

Réaliser une performance mesurée

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

S'opposer individuellement et/ou collectivement

Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique et/ou expressive

S'engager lucidement dans l'action

Construire un projet d'action

Mesurer et apprécier les effets de l'activité

Appliquer des règles de vie collective

Jeux de course

Les jeux traditionnels constituent des situations motivantes et faciles à organiser. Inscrits dans un module d'apprentissage « course longue »¹, ils contribuent au développement des capacités corporelles et cognitives des enfants.

Le choix des jeux, leur reprise sur plusieurs séances en augmentant progressivement les exigences de réalisation permettent d'accroître les capacités de réalisation des élèves. Pendant leur mise en œuvre, le maître veille au déroulement de l'activité (gestion du temps, respect des règles, etc.), il observe les comportements des enfants (rougeurs, essoufflement, etc.) et intervient individuellement auprès des élèves. En dehors de l'activité, par son questionnement, il les aide à analyser leur course, à formuler leurs difficultés et les règles d'action qu'ils doivent développer.

Passer d'une course explosive, rapide et brève à une course régulée

Apprentissage visé

Gérer sa course selon les contraintes d'espace et de temps.

Les déménageurs

But du jeu : déménager le plus vite possible son ancienne maison pour emménager dans la nouvelle.

Dispositif : les élèves sont répartis en équipe de 4 à 5 joueurs, chacune disposant de deux « maisons » espacées d'au moins 20 m dont l'une comporte au moins 10 objets par élève (balles, caissettes, cerceaux, sacs de riz, anneaux, bâtons, etc.).

Déroulement : au signal, prendre un objet dans sa maison et courir le déposer dans la nouvelle maison, revenir en chercher un autre, etc.

Critère de réussite : le temps mis par chaque équipe pour transporter tous ses objets.

Variables : les distances, le nombre d'objets et/ou d'enfants par équipe.

Comportements observés : les enfants courent vite au début, s'essouffent puis marchent.

Règle de réalisation à faire découvrir : en raison du grand nombre d'objets, la course de vitesse n'est pas la bonne solution.

Chauds les marrons !

But du jeu : aller déposer « les marrons chauds » dans la poêle de l'autre équipe.

Dispositif : deux équipes s'opposent, un circuit de déplacement est balisé pour aller d'une poêle à l'autre ; des balles, cerceaux, sacs de riz, anneaux ou bâtons.

Déroulement : le jeu se joue au temps

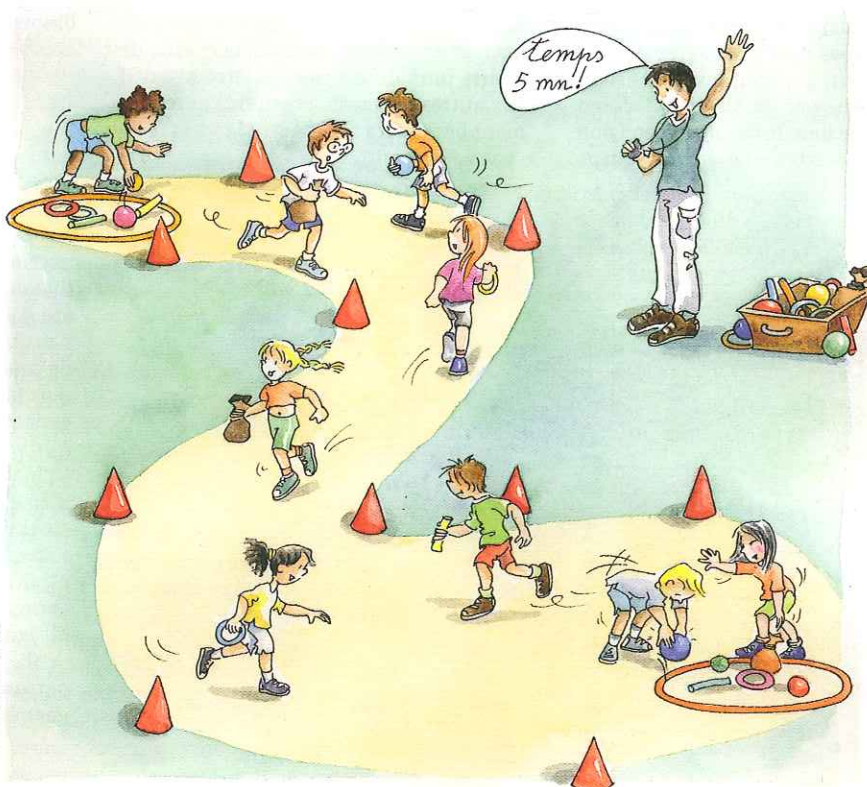
Par l'équipe EPS de Paris

indiqué par le maître ; au signal, les élèves prennent un objet dans leur poêle et courent le porter dans celle des adversaires. **Critère de réussite :** à l'issue du temps imparti, on compte les objets pour voir quelle équipe en a le moins dans sa poêle. **Variables :** le temps de jeu (de 2 mn lors de la première séance jusqu'à 6 ou 8 mn). **Comportements observés :** les enfants courent vite au début puis marchent. **Règle de réalisation à faire découvrir :** adapter l'organisation de son équipe en fonction du temps de jeu annoncé pour que le transport des marrons ne s'arrête jamais.

Passer de l'activité spontanée, adaptive à une activité volontaire, construite

Apprentissages visés

Trouver son rythme et gérer son effort pendant la course.



Illustrations : V. Sustrac

1. Cf. l'article « Pourquoi courir aux cycles 1 et 2 », page 31.

Les ruches

But du jeu : rapporter le plus de pots de miel dans son camp.

Dispositif : trois équipes identifiables (chasubles), quatre espaces sont matérialisés (les fleurs à 10 m de la ruche, la cave de l'apiculteur et la caverne des ours à 20 m de la ruche), l'espace des fleurs comporte différents petits objets figurant le pollen qui sera transformé en miel dans la ruche (balles, cerceaux, sacs de riz, anneaux, bâtons).

Déroulement : au signal, les abeilles transportent un à un les grains de pollen dans la ruche ; les apiculteurs prélèvent le miel pour l'entreposer à la cave et les ours le chapardent pour le mettre dans leur caverne.

Critères de réussite : on note le temps mis par les abeilles pour transporter tous les objets et le nombre de pots de miel entreposés dans la cave et la caverne ; lorsque toutes les équipes ont joué tous les rôles, on totalise les résultats.

Variables : la distance et/ou le nombre d'objets.

Comportements observés : les enfants courent vite au début, s'essoufflent puis marchent.

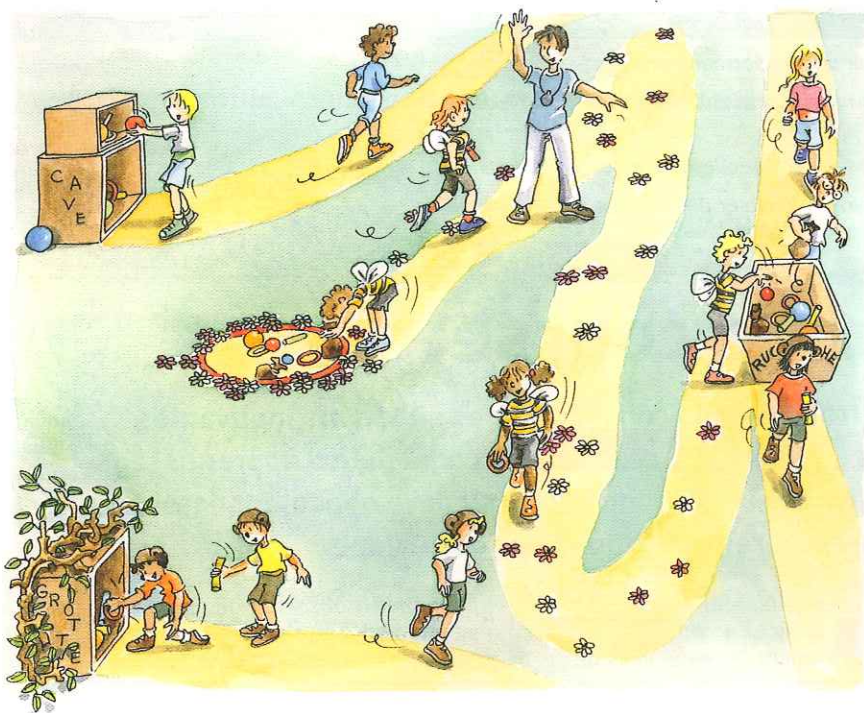
Règles de réalisation à faire découvrir : les abeilles doivent courir vite, mais apiculteurs et ours doivent plutôt s'organiser, courir régulièrement pour « tenir » tout le temps du jeu.

La locomotive infernale

But du jeu : terminer son trajet le plus rapidement possible en restant groupé.

Dispositif : un circuit est tracé dans la cour, avec autant de zones matérialisées que de groupes de 5 à 6 coureurs.

Déroulement : les équipes constituent un train, mené par un élève, la locomotive ; à chaque tour, le dernier wagon doit, dans la zone attribuée à son équipe,



remonter le convoi pour devenir locomotive.

Critère de réussite : on note le temps réalisé par chaque équipe pour le comparer d'une séance à l'autre (le jeu s'arrête lorsque tous les élèves ont été locomotive).

Variables : la distance à parcourir, la forme du parcours.

Comportements observables : les membres du groupe n'arrivent pas à coordonner leur vitesse, la locomotive va trop vite.

Règles de réalisation à faire découvrir : trouver un rythme commun nécessite de courir plus doucement, d'être attentif aux autres (regards, écoute) ; l'entraînement permettra d'accroître la vitesse de chaque convoi.

Élaborer un contrat de course

Apprentissages visés

Prendre conscience des conditions de son action (vitesse, durée) et construire la notion de rythme de course. Anticiper un contrat de course.

La course aux bouchons

But du jeu : obtenir le plus de bouchons possible dans un temps donné.

Dispositif : les élèves s'organisent en binôme (coureur et observateur) ; un parcours est tracé dans la cour, reproductible au fil des séances.

Déroulement : pour chaque tour effectué, le coureur obtient un bouchon, validant son résultat.

Critère de réussite : améliorer sa performance d'une séance à l'autre.

Variables : ajouter des plots le long du parcours pour augmenter les repères de distance ; accroître le temps de course (de 4 à 8 mn).

Comportements observés : la vitesse de course n'est pas adaptée (vite au début puis fatigue ou, à l'inverse, lente au début et accélération au dernier moment).

Règles de réalisation à faire découvrir : trouver un rythme soutenu, le même que lors de la séance précédente, en essayant de l'accélérer légèrement.

Prolongements

- individuel : prévoir le nombre de bouchons que l'on peut gagner en fonction du temps de course annoncé ;
- collectif : chaque binôme contribue à la performance d'une équipe (les bouchons gagnés sont comptabilisés). ●

Équipe EPS de Paris (75).

