plastiques, liège ; peu importe les tailles et couleurs), récipients (seaux, boîtes), chronomètre, sifflet, craies.

Rituels : Permettent de mettre les élèves en activité et de dédoubler des groupes.

Le flamand rose

(équilibre statique et gainage)

Poser un pied au sol, bien à plat.
Soulever l'autre jambe (la tenir avec ses bras si nécessaire)
et tenir 10 secondes en cherchant à rester bien droit.
Inverser. Recommencer en fermant les yeux.



Les pas de Sioux

(impulser + sentir les appuis)

Courir « en rebondissant » sur sa jambe d'appui (sur 10m) :
GG puis DD, puis GG... (sursauts alternatifs). Sentir l'action
du pied au sol.
Recommencer en posant d'abord le talon et en terminant par
la pointe. Idem les yeux fermés.



La croix

(équilibre + coordination et contrôle moteur)

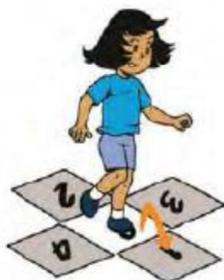
A partir d'une croix composée de 5 dalles de 30X30 cm
numérotées de 0 à 4, tracée au sol.

Réaliser un enchaînement de rebonds (puis 2 à la suite) en
respectant l'ordre suivant :

0 - 1 - 0 - 2 - 0 - 3 - 0 - 4 - 0

(À chaque fois, repasser par la dalle centrale)

Possibilité de complexifier en tapant des mains dans les
cases 1, 2, 3 et 4, ou bien en levant le bras à chaque
passage dans la case centrale (0).



La corde à sauter

(coordination et rythme)

Une corde/élève,

Sur place :

- Enchaîner des sauts pied droit, pied gauche
- Enchaîner des sauts pieds joints
- Enchaîner des sauts pied droit puis gauche

En déplacement :

- Enchaîner des sauts pied droit, pied gauche
- Enchaîner des sauts pieds joints
- Enchaîner des sauts pied droit, puis gauche

Une corde pour le groupe (double-dutch)

Traverser l'espace

Entrer dans l'espace et sauter

Idem à deux



JEU 1 : SAUTER A LA CORDE

Sauter, s'équilibrer, faire tourner la corde sans la toucher, seul ou à plusieurs.

JEU 2 : L'ELASTIQUE

Sauter, s'équilibrer, faire des rotations, seul ou à plusieurs.

JEU 3 : LE LOUP GLACE

Courir, toucher, esquiver, s'équilibrer, garder une posture.

JEU 4 : POULES-RENARDS-VIPERES

S'informer ; courir pour toucher, esquiver ou échapper.

JEU 5 : LA MARELLE

Réaliser un parcours en sautant à cloche pied, ou pieds écartés.

JEU 6 : L'EPERVIER

S'informer ; courir pour toucher, esquiver ou échapper, atteindre une cible.

JEU 7 : CHAT PERCHE

S'informer ; courir pour toucher, esquiver ou échapper, atteindre une cible.

JEU 8 : 1-2-3 SOLEIL

Réagir à un signal ; Se déplacer vers une cible ; S'immobiliser en équilibre.

JEU 9 : LA TOMATE

S'équilibrer, viser et tirer dans un ballon avec les mains, défendre son camp.

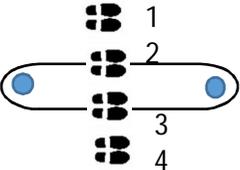
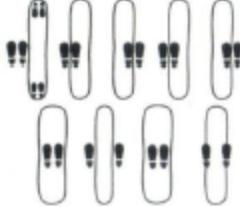
JEU 10 : DAUPHIN, DAUPHINE

Lancer, courir pour fuir, sauter.

JEU 1 : Sauter à la corde

OBJECTIF	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Coordonner des actions motrices simples : coordonner le saut en faisant tourner la corde en rythme.</p>	<p><i>-Vous devez faire tourner la corde autour de vous sans la toucher.</i></p>	<p>Enchaîner le plus de tours possible.</p>	<p>1. Une corde/élève</p> <p>a. Sur place :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enchaîner des sauts pied droit, pied gauche - Enchaîner des sauts pieds joints - Enchaîner des sauts pied droit puis pied gauche <p>b. En déplacement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enchaîner des sauts pied droit, pied gauche - Enchaîner des sauts pieds joints - Enchaîner des sauts pied droit puis pied gauche <p>2. Une corde pour 2 ou 3 élèves (double-dutch)</p> <p>a. Traverser l'espace (seul)</p> <p>b. Entrer dans l'espace et sauter (seul)</p> <p>c. Idem à deux ou trois</p> 	<p>Améliorer ou stabiliser sa performance individuelle ou collective sur 3 tentatives.</p>

JEU 2 : L'ELASTIQUE

OBJECTIF	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Coordonner des actions motrices simples : réaliser un enchaînement de sauts.</p> <p>Construire un équilibre</p>	<p>Deux personnes doivent se tenir à l'intérieur de l'élastique et le tendre sur leurs chevilles pendant qu'une troisième personne effectue une série de sauts.</p> <p>1. De côté par rapport à l'élastique (1), le sauteur effectue un premier saut pour avoir un pied entre les deux fils et un pied à l'extérieur (2). Il effectue un deuxième saut dans la même direction pour placer le pied entre les deux fils à l'extérieur (3). Puis il sort comme il veut (4).</p> <p>2. En chantant des comptines appropriées.</p> <p>Lorsqu'elle a terminé, la hauteur de l'élastique est portée aux genoux, puis aux cuisses.</p> <p>Mais si elle se trompe, elle laisse sa place à une des personnes qui tient l'élastique et qui démarre le même cycle. Quand c'est à nouveau son tour, elle peut reprendre là où elle s'était trompée.</p>	<p>Enchaîner le plus possible de sauts en respectant les consignes.</p>	<p>1. Première consigne</p>  <p>2. En chantant une comptine :</p> <p>Une comptine à suivre en sautant sur l'élastique, basée sur : Chapeau melon et bottes de cuirs.</p> <ul style="list-style-type: none"> - CHA : un pied dans l'élastique et l'autre en dehors. - PEAU : sauter de l'autre côté de l'élastique. - ME : pareil. - LON : pareil. - ET : sauter et atterrir les deux pieds dans l'élastique. - BOTTES : sauter et atterrir les deux pieds en dehors de l'élastique. - DE : sauter et atterrir les deux pieds dans l'élastique. - CUIR : sauter et atterrir les deux pieds sur l'élastique (un de chaque côté). 	<p>J'ai réussi si j'ai fait au moins une série.</p> <p>Puis j'ai réussi si j'ai enchaîné deux séries sur 3.</p>

Variables :

1. Les enfants choisissent une figure qu'ils répètent autant de fois qu'ils veulent.
2. Le triangle : 3 enfants tiennent l'élastique ; 3 autres sautent en même temps.
3. Espacement des deux fils : pour complexifier en les tenant pieds joints, ou en simplifiant jambes écartées.

JEU 3 : LE LOUP GLACE

OBJECTIF	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Courir pour se sauver et/ou attraper.</p>	<p>Le loup est tout seul et doit courir pour toucher les autres joueurs. Quand un joueur est touché par le loup, il est glacé et ne peut plus bouger. Il fait la statue, immobile.</p> <p>Fin du jeu : La partie se termine quand le loup a gelé tous les joueurs.</p> <p>Variantes :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Un joueur doit attendre qu'un autre joueur de son équipe le « dégèle » en lui tapant dans la main. 2. Un joueur glacé s'immobilise jambes et bras écartés. Il pourra être délivré par un lutin s'il lui passe entre les jambes. 3. Plusieurs loups. 	<p>Le loup doit toucher tous les joueurs le plus rapidement possible : « Je cours pour toucher/ glacer ».</p> <p>Les joueurs doivent éviter de se faire toucher : « je cours pour échapper/ délivrer ».</p>	<p>Un grand terrain délimité (30 x 15)</p>	<p>J'ai réussi, si je suis le loup et que j'ai glacé tous les joueurs.</p> <p>J'ai réussi si je suis un lutin et que je ne suis pas glacé.</p>

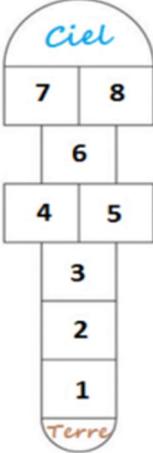
Variables : Limiter le temps le temps (3 à 6 minutes) ; augmenter ou diminuer le terrain, dédoubler le jeu avec moins de joueurs.

JEU 4 : POULES-RENARDS-VIPERES

OBJECTIFS	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Découvrir un jeu de poursuite : Courir pour toucher, esquiver ou échapper.</p> <p>Prendre des informations.</p> <p>Se repérer dans l'espace.</p> <p>Jouer un rôle.</p>	<p>3 équipes égales de 5 à 10 joueurs. Chacune possède un camp (refuge / prison pour leurs proies).</p> <p>Chaque équipe doit éliminer une autre équipe en touchant de la main :</p> <p>Les renards mangent les poules. Les poules picorent les vipères. Les vipères piquent les renards.</p> <p>Les membres de chaque équipe peuvent se réfugier dans leur propre camp.</p> <p>Un joueur qui a pris un adversaire doit l'accompagner dans la prison de son camp et ne peut être touché durant le trajet.</p> <p>Une fois le jeu compris : un joueur peut délivrer un partenaire en lui tapant dans la main. Les délivrés doivent passer par leur camp pour pouvoir rejouer.</p> <p><u>Variante</u> : Les prisonniers peuvent faire une chaîne (en gardant un pied dans la prison) à partir de leur prison pour être tous délivrés lorsqu'un partenaire vient toucher le bout de la file. Le délivreur peut être touché à son tour, alors que les délivrés doivent passer par leur camp pour pouvoir rejouer.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Faire prisonnier des adversaires en les touchant, sans se faire toucher (capturer) soi-même. - Garder ses prisonniers sans se faire toucher. - Délivrer ses partenaires sans se faire toucher. 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 terrain délimité avec 3 camps de 4 m de diamètre (chaque camp dispose d'une zone prison délimitée). - Des dossards de 3 couleurs différentes pour distinguer les 3 équipes. <div style="text-align: center;"> </div>	<p>J'ai réussi si je fais des prisonniers sans me faire toucher.</p> <p>J'ai réussi si je délivre des partenaires sans me faire toucher.</p>

Variables : constitution des groupes ; espace, possibilité de délivrer ou pas, temps limité dans le refuge (compter jusqu'à 5 pour faire sortir tous les réfugiés).

JEU 5 : LA MARELLE

OBJECTIFS	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Réaliser un parcours en sautant à cloche pied ou pieds écartés.</p> <p>Construire un équilibre.</p>	<p>Pour commencer, chaque joueur se place sur la case « terre ». Saut sur 1 pied lorsqu'il n'y a qu'une case, sur 2 pieds lorsqu'il y a des cases voisines. Le joueur ne doit toucher aucun trait, ni poser les deux pieds par terre (sauf dans les cases doubles), sinon il passe son tour et reprendra, à son tour, à l'endroit de l'arrêt.</p> <p>Arrivé au ciel, il peut poser les 2 pieds avant d'engager le retour.</p> <p>Le gagnant est celui qui a accompli tout le parcours avant les autres. Les enfants effectuent un aller-retour.</p> <p><u>Variante</u> : avec un caillou (il ne doit pas toucher les traits). Si le lancer est raté, le joueur passe son tour.</p> <p>Le premier joueur doit lancer le caillou dans la case 1. Si le lancer est réussi il peut alors débiter le parcours. Pour ce faire, il doit sauter à cloche pied par-dessus la case 1 pour atterrir dans la case 2. Ensuite, il faut passer à cloche pied dans les cases 2 et 3. Quand le joueur arrive aux cases doubles, il doit poser un pied dans chaque case et ce en même temps (pied gauche en case 4 et pied droit en case 5). Pour le 6, il repart à cloche pied et pour les cases 7 et 8 il répète la même opération que pour les 4 et 5 (c'est-à-dire pied gauche en case 7 et pied droit en case 8).</p> <p>Une fois sur les cases 7 et 8 le parcours « aller » est terminé, le joueur doit sauter et faire volte-face pour entamer le retour. Le retour se fait selon le même procédé jusqu'à la case 2. Arrivé ici, le joueur doit se pencher sur une jambe et ramasser son caillou situé sur la case 1. Il saute alors par-dessus la case 1 et reviens donc à sa position de départ (case « terre »).</p> <p>Si le joueur réussit le parcours sans faute, il recommence le procédé en jetant cette fois son caillou sur la case 2. Il devra donc commencer à cloche pied sur la case 1 et sauter par-dessus la case 2. Au retour il ramassera donc son caillou de la case 3.</p> <p>Ainsi de suite jusqu'à ce qu'un des joueurs atteigne la case 8 avec son caillou. Pour gagner, le joueur doit lancer son caillou sur la case « ciel » et refaire une dernière fois le parcours aller/retour.</p>	<p>Atteindre en premier la case « ciel » en ayant effectué le parcours complet.</p>	<p>Il faut tout d'abord tracer à la craie le dessin qui servira de plateau de jeu.</p> <p>Matériel</p> <ul style="list-style-type: none"> - Une craie pour tracer le dessin - Un caillou par joueur. <p>5 à 6 enfants maximum par marelle</p> 	<p>J'ai réussi si je fais le parcours complet.</p> <p>J'ai réussi si je fais le parcours complet 5 fois sur 8.</p>

Variables : Augmenter ou diminuer la taille des cases (entre 30 et 60 cm) ; terrain (naturel, plat, cour...) ; en ajoutant des ronds entre des cases où l'on saute pieds joins.

JEU 6 : L'EPERVIER

OBJECTIFS	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Courir pour toucher, esquiver ou échapper, atteindre une cible.</p> <p>Prendre des informations.</p> <p>Se repérer dans l'espace.</p> <p>Jouer un rôle.</p>	<p>Désigner un épervier parmi les enfants qui se place entre les 2 refuges (nids), les autres joueurs seront les hirondelles et doivent tous se placer derrière une même ligne.</p> <p>Les hirondelles demandent « <i>épervier, es-tu prêt?</i> » et lorsque l'épervier répond « <i>oui</i> » ils doivent tous courir en direction de l'autre nid. Une fois qu'un enfant a quitté le nid, il ne peut pas faire demi-tour et doit aller obligatoirement dans l'autre nid. L'épervier doit alors attraper le plus d'hirondelles possibles, qui deviendront à leur tour des éperviers et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'une seule hirondelle qui deviendra épervier à son tour pour la prochaine partie...</p>	<p>Etre le dernier joueur libre ou le dernier joueur touché sur le terrain.</p> <p>Pour l'épervier : toucher les hirondelles.</p> <p>Pour les hirondelles : courir pour aller d'un refuge à l'autre en traversant la prairie sans être touchées.</p>	<p><u>Terrain</u> : 30m x 15m pour une classe (20 à 30 élèves).</p> <p><u>Matériel</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - plots ou tracé pour matérialiser le terrain avec les deux refuges et la prairie. - Chasubles de deux couleurs. <p><u>Organisation de la classe</u> : 1 épervier, 3 ou 4 arbitres.</p>  <p>L'enseignant peut donner un signal pour les traversées.</p>	<p><u>Epervier</u> : J'ai réussi si</p> <ul style="list-style-type: none"> - j'attrape/touche des hirondelles. - j'attrape/touche toutes les hirondelles. <p><u>Hirondelles</u> : J'ai réussi si</p> <ul style="list-style-type: none"> - j'arrive à traverser sans me faire attraper/toucher - j'arrive à traverser sans me faire attraper/toucher au moins deux fois sur 3 passages.

JEU 7 : CHAT PERCHE

OBJECTIFS	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Courir pour toucher, esquiver ou échapper, atteindre une cible.</p> <p>Prendre des informations.</p> <p>Se repérer dans l'espace.</p> <p>Jouer un rôle.</p>	<p>On désigne un chat, tous les autres enfants sont les souris.</p> <p>Au signal, le chat doit attraper les souris dans la cour. Les souris peuvent se percher sur les bancs, les murets, les bouches d'égouts ou bien on crée des refuges avec des cerceaux. Elles deviennent alors invulnérables.</p> <p>1. Le chat doit toucher une souris. Il devient alors une souris et la souris le chat (changement de rôle).</p> <p>2. On change de chat quand toutes les souris sont mangées ou après un temps donné.</p>	<p>Les souris doivent se déplacer sans se faire attraper.</p> <p>1. Le chat doit attraper une souris.</p> <p>2. Le chat doit attraper toutes les souris.</p>	<p><u>Terrain</u> : 30m x 15m pour une classe (20 à 30 élèves).</p> <p><u>Matériel</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - plots ou tracé pour matérialiser le terrain avec éventuellement des refuges (cerceaux, ronds tracés au sol). - Chasubles de deux couleurs. <p><u>Organisation de la classe</u> : 1 chat, 3 ou 4 arbitres.</p> <p>L'enseignant peut donner un signal pour les déplacements ou compter jusqu'à 5 pour obliger à quitter les refuges.</p>	<p><u>Chat</u> : j'ai réussi si</p> <ul style="list-style-type: none"> - J'attrape une souris. - J'attrape toutes les souris. <p><u>Souris</u> : J'ai réussi si</p> <ul style="list-style-type: none"> - j'arrive à me déplacer sans me faire attraper/toucher - j'arrive à me déplacer sans me faire attraper/toucher au moins deux fois sur 3 passages.

JEU 8 : 1 - 2 - 3 SOLEIL

OBJECTIFS	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Se déplacer vers une cible.</p> <p>Prendre des informations.</p> <p>Réagir à un signal.</p> <p>S'immobiliser en équilibre.</p>	<p>On choisit un meneur de jeu, qui se place face à un mur.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les autres enfants se placent à quelques mètres derrière lui, derrière une ligne, dans un espace bien dégagé et sans obstacles. • Le meneur de jeu, face au mur, dit à voix haute : « 1, 2, 3, soleil ! » Il se retourne dès qu'il prononce le mot « soleil ». • Pendant que le meneur est tourné face au mur, les autres enfants essaient d'avancer le plus possible pour se rapprocher du mur, mais ils doivent s'immobiliser au mot « soleil ». • Le meneur de jeu désigne les enfants qu'il voit bouger lorsqu'il se retourne. Ceux-ci doivent revenir sur la ligne de départ. • Quand un enfant réussit à toucher le mur, il devient à son tour meneur et tous les autres repartent derrière la ligne pour recommencer une partie. 	<p>Etre le premier à toucher le mur et devenir à son tour le meneur de jeu.</p>	<p>Un groupe d'enfants placés côte à côte sur une ligne.</p> <p>Un meneur de jeu situé 6 à 10 mètres du groupe, devant un mur et tournant le dos au groupe.</p> <p>Variantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Imposer le type d'arrêt (ex : sur un pied, de dos, les bras en l'air, à genoux,...) - Imposer un nombre d'appui (ex : 2 pieds/1 main ; 1 pied/2 mains ; 1 pied/1 main ...) - Faire le jeu les yeux fermés (sauf pour le meneur) 	

Variables : distance par rapport au mur.

JEU 9 : LA TOMATE

OBJECTIFS	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>S'équilibrer.</p> <p>Viser et tirer dans un ballon avec les mains pour lui donner une direction.</p> <p>Défendre son camp.</p>	<p>Tous les participants se mettent en cercle, jambes écartées, de façon à ce que les pieds de chacun touchent les pieds du voisin. Une fois que les joueurs sont placés, le ballon est mis en jeu à l'intérieur du cercle formé par les joueurs.</p> <p>Les joueurs doivent faire passer le ballon entre les jambes des autres joueurs pour les éliminer. Pour ce faire, ils doivent frapper dans le ballon avec leurs mains jointes. Le but étant de se protéger mais également d'éliminer les autres joueurs.</p> <p>Lorsque le ballon passe entre les jambes d'un joueur il est éliminé. Les autres joueurs se rapprochent alors pour reformer un cercle et la partie continue.</p> <p>Variante : Si le ballon passe entre les jambes d'un joueur pour la :</p> <ul style="list-style-type: none"> - première fois → obligation de jouer avec une seule main. - deuxième fois → obligation de se retourner et jouer dos au cercle. - troisième fois → obligation de jouer de dos ET à une main. - quatrième fois → le joueur est éliminé et sort du cercle qui se resserre. 	<p>Il s'agit d'empêcher le ballon de passer entre ses jambes.</p> <p>En gardant les mains jointes, il faut le frapper pour qu'il passe entre les jambes d'un autre joueur.</p>	<p><u>Matériel</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un ballon, - un terrain plat (si possible) ; il vaut mieux être très vigilant si le terrain est en macadam (blessures possibles). <p>On peut faire des groupes réduits en prévoyant plusieurs rondes et ballons (4 à 5 joueurs au minimum).</p>	<p>J'ai réussi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si j'empêche le ballon de passer entre mes jambes. - Si je parviens à faire passer le ballon entre les jambes d'au moins un adversaire. - Si je suis le dernier joueur.

JEU 10 : DAUPHIN - DAUPHINE

OBJECTIFS	CONSIGNES/REGLES	BUT	AMENAGEMENTS MATERIELS ET HUMAINS	CRITERES DE REUSSITE
<p>Lancer, courir pour fuir, sauter.</p>	<p>On désigne un premier joueur pour lancer le ballon. Les autres joueurs sont autour de lui, en rond.</p> <p>1/Le premier joueur qui a le ballon le lance en l'air (verticalement) en criant le prénom d'un autre joueur puis s'échappe. Les autres joueurs non appelés doivent aussi s'éloigner le plus loin possible.</p> <p>2/Le joueur dont le prénom a été crié doit rattraper le plus vite possible le ballon.</p> <p>3/Dès qu'il l'a, il crie STOP pour que les autres arrêtent de s'échapper.</p> <p>4/Il a droit de faire trois grands pas ou trois grands sauts vers le joueur le plus proche et tenter de le toucher en lui lançant le ballon dessus.</p> <p>5/Si le joueur visé est touché, il devient le lanceur et on revient à l'étape 1/. S'il évite le ballon il se sauve et le lanceur doit recommencer.</p>	<p>Toucher un autre joueur pour ne plus être le lanceur.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Un ballon. - 4 à 5 joueurs minimum. - Un terrain délimité et dégagé. <p><u>Variantes :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Avoir le droit à 0, 1 ou plusieurs rebonds lorsque le ballon est lancé. - Ne pas désigner le même enfant plusieurs fois de suite. - Ajouter des pas pour le lanceur pour se rapprocher des autres joueurs (cinq pas au lieu de trois par exemple). - Autoriser ou pas de bouger pour esquiver le ballon lorsque le lanceur vous tire dessus. - Eliminer les joueurs touchés ; éliminer le lanceur s'il ne touche pas sa cible. 	<p>J'ai réussi si</p> <ul style="list-style-type: none"> - je rattrape le ballon - je touche un joueur avec le ballon - si je parviens à fuir pour ne pas être touché.

CYCLE 2 : cycle des apprentissages fondamentaux

<p>L'EPS a pour finalité de former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre ensemble.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 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. 		<h3 style="text-align: center;">Programmation</h3> <p>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.</p>	
Socle commun	Compétences générales	Champ d'apprentissage	Attendus de fin de cycle
<p>Domaine 1 Les langages pour penser et communiquer</p>	<p>Développer sa motricité et construire un langage du corps.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>Produire une performance maximale, mesurable à une échéance donnée</p>	<p>Activités athlétiques aménagées</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
<p>Domaine 2 Les méthodes et outils pour apprendre</p>	<p>S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action. - Apprendre à planifier son action avant de la réaliser. 	<p>Adapter ses déplacements à des environnements variés</p>	<p>Natation, activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade, etc</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
<p>Domaine 3 La formation de la personne et du citoyen</p>	<p>Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique</p>	<p>Danses collectives, danse de création, activités gymniques, arts du cirque</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions reprise 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.
<p>Domaine 4 Les systèmes naturels et les systèmes techniques</p>	<p>Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel</p>	<p>Jeux traditionnels simples (gagne-terrain, bétet, balle au capitaine, etc.), jeux collectifs avec ou sans ballon (à effectifs réduits), jeux pré-sportifs, jeux de lutte, jeux de raquettes</p>
<p>Domaine 5 Les représentations du monde et l'activité humaine</p>	<p>S'approprier une culture physique sportive et artistique</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 		<p>Dans des situations aménagées et très variées :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.