

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : la course de vitesse

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : le sprint plat

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

DATE :

HABILETES	CONTENUS
Identifier Réagir Prendre Courir Appliquer	Un sprint plat Au signal Un départ une distance de 50 m des règles de sécurité

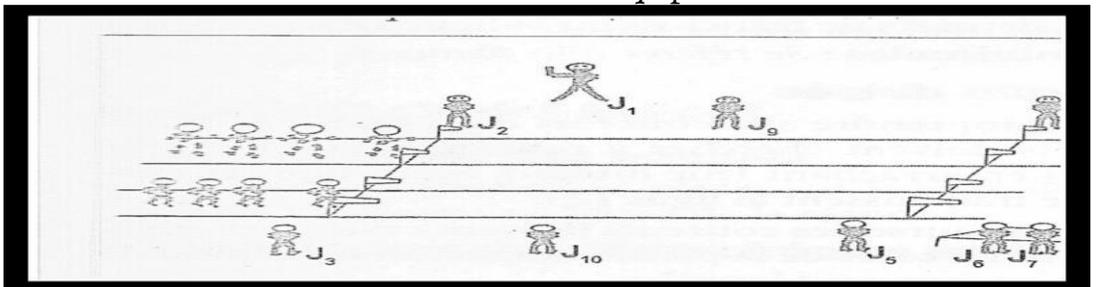
SITUATION

Dans le cadre des préparatifs d'un tournoi de course de vitesse qui aura lieu dans deux semaines entre les classes de CM1 de votre groupe scolaire, le Conseiller promet une récompense au vainqueur. Les élèves du CM1 A décident de s'organiser et s'entraîner au sprint plat sur une piste matérialisée de 50m.

DEROULEMENT

PLAN DU COURS	METHODE ET MOYENS	S.P	REponses ATTENDUES
I-PRÉSENTATION Prise en main Mise en situation Mise en train	Met les apprenants en rang et par équipe Fait exploiter la situation Nouez les foulards autour du poignet Les conduits au terrain Courez lentement autour du terrain On trotte d'un bout à l'autre sans toucher au terrain qui est tracé Fait décrire le tracé Pose des questions sur le sprint plat	T.C	Ecoutent Emettent des hypothèses Exécutent Exécutent Courent lentement autour du terrain Trottent Décrivent Répondent aux questions

Mise en lace des équipes



II-DEVELOPPEMENT a-Identification des taches et règles minimales	Chaque coureur de départ doit courir plus vite que son voisin On ne démarre qu'à mon signal Fait donner un exemple avec 2 élèves		Ecoutent Donnent l'exemple
---	--	--	-----------------------------------

<p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<p><i>Dispose les équipes au départ</i></p> <p><i>Au signal on coure</i> <i>« top c'est parti »</i></p> <p><i>« Celui qui a fini revient pour se placer derrière le dernier coureur</i></p> <p><i>Fait passer 2 fois les équipes</i></p>	<p><i>T.G</i></p>	<p><i>Sont deux équipes au départ</i></p> <p><i>Courent</i> <i>Après la course les coureurs reviennent en marchant sur les cotés de la piste et se placent derrière leur colonne</i></p> <p><i>Courent</i></p>
<p><i>III-Evaluation</i> <i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Maintenant on va organiser une compétition</i></p> <p><i>Celui qui ne respectera par le signal de départ est éliminé</i></p> <p><i>L'équipe dont le dernier coureur aura franchi la ligne d'arrivée est déclarée gagnante</i></p>	<p><i>T.I</i></p>	<p><i>Ecoutent les règles de départ</i></p> <p><i>Courent</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Fait asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i></p> <p><i>Qu'est qu'il fallait faire pour gagner ?</i></p> <p><i>Fait rappeler les règles de sécurité</i></p> <p><i>Proclame les résultats</i></p> <p><i>Faire ramasser le matériel</i></p> <p><i>Allez- vous laver les mains</i></p> <p><i>Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p><i>TC</i></p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i></p> <p><i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i></p> <p><i>Se lavent les mains</i></p> <p><i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : la course de vitesse

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet. lme témoin

SEANCE : la course de relai

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

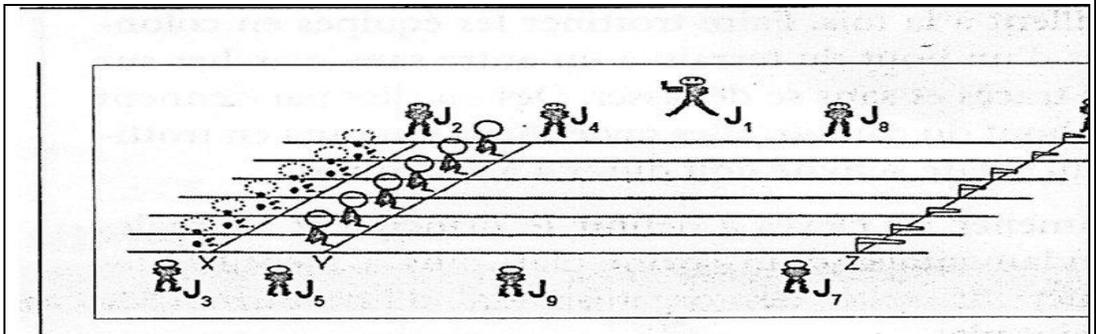
DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<p>Identifier</p> <p>Réagir</p> <p>Prendre</p> <p>Maintenir</p> <p>Courir</p> <p>Appliquer</p>	<p>La course de relai</p> <p>Le rôle du relayeur /passeur</p> <p>Les différentes zones de transmission</p> <p>Au signal</p> <p>Un départ</p> <p>Sa vitesse</p> <p>Autour du terrain</p> <p>des règles de sécurité</p>
<u>SITUATION</u>	
<p>Dans le cadre des préparatifs d'un tournoi de course de vitesse qui aura lieu dans deux semaines entre les classes de CM1 de votre groupe scolaire, le Conseiller promet une récompense au vainqueur .Les élèves du CM1 A décident d'être les meilleurs. Ils s'entraînent à la vitesse le long du pourtour du terrain.</p>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<p><i>I-PRESENTATION</i></p> <p>Prise en main</p> <p>Mise en situation</p> <p>Mise en train</p>	<p>Met les apprenants en rang et par équipe</p> <p>Fait exploiter la situation</p> <p>Nouez les foulards autour du poignet</p> <p>Les conduits au terrain</p> <p>Courez lentement autour du terrain</p> <p>Fait identifier le terrain</p> <p>Fait définir la course de relai</p> <p>De quoi avons-nous besoin ?</p>	<p>T.C</p>	<p>Ecoutent</p> <p>Emettent des hypothèses</p> <p>Exécutent</p> <p>Exécutent</p> <p>Courent lentement autour du terrain</p> <p>Définissent</p> <p>Il nous faut un témoin</p>

Mise en place des équipes



	<p><i>Le starter donne le départ</i> <i>Les juges « j1 et j3 » disent s'il ya faux départ</i> <i>« j 4-j5-j6 observateurs »</i> <i>« j7-j8 : marqueurs et chronométreurs</i> <i>« j 9-j 10- j11 -j 12 -j 13 et j 14 »</i></p>		<p><i>Se disposent selon leur rôle dans la course</i></p>
<p><i>II- DEVELOPPEMENT</i> <i>a-Identification des tâches et règles minimales</i></p> <p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<p><i>Pour les officiels : il faut assurer les différents rôles à l'organisation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Vous les coureurs : il faut courir plus vite possible avec le témoin pour aller le transmettre à son relayeur</i> • <i>Relayeur : il faut recevoir le témoin et poursuivre la course le plus vite possible pour aller le transmettre le témoin à un autre relayeur ou pour terminer la course</i> • <i>Fait courir un groupe d'élèves en exemple</i> • <i>Fait passer 3 à trois fois chaque équipe</i> 	TC	<p><i>Ecoutent les consignes</i></p> <p><i>Donnent l'exemple</i></p> <p><i>Jouent</i></p>
<p><i>III-Evaluation</i> <i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Maintenant on va organiser une compétition</i> <i>Celui qui ne respectera par le signal de départ est éliminé</i> <i>L'équipe dont le dernier coureur aura franchi la ligne d'arrivée est déclarée gagnante</i> <i>Celui qui coure sans le témoin est éliminé</i> <i>Celui qui pousse son voisin est éliminé</i></p>	T.I	<p><i>Ecoutent les règles de départ</i></p> <p><i>Courent</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Fait asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i> <i>Qu'est qu'il fallait faire pour gagner ?</i> <i>Fait rappeler les règles de sécurité</i> <i>Proclame les résultats</i> <i>Faire ramasser le matériel</i> <i>Allez- vous laver les mains</i> <i>Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	TC	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i> <i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i> <i>Se lavent les mains</i> <i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : course de vitesse

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet. Obstacles

SEANCE : Course d'obstacles

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

DATE :

HABILETES	CONTENUS
Identifier Réagir Prendre Maintenir Franchir Appliquer	La course d'obstacles L'espace et le matériel Au signal Un départ Sa vitesse Des obstacles et la ligne d'arrivée des règles de sécurité

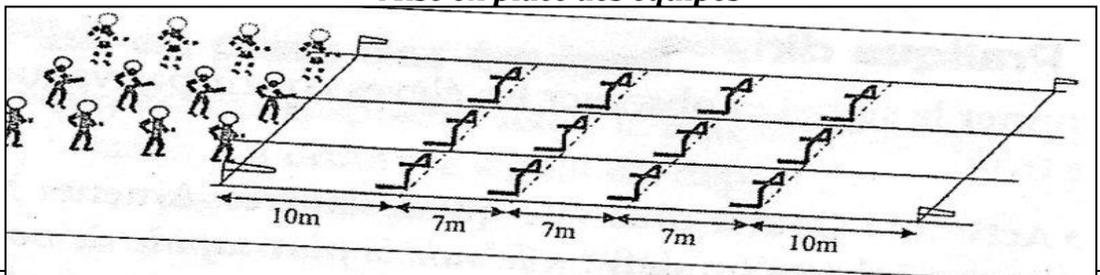
SITUATION

Dans le cadre des préparatifs d'un tournoi de course d'obstacles qui aura lieu dans un mois entre les classes de CM2 de votre groupe scolaire, le Conseiller promet une récompense au vainqueur. Les élèves du CM2 A décident d'être les meilleurs. Ils s'entraînent à la vitesse le long d'un espace aménagé avec des obstacles à franchir.

DEROULEMENT

PLAN DU COURS	METHODE ET MOYENS	S.P	REponses ATTENDUES
I-PRÉSENTATION Prise en main Mise en situation Mise en train	Met les apprenants en rang et par équipe Fait exploiter la situation Nouez les foulards autour du poignet Les conduits au terrain Courez lentement autour du terrain Pose des questions sur la course d'obstacles Les amener à prendre contact avec le parcours <ul style="list-style-type: none"> A mon signal : on marche par équipe le long de l'espace aménagé en sautant les obstacles 	T.C	Écoutent Émettent des hypothèses Exécutent Exécutent Courent lentement autour du terrain Répondent aux questions Se mettent par équipe et marche le long des couloirs sans se bousculer

Mise en place des équipes



	<p><i>J1 : le starter</i> <i>J2-j 3 j : juges de départ</i> <i>J4 -j 5 : juges d'arrivée ; ils indiquent l'ordre d'arrivée des coureurs</i> <i>J6 -j7 -j 8 : juges observateurs</i></p> <p><i>J9 -j10 : marqueurs et chronomètre</i> <i>J11 -j12 : juges de couloirs, ils remplacent les haies renversées</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Fait donner un exemple avec un groupe d'élèves</i> 	TC	<p><i>Appliquent leurs différents rôles</i></p> <p><i>Donnent l'exemple</i></p>
<p><i>II- DEVELOPPEMENT</i> <i>a-Identification des taches et règles minimales</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>A mon signal les deux équipes concurrente vous courir</i> • <i>Il ne faut pas : contourner les obstacles courir avant le signal ne pas faire tomber l'obstacle</i> 	TC	<i>Courent</i>
<p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<p><i>Fait courir les équipes</i> <i>Les fait passer au mois 2 fois chaque fois</i></p>	T.G	<i>Courent</i>
<p><i>III-Evaluation</i> <i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Maintenant on va organiser une compétition</i> <i>Celui qui ne respectera par le signal de départ est éliminé</i> <i>L'équipe dont le dernier coureur aura franchi la ligne d'arrivée est déclarée gagnante</i> <i>Celui qui renverse l'obstacle repart de nouveau</i> <i>Celui qui pousse son voisin est éliminé</i></p>	T.I	<p><i>Ecoutent les règles de départ</i></p> <p><i>Courent</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Fait asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i> <i>Qu'est qu'il fallait faire pour gagner ?</i> <i>Fait rappeler les règles de sécurité</i> <i>Proclame les résultats</i> <i>Faire ramasser le matériel</i> <i>Allez- vous laver les mains</i> <i>Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	TC	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i> <i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i> <i>Se lavent les mains</i> <i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : la course de vitesse

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet. Obstacles

SEANCE : la course d'obstacle (2)

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

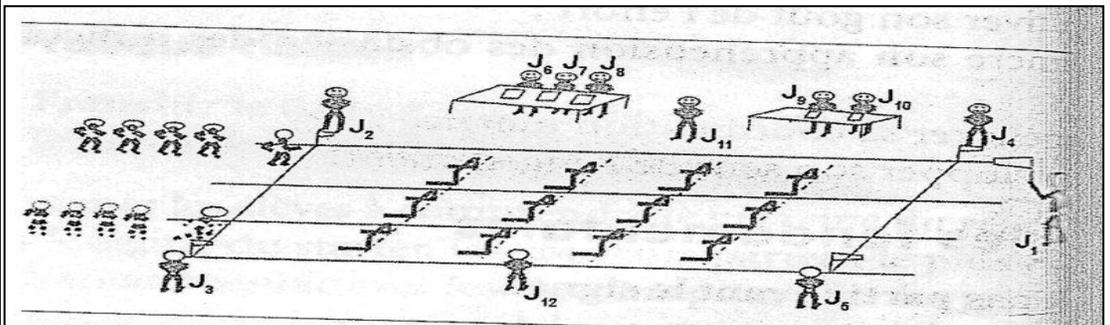
DATE :

HABILETES	CONTENUS
Identifier Réagir Prendre Maintenir Franchir Appliquer	La course d'obstacles L'espace et le matériel Au signal Un départ (accroupie/ semi fléchi) Sa vitesse Des obstacles et la ligne d'arrivée des règles de sécurité
SITUATION	
<p>Dans le cadre des préparatifs d'un tournoi de course d'obstacles qui aura lieu dans un mois entre les classes de CM1 de votre groupe scolaire, le Conseiller promet une récompense au vainqueur .Les élèves du CM1 A décident d'être les meilleurs. Ils s'entraînent à la vitesse le long d'un espace aménagé avec des obstacles à franchir.</p>	

DEROULEMENT

PLAN DU COURS	METHODE ET MOYENS	S.P	REponses ATTENDUES
I-PRESENTATION Prise en main Mise en situation Mise en train	Met les apprenants en rang et par équipe Fait exploiter la situation Nouez les foulards autour du poignet Les conduits au terrain Courez lentement autour du terrain Comment peut-on courir sur les obstacles sans ralentir sa vitesse ?	T.C	Ecoutent Emettent des hypothèses Exécutent Exécutent Courent lentement autour du terrain Répondent aux questions

Mise en place des équipes



<p><i>II- DEVELOPPEMENT</i></p> <p><i>a-Identification des taches et règles minimales</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <i>• Aujourd'hui il va falloir courir très vite pour franchir les obstacles ?</i> 		<p><i>Ecoutent</i></p>
<p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <i>• Amener les élèves à courir vite malgré la présence des obstacles sur le parcours</i> <i>• Il faudra faire le même nombre d'appuis entre les obstacles</i> <i>Exemple :</i> <i>Faire passer les élèves un à un en comptant à haute voix les obstacles</i> <i>1-2-3—4.....</i> <i>Amener les élèves à compter à haute voix les appuis de leurs camarades entre les obstacles</i> 	<p><i>T.G</i></p>	<p><i>Exécutent les consignes</i></p>
<p><i>III-Evaluation</i></p> <p><i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Maintenant on va organiser une compétition</i> <i>Celui qui ne respectera par le signal de départ est éliminé</i> <i>L'équipe dont le dernier coureur aura franchi la ligne d'arrivée est déclarée gagnante</i> <i>Celui qui renverse l'obstacle repart de nouveau</i> <i>Celui qui pousse son voisin est éliminé</i></p>	<p><i>T.I</i></p>	<p><i>Ecoutent les règles de départ</i></p> <p><i>Courent</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i> <i>Que faire pour ne pas toucher l'obstacle ?</i> <i>Proclame les résultats</i> <i>Faire ramasser le matériel</i> <i>Allez-vous laver les mains</i> <i>Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p><i>TC</i></p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i> <i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i> <i>Se lavent les mains</i> <i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : la course d'endurance

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : un contrat de course d'endurance

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

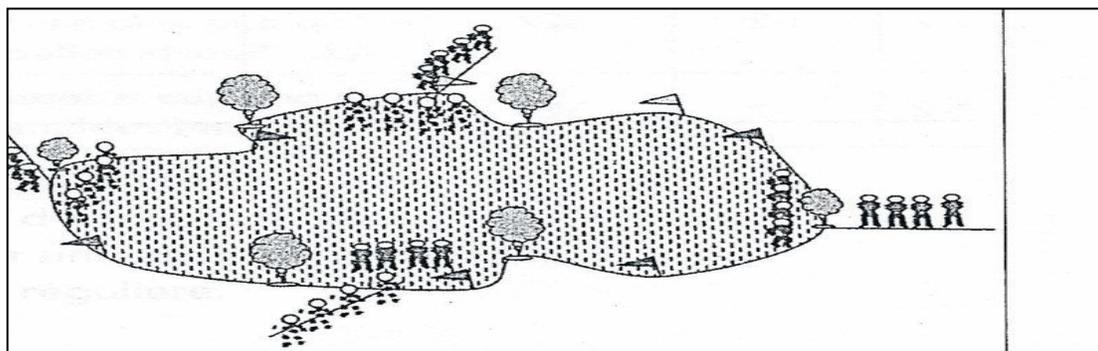
DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
Identifier	La course d'endurance
Maintenir	Le règlement des courses de longue durée
Appliquer les règles liées à l'activité	une allure de course les règles liées à l'activité
<u>SITUATION</u>	
Pour les activités de l'OISSU, l'inspection organise des épreuves d'athlétismes dans ton groupe scolaire. Des élèves du CM2 B veulent être les plus endurants dans la course d'endurance. Ils ont aménagé un espace de course et décident de s'entraîner.	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REponses ATTENDUES</u>
<i>I-PRESENTATION</i>	Met les apprenants en rang et par équipe	T.C	Écoutent
Prise en main	Fait exploiter la situation		Émettent des hypothèses
Mise en situation	Nouez les foulards autour du poignet		Exécutent
Mise en train	Les conduits au terrain		Exécutent
	Courez lentement autour du terrain		Courent lentement autour du terrain
	Trottez sur et terrain		Trottinent
	Fait décrire le parcours		Décrivent
	Pose des questions sur les conditions pour une endurance prolongée		Répondent aux questions

Mise en place des équipes



Fiche d'enregistrement du temps de course

Coureur :

Observateur :

1min	2min	3min	4min	5min	6min	7min	8min	9min	10min

*II-
DEVELOPPEMENT*

*a-Identification
des taches et règles
minimales*

- *Officiels : votre rôle est de noter le temps de course de votre binôme*
- *Coureur : courir pendant 8 min*

Il ne faut pas s'arrêter avant le coup de sifflet final

Il ne faut pas courir dans le terrain

- *Fait courir les équipes au signal*
- *Chaque binôme marquera le temps mis par le coureur en croix sur la fiche*
- *Au bout de 4 minutes arrête la course et leur demande de marcher pendant 2 min*

T.G

Remplissent les fiches

Exécutent les consignes

b-Pratique dirigée

*III-Evaluation
Mini compétition*

Maintenant on va organiser une compétition

Celui qui ne respectera par le signal de départ est éliminé

Il faudra courir à une allure soutenue

Celui qui pousse son voisin est éliminé

T.I

Écoutent les règles de départ

Courent

Retour au calme

Fait asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !

Comment participer à une course d'endurance

Faire ramasser le matériel

Allez- vous laver les mains

Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline

TC

*S'assoient par équipe au centre du terrain
Répondent*

*Ramassent le matériel
Se lavent les mains
Vont en classe dans l'ordre et la discipline*

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : la course d'endurance

DOCUMENT : Guide pédagogique 85

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : stratégie d'une course d'endurance

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

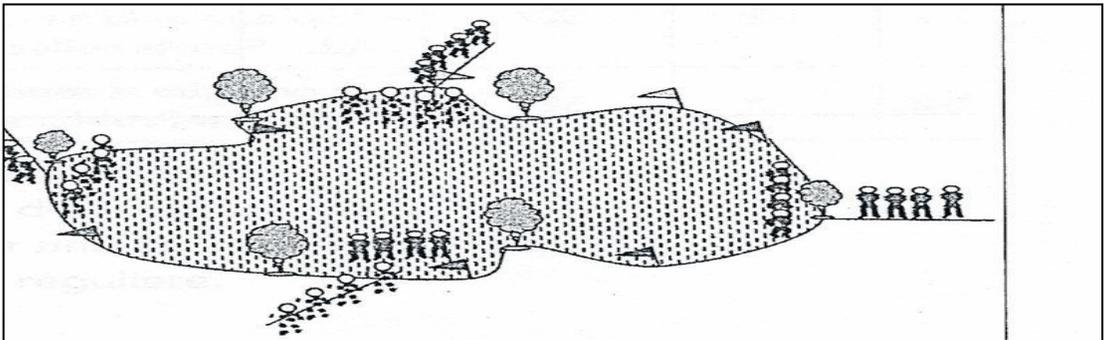
DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<p><i>Identifier</i></p> <p><i>Maintenir</i></p> <p><i>Appliquer</i></p>	<p><i>La course d'endurance</i></p> <p><i>Le règlement des courses de longue durée</i></p> <p><i>Les différents endroits de prise de pouls</i></p> <p><i>Les règlements de course de longue durée</i></p> <p><i>une allure de course</i></p> <p><i>les règles liées à l'activité</i></p>
<p><u>SITUATION</u></p> <p><i>Pour les activités de l'OISSU, l'inspection organise des épreuves d'athlétismes dans ton groupe scolaire. Des élèves du CM2 B veulent être les plus endurants dans la course d'endurance. Ils ont aménagé un espace de course et décident de s'entraîner.</i></p>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<p><i>I-PRESENTATION</i></p> <p><i>Prise en main</i></p> <p><i>Mise en situation</i></p> <p><i>Mise en train</i></p>	<p><i>Met les apprenants en rang et par équipe</i></p> <p><i>Fait exploiter la situation</i></p> <p><i>Nouez les foulards autour du poignet</i></p> <p><i>Les conduits au terrain</i></p> <p><i>Courez lentement autour du terrain</i></p> <p><i>Trotter à l'intérieur du terrain (pendant 5 min)</i></p> <p><i>Pose des questions sur le cours précédent</i></p>	<p>T.C</p>	<p><i>Ecoutent</i></p> <p><i>Emettent des hypothèses</i></p> <p><i>Exécutent</i></p> <p><i>Exécutent</i></p> <p><i>Courent lentement autour du terrain</i></p> <p><i>Trottent</i></p> <p><i>Répondent aux questions</i></p>

Mise en place des équipes



	<ul style="list-style-type: none"> • Scinder la classe en deux grands groupes : un groupe qui coure et l'autre qui observe • Chaque coureur à son binôme observateur 		<p>Se séparent</p> <p>Chacun identifie son binôme</p>
<p>II- DEVELOPPEMENT</p> <p>a-Identification des tâches et règles minimales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Officiels : vous devez noter le temps de course et prendre le pouls de votre binôme • Coureur : vous allez courir pendant 5 minutes • On ne s'arrête pas avant le coup de sifflet final • Ne pas marcher avant le coup de sifflet final 	TC	Ecoutent les consignes
<p>b-Pratique dirigée</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A mon signal les coureurs vont courir pendant 3 min • Juste après les 3 min les observateurs vont prendre le pouls de leur binôme • Ensuite les coureurs vont marcher avec les observateurs qui les tiendront par le poignet pour prendre leur pouls • Fait reprendre la course après une minute de récupération • Fait faire un exemple avec quelques élèves 	T.G	Réagissent au signal
<p>III-Evaluation</p> <p>Mini compétition</p>	<p>Maintenant on va organiser une compétition</p> <p>Celui qui ne respectera par le signal de départ est éliminé</p> <p>Il faudra courir à une allure soutenue pendant 5 min</p> <p>Celui qui pousse son voisin est éliminé</p>	T.I	<p>Ecoutent les règles de départ</p> <p>Courent</p>
<p>Retour au calme</p>	<p>Fait asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</p> <p>Comment participer à une course d'endurance ?</p> <p>Faire ramasser le matériel</p> <p>Allez- vous laver les mains</p> <p>Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</p>	TC	<p>S'assoient par équipe au centre du terrain</p> <p>Répondent</p> <p>Ramassent le matériel</p> <p>Se lavent les mains</p> <p>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : la course d'endurance

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : le record d'endurance

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

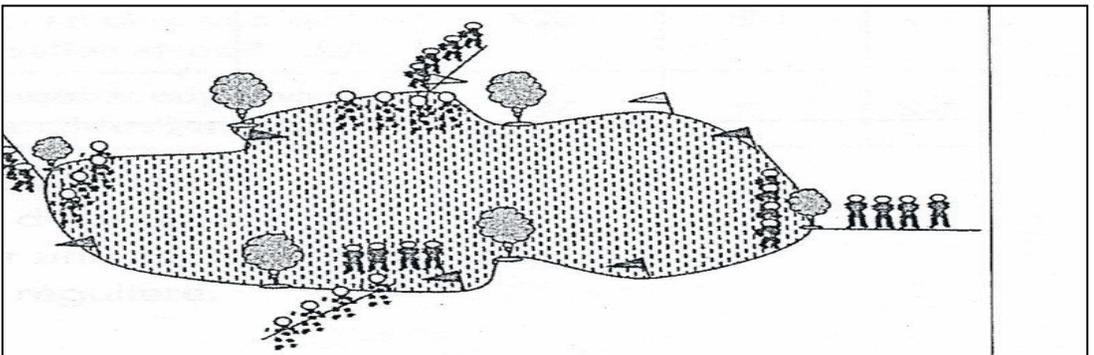
DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i> <i>Courir</i> <i>Maintenir</i> <i>Appliquer</i>	<i>La course d'endurance</i> <i>Le règlement des courses de longue durée</i> <i>Les différents endroits de prise de pouls</i> <i>Les règlements de course de longue durée</i> <i>12 à 15 min à une allure modérée</i> <i>une allure de course</i> <i>les règles liées à l'activité</i>
<u>SITUATION</u>	
<i>Pour les activités de l'OISSU, l'inspection organise des épreuves d'athlétismes dans ton groupe scolaire. Des élèves du CM1 B veulent être les plus endurants dans la course d'endurance. Ils ont aménagé un espace de course et décident de s'entraîner.</i>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRESENTATION</i>	<i>Met les apprenants en rang et par équipe</i>		<i>Ecoutent</i>
<i>Prise en main</i>	<i>Fait exploiter la situation</i>		<i>Emettent des hypothèses</i>
	<i>Nouez les foulards autour du poignet</i>	<i>T.C</i>	<i>Exécutent</i>
<i>Mise en situation</i>	<i>Les conduits au terrain</i>		<i>Exécutent</i>
<i>Mise en train</i>	<i>Courez lentement autour du terrain</i>		<i>Courent lentement autour du terrain</i>
	<i>Trottiner à l'intérieur du terrain (pendant 5 min)</i>		<i>Trottinent</i>
	<i>Pose des questions sur le cours précédent</i>		<i>Répondent aux questions</i>

Mise en place des équipes



	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Scinder la classe en deux grands groupes : un groupe qui coure et l'autre qui observe</i> • <i>Chaque coureur à son binôme observateur</i> 		<p><i>Se séparent</i></p> <p><i>Chacun identifie son binôme</i></p>
<p><i>II- DEVELOPPEMENT</i></p> <p><i>a-Identification des tâches et règles minimales</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Officiels : vous devez noter le temps de course et prendre le pouls de votre binôme</i> • <i>Coureur : vous allez courir pendant 12 minutes</i> • <i>On ne s'arrête pas avant le coup de sifflet final</i> • <i>Ne pas marcher avant le coup de sifflet final</i> 	TC	<i>Ecoutent les consignes</i>
<p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>A mon signal les coureurs vont courir pendant 3 fois 4 minutes suivant les allures ci-dessous</i> • <i>Groupe 1 : 50m en 18 s</i> <i>Groupe 2 : 50m en 20s</i> <i>Groupe 3 : 50m en 22s</i> <i>Groupe 4 : 50m en 25s</i> • <i>Fait courir les groupes deux par deux</i> • <i>Chaque course durera 4 min</i> • <i>Les juges noteront les coureurs par rapport à la zone délimitée</i> <i>Quand c'est bon c'est un (+)</i> <i>Quand c'est mauvais c'est(-)</i> • <i>Après 4 min fait prendre les pouls des coureurs</i> • <i>Vous pouvez améliorer votre score à chaque fois !</i> 	T.G	<i>Réagissent au signal</i>
<p><i>III-Evaluation</i></p> <p><i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Maintenant on va organiser une compétition</i></p> <p><i>Celui qui ne respectera par le signal de départ est éliminé</i></p> <p><i>Il faudra courir à une allure soutenue pendant 15 min</i></p> <p><i>Celui qui pousse son voisin est éliminé</i></p>	T.I	<p><i>Ecoutent les règles de départ</i></p> <p><i>Courent</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Fait asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i></p> <p><i>Comment participer à une course d'endurance ?</i></p> <p><i>Faire ramasser le matériel</i></p> <p><i>Allez-vous laver les mains</i></p> <p><i>Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	TC	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i></p> <p><i>Répondent</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i></p> <p><i>Se lavent les mains</i></p> <p><i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : la course d'endurance

DOCUMENT : Guide pédagogique 85

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : compétition de course d'endurance

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

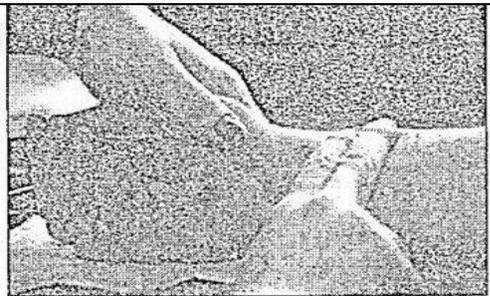
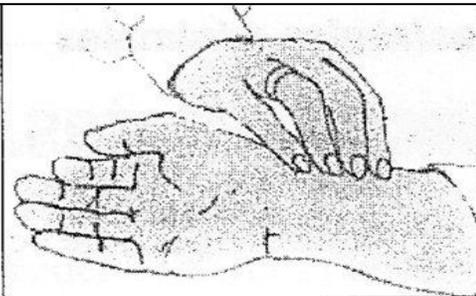
DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<p><i>Identifier</i></p> <p><i>Maintenir</i></p> <p><i>Appliquer les règles liées à l'activité</i></p>	<p><i>La course d'endurance</i></p> <p><i>La course d'orientation</i></p> <p><i>Le règlement des courses de longue durée</i></p> <p><i>Les différents endroits de prise de pouls</i></p> <p><i>Les règlements de course de longue durée</i></p> <p><i>une allure de course</i></p> <p><i>les règles liées à l'activité</i></p>
<p><u>SITUATION</u></p> <p><i>Pour les activités de l'OISSU, l'inspection organise des épreuves d'athlétismes dans ton groupe scolaire. Des élèves du CM1 B veulent être les plus endurants dans la course d'endurance. Ils ont aménagé un espace de course et décident de s'entraîner.</i></p>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REponses ATTENDUES</u>
<p><i>I-PRESENTATION</i></p> <p><i>Prise en main</i></p> <p><i>Mise en situation</i></p> <p><i>Mise en train</i></p>	<p><i>Met les apprenants en rang et par équipe</i></p> <p><i>Fait exploiter la situation</i></p> <p><i>Nouez les foulards autour du poignet</i></p> <p><i>Les conduits au terrain</i></p> <p><i>Courez lentement autour du terrain</i></p> <p><i>Trotter à l'intérieur du terrain (pendant 5 min)</i></p> <p><i>Pose des questions sur le cours précédent</i></p>	<p><i>T.C</i></p>	<p><i>Ecoutent</i></p> <p><i>Emettent des hypothèses</i></p> <p><i>Exécutent</i></p> <p><i>Exécutent</i></p> <p><i>Courent lentement autour du terrain</i></p> <p><i>Trottinent</i></p> <p><i>Répondent aux questions</i></p>

Mise en place des équipes



	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Scinder la classe en deux grands groupes : un groupe qui coure et l'autre qui observe</i> • <i>Chaque coureur à son binôme observateur</i> 	TC	<p><i>Se séparent</i></p> <p><i>Chacun identifie son binôme</i></p>
<p><i>II-DEVELOPPEMENT</i></p> <p><i>a-Identification des taches et règles minimales</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Officiels : vous devez noter le temps de course et prendre le pouls de votre binôme</i> • <i>Coureur : vous allez courir pendant 10, 12, 14 min sans s'arrêter et sans marcher</i> • <i>Ne pas s'arrêter ni marcher avant le coup de sifflet final</i> 	TG	<i>Ecoutent les consignes</i>
	<p><i>b-Pratique dirigée</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>A mon signal les coureurs vont courir pendant 4min</i> • <i>Fait des observations après le signal pour permettre aux coureurs d'ajuster leur allure</i> 	T.G	<i>Réagissent au signal</i>
<p><i>III-Evaluation</i></p> <p><i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Maintenant on va organiser une compétition</i></p> <p><i>Celui qui ne respectera pas le signal de départ est éliminé</i></p> <p><i>Il faudra courir à une allure soutenue pendant 5 min</i></p> <p><i>Celui qui pousse son voisin est éliminé</i></p>	T.I	<p><i>Ecoutent les règles de départ</i></p> <p><i>Courent</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Fait asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i></p> <p><i>Comment participer à une course d'endurance ?</i></p> <p><i>Donnez les règles de sécurité</i></p> <p><i>Fait ramasser le matériel</i></p> <p><i>Allez- vous laver les mains</i></p> <p><i>Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	TC	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i></p> <p><i>Répondent</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i></p> <p><i>Se lavent les mains</i></p> <p><i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : **le saut en hauteur**

DOCUMENT : *Guide d'exécution*

MATERIEL : *sifflet, 2 poteaux, un élastique, du sable, crayons et fiches de notations*

DATE :

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

SEANCE : *stratégie d'un saut en hauteur*

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
Identifier	<i>les différentes activités du saut en hauteur l'espace</i>
Réaliser	<i>une course d'élan et une impulsion</i>
Exécuter	<i>un franchissement / une réception</i>
Appliquer	<i>les règles de l'activité et de sécurité</i>
Traiter	<i>un tournoi de saut</i>

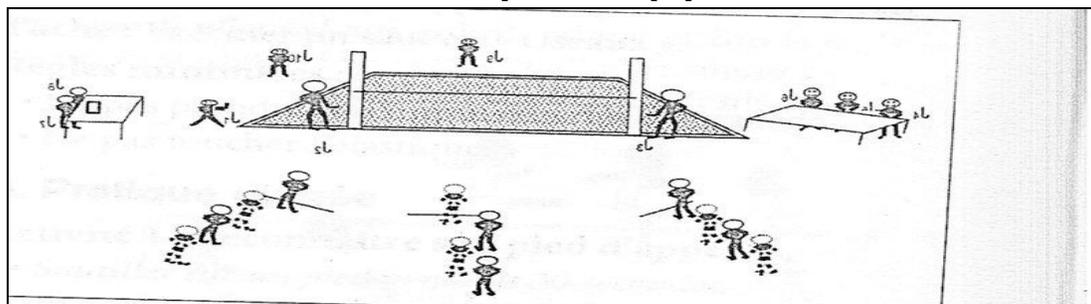
SITUATION

Dans le cadre des préparatifs de la journée de l'athlète ; l'Inspecteur de la circonscription organise une compétition pour le recrutement des meilleurs élèves en saut. Les élèves du CM2 A s'organisent sur un espace aménagé sur lequel ils s'entraînent pour être les meilleurs.

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>1-PRESENTATION</i>	<i>Met les apprenants en rang et par équipe</i>		<i>Ecoutent</i>
<i>Prise en main</i>	<i>Fait exploiter la situation Nouez les foulards autour du poignet</i>	<i>T.C</i>	<i>Emettent des hypothèses Exécutent Exécutent</i>
<i>Mise en situation</i>	<i>Les conduits au terrain Courez lentement autour du terrain</i>		<i>Courent lentement autour du terrain</i>
<i>Mise en train</i>	<i>On trotte dans tout le terrain Les aligne face au sautoir Les fait franchir l'élastique placé à 0,5 m Fait faire au moins 3 passages d'essai pour tous Pose des questions pour un meilleur saut</i>		<i>Trottinent S'imprègnent du saut</i>
			<i>Déterminent les meilleures techniques d'exécution</i>

Mise en place des équipes



<p><i>II- DEVELOPPEMENT a-Identification des taches et règles minimales</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • • <i>Officiel : assurer les différents rôles et appliquer les règles</i> • <i>Sauteurs : courez pour sauter l'élastique</i> 		<p><i>Ecoutent les consignes</i></p>
<p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Il ne faudra pas prendre son impulsion des 2 pieds</i> • <i>Il ne faudra pas toucher l'élastique</i> • <i>On ne saut pas près du poteau</i> • <i>On ne prendra pas l'appel hors de la zone d'impulsion</i> <p><i>Nous allons sauter par équipe Fait donner l'exemple par deux élèves Fait sauter les équipes en augmentant à chaque fois le niveau</i></p>	<p><i>T.G</i></p>	<p><i>Donnent l'exemple</i></p> <p><i>Sautent</i></p>
<p><i>III-Evaluation Mini compétition</i></p>	<p><i>Nous allons organiser une compétition Choisir en fonction du niveau de la classe deux hauteurs (0,70m - 0,80m)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Un saut réussit donne 3 points à l'équipe</i> • <i>Un saut non réussit ne rapporte que 1 point</i> • <i>Fait sauter par équipe</i> 	<p><i>T.I</i></p>	<p><i>Ecoutent</i></p> <p><i>Sautent par équipe</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain ! Que faire pour réussir son saut ? Que faut t-il éviter pour mieux sauter ? Proclame les résultats Fait ramasser le matériel Allez- vous laver les mains Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p><i>TC</i></p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain Répondent aux questions</i></p> <p><i>Ramassent le matériel Se lavent les mains Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : le saut en hauteur

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : sifflet, 2 poteaux, un élastique, du sable, crayons et fiches de notations

DATE :

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

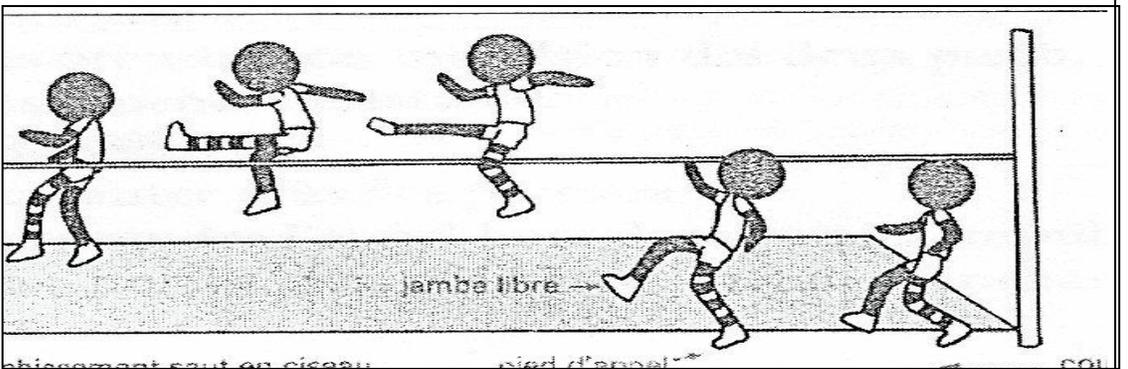
SEANCE : la technique du ciseau

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
Identifier	les différentes activités du saut en hauteur
Réaliser	l'espace
Exécuter	une course d'élan et une impulsion
Appliquer	un saut en ciseau
Traiter	un franchissement / une réception
	les règles de l'activité et de sécurité
	un tournoi de saut
<u>SITUATION</u>	
<p>Dans le cadre des préparatifs de la journée de l'athlète ; l'Inspecteur de la circonscription organise une compétition pour le recrutement des meilleurs élèves en saut. Les élèves du CM1 A s'organisent sur un espace aménagé sur lequel ils s'entraînent pour être les meilleurs.</p>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRESENTATION</i>	Met les apprenants en rang et par équipe		Écoutent
Prise en main	Fait exploiter la situation		Émettent des hypothèses
	Nouez les foulards autour du poignet	T.C	Exécutent
	Les conduits au terrain		Exécutent
Mise en situation	Courez lentement autour du terrain		Courent lentement autour du terrain
	On trotte dans tout le terrain		Trottinent
Mise en train	Les aligne face au sautoir		S'impregnent du saut
	Fait sauter les équipes par rangée		
	Fait faire 3 essais par équipes		
	Quelle technique de saut vous connaissez ?		La technique du ciseau

Mise en place des équipes



<p>II-</p> <p><i>DEVELOPPEMENT</i></p> <p><i>a-Identification des tâches et règles minimales</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Il faudra que vous sauter selon la technique du ciseau • On ne prendra pas son élan des deux pieds • Ne pas toucher l'élastique 		<p><i>Ecoutent les consignes</i></p>
<p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les amener à sautiller sur le même pied pendant 30 s et changer au coup de sifflet pour l'autre pied • On va attacher le foulard sur le pied d'appel • Fait sauter par équipe par rapport au pied d'appel • Le pied d'appel est celui qui reste au sol pour exécuter le saut en ciseau • Fait donner l'exemple par deux élèves • Fait sauter par équipe 	<p>T.G</p>	<p><i>Donnent l'exemple</i></p> <p><i>Sautent</i></p>
<p><i>III-Evaluation</i></p> <p><i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Nous allons organiser une compétition</i></p> <p><i>Choisir en fonction du niveau de la classe deux hauteurs (0,70m - 0,80m)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Un saut réussit donne 3 points à l'équipe • Un saut non réussit ne rapporte que 1 point • Fait sauter par équipe 	<p>T.I</p>	<p><i>Ecoutent</i></p> <p><i>Sautent par équipe</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i></p> <p><i>Que faire pour réussir son saut ?</i></p> <p><i>Que faut t-il éviter pour mieux sauter en ciseau ?</i></p> <p><i>Proclame les résultats</i></p> <p><i>Fait ramasser le matériel</i></p> <p><i>Allez- vous laver les mains</i></p> <p><i>Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p>TC</p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i></p> <p><i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i></p> <p><i>Se lavent les mains</i></p> <p><i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : le saut en hauteur

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : sifflet, 2 poteaux, un élastique, du sable, crayons et fiches de notations

DATE :

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

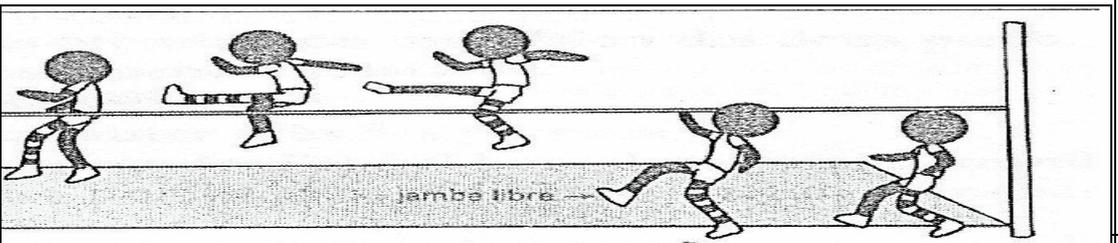
SEANCE : le triple saut

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
Identifier	les différentes activités du saut en hauteur
Réaliser	l'espace
Exécuter	une course d'élan et une impulsion
Appliquer	un triple saut
Traiter	un franchissement / une réception
	les règles de l'activité et de sécurité
	un tournoi de triple saut
<u>SITUATION</u>	
<p>Dans le cadre des préparatifs de la journée de l'athlète ; l'Inspecteur de la circonscription organise une compétition pour le recrutement des meilleurs élèves en saut. Les élèves du CM1 A s'organisent sur un espace aménagé sur lequel ils s'entraînent pour être les meilleurs.</p>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRESENTATION</i>	Met les apprenants en rang et par équipe		Écoutent
Prise en main	Fait exploiter la situation		Émettent des hypothèses
	Nouez les foulards autour du poignet	T.C	Exécutent
	Les conduits au terrain		Exécutent
Mise en situation	Courez lentement autour du terrain		Courent lentement autour du terrain
	On trotte dans tout le terrain		Trottinent
Mise en train	Les aligne face au sautoir		Identifient
	Fait identifier le sautoir		S'imprègnent du saut
	Les faire sauter dans la fosse de réception librement		
	Quel type de saut nous devons réaliser pour ce type de tracer ?		Pour ce type de tracer il nous faut réaliser un triple saut
	Faire réaliser ce triple saut		Sautent
	Pose des questions sur la manière de sauter		Déterminent les meilleures techniques d'exécution

Mise en place des équipes



<p>II-</p> <p><i>DEVELOPPEMENT</i></p> <p><i>a-Identification des taches et règles minimales</i></p> <p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pour réaliser notre triple saut il faudra : Réaliser 3 bonds (cloche pied, foulée bondissante bond) la plus grande distance possible Exemple : pied Droit puis Gauche – Gauche et réception Gauche Droite Ou pied Gauche puis Droit-Droit réception Gauche Droite • Ne pas mordre la ligne d'appel • Ne pas prendre son impulsion des deux pieds • Respecter la chronologie des trois bonds 		<p><i>Ecoutent les consignes</i></p>
	<p><i>Fait donner l'exemple par 3 élèves</i></p>	<p><i>T.G</i></p>	<p><i>Observent la technique du saut</i></p> <p><i>Donnent l'exemple</i></p> <p><i>Sautent</i></p>
<p><i>III-Evaluation Mini compétition</i></p>	<p><i>Nous allons organiser une compétition</i> <i>Choisir en fonction du niveau de la classe deux hauteurs (0,70m - 0,80m)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Un saut réussit donne 3 points à l'équipe</i> • <i>Un saut non réussit ne rapporte que 1 point</i> • <i>Fait sauter par équipe</i> 	<p><i>T.I</i></p>	<p><i>Ecoutent</i></p> <p><i>Sautent par équipe</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i> <i>Que faire pour réussir son saut ?</i> <i>Que faut t-il éviter pour mieux sauter le triple saut ?</i> <i>Proclame les résultats</i> <i>Fait ramasser le matériel</i> <i>Allez- vous laver les mains</i> <i>Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p><i>TC</i></p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i> <i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i> <i>Se lavent les mains</i> <i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : le lancer

DOCUMENT : Guide pédagogique 85

MATERIEL : sifflet poids, fanions terrain matérialisé.

DATE :

COURS : CM2

DUREE : 30

SEMAINE :

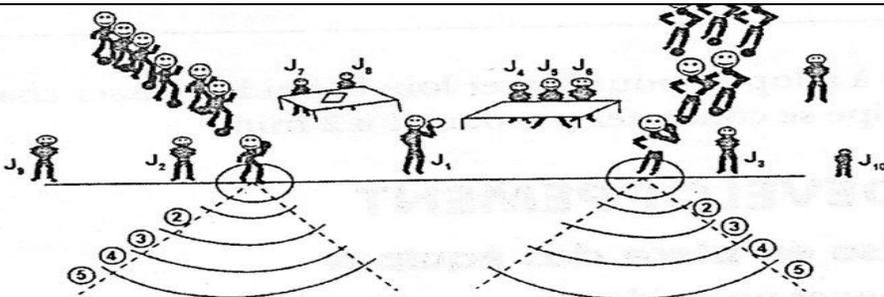
SEANCE : les techniques de lancer

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i> <i>Tenir</i> <i>Se mettre</i> <i>Projeter</i> <i>Appliquer</i>	<i>le poids</i> <i>l'aire de jeu</i> <i>l'engin</i> <i>en action</i> <i>le poids</i> <i>les règles liées à l'activité et les règles de sécurité</i>
<u>SITUATION</u>	
<p><i>En visite dans l'Inspection, des élèves du CM2 découvrent écrit sur le tableau d'affichage qu'un concours du meilleur lanceur de poids est organisé par l'Inspecteur. Pour devenir les meilleurs ils se retrouvent sur un espace aménagé du terrain où ils s'entraînent aux techniques du lancer pour être les meilleurs.</i></p>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRESENTATION</i> <i>Prise en main</i> <i>Mise en situation</i> <i>Mise en train</i>	<p><i>Met les apprenants en rang et par équipe</i> <i>Fait exploiter la situation</i></p> <p><i>Nouez les foulards autour du poignet</i> <i>Les conduits au terrain</i> <i>Courez lentement autour du terrain</i> <i>Fait identifier le matériel du lancer</i> <i>Fait identifier l'espace de jeu</i> <i>Quelles sont les règles minimales pour exécuter le lancer ?</i> <i>Fait faire la démonstration du jeu par 5 élèves</i></p>	<p><i>T.C</i></p>	<p><i>Ecoutent</i></p> <p><i>Emettent des hypothèses</i> <i>Exécutent</i> <i>Exécutent</i></p> <p><i>Courent lentement autour du terrain</i> <i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>Lancent le poids</i></p>

Mise en place des équipes



<p>II-</p> <p><i>DEVELOPPEMENT</i></p> <p><i>a-Identification des taches et règles minimales</i></p> <p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • • <i>Officiel : donner le signal</i> • <i>Lanceur : projeter d'une main, le plus loin possible son engin dans l'aire de lancer</i> • <i>Ne pas mordre la ligne de lancer</i> • <i>Ne pas sortir en avant de la zone d'élan pendant et après le lancer</i> • <i>Ne pas lancer avant le signal</i> • <i>Ne pas se placer dans l'aire de lancer pendant l'exécution du lancer</i> 	<p>TG</p>	<p><i>Ecoutent les consignes</i></p>																								
	<p><i>Fait lancer les concurrents deux par deux</i></p> <p><i>Fait faire 3 essais par lanceur</i></p> <p><i>Veiller à ce que les rôles de lanceur et d'officiel soient alternés</i></p>	<p>T.G</p>	<p><i>Lancent</i></p>																								
<p><i>III-Evaluation</i></p> <p><i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Nous allons faire une compétition selon la fiche d'évaluation suivante</i></p> <table border="1" data-bbox="337 927 1093 1228"> <thead> <tr> <th colspan="4"><i>Fiche d'évaluation pour le lancer de poids</i></th> </tr> <tr> <th colspan="2"><i>Je mets un trait vertical dans la colonne</i></th> <th><i>Décompte</i></th> <th><i>Total</i></th> </tr> <tr> <th colspan="4"><i>Décompte quand :</i></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><i>1</i></td> <td><i>Le lanceur ferme les yeux ou baisse la tête en lançant le pois</i></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td><i>2</i></td> <td><i>Le poids tombe dans la zone neutre</i></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td><i>3</i></td> <td><i>Le lanceur lance le poids « le bras à la volée » (comme un caillou)</i></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			<i>Fiche d'évaluation pour le lancer de poids</i>				<i>Je mets un trait vertical dans la colonne</i>		<i>Décompte</i>	<i>Total</i>	<i>Décompte quand :</i>				<i>1</i>	<i>Le lanceur ferme les yeux ou baisse la tête en lançant le pois</i>			<i>2</i>	<i>Le poids tombe dans la zone neutre</i>			<i>3</i>	<i>Le lanceur lance le poids « le bras à la volée » (comme un caillou)</i>		
<i>Fiche d'évaluation pour le lancer de poids</i>																											
<i>Je mets un trait vertical dans la colonne</i>		<i>Décompte</i>	<i>Total</i>																								
<i>Décompte quand :</i>																											
<i>1</i>	<i>Le lanceur ferme les yeux ou baisse la tête en lançant le pois</i>																										
<i>2</i>	<i>Le poids tombe dans la zone neutre</i>																										
<i>3</i>	<i>Le lanceur lance le poids « le bras à la volée » (comme un caillou)</i>																										
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i></p> <p><i>Quelles sont les meilleures techniques de prise et de lancer du poids ?</i></p> <p><i>Que faire pour réussir son lancer ?</i></p> <p><i>Proclame les résultats</i></p> <p><i>Fait ramasser le matériel</i></p> <p><i>Allez- vous laver les mains</i></p> <p><i>Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p>TC</p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i></p> <p><i>Répondent</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i></p> <p><i>Se lavent les mains</i></p> <p><i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>																								

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : le lancer

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : sifflet poids, fanions terrain matérialisé.

DATE :

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

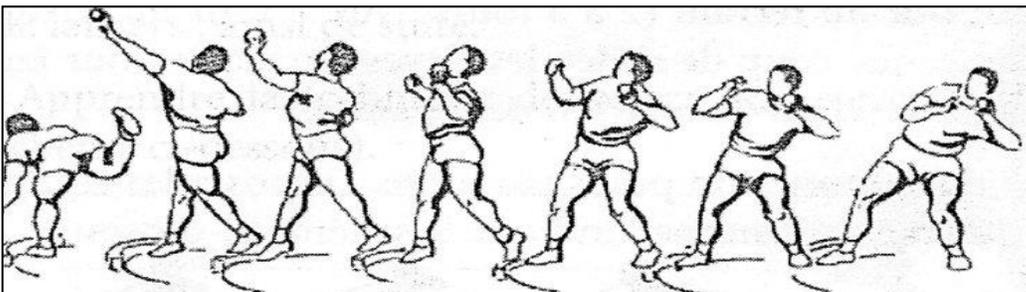
SEANCE : la technique du lancer de profil

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i> <i>Tenir</i> <i>Se mettre</i> <i>Projeter</i> <i>Appliquer</i>	<i>le poids</i> <i>l'aire de jeu</i> <i>l'engin</i> <i>en action</i> <i>le poids de profil</i> <i>les règles liées à l'activité et les règles de sécurité</i>
<u>SITUATION</u>	
<p><i>En visite dans l'Inspection, des élèves du CM2 découvrent écrit sur le tableau d'affichage qu'un concours du meilleur lanceur de poids est organisé par l'Inspecteur. Pour devenir les meilleurs ils se retrouvent sur un espace aménagé du terrain où ils s'entraînent aux techniques du lancer pour être les meilleurs.</i></p>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRESENTATION</i> <i>Prise en main</i> <i>Mise en situation</i> <i>Mise en train</i>	<p><i>Met les apprenants en rang et par équipe</i> <i>Fait exploiter la situation</i></p> <p><i>Nouez les foulards autour du poignet</i> <i>Les conduits au terrain</i> <i>Courez lentement autour du terrain</i></p> <p><i>Fait identifier l'espace de jeu</i> <i>Donne l'exemple de lancer de profil</i> <i>Comment nomme t- on cette technique ?</i></p> <p><i>Fait faire la démonstration du jeu par 5 élèves</i></p>	<p><i>T.C</i></p>	<p><i>Ecoutent</i></p> <p><i>Emettent des hypothèses</i> <i>Exécutent</i> <i>Exécutent</i></p> <p><i>Courent lentement autour du terrain</i> <i>Répondent aux questions</i> <i>Observent</i> <i>C'est le lancer de profil</i></p> <p><i>Lancent le poids</i></p>

Mise en place des équipes



<p>II-</p> <p><i>DEVELOPPEMENT</i></p> <p><i>a-Identification des taches et règles minimales</i></p> <p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<p><i>Aujourd'hui, il faudra projeter le poids le plus loin possible par la technique de lancer de profil</i></p> <p><u>Consignes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ne pas mordre la ligne de lancer</i> • <i>Ne pas sortir en avant de la zone d'élan pendant et après le lancer</i> • <i>Ne pas lancer avant le signal</i> • <i>Ne pas se placer dans l'aire de lancer pendant l'exécution du lancer</i> 	<p>TG</p>	<p><i>Ecoutent les consignes</i></p>
	<p><i>Fait lancer les concurrents deux par deux</i></p> <p><i>Fait faire 3 essais par lanceur</i></p> <p><i>Veiller à ce que les rôles de lanceur et d'officiel soient alternés</i></p>	<p>T.G</p>	<p><i>Lancent</i></p>
<p><i>III-Evaluation</i></p> <p><i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Nous allons organiser une mini compétition</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Celui qui projette le poids selon la technique de lancer de profil marque des points</i> 		<p><i>Lancent en respectant la technique de lancer</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i></p> <p><i>Quelles sont les meilleures techniques de prise et de lancer du poids de profil?</i></p> <p><i>Que faire pour réussir son lancer de profil ?</i></p> <p><i>Proclame les résultats</i></p> <p><i>Fait ramasser le matériel</i></p> <p><i>Allez- vous laver les mains</i></p> <p><i>Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p>TC</p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i></p> <p><i>Répondent</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i></p> <p><i>Se lavent les mains</i></p> <p><i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : le lancer

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : sifflet poids, fanions terrain matérialisé.

DATE :

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

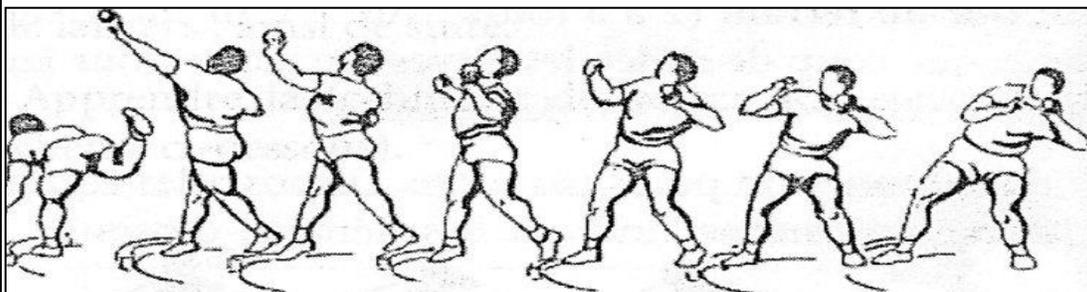
SEANCE : compétition du lancer de profil

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
Identifier	le poids l'aire de jeu
Tenir	l'engin
Se mettre	en action
Projeter	le poids de profil
Appliquer	les règles liées à l'activité et les règles de sécurité
<u>SITUATION</u>	
En visite dans l'Inspection, des élèves du CM2 découvrent écrit sur le tableau d'affichage qu'un concours du meilleur lanceur de poids est organisé par l'Inspecteur. Pour devenir les meilleurs ils se retrouvent sur un espace aménagé du terrain où ils s'entraînent aux techniques du lancer pour être les meilleurs.	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPNSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRESENTATION</i>	Met les apprenants en rang et par équipe Fait exploiter la situation	T.C	Écoutent
<i>Prise en main</i>	Nouez les foulards autour du poignet Les conduits au terrain		Émettent des hypothèses Exécutent Exécutent
<i>Mise en situation</i>	Courez lentement autour du terrain		Courent lentement autour du terrain Répondent aux questions
<i>Mise en train</i>	Fait identifier l'espace de jeu Fait lancer le poids loin par la technique de profil		Observent Lancent le poids

Mise en place des équipes



<p>II-</p> <p><i>DEVELOPPEMENT</i></p> <p><i>a-Identification des tâches et règles minimales</i></p> <p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<p><i>Aujourd'hui, il faudra projeter le poids le plus loin possible par la technique de lancer de profil</i> <i>L'on notera les compétences</i> <u>Consignes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ne pas mordre la ligne de lancer</i> • <i>Ne pas sortir en avant de la zone d'élan pendant et après le lancer</i> • <i>Ne pas lancer avant le signal</i> • <i>Ne pas se placer dans l'aire de lancer pendant l'exécution du lancer</i> 	<p>TG</p>	<p><i>Ecoutent les consignes</i></p>
	<p><i>Fait lancer les concurrents deux par deux</i> <i>Fait faire 2 essais par élèves</i></p>	<p>T.G</p>	<p><i>Lancent</i></p>
<p><i>III-Evaluation</i></p> <p><i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Nous allons organiser une mini compétition</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Celui qui projette le poids le plus loin possible selon la technique de lancer de profil marque des points pour son équipe</i> • <i>Verront s'affronter en dernier ceux qui auront lancé plus de points</i> 	<p>TC</p>	<p><i>Lancent en respectant la technique de lancer</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i> <i>Quelles sont les meilleures techniques de prise et de lancer du poids de profil?</i> <i>Que faire pour réussir son lancer de profil ?</i> <i>Proclame les résultats</i> <i>Fait ramasser le matériel</i> <i>Allez- vous laver les mains</i> <i>Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p>TC</p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i></p> <p><i>Répondent</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i> <i>Se lavent les mains</i> <i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : le football

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : sifflet, ballons ; foulards -poteaux

SEANCE : les *stratégies du jeu*

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i>	<i>le football de petit terrain le matériel les règles du jeu</i>
<i>Pratiquer</i>	<i>l'échauffement spécifique l'échauffement général l'organisation collective l'organisation défensive la contre attaque</i>
<i>Organiser</i>	<i>les règlements les règles du jeu</i>

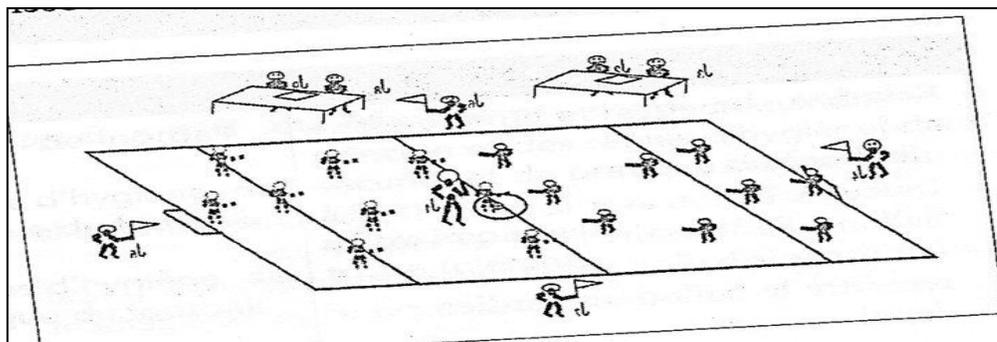
SITUATION

Le Directeur de l'école annonce au drapeau que les compétitions du football pour l'OISSU commencent bientôt. Les élèves du CM1 A qui veulent être les meilleurs sélectionnés ont aménagé un espace de jeu de football où ils s'entraînent aux stratégies du jeu.

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRÉSENTATION</i>	<i>Met les apprenants en rang et par équipe Fait exploiter la situation</i>		<i>Écoutent</i>
<i>Prise en main</i>	<i>Nouez les foulards autour du poignet Les conduits au terrain</i>		<i>Émettent des hypothèses Exécutent Exécutent</i>
<i>Mise en situation</i>	<i>Courez lentement autour du terrain Fait identifier le terrain et ses limites</i>		<i>Courent lentement autour du terrain Répondent aux questions C'est le football</i>
<i>Mise en train</i>	<i>Quel jeu est pratiqué sur ce type de terrain ? Donne des ballons à toute les équipes pour jouer dans tous le terrain sans en sortir et sans que la balle ne touche leur main Fait identifier les différents : les différents rôles les mauvais comportements les bons comportements</i>	<i>T.C</i>	<i>Jouent</i>

Mise en place des équipes



<p><i>II- DEVELOPPEMENT a-Identification des taches et règles minimales</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Officiels : assurer l'organisation et le bon déroulement des rencontres</i> • <i>Joueurs : allez tirer dans les buts adverses</i> 		<p><i>Ecoutent les consignes</i></p>
<p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<p>Consigne : <i>Progresser vers les buts adverses pour marquer des buts</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Chaque rencontre ne peut durer que 5 min</i> • <i>Amener l'équipe organisatrice à assurer le bon fonctionnement des rencontres</i> • <i>Introduire progressivement les règles de jeu et de sécurité au fur et à mesure</i> • <i>Fait jouer les équipes (9 joueurs)</i> 	<p><i>T.G</i></p>	<p><i>Ecoutent les consignes</i></p> <p><i>Jouent</i></p>
<p><i>III-Evaluation Mini compétition</i></p>	<p><i>Nous allons organiser une compétition</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Equipe vainqueurs : 3 points</i> • <i>Equipe vaincue : 1 point</i> • <i>Match nul : 2 points</i> 	<p><i>T.I</i></p>	<p><i>Jouent</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain ! Fait rappeler les règles du football Qu'est ce qu'il ne faut pas faire au cours du jeu ?</i></p> <p><i>Proclame les résultats Fait ramasser le matériel Allez- vous laver les mains Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p><i>TC</i></p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain Répondent</i></p> <p><i>Ramassent le matériel Se lavent les mains Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : le football

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : sifflet, ballons ; foulards poteaux

SEANCE : les stratégies d'attaque

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i>	<i>le football de petit terrain le matériel les règles du jeu</i>
<i>Pratiquer</i>	<i>l'échauffement spécifique l'échauffement général l'organisation collective l'organisation défensive les stratégies d'attaque</i>
<i>Organiser</i>	<i>les règlements les règles du jeu</i>

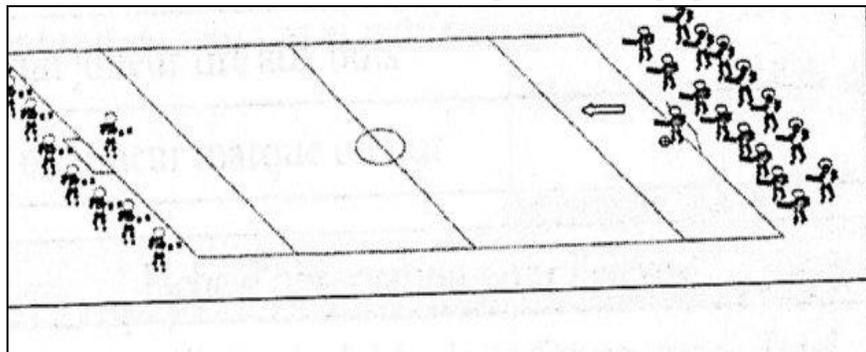
SITUATION

Le Directeur de l'école annonce au drapeau que les compétitions du football pour l'OISSU commencent bientôt. Les élèves du CM1 A qui veulent être les meilleurs sélectionnés ont aménagé un espace de jeu de football où ils s'entraînent aux stratégies du jeu.

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRÉSENTATION</i>	<i>Met les apprenants en rang et par équipe Fait exploiter la situation</i>		<i>Ecoutent</i>
<i>Prise en main</i>	<i>Nouez les foulards autour du poignet Les conduits au terrain</i>	<i>T.C</i>	<i>Emettent des hypothèses Exécutent Exécutent</i>
<i>Mise en situation</i>	<i>Courez lentement autour du terrain Fait rappeler les différents rôles joués par les équipes organisatrices</i>		<i>Courent lentement autour du terrain</i>
<i>Mise en train</i>	<i>Fait donner les insuffisances techniques et tactiques</i> <ul style="list-style-type: none"> • <i>On fait tous 2 tours du terrain</i> • <i>Faite des passes avec les ballons en votre possession, tous les membres de l'équipe doivent la toucher</i> • <i>Comment doit-on s'y prendre pour aller marquer des buts dans le camp adverse ?</i> 		<i>Répondent aux questions</i> <i>Jouent</i> <i>Répondent</i>

Mise en place des équipes



<p>II- DEVELOPPEMENT</p> <p>a-Identification des taches et règles minimales</p> <p>b-Pratique dirigée</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Attaquant : progresser collectivement vers le camp adverse pour aller marquer des buts • Défenseurs : intercepter le ballon • Ne pas bousculer le porteur de ballon • Ne pas conserver le ballon intercepté 	TC	Ecoutent les consignes
	<p>Consigne : Progresser par passe et contrôle de balle pour aller shooter aux buts.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Au signal les 2 équipes sur le terrain s'affrontent • Fait comprendre le rôle de chaque acteur sur le terrain • Toute progression vers le camp adverse doit être soldée par un tir au but • Les passes doivent se faire en avant et non en arrière • Il faut toujours jouer avec son partenaire 	T.G	<p>Ecoutent les consignes</p> <p>Jouent</p>
<p>III-Evaluation</p> <p>Mini compétition</p>	<p>Nous allons organiser une compétition</p> <ul style="list-style-type: none"> • Equipe vainqueurs : 3 points • Equipe vaincue : 1 point • Match nul : 2 points 	T.I	Jouent
<p>Retour au calme</p>	<p>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</p> <p>Fait rappeler les règles du football</p> <p>Qu'est ce qu'il ne faut pas faire au cours du jeu ?</p> <p>Donnez les meilleures techniques d'attaques</p> <p>Proclame les résultats</p> <p>Fait ramasser le matériel</p> <p>Allez- vous laver les mains</p> <p>Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</p>	TC	<p>S'assoient par équipe au centre du terrain</p> <p>Répondent</p> <p>Ramassent le matériel</p> <p>Se lavent les mains</p> <p>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : le football

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : sifflet, ballons ; foulards poteaux

SEANCE : la compétition

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i>	<i>le football de petit terrain le matériel les règles du jeu</i>
<i>Pratiquer</i>	<i>l'échauffement spécifique l'échauffement général l'organisation collective l'organisation défensive les stratégies d'attaque</i>
<i>Organiser</i>	<i>les règlements les règles du jeu</i>

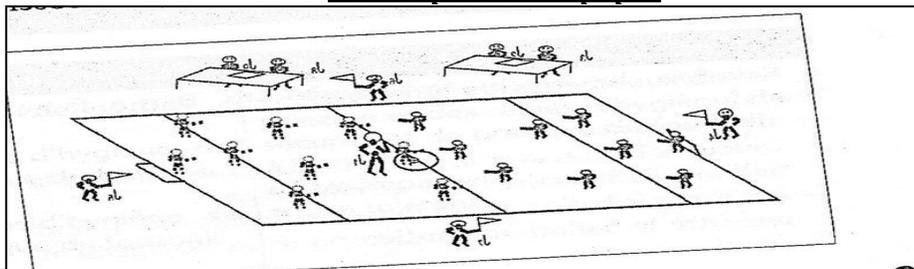
SITUATION

Le Directeur de l'école annonce au drapeau que les compétitions du football pour l'OISSU commencent bientôt. Les élèves du CM1 A qui veulent être les meilleurs sélectionnés ont aménagé un espace de jeu de football où ils s'entraînent aux stratégies du jeu.

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRÉSENTATION</i>	<i>Met les apprenants en rang et par équipe Fait exploiter la situation</i>		<i>Ecoutent</i>
<i>Prise en main</i>	<i>Nouez les foulards autour du poignet Les conduits au terrain</i>	<i>T.C</i>	<i>Emettent des hypothèses Exécutent Exécutent</i>
<i>Mise en situation</i>	<i>Courez lentement dans le terrain sans se toucher</i>		<i>Courent lentement dans le terrain</i>
<i>Mise en train</i>	<i>Fait rappeler les différents rôles joués par les équipes organisatrices Fait donner les insuffisances techniques et tactiques</i>		<i>Répondent aux questions</i>
	<ul style="list-style-type: none"> <i>• Faites des passes avec les ballons en votre possession, tous les membres de l'équipe</i> 		<i>Jouent Répondent</i>

Mise en place des équipes



<p>II-</p> <p><i>DEVELOPPEMENT</i></p> <p>a-Identification des tâches et règles minimales</p> <p>b-Pratique dirigée</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Attaquant : progresser collectivement vers le camp adverse pour aller marquer des buts • Défenseurs : intercepter le ballon • Ne pas bousculer le porteur de ballon • Ne pas conserver le ballon intercepté 	TC	Ecoutent les consignes
	<p>Consigne :</p> <p>Développez des stratégies pour marquer des buts.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Au signal les 2 équipes sur le terrain s'affrontent • Fait comprendre le rôle de chaque acteur sur le terrain • Amener l'équipe en attaque à s'organiser pour progresser avec le ballon vers le but adverse • Amener l'équipe en défense à s'organiser pour récupérer le ballon perdu • Siffler les fautes • Amener les élèves à justifier les stratégies d'attaques et de défense 	T.C	Ecoutent les consignes
<p>III-Evaluation</p> <p>Mini compétition</p>	<p>Nous allons organiser une compétition</p> <ul style="list-style-type: none"> • Equipe vainqueurs : 3 points • Equipe vaincue : 1 point • Match nul : 2 points 	T.I	Jouent
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</p> <p>Fait rappeler les règles du football</p> <p>Qu'est ce qu'il ne faut pas faire au cours du jeu ?</p> <p>Donnez les meilleures techniques d'attaques et de défense</p> <p>Proclame les résultats</p> <p>Fait ramasser le matériel</p> <p>Allez- vous laver les mains</p> <p>Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</p>	TC	<p>S'assoient par équipe au centre du terrain</p> <p>Répondent</p> <p>Ramassent le matériel</p> <p>Se lavent les mains</p> <p>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : les activités de lutte

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : les techniques de combat

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

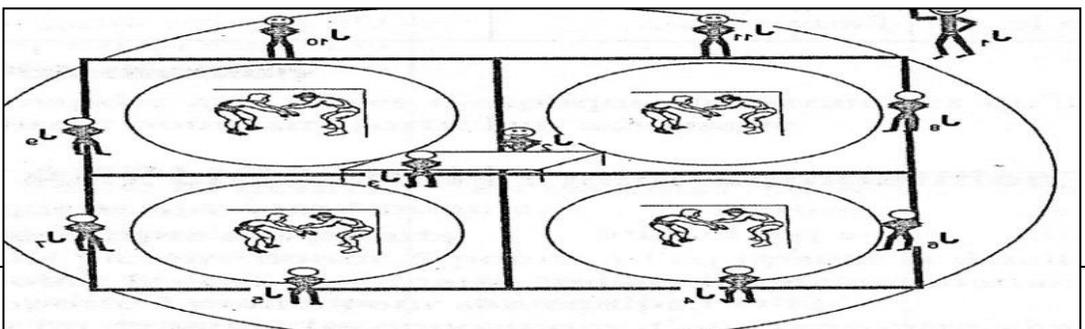
DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i> <i>Exécuter</i> <i>Appliquer</i> <i>Traiter</i>	<i>les activités de combat</i> <i>l'espace</i> <i>des déséquilibres des prises des chutes</i> <i>les règles de l'activité et de sécurité</i> <i>un tournoi de lutte</i>
<u>SITUATION</u>	
<p><i>Des élèves du CE2 rapportent de leur rencontre avec le responsable des activités sportives de l'IEP une note sur laquelle tous les élèves sont invités à participer à un tournoi de lutte en vue de la sélection régionale. Pour être les meilleurs ces élèves ont décidé de s'organiser dans le but de maîtriser les techniques de combat pour être les meilleurs.</i></p>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRÉSENTATION</i> <i>Prise en main</i> <i>Mise en situation</i> <i>Mise en train</i>	<p><i>Met les apprenants en rang et par équipe</i> <i>Fait exploiter la situation</i></p> <p><i>Nouez les foulards autour du poignet</i> <i>Les conduits au terrain</i> <i>Courez lentement autour du terrain</i> <i>Tracer des grands cercles dans le terrain</i> <i>Placer un élève dans chaque cercle</i> <i>Inviter un autre à y pénétrer et dire à celui qui est à l'intérieur de l'en empêcher</i> <i>Comment nomme t-on ce type d'activité ?</i></p>	<p>T.C</p>	<p><i>Écoutent</i></p> <p><i>Émettent des hypothèses</i> <i>Exécutent</i> <i>Exécutent</i></p> <p><i>Courent lentement autour du terrain</i></p> <p><i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>C'est de la lutte</i></p>

Mise en place des équipes



<p>II-</p> <p><i>DEVELOPPEMENT</i></p> <p><i>a-Identification des taches et règles minimales</i></p> <p><i>b-Pratique dirigée</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • • <i>Officiels : assurez les différents rôles à l'organisation</i> • <i>Lutteurs : faire sortir l'adversaire de l'arène</i> • <i>Ne pas commencer la lutte avant le coup d'envoi</i> • <i>Ne pas poursuivre la lutte après le signal d'arrêt</i> • <i>Ne pas faire tomber l'adversaire</i> • <i>Ne pas trainer l'adversaire par terre</i> • <i>Ne pas griffer ni pincer l'adversaire</i> 		<p><i>Ecoutent les consignes</i></p>
	<p>Consigne : prendre le dessus sur l'adversaire</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Faire competir les lutteurs</i> • <i>Intervenir pour rappeler les consignes de sécurité</i> • <i>Le juge soulève le bras du vainqueur</i> 	<p>T.G</p>	<p><i>Luttent</i></p>
<p><i>III-Evaluation</i></p> <p><i>Mini compétition</i></p>	<p><i>Nous allons organiser une compétition</i></p> <p><i>Toute victoire marque 5 points et la défaite 1 point</i></p> <p><i>Match nul chaque combattant remporte 3 points</i></p>	<p>T.I</p>	<p><i>Luttent</i></p>
<p><i>Retour au calme</i></p>	<p><i>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain !</i></p> <p><i>Qu'est ce qu'il fallait faire pour être vainqueur ?</i></p> <p><i>Fait rappeler les règles de sécurité</i></p> <p><i>Proclame les résultats</i></p> <p><i>Fait ramasser le matériel</i></p> <p><i>Allez- vous laver les mains</i></p> <p><i>Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>	<p>TC</p>	<p><i>S'assoient par équipe au centre du terrain</i></p> <p><i>Répondent</i></p> <p><i>Ramassent le matériel</i></p> <p><i>Se lavent les mains</i></p> <p><i>Vont en classe dans l'ordre et la discipline</i></p>

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : les activités de lutte

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : les techniques d'attaque

COURS : CM2

DUREE : 30

SEMAINE :

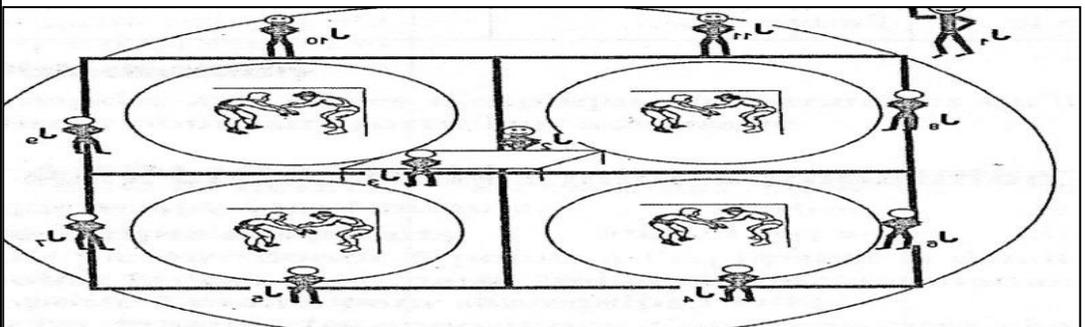
DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i> <i>Exécuter</i> <i>Appliquer</i> <i>Traiter</i>	<i>les activités de lutte</i> <i>l'espace</i> <i>des déséquilibres des prises des chutes</i> <i>les règles de l'activité et de sécurité</i> <i>un tournoi de lutte</i>
<u>SITUATION</u>	
<p><i>Des élèves du CE2 rapportent de leur rencontre avec le responsable des activités sportives de l'IEP une note sur laquelle tous les élèves sont invités à participer à un tournoi de lutte en vue de la sélection régionale. Pour être les meilleurs ces élèves ont décidé de s'organiser dans le but de maîtriser les techniques de combat pour être les meilleurs.</i></p>	

DEROULEMENT

PLAN DU COURS	METHODE ET MOYENS	S.P	REPONSES ATTENDUES
<i>I-PRESENTATION</i> <i>Prise en main</i> <i>Mise en situation</i> <i>Mise en train</i>	<p><i>Met les apprenants en rang et par équipe</i> <i>Fait exploiter la situation</i></p> <p><i>Nouez les foulards autour du poignet</i> <i>Les conduits au terrain</i> <i>Courez lentement autour du terrain</i> <i>Fait rappeler les règles du jeu précédent</i> <i>Fait faire le jeu de retour en cage avec des cercles tracé sur le terrain (au signal chacun se réfugie dans un cercle et empêche les autres d'y pénétrer)</i></p>	<p>T.C</p>	<p><i>Ecoutent</i></p> <p><i>Emettent des hypothèses</i> <i>Exécutent</i> <i>Exécutent</i></p> <p><i>Courent lentement autour du terrain</i></p> <p><i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>Jouent</i></p>

Mise en place des équipes



II- DEVELOPPEMENT			
a-Identification des taches et règles minimales		Activité(s)	Situation de départ
b-Pratique dirigée	1 - Déloger le vis- teur indélicat.		 Ils sont l'un face à l'autre dans l'arène.
	2 - Rentrer dans un corps à corps avec l'adversaire.		 Ils sont l'un face à l'autre dans l'arène.
	3 - Surprendre l'adversaire pour le battre.		 Ils sont l'un face à l'autre dans l'arène.
	4 - Se placer dans le dos de l'adversaire.		 Ils sont l'un face à l'autre dans l'arène.
III-Evaluation Mini compétition	Nous allons organiser une compétition Toute victoire marque 5 points et la défaite 1 point Match nul chaque combattant remporte 3 points	T.I	Luttent
Retour au calme	Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain ! Qu'est ce qu'il fallait faire pour être vainqueur ? Fait rappeler les règles de sécurité Proclame les résultats Fait ramasser le matériel Allez- vous laver les mains Conduit les équipes en classe dans l'ordre et la discipline	TC	S'assoient par équipe au centre du terrain Répondent Ramassent le matériel Se lavent les mains Vont en classe dans l'ordre et la discipline

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : les activités de lutte

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : techniques pour terrasser mon adversaire

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

DATE :

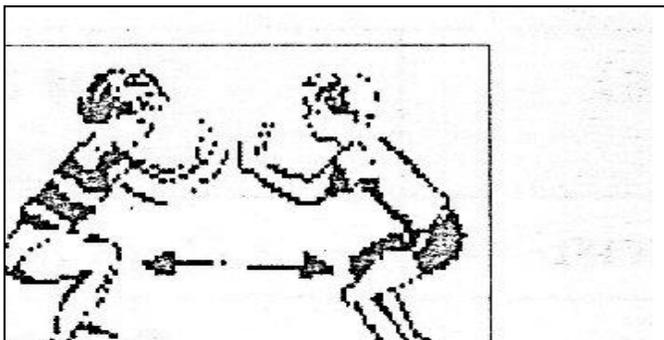
<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i> <i>Exécuter</i> <i>Appliquer</i> <i>Traiter</i>	<i>les activités de lutte</i> <i>l'espace</i> <i>des déséquilibres des prises des chutes</i> <i>les règles de l'activité et de sécurité</i> <i>un tournoi de lutte</i>
<u>SITUATION</u>	
<p><i>Des élèves du CE2 rapportent de leur rencontre avec le responsable des activités sportives de l'IEP une note sur laquelle tous les élèves sont invités à participer à un tournoi de lutte en vue de la sélection régionale. Pour être les meilleurs ces élèves ont décidé de s'organiser dans le but de maîtriser les techniques de combat pour être les meilleurs.</i></p>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRESENTATION</i> <i>Prise en main</i> <i>Mise en situation</i> <i>Mise en train</i>	<p><i>Met les apprenants en rang et par équipe</i> <i>Fait exploiter la situation</i></p> <p><i>Nouez les foulards autour du poignet</i> <i>Les conduits au terrain</i> <i>Courez lentement autour du terrain</i> <i>Fait rappeler les règles du jeu précédent</i> <i>Fait faire le jeu de retour en cage avec des cercles tracé sur le terrain (au signal chacun se réfugie dans un cercle et empêche les autres d'y pénétrer)</i></p>	<p>T.C</p>	<p><i>Ecoutent</i></p> <p><i>Emettent des hypothèses</i> <i>Exécutent</i> <i>Exécutent</i></p> <p><i>Courent lentement autour du terrain</i></p> <p><i>Répondent aux questions</i></p> <p><i>Jouent</i></p>

Mise en place des équipes

Dispose les élèves comme suit



II- DEVELOPPEMENT			
a-Identification des taches et règles minimales		Activité(s)	Situation de départ
b-Pratique dirigée	1 - Déloger le visi- teur indélicat.		 Ils sont l'un face à l'autre dans l'arène.
	2 - Rentrer dans un corps à corps avec l'adversaire.		 Ils sont l'un face à l'autre dans l'arène.
	3 - Surprendre l'adversaire pour le battre.		 Ils sont l'un face à l'autre dans l'arène.
	4 - Se placer dans le dos de l'adversaire.		 Ils sont l'un face à l'autre dans l'arène.
III-Evaluation Mini compétition	Nous allons organiser une compétition Toute victoire marque 5 points et la défaite 1 point Match nul chaque combattant remporte 3 points	T.I	Luttent
Retour au calme	Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain ! Qu'est ce qu'il fallait faire pour être vainqueur ? Fait rappeler les règles de sécurité Faire ramasser le matériel Aller vous lavez les mains Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline	TC	S'assoient par équipe au centre du terrain Répondent Ramassent le matériel Se lavent les mains Vont en classe dans l'ordre et la discipline

EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : des activités gymniques

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : des éléments gymniques

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

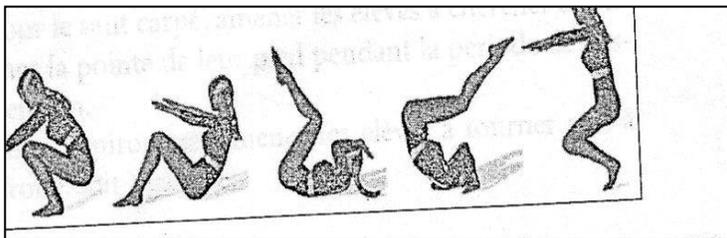
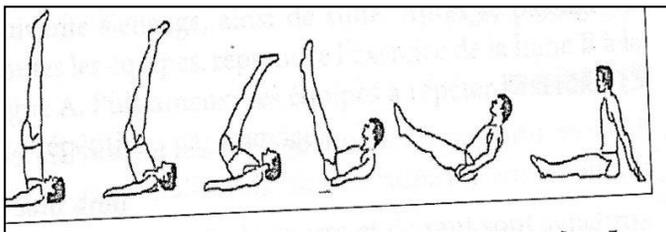
DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i>	<i>les éléments gymniques simples le matériel nécessaire à la pratique de la gymnastique au sol les règles d'arbitrage</i>
<i>Exécuter</i>	<i>les éléments gymniques simples</i>
<u>SITUATION</u>	
<i>Pour le bal de fin d'année le Sous Préfet décide de récompenser les meilleurs élèves qui réaliseront des figures d'activités gymniques au sol. Des élèves qui veulent recevoir ce prix ont aménagé un espace de jeu sur le terrain où ils s'entraînent avec des figures gymniques.</i>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRÉSENTATION</i> <i>Prise en main</i> <i>Mise en situation</i> <i>Mise en train</i>	<i>Met les apprenants en rang et par équipe Fait exploiter la situation Nouez les foulards autour du poignet Les conduits au terrain Courez lentement autour du terrain en soulevant les genoux haut Fait faire des flexions avant du tronc de manière simple Quel type d'activité peut faire appel à ses échauffements ?</i>	<i>T.C</i>	<i>Écoutent Émettent des hypothèses Exécutent Exécutent Courrent lentement autour du terrain Font les échauffements Répondent aux questions</i>
<i>Mise en place des équipes</i>	<i>Les équipes sont alignées derrière une ligne A devant un terrain qui mesure 20 à 30 m de longueur et de 10 à 20 m de largeur</i>	<i>TG</i>	<i>Respectent les dispositions</i>
<i>II- DÉVELOPPEMENT</i> <i>a-Identification des tâches et règles minimales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>On court 3 à 4 pas et on effectue son saut et on se reçoit sur ses pieds</i> • <i>On se tient en équilibre</i> • <i>Puis on réalise une roulade et une roue</i> • <i>Ne pas tomber</i> • <i>Ne pas perdre son équilibre</i> 	<i>TC</i>	<i>Écoutent les consignes</i>
<i>b-Pratique dirigée</i>	<i>Consigne : réaliser des éléments gymniques</i> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Saut droit</i> <i>(les jambes tendues et serrées avec la pointe des pieds en extension)</i>	<i>T.G</i>	<i>Écoutent les consignes</i>

	<p>(la main tendue et serrées avec la pointe des pieds en avant)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demi-pirouette Les jambes tendues et serrées avec la pointe des pieds en extension Les mains sont tendues vers le haut et vers l'avant dans le prolongement du corps La réception est équilibrée sur la pointe des pieds face à la ligne de départ <p>Faire donner l'exemple par plusieurs élèves</p> <ul style="list-style-type: none"> • La chandelle Monter les jambes et décoller les fesses • La planche faciale • La roulade avant et arrière 		<p>Réalisent les figures</p> <p>Donnent l'exemple</p>
<p>III-Evaluation Mini compétition</p>	<p>Nous allons organiser une mini compétition Faire réaliser par chaque acteur des figures gymniques Les notes sont établies par les juges et les observateurs</p>	<p>T.I</p>	<p>Réalisent des figures gymniques</p>
<p>Retour au calme</p>	<p>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain ! Comment réussir ces figures ? Quelles sont les techniques ? Faire ramasser le matériel Aller vous lavez les mains Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</p>	<p>TC</p>	<p>S'assoient par équipe au centre du terrain Répondent</p> <p>Ramassent le matériel Se lavent les mains Vont en classe dans l'ordre et la discipline</p>



EPS

COMPETENCE 2

LEÇON : des activités gymniques

DOCUMENT : Guide d'exécution

MATERIEL : Fanions, foulards, sifflet.

SEANCE : des mini- enchainements

COURS : CM1

DUREE : 30

SEMAINE :

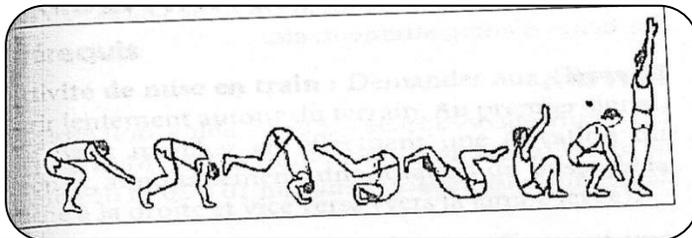
DATE :

<u>HABILETES</u>	<u>CONTENUS</u>
<i>Identifier</i>	<i>les éléments gymniques simples le matériel nécessaire à la pratique de la gymnastique au sol les règles d'arbitrage</i>
<i>Exécuter</i>	<i>un mini enchainement</i>
<u>SITUATION</u>	
<i>Pour le bal de fin d'année le Sous Préfet décide de récompenser les meilleurs élèves qui réaliseront des figures d'activités gymniques au sol. Des élèves qui veulent recevoir ce prix ont aménagé un espace de jeu sur le terrain où ils s'entraînent avec des figures gymniques.</i>	

DEROULEMENT

<u>PLAN DU COURS</u>	<u>METHODE ET MOYENS</u>	<u>S.P</u>	<u>REPONSES ATTENDUES</u>
<i>I-PRÉSENTATION</i>	<i>Met les apprenants en rang et par équipe Fait exploiter la situation</i>	<i>T.C</i>	<i>Écoutent</i>
<i>Prise en main</i>	<i>Nouez les foulards autour du poignet Les conduits au terrain</i>		<i>Émettent des hypothèses Exécutent Exécutent</i>
<i>Mise en situation</i>	<i>Courez lentement autour du terrain en soulevant les genoux haut</i>		<i>Courent lentement autour du terrain</i>
<i>Mise en train</i>	<i>Fait rappeler les acquis de la séance précédente Fait trotter et accomplir des figures libres à chacun</i>		<i>Font les échauffements Répondent aux questions Font les échauffements</i>
<i>Mise en place des équipes</i>	<i>Les équipes sont alignées derrière une ligne A devant un terrain qui mesure 20 à 30 m de longueur et de 10 à 20 m de largeur</i>	<i>TC</i>	<i>Respectent les dispositions</i>
<i>II- DÉVELOPPEMENT</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>On court 3 à 4 pas et on effectue son saut et on se reçoit sur ses pieds</i> • <i>On se tient en équilibre</i> • <i>Puis on réalise une roulade et une roue</i> • <i>Ne pas tomber</i> • <i>Ne pas perdre son équilibre</i> 	<i>TC</i>	<i>Écoutent les consignes</i>
<i>b-Pratique dirigée</i>	<i>Consigne : réaliser des enchainements</i> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Activité 1</i> 	<i>T.G</i>	<i>Écoutent les consignes</i>

	<p>Elan +saut droit + roulade avant +planche faciale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Activité 2 Elan +roue + planche faciale + roulade avant groupée • Activité 3 Elan+demi +pirouette + roulade +roulade arrière groupée +équilibre fessier <p>« fait donner des exemples à chaque fois par 2 élèves »</p>		<p>Réalisent les figures</p> <p>Donnent l'exemple</p>
<p>III-Evaluation Mini compétition</p>	<p>Nous allons organiser une mini compétition Faire réaliser par chaque acteur des figures gymniques Les notes sont établies par les juges et les observateurs</p>	T.I	<p>Réalisent des figures gymniques</p>
<p>Retour au calme</p>	<p>Faire asseoir les élèves par équipe au centre du terrain ! Comment réussir ces figures ? Quels sont les enchainements ? Faire ramasser le matériel Aller vous lavez les mains Conduire les équipes en classe dans l'ordre et la discipline</p>	TC	<p>S'assoient par équipe au centre du terrain Répondent</p> <p>Ramassent le matériel Se lavent les mains Vont en classe dans l'ordre et la discipline</p>

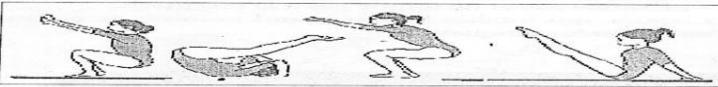


pour réaliser une planche faciale.



Activité 2 : Roulade arrière groupée + équilibre fessier

• De la station accroupie, exécuter la roulade arrière arrivée jambes groupées pour se retrouver accroupi et poser aussitôt les mains au sol pour s'asseoir et réaliser la chandelle.



la chandelle.

