

COMPÉTENCE VISEE : réaliser une performance mesurée (en distance, en temps)

ACTIVITE SUPPORT : activités athlétiques

<p>CYCLE 1 Maternelle</p> <p>Compétence attendue (2x10h)*:</p> <p>Courir, sauter, lancer selon des formes différentes, dans des espaces et avec des matériels variés, sans risque.</p>	<p>Connaissances</p> <ul style="list-style-type: none"> - Connaître des espaces d'évolution autorisés - connaître les verbes d'actions <p>Capacités</p> <p>Courir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Réagir à un signal sonore - Courir vite pendant quelques secondes (5 sec. environ) sur une distance courte (10m) - Courir en franchissant des obstacles variés : 3 à 5 espacés de 1 à 2 mètres. <p>Sauter :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Courir et sauter dans des zones ou des espaces définis - en contre haut ou en contre bas (banc ou plinth bas) - après quelques pas d'élan, en un seul ou plusieurs bonds <p>Lancer :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lancer devant soi des objets de forme et de tenues variées. <p>Attitudes</p> <ul style="list-style-type: none"> Respecter un ordre de passage Respecter le signal donné
<p>CYCLE 2 (GS)-CP-CE1</p> <p>Compétence attendue (2x10h)*:</p> <p>Courir, sauter, lancer selon des formes et dans des espaces déterminés, sans risque.</p>	<p>Connaissances</p> <ul style="list-style-type: none"> - les règles qui déterminent les formes et les espaces (rester dans un couloir, courir vite ou longtemps, etc.) - les mots qui caractérisent les formes et les espaces (couloirs, zone d'élan et de réception etc.) <p>Capacités</p> <p>Courses (départ debout)</p> <ul style="list-style-type: none"> - réagir à un départ ordonné sur 2 temps (de type « attention ... top ! ») - de vitesse : sur une distance courte (20m) franchir la ligne d'arrivée le plus vite possible. - d'obstacles : Courir et franchir trois obstacles bas successifs en ralentissant le moins possible. - en durée : courir plus longtemps (3 à 6 mn), sans s'essouffler. <p>Sauts</p> <ul style="list-style-type: none"> - Courir et, à partir d'un repère (plot), sauter loin et haut en un seul ou plusieurs bonds. <p>Lancers</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sur quelques appuis, lancer le plus loin possible des objets de forme et de tenues variées dans un espace délimité. <p>Attitudes</p> <ul style="list-style-type: none"> - respecter un ordre de passage dans un groupe de 6 max. en autonomie. - respecter les règles de sécurité en fonction des espaces reconnus.

<p>CYCLE 3 CE2-CM1-CM2</p> <p>Compétence attendue (2x10h)*:</p> <p>Courir, sauter, lancer pour « battre son record » dans le respect des règles énoncées ; Assurer les rôles de starter, chronométreur et de juge ; Assumer une tâche simple d'observation.</p>	<p>Connaissances</p> <ul style="list-style-type: none"> - connaître sa performance, son point fort et son point faible. - utiliser un chronomètre simple - juger : contrôle des espaces déterminés (zones, marques etc.) - donner un départ 2 temps (de type « attention ... top ! »)
	<p>Capacités</p> <p>Courses (départ debout):</p> <ul style="list-style-type: none"> - de vitesse : sur 30m, maintenir sa vitesse maximale. - de relais : sur 40m, à deux, s'élancer et recevoir ou passer un témoin sans ralentir, dans une zone d'une quinzaine de mètres. - de haies : courir le plus vite possible sur un parcours de 30m avec trois obstacles bas (hauteur genou), finir vite. - en durée : courir en maintenant sa vitesse sans s'essouffler pendant 6 à 12 minutes (selon les capacités de chacun) ; courir au même rythme que les autres enfants du groupe. <p>Sauts : Courir et enchaîner une impulsion dans la zone d'appel pour aller le plus haut (hauteur) ou le plus loin possible (longueur, en un ou plusieurs bonds). Mesure de la marque à la marque.</p> <p>Lancers :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sur quelques appuis, lancer, de façon adaptée à l'engin (balles lestée, javelot mousse, etc.), le plus loin possible. Mesure de la marque à la marque.
	<p>Attitudes</p> <ul style="list-style-type: none"> - prendre en charge les différents rôles attribués dans un groupe de 6 max. pour chronométrer, mesurer, etc. - battre son record dans le respect de la règle. - rendre compte d'une observation d'un élément simple.
	<p>Lien avec le socle commun :</p> <p>Compétences 1 : s'exprimer en maîtrisant un vocabulaire de plus en plus précis.</p> <p>Compétences 3 : exploiter des données chiffrées liées à la mesure.</p> <p>Compétences 5 : se préparer à des pratiques physiques et sportives de référence.</p> <p>Compétences 6 : s'investir dans les rôles d'observateurs, chronométreurs, juges etc.</p> <p>Compétences 7 : affiner la connaissance de soi compte tenu de ses résultats.</p>

***effectives**

Les acquisitions visées en termes de « connaissance, capacité et attitude » dépendent des acquisitions antérieures. Cet essai n'a pas de valeur institutionnelle, il peut être considéré comme outil de travail à réajuster au regard de sa classe.