

OBJECTIF : Agir dans l'espace, dans la durée sur les objets.

COMPETENCE : Courir de différentes façons dans un but précis (longtemps).

ACTIVITE SUPPORT : ENDURANCE au CYCLE 1 (4-6ans)

PHASE 1	PHASE 2			PHASE 3
Pour ENTRER dans l'ACTIVITE	Pour EVALUER	Pour APPRENDRE et PROGRESSER	Pour EVALUER	Pour REINVESTIR les ACQUIS
SITUATIONS DEPENDANTES du VECU des ELEVES	SITUATION de REFERENCE	SITUATIONS ORGANISEES par OBJECTIFS et DETERMINEES par l'OBSERVATION des ELEVES	RETOUR à la SITUATION de REFERENCE	SITUATION de REINVESTISSEMENT
<p><u>Objectifs</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> . donner le plaisir de pratiquer . préparer l'évaluation diagnostique <p>1. <u>Jeux à courir</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> . Course aux galets . Les lapins . Attraper le foulard . Les sorciers en équipe . Le facteur sur un grand espace 	<p><u>Objectif</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> . voir où l'on en est . Accomplir la plus grande distance dans un temps donné <p>L'Enduro</p>	<p><u>SITUATIONS D'APPRENTISSAGE</u> :</p> <p><u>Objectif A</u> : adapter son allure pour courir sans s'arrêter.</p> <p>SA1 : Le relais brochette SA2: Course aux objets SA3 : Course relais en équipe</p> <p><u>Objectif B</u> : Trouver son allure pour courir longtemps, dans un temps donné.</p> <p>SB1 : Les Déménageurs</p>	<p><u>Objectif</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> . voir s'il y a progrès . Accomplir la plus grande distance dans un temps donné <p>L'Enduro</p>	<ul style="list-style-type: none"> . Vers une nouvelle unité d'apprentissage avec d'autres objectifs. . Rencontres interclasses

COMPETENCE : Courir de différentes façons dans un but précis (longtemps).

ACTIVITE SUPPORT : JEUX à COURIR

OBJECTIF : pour entrer dans l'activité, donner le plaisir de pratiquer

SITUATION 1 : LES LAPINS DANS LA CLAIRIERE

Lieu : indifférent

Matériel : plusieurs petits objets. Equipes de 2 (un arbre et un lapin)

But : être celui qui a le plus d'objets à la fin du jeu

Modalités d'exécution : Les arbres sont en cercle (debout, jambes écartées), les lapins sont devant leur arbre, assis tailleur. Au signal de l'enseignant, les lapins se retournent, passent entre les jambes de leur arbre, font le tour du cercle en courant dans le même sens, repassent entre les jambes de leur arbre et s'assoient en tailleur. Ils frappent alors dans leurs mains pour signaler qu'ils sont arrivés. Le premier ou les trois premiers gagnent une carotte. Changer les rôles.

Variantes :

Variation le périmètre du cercle des arbres.

SITUATION 2 : COURSE AUX GALETS

Lieu : terrain indifférent

Matériel : Des petits objets

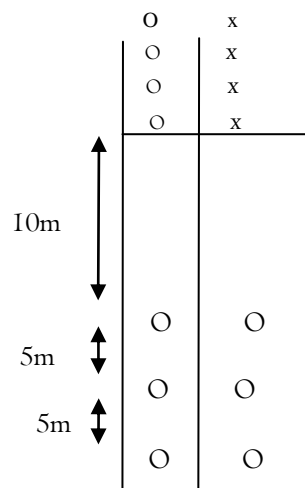
But : ramener tous les objets derrière la ligne de départ.

Modalités d'exécution : La classe est divisée en groupes de 4 élèves.

1 couloir par groupe ainsi que 5 objets. Au signal et pour un temps donné, le premier de chaque groupe s'élance, un objet à la main va le déposer dans son couloir sur un point précédemment tracé. Puis reviens en chercher un deuxième, va le placer au bon endroit et ainsi de suite. Lorsque tous les objets sont placés, le deuxième élève réalise l'inverse (va chercher le 1^{er} puis le 2^{ème}...), le 3^{ème} élève les remettra en place etc...

Variantes : varier les distances à courir.

Variation le temps de course.



COMPETENCE : Courir de différentes façons dans un but précis (longtemps).

ACTIVITE SUPPORT : JEUX à COURIR

OBJECTIF : pour entrer dans l'activité, donner le plaisir de pratiquer

SITUATION 3 : ATTRAPER LE FOULARD

Lieu : indifférent mais délimité

Matériel : foulards ou objets attachés à une ficelle accrochée à la ceinture de chacun ou flags

But : attraper le foulard de l'autre sans se faire attraper le sien

Modalités d'exécution : Au signal, chacun essaie de prendre le foulard de l'autre sans se faire prendre le sien

Variantes :

Varier l'espace de jeu.

Varier le nombre de joueurs.

Varier le nombre d'objets de chacun.

Jouer avec une ficelle et un objet qui traîne au sol, l'enfant tentera de marcher sur l'objet

SITUATION 4 : LES SORCIERS EN EQUIPE

Lieu : indifférent mais délimité

Matériel : Chasubles de couleur par équipe. Classe divisée en 4 équipes.

But : avoir le moins de joueurs pétrifiés au signal de fin de jeu. Pour les sorciers, pétrifier le plus grand nombre de joueurs.

Modalités d'exécution : Au signal, les sorciers verts doivent pétrifier tous les autres joueurs en les touchant. Les joueurs pétrifiés (immobiles sur l'espace de jeu) peuvent être libérés par ceux de la même couleur qui sont libres (Ex : un joueur rouge ne peut libérer qu'un joueur pétrifié rouge). A l'arrêt du jeu, environ 2mn, on compte le nombre de joueurs libres. Changement de l'équipe des sorciers (chaque équipe étant sorcier à tour de rôle)

Variantes :

Varier l'espace de jeu.

Varier le nombre de joueurs, le nombre d'équipes

COMPETENCE : Courir de différentes façons dans un but précis (longtemps).

ACTIVITE SUPPORT : ENDURANCE

OBJECTIF : Accomplir la plus grande distance dans un temps donné

SITUATION DE REFERENCE: ENDURO

Lieu : cour, stade, pré...

Matériel : Plots, chasubles

But : réaliser 10 à 13 tours du circuit (ou 1km) dans le temps imparti (de 10 à 15mn)

Modalités d'exécution : Préparation du circuit :

Choisir un terrain et tracer une boucle de 60 ou 80 mètres si possible, soit dans la cour de récréation, soit sur un terrain très proche.

Les élèves ont le choix :

- Soit **courir sans marcher**
- Soit **courir avec la possibilité de marcher** (et récupérer !) UNIQUEMENT sur la longueur AB.

Aménagement didactique :

Avec l'aide du maître, un observateur pour chaque coureur attribue :

- un carton vert au coureur à chaque fois qu'il réussit un tour du circuit sans s'arrêter,
- un carton jaune s'il marche ou s'arrête dans la zone réservée (AB),
- un carton rouge s'il marche ou s'arrête en dehors de la zone réservée.

Variantes : Pour aller plus loin :

- ne pas s'arrêter ou marcher dans la zone de récupération au premier tour du circuit.
- On peut s'arrêter ou marcher dans la zone de récupération qu'un tour sur deux.

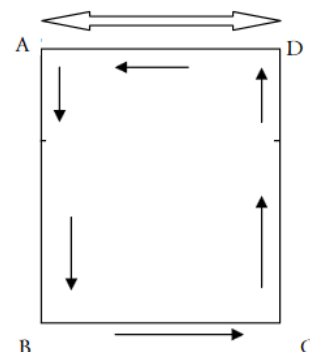
Dispositif :

Circuit de 60 ou 80 m

Zone ou les élèves
sont autorisés à marcher

Circuit de 60 à 80 m

de D à A
Zone ou les élèves
sont autorisés à marcher



EVALUATION

Eléments évalués par les élèves avec l'aide du maître :

- Attribution de cartons vert, jaune ou rouge en fonction du déroulement de la course des élèves coureurs.

Eléments évalués par le maître :

Utilisation des fiches d'observation

- amener les élèves à comprendre qu'il faut tendre vers un maximum de « vert » sur la fiche de contrôle.
- Il faut donc après une première évaluation (situation de référence) travailler à partir des fiches d'apprentissage proposées et renouveler cette évaluation pour voir si le nombre de cartons vert et le nombre de tours effectués dans le temps imparti, ont augmenté.

COMPETENCE : Courir de différentes façons dans un but précis (longtemps).

ACTIVITE SUPPORT : ENDURANCE

OBJECTIF : **Situations d'apprentissage:** trouver son allure pour courir sans s'arrêter

SITUATION 1 : Relais Brochette

Lieu : cour ou terrain de sport

Matériel : prévoir 2 plots distants de 10 à 20m et une corde par équipe. Constituer des équipes de 4 coureurs.

But : être la première équipe à avoir effectué le parcours

Modalités d'exécution : le n°1 avec une corde court vers le plot, le contourne et vient chercher le n°2 qui accroche la corde. Les 2 coureurs font le parcours, contournent le repère et viennent chercher le n°3. Les 3 élèves effectuent le parcours et viennent chercher le n°4 qui finit avec eux le parcours.

Variantes :

- allonger la distance de course
- changer le nombre d'équipiers
- course sans la corde, course en colonne
- équilibrer le temps de course de chacun : course du n°1 ; course des n°1 et 2 ; course des n°1, 2 et 3 ; course des n°1, 2, 3 et 4 ; course des n°2, 3 et 4 ; course des n°3 et 4 ; course du n°4 seul.

SITUATION 2 : Course aux objets

Lieu : grande cour ou terrain de sport ou parc ou terrain boisé

Matériel : un grand nombre d'objets (au moins 5 objets par élève)

But : ramener le plus d'objets possible dans la caisse de son équipe.

Modalités d'exécution : Au signal, chacun doit se déplacer pour ramasser un objet (objets visibles et situés à une distance minimum de 30 m) et le ramener dans la caisse de son équipe. Le jeu continue par la recherche d'un nouvel objet et ainsi de suite. Le jeu s'arrête quand il n'y a plus d'objets à ramasser ou après un temps défini par l'enseignant (5 à 10mn).

Variantes :

- Augmenter la distance de recherche
- Augmenter le temps de jeu
- Jouer les déménageurs, les objets étant placés au départ dans les caisses des équipes que l'on doit vider.

SITUATION 3 : Course relais en équipe

Lieu : cour ou terrain balisés (périmètre de 60 à 80m).

Matériel : dossards ou chasubles par équipe de 5 élèves

But : effectuer le plus grand nombre de tours par équipe pendant 10mn

Modalités d'exécution : Au signal du maître, les équipes de 5 élèves, sont placées devant « leur maison ». 3 d'entre eux s'élancent pour réaliser un tour du tracé, les 2 autres sont au repos. Le changement de coureur s'effectue à chaque tour (le coureur 1 laisse sa place au coureur 4, puis le 2 au coureur 5, le 3 au coureur 1 etc...) seulement quand le groupe passe devant sa maison. Pendant la course le groupe évite de marcher ou de s'arrêter.

Un carton vert sera attribué, à chaque tour du circuit, pour chaque équipe qui aura accompli le tour sans marcher ni s'arrêter.

Un carton jaune sera attribué, à chaque tour du circuit, pour chaque équipe qui aura accompli le tour en ayant marché ou qui se sera arrêtée.

Variantes :

- Augmenter ou diminuer le temps de course selon les capacités des élèves.
- Obliger à des changements (2 par 2) ou réaliser un minimum de tours par élève.

OBJECTIF : Situation d'Apprentissage : trouver son allure pour courir longtemps dans un temps donné

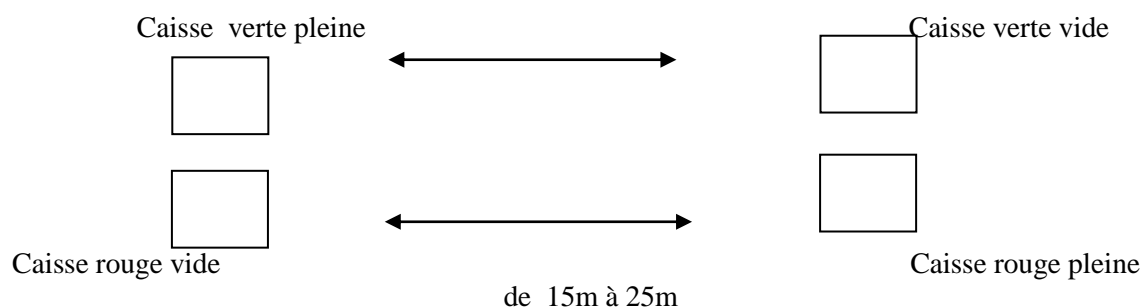
SITUATION 4 : les déménageurs

Matériel : 2 caisses remplies d'objets divers en nombre égal

2 caisses vides

Dossards de couleur différente

Chronomètre



But : Pour chaque équipe, avoir le moins d'objets dans sa caisse.

Modalités d'exécution : Durée du jeu 1mn30s. Constituer des équipes de 5 élèves. Placées derrière leur caisse pleine, les équipes (rouge et verte par exemple), au signal du maître, transportent en courant, un objet à la fois, d'une caisse à l'autre.

Variantes :

- allonger le temps de jeu
- augmenter les distances entre les caisses.