

CYCLE 2

CYCLE 3

CHAMP d'APPRENTISSAGE : adapter ses déplacements à des environnements variés

Compétences à travailler : adapter sa motricité à des environnements variés, prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps, ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques

Attendus de fin de cycle : réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel, respecter les règles de sécurité qui s'appliquent

SITUATION 1 : enchaînement d'actions sur un circuit

COMPETENCES travaillées pendant la séance : s'engager sans appréhension pour se déplacer dans un environnement, transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices : maîtriser sa trajectoire et son équilibre

Consignes schéma 1 : tu te déplaces autour des plots sans t'arrêter, puis au signal tu fais demi-tour. Au signal suivant, tu t'arrêtes entre 2 plots, tu sautes sur place, puis tu dessines une fleur autour du plot par la pointe ou l'arrière de ton ski.

Consignes schéma 2 : à partir des plots bleus, tu t'engages dans le centre du parcours (plots verts) et tu passes entre ces plots pour les toucher avec ta main. Arrivé aux plots rouges, tu tournes soit à droite, soit à gauche pour revenir au départ en contournant les plots jaunes.

→ Ces situations se réalisent sans bâtons.

Schéma 1

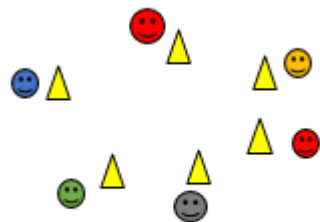
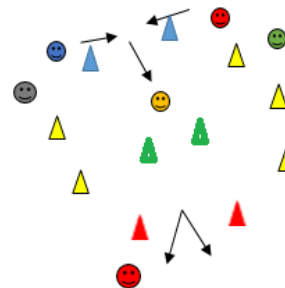


Schéma 2



Descriptif schéma 1 : L'enseignant est au centre de la ronde des plots pour donner les consignes et les élèves se déplacent autour. Les élèves enchaînent ces actions : déplacement, demi-tour, déplacement, arrêt, saut, fleur, plusieurs fois, en tenant compte du déplacement des autres élèves.

Descriptif schéma 2 : Les élèves se déplacent en continu.

Variables : augmenter les distances du circuit ou les réduire, installer le parcours dans une pente légère pour engager les élèves à glisser ; autres consignes possibles pour le schéma 2 : se baisser, sauter, lever un ski au niveau des plots verts.

Matériel : des plots de différentes couleurs

CYCLE 2

CYCLE 3

CHAMP d'APPRENTISSAGE : adapter ses déplacements à des environnements variés

Compétences à travailler : adapter sa motricité à des environnements variés, prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps, ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques

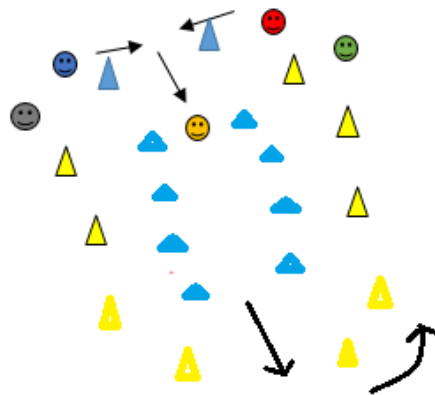
Attendus de fin de cycle : réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel, respecter les règles de sécurité qui s'appliquent

SITUATION 2 : glisser loin

COMPETENCES travaillées pendant la séance : s'engager sans appréhension pour se déplacer dans un environnement, transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices : augmenter son allure pour glisser

Consignes : tu prends de l'élan en partant entre les plots bleus, puis tu te laisses glisser loin, tu termines ton trajet soit à droite (soit à gauche selon les indications de l'enseignant.e) pour revenir au départ, en te déplaçant autour des plots.

→ Cette situation se réalise sans bâtons.



Descriptif : L'enseignant se place à l'arrivée des élèves pour leur indiquer d'aller à droite ou à gauche pour retourner au départ, pour que l'élève relève son regard.

Variables : toucher ses chevilles, plier les genoux, lever les bras, faire des petits sauts au niveau des plots, terminer le parcours en faisant des pas tournants, un chasse-neige pour s'arrêter...etc.

Matériel : des plots de différentes couleurs

CYCLE 2

CYCLE 3

CHAMP d'APPRENTISSAGE : adapter ses déplacements à des environnements variés

Compétences à travailler : adapter sa motricité à des environnements variés, prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps, ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques

Attendus de fin de cycle : réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel, respecter les règles de sécurité qui s'appliquent

SITUATION 3 : monter et descendre, mettre en place le chasse-neige sur un slalom

COMPETENCES travaillées pendant la séance : s'engager sans appréhension pour se déplacer dans un environnement, transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices : maîtriser sa trajectoire et son allure, savoir s'arrêter

Consignes schéma 1 : tu montes jusqu'au plot de départ, en escaliers ou en canard « skis écartés » ; tu te laisses glisser dans la pente jusqu'aux derniers plots, et tu écarts les talons pour effectuer un chasse-neige, puis t'arrêtes dans le « magique ».

Consignes schéma 2 : tu slalomes entre les plots en position de chasse-neige, avec les mains posées sur tes genoux.

→ Ces situations se réalisent sans bâtons



Schéma 1



Schéma 2

Descriptif : Un départ est prévu en haut d'une pente légère, l'enseignant est placé à l'arrivée pour donner les consignes de freinage, et des consignes de placement des skis pour la montée. Les plots sont replacés pour permettre un slalom, à réaliser en position chasse-neige.

Variables : varier la pente, augmenter ou réduire la distance de l'élan, donner d'autres consignes pendant l'élan (se baisser, sauter, lever un ski...)

Matériel : des plots

CYCLE 2

CYCLE 3

CHAMP d'APPRENTISSAGE : adapter ses déplacements à des environnements variés

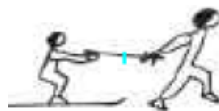
Compétences à travailler : adapter sa motricité à des environnements variés, prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps, ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques

Attendus de fin de cycle : réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel, respecter les règles de sécurité qui s'appliquent

SITUATION 4 : le ski nautique

COMPETENCES travaillées pendant la séance : s'engager sans appréhension pour se déplacer dans un environnement, transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices : se propulser, garder une allure malgré la « charge » tirée

Consignes : tu te déplaces en glissant et en tenant ton camarade par un bâton (tu dois faire attention à la pointe), soit seul, soit à 2 pour tirer ce camarade.



Descriptif : l'enseignant demande aux élèves de se placer par 2, l'un tirant l'autre à l'aide d'un seul bâton, ou alors par 3 en demandant à 2 élèves de tirer le 3^{ème} élève, avec la nécessité de se coordonner pour avancer régulièrement à la même allure.

Variables : distance à parcourir, nature du terrain

Matériel : bâtons, plots pour délimiter la zone à parcourir

CYCLE 2

CHAMP d'APPRENTISSAGE : adapter ses déplacements à des environnements variés

Compétences à travailler : adapter sa motricité à des environnements variés, prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps, ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques

Attendus de fin de cycle : réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel, respecter les règles de sécurité qui s'appliquent

CYCLE 3

SITUATION 5 : les relais

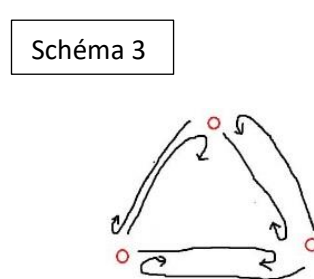
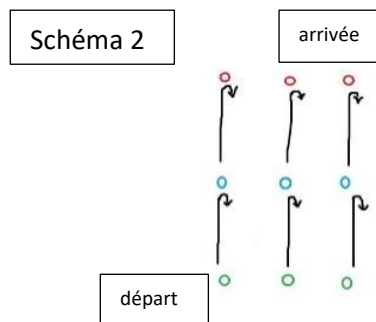
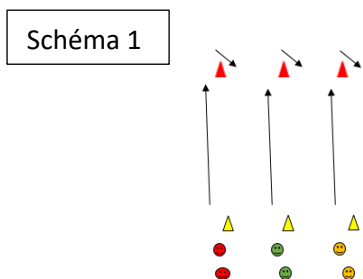
COMPETENCES travaillées pendant la séance : s'engager sans appréhension pour se déplacer dans un environnement, transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices : gérer et maintenir son allure sur une distance

Consignes schéma 1 : tu vas parcourir une distance en aller et retour le plus rapidement possible sans t'arrêter, et tu « passes le relais » à ton équipier en franchissant le plot d'arrivée.

Consignes schéma 2 : tu vas déposer les coupelles à ta disposition au départ dans ton camp, une à une, vers le camp suivant. Le jeu est terminé quand toutes les coupelles sont à l'arrivée

Consignes schéma 3 : tu dois récupérer une coupelle dans un camp adverse et venir la déposer dans ton camp. Le jeu s'arrête au signal de l'enseignant.e.

→ Ces situations se réalisent sans bâtons.



Descriptif schéma 1 : Le dispositif simple du relais à 3 coéquipiers est mis en place, dans lequel chacun parcourt la distance en aller-retour

Descriptif schéma 2 : Les élèves sont en équipe, 1 ou 2 élèves au départ, et 1 ou 2 élèves à mi-parcours : il s'agit de transporter des coupelles (une à une) vers l'arrivée du parcours (situation des déménageurs) ce qui permet d'adapter la distance à parcourir selon les capacités des élèves et de varier le terrain.

Descriptif schéma 3 : Les élèves sont en équipe de 2 ou 3, et l'organisation se fait en triangle : chaque élève récupère et dépose une coupelle dans « son camp », ce qui permet de maîtriser la durée de la situation : « stopper le jeu au bout de...minutes », puis comptabiliser les coupelles dans chaque camp.

Variables : le terrain, la distance à parcourir, le nombre d'élèves au sein des équipes, les règles peuvent évoluer selon les résultats (permettre à certains de récupérer 2 coupelles ou demander à des élèves de skier avec une main dans le dos, etc...)

Matériel : des plots, des coupelles