



Proposition de jeux
autour de
« courir, sauter et lancer »
au cycle 1

Groupe de Recherche en EPS (**GREPS 22**)

Septembre 2011

Introduction :

Depuis le début de l'année scolaire 2010/2011, les membres du Groupe de Recherche en EPS des Côtes d'Armor (GREPS 22 - une dizaine d'enseignants de tous les cycles) ont abordé le thème « courir, sauter et lancer » pour les cycles 1 et 2, afin de proposer aux enseignants un certain nombre de jeux. En élaborant ces documents, les membres du GREPS 22 s'étaient donné 2 objectifs :

- proposer un outil pédagogique permettant d'aborder les compétences « courir, sauter et lancer » avec sa classe ;
- développer ou renforcer une culture commune en EPS, au niveau du secteur, afin de faciliter la mise en place de rencontres sportives.

Quelques éléments à prendre en compte :

- Les ateliers proposés ont été pensés pour une douzaine d'élèves (au maximum) afin de limiter le temps d'attente sur les ateliers individuels et de permettre à chaque enfant d'avoir un espace conséquent pour s'exprimer, sur les ateliers collectifs. Dans la mesure du possible, lors des phases d'apprentissages à l'école, il est important de démultiplier un même atelier.
- Dans l'optique d'une rencontre sportive de secteur, en abordant à l'école, avec les élèves, toutes les situations de jeu retenues, cela permet le jour J :
 - de gagner du temps sur la présentation des règles du jeu (et ainsi d'augmenter le temps de jeu des élèves) ;
 - de favoriser la réussite de tous.

Tous les membres du Groupe de Recherche en EPS s'associent à moi pour vous souhaiter de vivre des temps d'apprentissages riches et de belles rencontres de secteur autour des compétences « courir, sauter et lancer ».

Thibaut Le Bolloch

Animateur du Groupe de Recherche en EPS (GREPS 22)

Personne Ressource en EPS (DDEC/UGSEL 22)

Ateliers proposés autour de la compétence « courir »

Compétences issues des programmes de 2008 :

✓ Devenir élève :

- respecter les autres et respecter les règles de la vie commune ;
- éprouver de la confiance en soi ; contrôler ses émotions ;
- exécuter en autonomie des tâches simples et jouer son rôle dans des activités scolaires.

✓ Agir et s'exprimer avec son corps :

- adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés ;
- se repérer et se déplacer dans l'espace ;
- coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement ; accepter les contraintes collectives.

Compétences issues d'un document d'accompagnement (programmes de 2002)

Réaliser une action que l'on peut mesurer :

- ✓ être capable de courir de différentes façons (vite ou longtemps)
- ✓ être capable de courir pour « battre son record »

• Courir vite en ligne droite pendant 5 secondes (15 m environ)

- ✓ Réagir à un signal
- ✓ Courir d'un point à un autre
- ✓ Essayer de battre son record (distance parcourue en 5 secondes)
- ✓ Courir en franchissant des obstacles bas

• Courir moins vite mais plus longtemps (entre 4 et 6 minutes)

- ✓ Trouver une allure pour ne pas s'essouffler

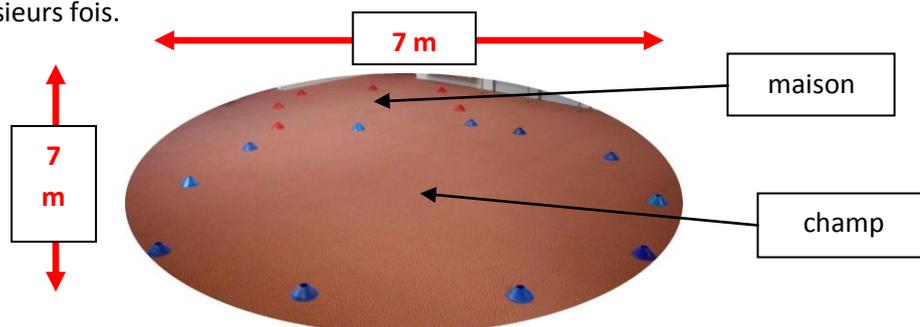
Atelier 1 : jeu « Il pleut »

but : réagir au signal auditif (« il fait beau »/ « il pleut ») pour rejoindre le plus rapidement possible un point donné (la maison)

matériel (pour 1 terrain) : 1 chasuble pour le meneur / des coupelles de différentes couleurs pour matérialiser les zones (maison(s), champ)

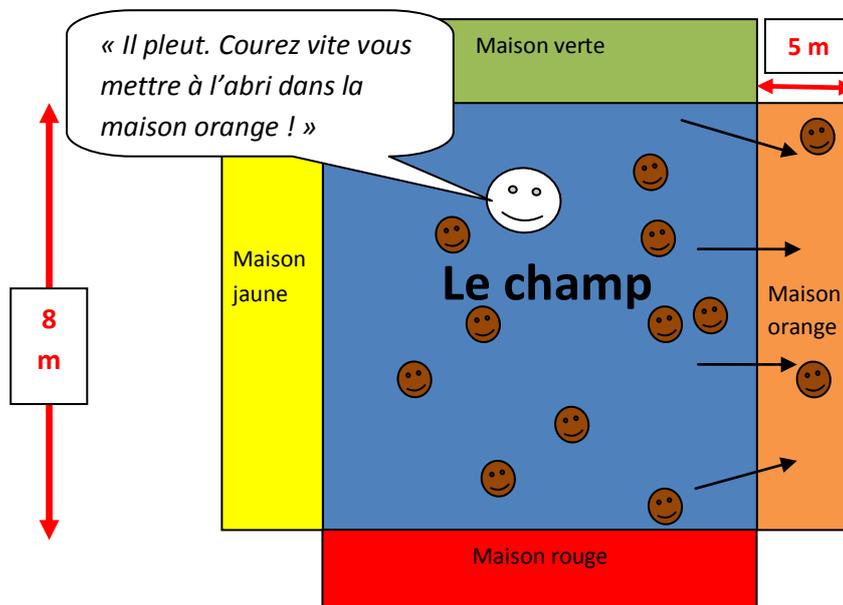
- **PS /MS :**

Au début du jeu, tous les enfants sont dans la maison, à l'abri. Dès que le meneur (l'enseignant) annonce « le soleil brille », tous les enfants sortent de la maison et vont se promener dans le champ (en marchant ou en courant). Lorsque le meneur annonce « il pleut », tous les enfants doivent vite regagner leur maison. Renouveler l'expérience plusieurs fois.



- **Variable pour les GS :**

Au début du jeu, tous les enfants (en marron sur l'illustration) sont dans l'une des maisons, à l'abri. Dès que le meneur (l'enseignant ou un enfant – en blanc sur l'illustration) annonce « le soleil brille », tous les enfants sortent de leur maison et vont se promener dans le champ, en marchant ou en courant. Lorsque le meneur annonce « il pleut », aussitôt il annonce « maison ... » (4 possibilités car 4 maisons de couleurs différentes) tous les enfants doivent vite regagner la maison annoncée par le meneur. Le premier enfant qui regagne la bonne maison devient meneur pour la manche suivante. Renouveler l'expérience plusieurs fois.



Atelier 2 : jeu « La potion magique »

but : réagir au signal auditif (appel de son équipe) pour rejoindre le plus rapidement possible un point donné

matériel (pour 1 terrain) : 4 lots de chasubles (1 lot d'une même couleur pour 1 équipe) / des coupelles de différentes couleurs pour matérialiser les zones (maisons, chaudron) / des balles (sur terrain en herbe) ou des sacs à grains (sur terrain dur) pour matérialiser les ingrédients de la potion

- **PS :**

Au début du jeu, tous les enfants sont répartis équitablement en 4 équipes. Chaque équipe se place devant sa zone de départ (matérialisée sur le schéma par une ligne de la couleur de l'équipe, à proximité du chaudron), face à sa maison (cf. photo n°1). L'enseignant commence à raconter une histoire autour d'une sorcière qui veut réaliser une potion magique.

Ex : Il était une fois une vieille sorcière qui vivait dans une forêt. Elle voulait ressembler à une jolie princesse. Elle décida donc de réaliser une potion magique. Pour cela, elle avait besoin d'ingrédients qui se trouvaient dans la forêt. Elle avait besoin de ...

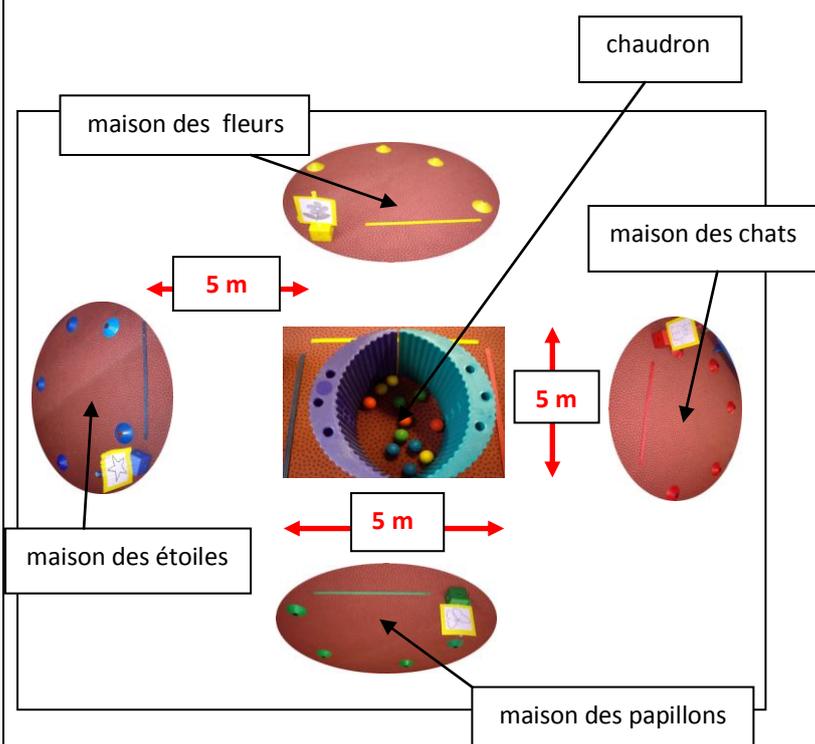
A chaque fois qu'il prononce l'un des 4 mots (fleurs, chats, étoiles, papillons), aussitôt tous les joueurs de cette équipe partent en courant récupérer l'ingrédient cité, dans sa maison correspondante (cf. photo n°2). Puis chaque joueur rapporte son ingrédient, le plus vite possible (cf. photo n°3) et le dépose dans le chaudron central (cf. photo n°4). L'enseignant ne reprend le fil de son histoire que quand tous les joueurs d'une équipe ont rapporté leur ingrédient dans le chaudron. Ainsi de suite, jusqu'à ce que toutes les équipes aient rapporté leurs ingrédients dans le chaudron.

- **Variable pour les MS :**

L'histoire se poursuit : l'enseignant introduit dans son histoire le fait que la sorcière, âgée, a oublié la recette de la potion magique.

Ex : Mais elle se rendit compte que quelque chose de bizarre se passait dans le chaudron. Une drôle d'odeur se dégageait. Aussitôt la sorcière se dit que dans sa recette, il n'y avait peut-être pas de ...

Désormais, cela induit qu'à chaque ingrédient prononcé, les enfants de l'équipe nommée doivent rapporter les ingrédients dans leur maison. En fonction du temps prévu, inventer une histoire plus ou moins longue.

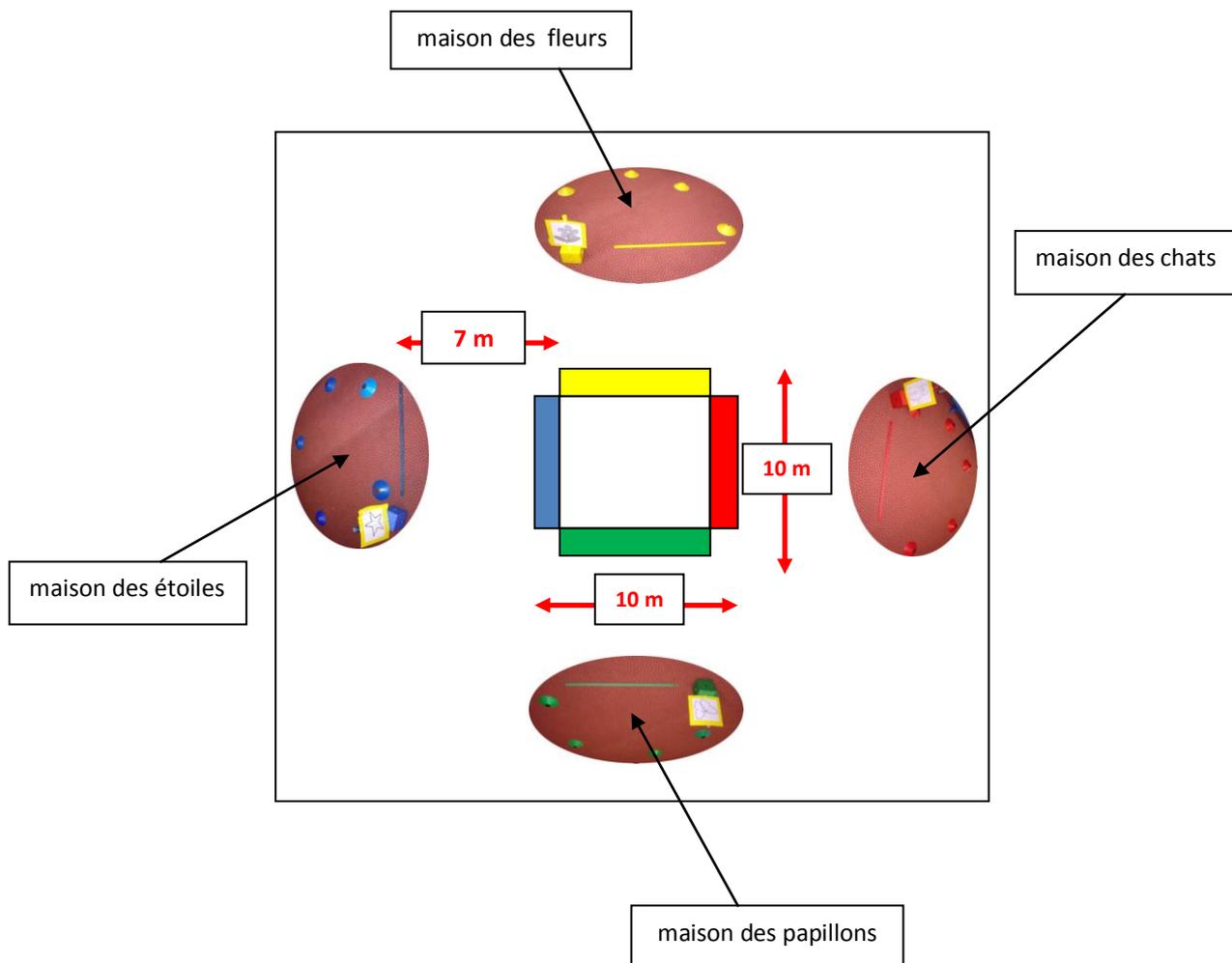


- **Variable pour les GS : jeu « La balade en forêt »**

L'enseignant commence à raconter une histoire autour d'une sorcière qui part se balader.

Ex : Il était une fois une vieille sorcière qui vivait dans une forêt. Elle occupait ses journées en se baladant. Au cours d'une de ses balades, elle rencontra des ... et des ...

L'enseignant nomme en même temps 2, 3 voire 4 équipes (principe du jeu du béré). A l'appel de leur équipe, de leur zone de départ (cf. zone verte, bleue, jaune ou rouge sur le schéma ci-dessous), tous les joueurs (position de départ : debout, dans sa zone) partent en direction de leur maison, rentrent dedans (obligation : poser les 2 pieds dans la maison !) puis regagnent leur zone de départ le plus vite possible. L'équipe qui, la première au complet, regagne sa zone de départ marque 1 point. En fonction du temps prévu, inventer une histoire plus ou moins longue.



Atelier 3 : jeu « Chien et chat »

but : réagir au signal visuel (mains baissées) pour rejoindre le plus rapidement possible un point donné en franchissant des obstacles bas

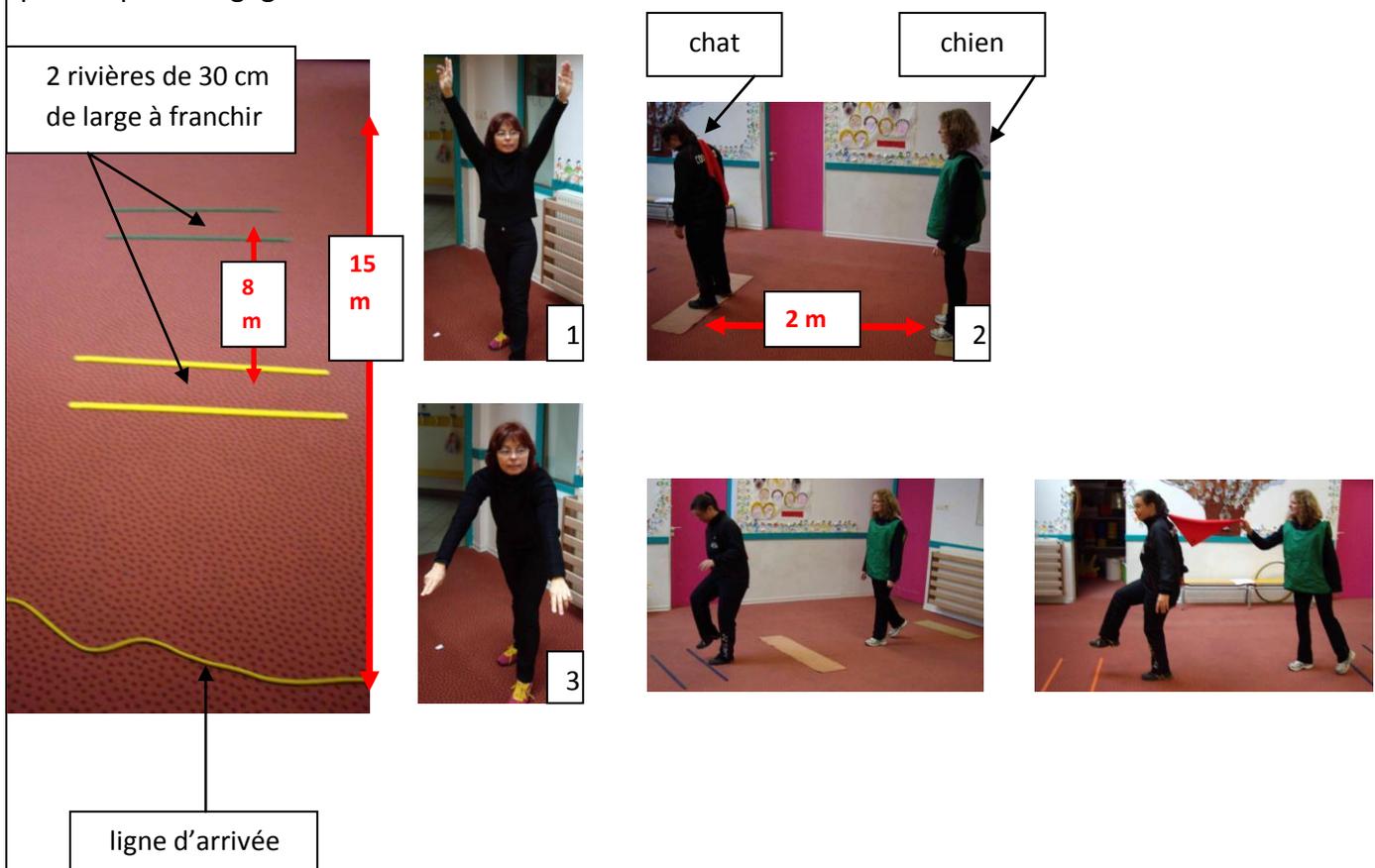
matériel (pour 1 équipe sur 1 terrain) : 1 foulard pour matérialiser la queue du chat / 2 tapis (ou des languettes) pour matérialiser les zones de départ du chat et du chien / 2 rivières à franchir matérialisées par 4 lattes posées au sol / 1 corde à sauter pour matérialiser la ligne d'arrivée

- **MS/GS** :

Au début du jeu, les 2 joueurs se positionnent sur leur tapis respectif (le chat étant placé environ 2 mètres devant le chien- cf. photo n°2). Tant que le meneur (l'enseignant ou un élève) a les bras levés vers le ciel (cf. photo n°1), les joueurs restent immobiles. Dès que le meneur baisse les bras vers le sol (cf. photo n°3), tout en franchissant les rivières :

- ✓ le chat cherche à regagner le plus rapidement possible la ligne d'arrivée sans se faire prendre sa queue ;
- ✓ le chien cherche à attraper la queue du chat avant que ce dernier ait franchi la ligne d'arrivée.

L'animal qui atteint son objectif marque 1 point. Puis on inverse les rôles (le chien devient chat ; le chat devient chien). Attention à bien prévoir un couloir pour que les joueurs ayant terminé le parcours puissent regagner le départ sans gêner les autres, en action. A la fin du temps de jeu, le joueur du binôme qui a le plus de points a gagné.



Si possible : pas plus de 4 binômes par terrain

Atelier 4 : jeu « La queue du chat »

but : réagir au signal visuel (foulard lâché) pour rejoindre le plus rapidement possible un point donné en franchissant des obstacles bas

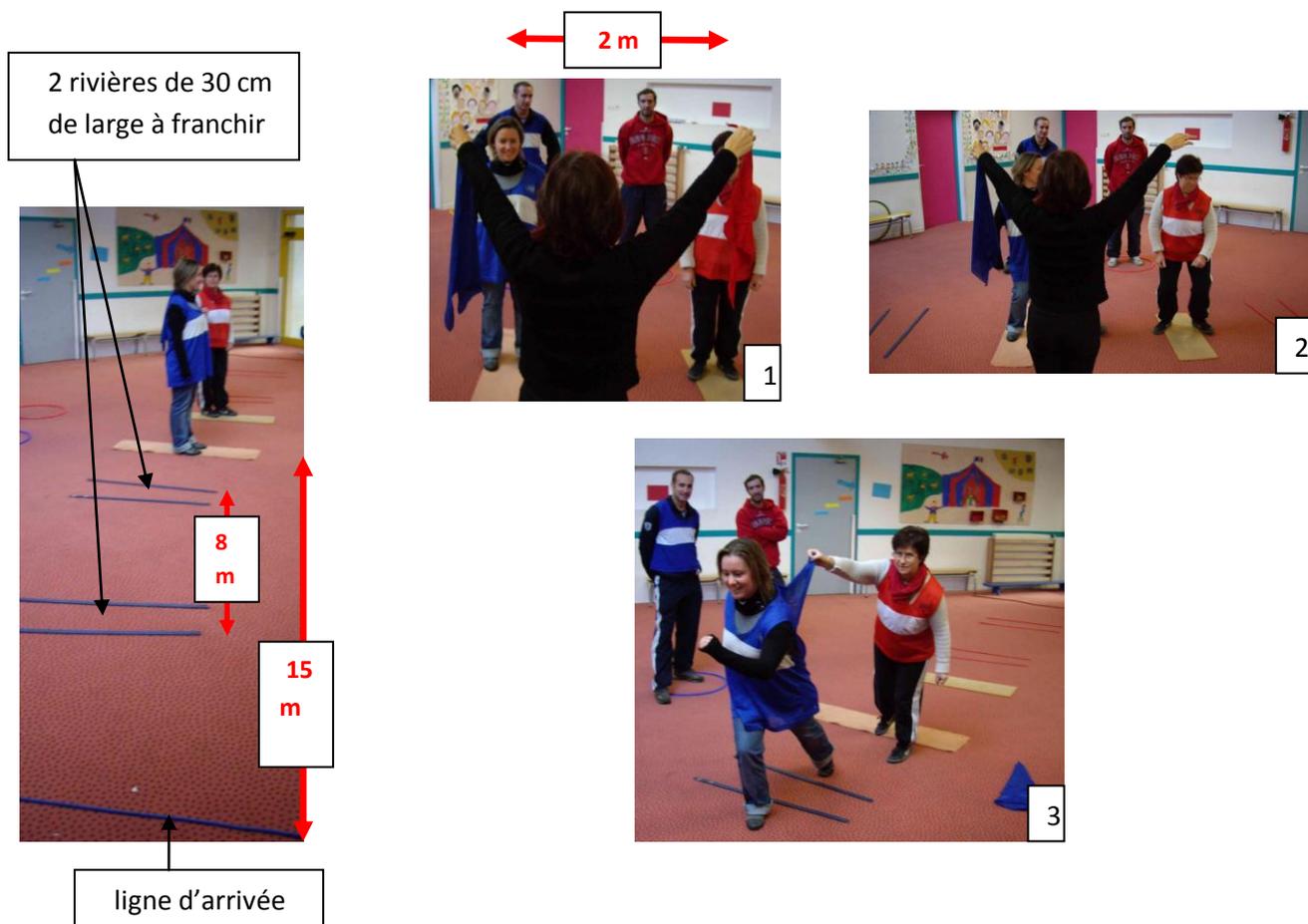
matériel (pour 1 terrain) : 2 foulards pour matérialiser la queue des chats / 2 tapis (ou des languettes) pour matérialiser les zones de départ pour chacun des chats / 4 rivières à franchir matérialisées par 8 lattes posées au sol / 2 cordes à sauter pour matérialiser les lignes d'arrivée

- **MS/GS** :

Au début du jeu, les 2 joueurs se positionnent sur leur tapis respectif (photo n°1). Tant que le meneur (l'enseignant ou un élève) tient dans ses mains, tendues vers le ciel, les 2 foulards (cf. photo n°1), les joueurs restent immobiles. Dès que le meneur lâche 1 foulard (cf. photo n°2), tout en franchissant les rivières :

- ✓ le chat, de la couleur du foulard lâché, cherche à attraper la queue de l'autre chat « fuyard » avant que ce dernier ait franchi sa ligne d'arrivée (cf. photo n°3) ;
- ✓ l'autre chat cherche à regagner sa ligne d'arrivée, le plus rapidement possible, sans se faire prendre sa queue.

Le chat qui atteint son objectif rapporte 1 point à son équipe. Ensuite, les 2 chats vont se positionner derrière leurs partenaires respectifs, en attente dans le cerceau. Les 2 joueurs qui étaient en attente, se placent ensuite sur leurs tapis respectifs, puis attendent le signal de départ. Et ainsi de suite. A la fin du temps de jeu, l'équipe qui a le plus de points a gagné.



Si possible : pas plus de 4 binômes par terrain

Atelier 5 : jeu « *Le train* »

but : courir longtemps en imitant les mouvements de la locomotive du train.

matériel (pour 1 terrain) : des coupelles pour identifier la zone de jeu

- **PS/MS** :

Au début du jeu, tous les enfants se placent derrière l'enseignant, en file indienne. L'enseignant joue le rôle de la locomotive du train ; les enfants jouent le rôle des wagons. Dès que la locomotive se met en marche, les wagons doivent la suivre en imitant ses mouvements. Ce jeu s'effectuera d'abord en marchant, puis en trottinant et enfin en courant.



- **GS** :

Au début du jeu, les enfants sont répartis dans différents trains. Un train est composé d'une locomotive et de 5 wagons au maximum (ces 2 rôles sont joués par des enfants).

1 train ne peut être coupé par un autre train !

Même progression que pour les PS/MS : d'abord en marchant, puis en trottinant, puis en courant.

L'enseignant est le meneur du jeu : à chaque fois qu'il tape dans les mains, « la locomotive » va à la queue du train et devient donc « dernier wagon » ; « le 1^{er} wagon » devient donc « la locomotive ». Et ainsi de suite jusqu'à la fin du temps de jeu.

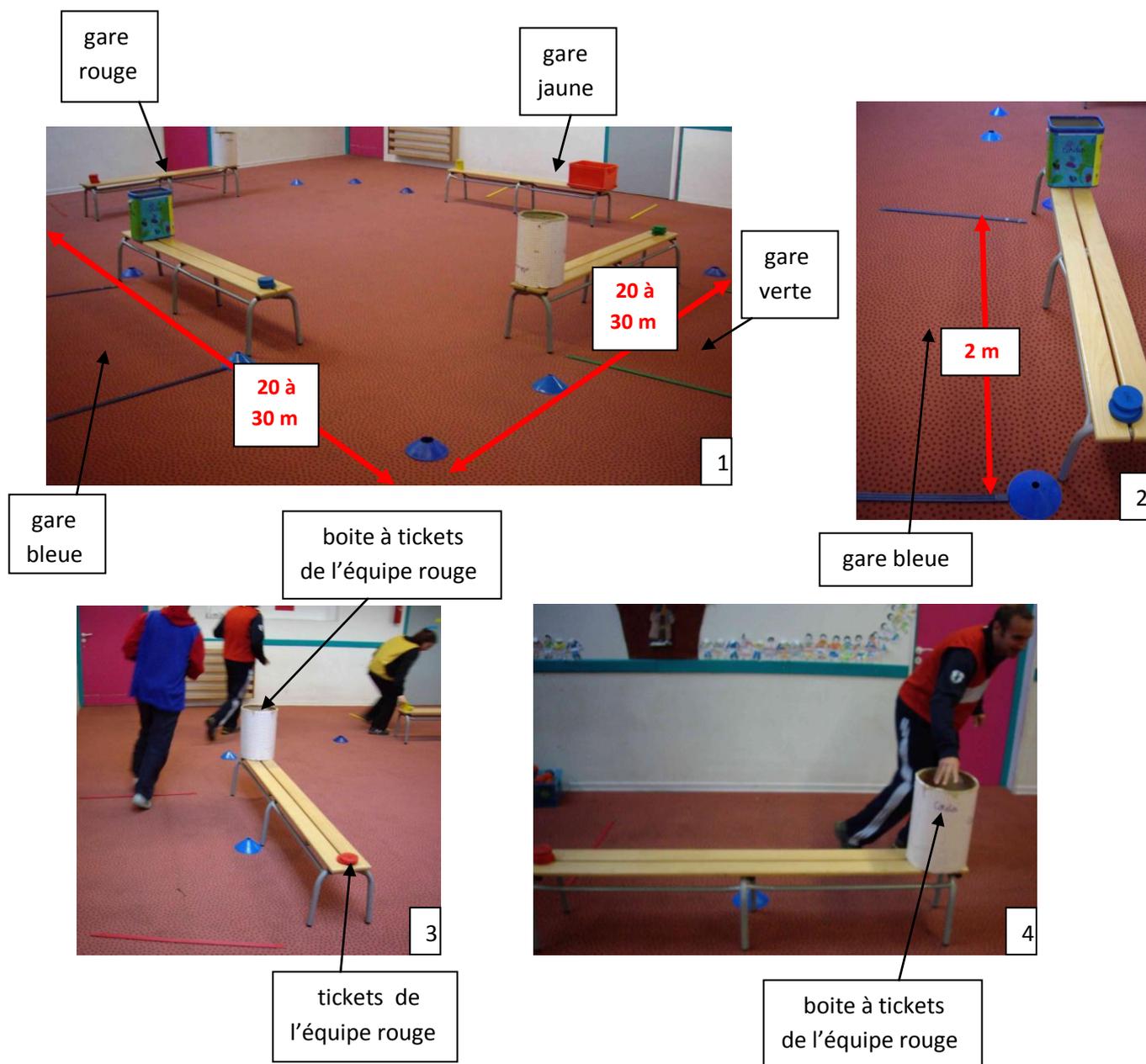
Atelier 6 : jeu « La gare »

but : courir longtemps pour gagner un maximum d'objets (1 objet gagné par tour réalisé)

matériel (pour 1 terrain) : des coupelles pour identifier le parcours, 4 bancs pour matérialiser les gares, 8 marques au sol (languettes ou barres plates) pour matérialiser l'entrée et la sortie des gares, des objets (ex : bouchons en plastique) pour matérialiser les tickets, 4 bacs pour matérialiser les boîtes de tickets

- **GS :**

Au début du jeu, tous les enfants, répartis dans 4 équipes (bleue, jaune, rouge et verte sur la photo n°1) se placent dans leur gare respective. Au signal de départ (ex : coup de sifflet) donné par l'enseignant, tous les enfants, qui jouent le rôle de trains, se mettent à courir (chacun à son rythme), dans le sens des aiguilles d'une montre, autour d'une zone (zone délimitée par des plots bleues sur la photo n°1). A chaque fois qu'un train regagne sa gare (c'est-à-dire dès qu'il a bouclé 1 tour), il prend un ticket (à l'entrée de sa gare) et le dépose dans sa boîte à tickets (à la sortie de sa gare). A la fin du temps de jeu (4 à 6 minutes), comptabiliser le nombre de tickets déposés par chaque équipe, puis annoncer le classement (l'équipe classée première sera celle qui aura récolté le plus de tickets dans sa boîte et ainsi de suite ...).



Variable : pour pouvoir prendre un ticket, le train (l'enfant) doit avoir réalisé l'intégralité du tour en courant. Si un train s'arrête ou marche au cours d'un tour, il ne peut prendre un ticket à l'issue de celui-ci.

Ateliers proposés autour de la compétence « sauter »

Compétences issues des programmes de 2008 :

✓ Devenir élève :

- respecter les autres et respecter les règles de la vie commune ;
- éprouver de la confiance en soi ; contrôler ses émotions ;
- exécuter en autonomie des tâches simples et jouer son rôle dans des activités scolaires.

✓ Agir et s'exprimer avec son corps :

- adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés ;
- se repérer et se déplacer dans l'espace ;
- coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement ; accepter les contraintes collectives.

Compétences issues d'un document d'accompagnement (programmes de 2002)

Réaliser une action que l'on peut mesurer :

- ✓ être capable de sauter de différentes façons (avec ou sans élan)
- ✓ être capable de sauter pour « battre son record » (en distance)

• sauter le plus loin ou le plus haut possible avec ou sans élan

- ✓ Sauter le plus loin possible et arriver sur ses pieds
- ✓ Sauter depuis un obstacle haut (banc ou plinth bas)
- ✓ Sauter en un seul ou plusieurs bonds, après quelques pas d'élan

Atelier 1 : jeu « *Champion du saut de grenouille (départ d'un point haut)* »

but : depuis un obstacle haut, sauter le plus loin possible et arriver sur ses pieds

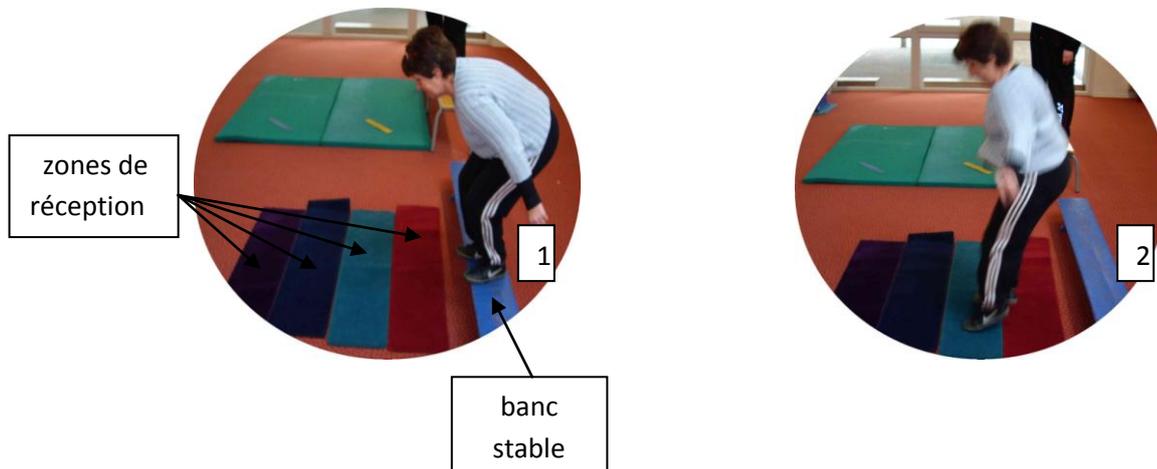
matériel (pour 1 terrain) : 1 banc (ou 1 plinth bas), des bouts de moquettes de différentes couleurs ou des tapis de gym, 1 cerceau pour matérialiser l'emplacement du 1^{er} joueur en attente

- **PS/MS** :

Au début du jeu, le 1^{er} sauteur monte sur le banc et se prépare à sauter (bras le long du corps, jambes fléchies). Le 2^{ème} sauteur, en attente, se place dans le cerceau situé 2 m derrière le banc. Les autres sauteurs, en attente, se placent derrière lui, en file indienne. Par sécurité, un adulte se placera derrière le sauteur (intervention si parade nécessaire).

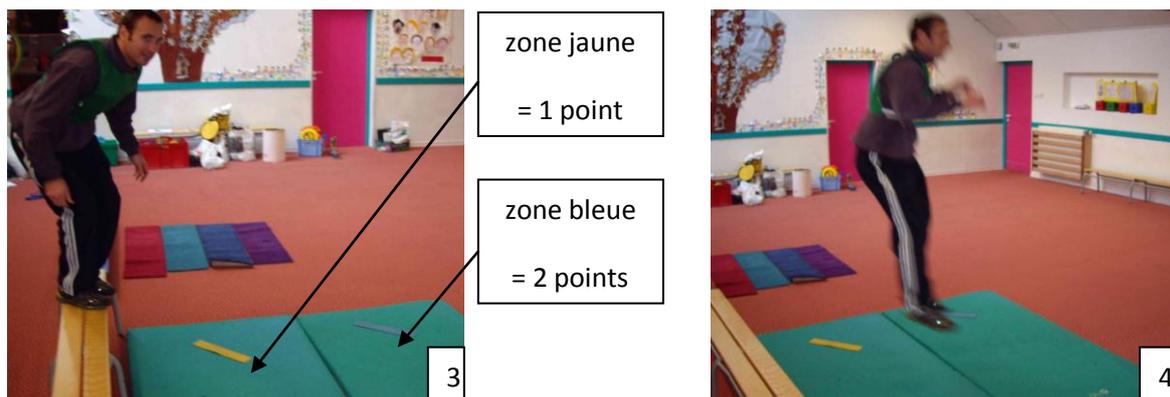
Puis, à la manière d'une grenouille (poussée des jambes vers le haut et vers l'avant ; mouvement de balancier des bras), l'enfant sur le banc saute le plus loin possible, en cherchant à se réceptionner sur ses pieds.

Il marquera 1 point s'il se réceptionne dans la zone la plus proche (cf. zone rouge sur la photo n°1) ; 2 points dans la zone juste après (cf. zone bleue claire sur la photo n°1) ... Une fois son saut terminé, il regagne la file d'attente pendant que le 2^{ème} sauteur monte sur le banc. Et ainsi de suite. Chaque enfant essaiera de battre son record à chaque passage.



- **Variables pour les GS** :

Pour marquer des points, l'enfant devra s'immobiliser dès la réception. Autres variables : augmenter la hauteur du banc (cf. photos n°3 et n°4) ; augmenter le nombre de zones de réception ou agrandir chaque zone de réception ; faire s'opposer 2 équipes en parallèle (chacune sur son terrain) - à la fin du temps de jeu, additionner les points obtenus par tous les joueurs d'une équipe (on ne retiendra dans ce cas que le meilleur saut pour chacun des sauteurs de l'équipe). L'équipe gagnante sera celle qui aura totalisé le plus de points.



Si possible : pas plus de 4 enfants par terrain

Atelier 2 : jeu « *Champion du saut de grenouille (départ au niveau du sol)* »

but : sauter le plus loin possible et arriver sur ses pieds

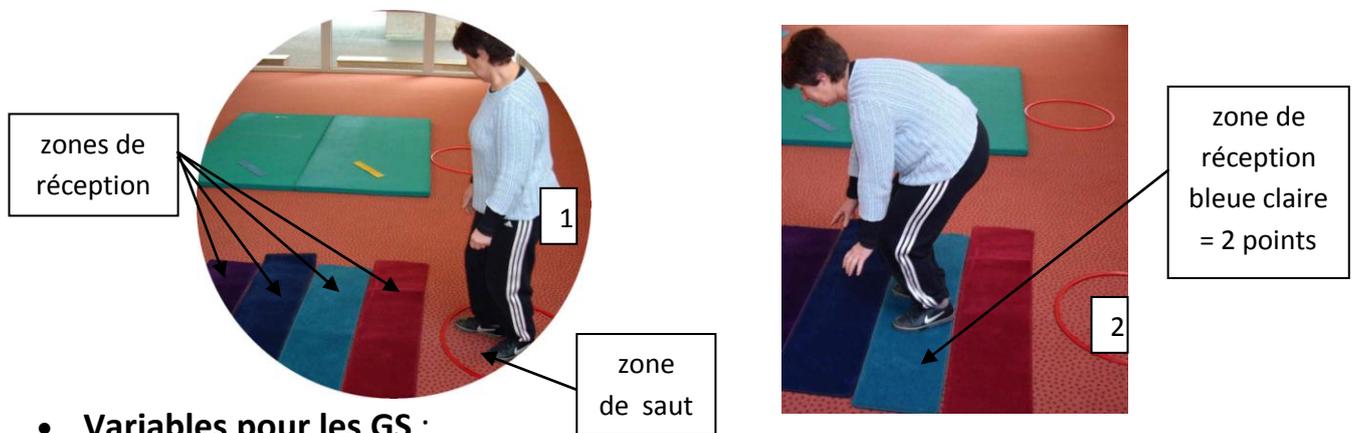
matériel (pour 1 terrain) : 2 cerceaux (pour matérialiser : la zone de saut et l'emplacement du 1^{er} sauteur en attente), des bouts de moquettes de différentes couleurs ou des tapis de gym

- **PS/MS** :

Au début du jeu, le 1^{er} sauteur se place dans la zone de saut (matérialisée par un cerceau) et se prépare à sauter (bras légèrement en avant du corps, jambes fléchies). Le 2^{ème} sauteur, en attente, se place dans le cerceau situé 1 à 2 m derrière le cerceau du sauteur. Les autres sauteurs, en attente, se placent derrière lui, en file indienne.

Puis, à la manière d'une grenouille (poussée des jambes vers le haut et vers l'avant ; mouvement de balancier des bras), l'enfant saute le plus loin possible, en cherchant à se réceptionner sur ses pieds (cf. enchaînement des actions sur les photos n°3, n°4 et n°5).

Il marquera 1 point s'il se réceptionne dans la zone la plus proche (cf. zone rouge sur la photo n°1) ; 2 points dans la zone juste après (cf. zone bleue claire sur la photo n°1) ... Une fois son saut terminé, il regagne la file d'attente pendant que le 2^{ème} sauteur se place dans la zone de saut. Et ainsi de suite. Chaque enfant essaiera de battre son record à chaque passage.



- **Variables pour les GS** :

Pour marquer des points, l'enfant devra s'immobiliser dès la réception. Autres variables : augmenter le nombre de zones de réception ou agrandir chaque zone de réception ; faire s'opposer 2 équipes en parallèle (chacune sur son terrain) - à la fin du temps de jeu, additionner les points obtenus par tous les joueurs d'une équipe (on ne retiendra dans ce cas que le meilleur saut pour chacun des sauteurs de l'équipe). L'équipe gagnante sera celle qui aura totalisé le plus de points.



Si possible : pas plus de 4 enfants par terrain

Atelier 3 : Jeu « La traversée de la rivière »

but : réaliser un parcours alliant course et saut pour franchir une rivière

matériel (pour 1 terrain) : des coupelles de différentes couleurs pour matérialiser les différents couloirs de parcours, 3 languettes rondes (ou bouts de moquette), 8 languettes « frites » (jaunes sur les photos ci-dessous) pour matérialiser les limites de chaque couloir de la rivière, 2 cordes (rouges sur les photos ci-dessous) assez longues pour matérialiser les limites de la rivière, 6 cerceaux (3 au départ et 3 à l'arrivée) pour matérialiser la zone de départ et la zone d'arrivée de chaque joueur

- **PS/MS** :

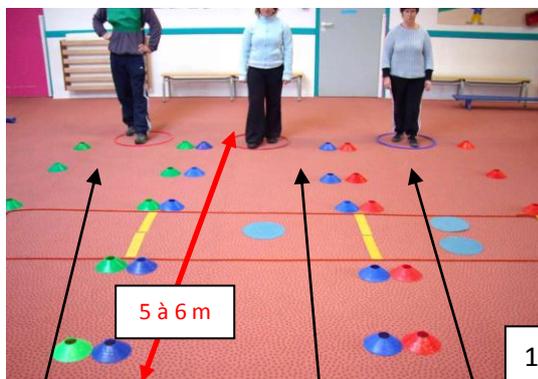
Au début du jeu, 3 joueurs rejoignent chacun une zone de départ (matérialisées par des cerceaux sur la photo n°1). Les joueurs en attente se placent derrière chacun d'eux, en file indienne.

« Vous allez devoir réaliser un parcours très difficile. Vous devrez courir jusqu'à une rivière, puis la franchir. Mais attention : la rivière est pleine de crocodiles ! »

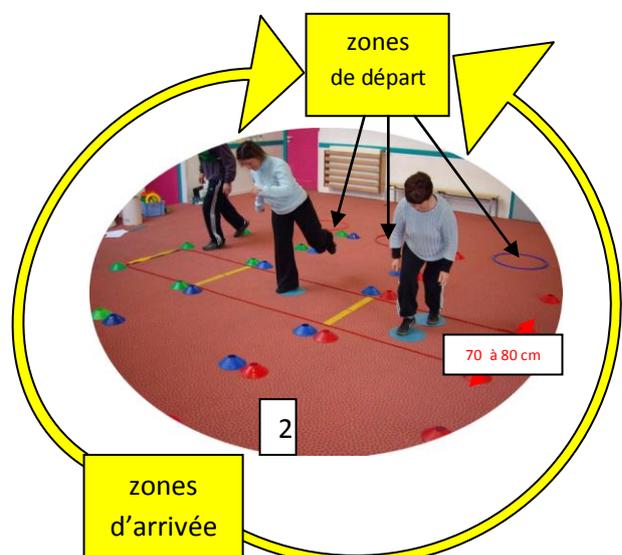
Bien montrer aux enfants les 3 possibilités de parcours (cf. photo n°2) :

- ✓ **Parcours n°1 (le plus facile)** : courir jusqu'à la rivière ; la franchir en s'aidant des cailloux (2 ronds bleus sur la photo n°1), puis courir pour regagner la zone d'arrivée (cerceau positionné en fin de parcours).
- ✓ **Parcours n°2 (intermédiaire)** : courir jusqu'à la rivière ; la franchir en s'aidant du caillou (1 rond bleu sur la photo n°1), puis courir pour regagner la zone d'arrivée (cerceau positionné en fin de parcours).
- ✓ **Parcours n°3 (le plus difficile)** : courir jusqu'à la rivière ; franchir la rivière d'1 seul bond, puis courir pour regagner la zone d'arrivée (cerceau positionné en fin de parcours).
 - Si le joueur a réussi son franchissement de la rivière, après avoir terminé son parcours (s'être immobilisé dans le cerceau d'arrivée) et être revenu au point de départ en contournant les parcours, il se positionnera devant le parcours dont la difficulté est juste supérieure à celui qu'il vient de réaliser. S'il était déjà sur le parcours n°3, il y reste et essaye de réussir à nouveau.
 - Si le joueur a échoué dans sa tentative de franchissement (ex : pose de pied ou de main dans la rivière), après avoir terminé son parcours (s'être immobilisé dans le cerceau d'arrivée) et être revenu au point de départ (en contournant les parcours – cf. fléchage autour de la photo n°2), il se positionnera devant le parcours dont la difficulté est juste inférieure à celui qu'il vient de réaliser. S'il était déjà sur le parcours n°1, il y reste et essaye de réussir.

Dès qu'un joueur a regagné la zone d'arrivée (s'immobilise dans le cerceau d'arrivée), aussitôt un des autres joueurs en attente peut partir. Et ainsi de suite, jusqu'à la fin du temps de jeu.



parcours n°3 parcours n°2 parcours n°1



Si possible : pas plus de 4 enfants par parcours

- **GS** : Jeu « *Les chercheurs d'or* » (variante du jeu *La traversée de la rivière*)

matériel (pour 1 terrain) : des coupelles de différentes couleurs pour matérialiser les différents couloirs de parcours, 3 languettes rondes (ou bouts de moquette), 3 languettes rectangulaires (ou bouts de moquette), 8 languettes « frites » (jaunes sur les photos ci-dessous) pour matérialiser les limites de chaque couloir de la rivière, 2 cordes (rouges sur les photos ci-dessous) assez longues pour matérialiser les limites de la rivière, 6 cerceaux (3 au départ et 3 à l'arrivée) pour matérialiser la zone de départ et la zone de dépôt d'objets de chaque joueur, des petits objets à transporter (pour matérialiser les pépites d'or).

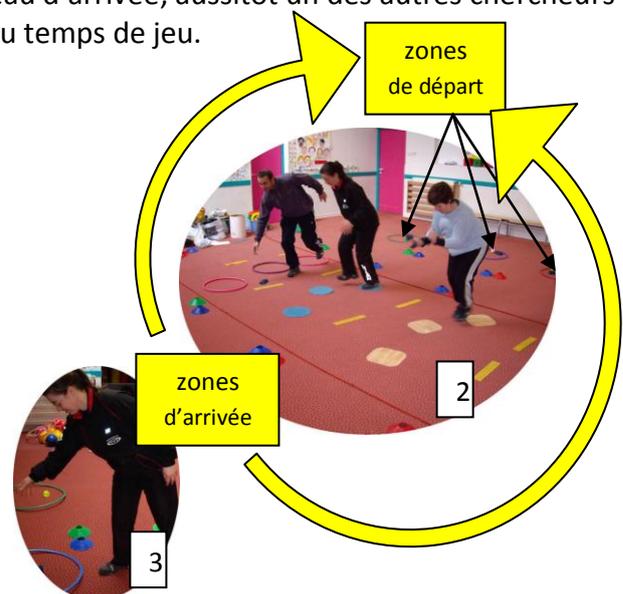
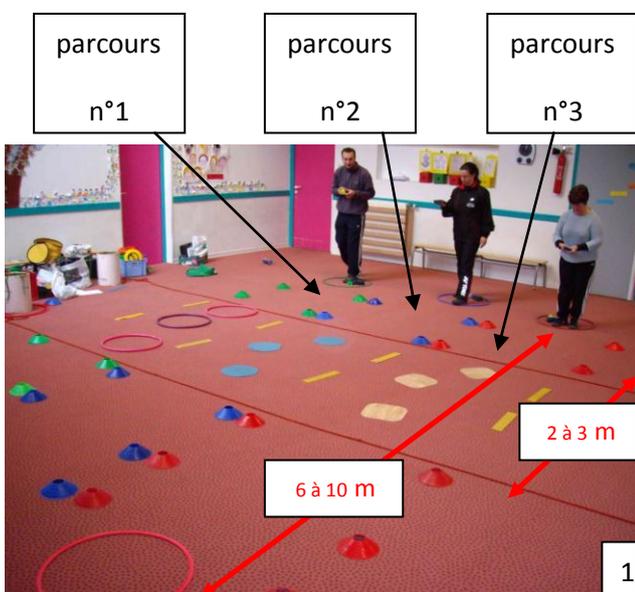
Au début du jeu, 3 chercheurs d'or rejoignent chacun une zone de départ (matérialisée par un cerceau sur la photo n°1) et ramassent une pépite d'or (objet posé au sol dans le cerceau). Les joueurs en attente se placent derrière chacun d'eux, en file indienne.

« Vous allez devoir réaliser un parcours très difficile, rapidement. Vous devez vous déplacer jusqu'à une rivière. Ensuite vous devrez la franchir. Mais attention : la rivière est pleine de crocodiles ! Enfin vous devrez aller déposer votre pépite d'or dans votre maison (zone d'arrivée matérialisée par un autre cerceau). »

Bien montrer aux enfants les 3 possibilités de parcours (cf. photo n°2) :

- ✓ Parcours n°1 (le plus facile) : courir jusqu'à la rivière ; franchir la rivière en s'aidant des cailloux (3 cerceaux placés en ligne droite sur la photo n°1), puis courir pour regagner la zone d'arrivée (cerceau positionné en fin de parcours) et y déposer la pépite d'or transportée (cf. photo n°3).
 - ✓ Parcours n°2 (intermédiaire) : courir jusqu'à la rivière ; franchir la rivière en s'aidant des cailloux (3 ronds bleus placés en arc de cercle sur la photo n°1), puis courir pour regagner la zone d'arrivée (cerceau positionné en fin de parcours) et y déposer la pépite d'or transportée (cf. photo n°3).
 - ✓ Parcours n°3 (le plus difficile) : se déplacer comme le kangourou (pieds joints) du début à la fin du parcours ; franchir la rivière en s'aidant des cailloux (3 languettes rectangulaires placés en arc de cercle sur la photo n°1) puis regagner la zone d'arrivée (cerceau positionné en fin de parcours) et y déposer la pépite d'or transportée (cf. photo n°3).
- Si le joueur a réussi son franchissement de la rivière, sans perdre sa pépite d'or, après avoir terminé son parcours (avoir déposé sa pépite dans le cerceau d'arrivée) et être revenu au point de départ (en contournant les parcours), il se positionnera devant le parcours dont la difficulté est juste supérieure à celui qu'il vient de réaliser. S'il était déjà sur le parcours n°3, il peut choisir d'y rester ou de changer de parcours.
 - Si le joueur n'a pas réussi l'intégralité de son parcours (ex : pose de pied ou de main dans la rivière ; perte de sa pépite), après avoir terminé son parcours (avoir déposé sa pépite d'or dans le cerceau d'arrivée) et être revenu au point de départ (en contournant les parcours), il se positionnera devant le parcours dont la difficulté est juste inférieure à celui qu'il vient de réaliser. S'il était déjà sur le parcours n°1, il y reste et essaye de réussir.

Dès qu'un joueur a déposé sa pépite d'or dans le cerceau d'arrivée, aussitôt un des autres chercheurs d'or en attente peut partir. Et ainsi de suite, jusqu'à la fin du temps de jeu.



Si possible : pas plus de 4 enfants par parcours.

Variables du jeu « *Les chercheurs d'or* » :

- augmenter ou réduire la largeur de la rivière ;
- faire s'opposer 2 équipes en parallèle (chacune sur son terrain). Sur chaque terrain, répartir les enfants sur les 3 parcours.
 - ❖ Quand un joueur a réussi un parcours, il va aussitôt se placer en queue de file d'attente sur le parcours suivant (s'il a réussi le parcours n°1, il passera au parcours n°2 / s'il a réussi le parcours n°2, il passera au parcours n°3 /s'il a réussi le parcours n°3, il passera au parcours n°1).
 - ❖ Quand un chercheur d'or n'a pas réussi l'intégralité de son parcours, il retourne se placer en queue de file d'attente sur le même parcours, tout en gardant sa pépite dans la main.
 - ❖ S'il ne reste plus de pépite dans un cerceau de départ, les enfants se positionnent dans autre cerceau de départ.

L'équipe qui aura déposé toutes ses pépites dans ses maisons, le plus rapidement, aura gagné.

Important : Cet atelier n°3 (jeu « *La traversée de la rivière* » / jeu « *Les chercheurs d'or* »), comme l'atelier n°4 (jeu « *Toucher c'est gagné !* ») juste après, tels qu'ils sont décrits, peuvent être abordés ainsi en situation d'apprentissage, à l'école (l'enfant essaie d'atteindre l'objectif qu'il s'est fixé). Lors d'une rencontre sportive, afin de faciliter le déroulement de ces ateliers, il est nécessaire de répartir équitablement les élèves sur chacun des parcours, au début du jeu. Dès qu'un élève a terminé son parcours, il passe au parcours suivant (rotation après chaque passage : les enfants sur le parcours n°1 passent ensuite sur le parcours n°2 ; les enfants sur le parcours n°2 passent ensuite sur le parcours n°3 ; les enfants sur le parcours n°3 passent ensuite sur le parcours n°1).

Atelier 4 : Jeu « Toucher c'est gagné ! »

but : après quelques pas d'élan, sauter pour toucher un objet suspendu

matériel (pour 1 terrain) : 3 objets suspendus (ex : tambour, tambourin, cloche, foulard), 3 languettes rondes (ou bouts de moquette) pour matérialiser les zones de saut, 3 cordes pour suspendre les objets, 6 cerceaux (3 pour matérialiser les zones de départ ; 3 pour matérialiser les zones d'arrivée)

Intéressant : utiliser des cannes à pêche (avec l'objet suspendu au bout) permet de moduler la hauteur de l'objet !

• PS/MS :

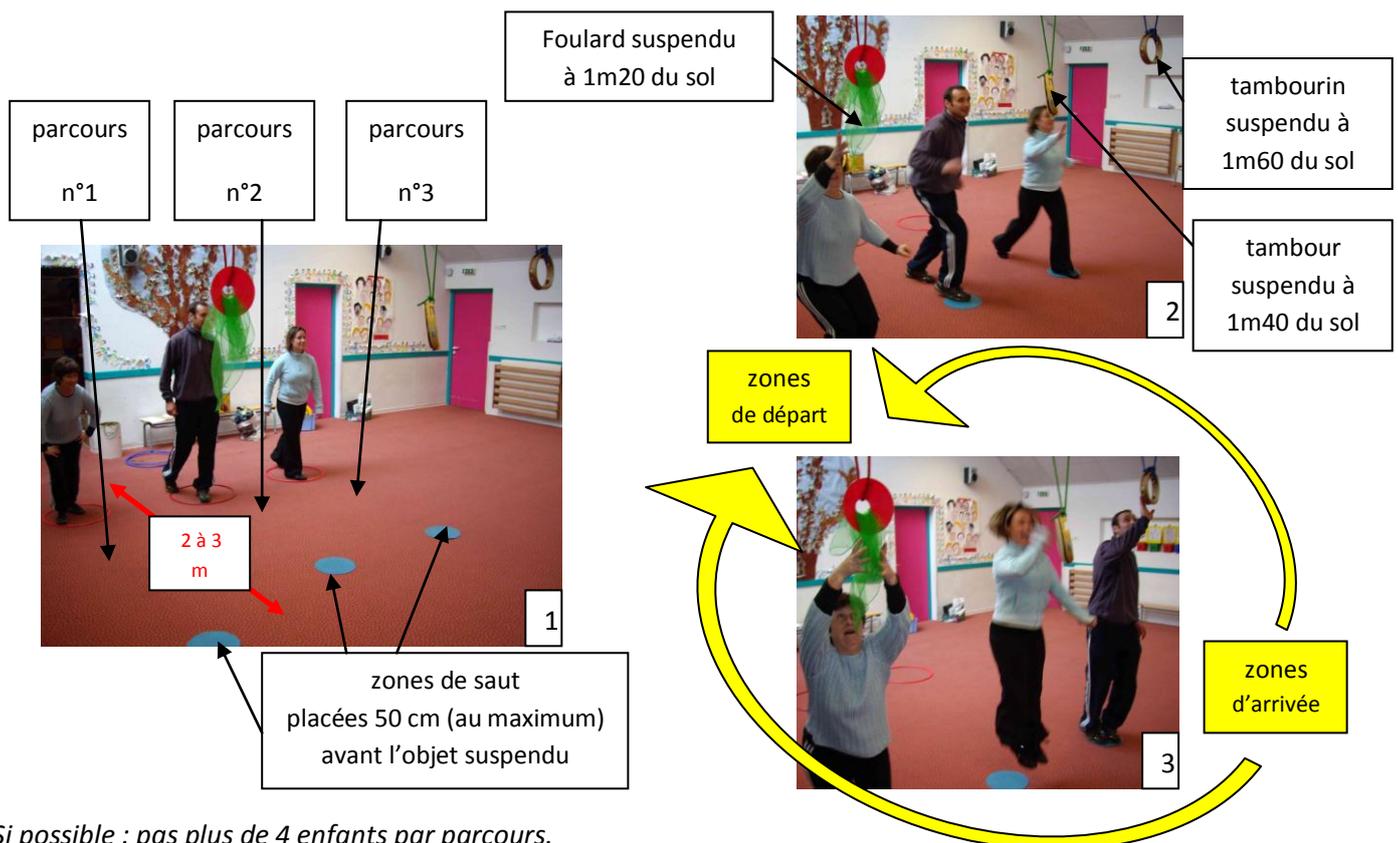
Au début du jeu, 3 joueurs rejoignent chacun une zone de départ (matérialisée par 1 cerceau sur la photo n°1). Les joueurs en attente se placent derrière chacun d'eux, en file indienne.

« Vous allez devoir prendre votre élan, sauter de la languette bleue (zone de saut), pour toucher l'un des objets suspendus (1 tambour, 1 tambourin et 1 foulard sur les photos) ».

Bien montrer aux enfants les 3 possibilités de parcours (cf. photo n°1) :

- ✓ Parcours n°1 (le plus facile) : prendre son élan puis sauter au niveau de la zone de saut (au niveau de la languette bleue) pour toucher le foulard (en 1 seule tentative), puis regagner la zone de départ.
 - ✓ Parcours n°2 (intermédiaire) : prendre son élan puis sauter au niveau de la zone de saut (au niveau de la languette bleue) pour toucher le tambour (en 1 seule tentative), puis regagner la zone de départ.
 - ✓ Parcours n°3 (le plus difficile) : prendre son élan puis sauter au niveau de la zone de saut (au niveau de la languette bleue) pour toucher le tambourin (en 1 seule tentative), puis regagner la zone de départ.
- Si le joueur a réussi à toucher l'objet suspendu, après être revenu au point de départ (en contournant les parcours), il se positionnera devant le parcours dont la difficulté est juste supérieure à celui qu'il vient de réaliser. S'il était déjà sur le parcours n°3, il peut choisir d'y rester ou de changer de parcours.
 - Si le joueur n'a pas réussi à toucher l'objet suspendu, après être revenu au point de départ (en contournant les parcours), il se positionnera devant le parcours dont la difficulté est juste inférieure à celui qu'il vient de réaliser. S'il était déjà sur le parcours n°1, il y reste et essaye de réussir.

Dès qu'un joueur a effectué son saut, il regagne sa zone d'arrivée (passage dans un cerceau placé devant lui, à 2/3 m) avant de rejoindre le point de départ. Dès que le sauteur a regagné sa zone d'arrivée (pieds dans le cerceau), le 1^{er} sauteur en attente peut partir. Et ainsi de suite, jusqu'à la fin du temps de jeu.



Si possible : pas plus de 4 enfants par parcours.

Ateliers proposés autour de la compétence « lancer »

Compétences issues des programmes de 2008 :

✓ Devenir élève :

- respecter les autres et respecter les règles de la vie commune ;
- éprouver de la confiance en soi ; contrôler ses émotions ;
- exécuter en autonomie des tâches simples et jouer son rôle dans des activités scolaires.

✓ Agir et s'exprimer avec son corps :

- adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés ;
- se repérer et se déplacer dans l'espace ;
- coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement ; accepter les contraintes collectives.

Compétences issues d'un document d'accompagnement (programmes de 2002)

Réaliser une action que l'on peut mesurer :

- ✓ être capable de lancer de différentes façons (ex : en rotation, en translation, « à bras cassé »)
- ✓ être capable de lancer dans des espaces et avec des matériels variés (ex : lancer loin et avec des objets différents)
- ✓ être capable de lancer pour « battre son record » (en distance)

• Lancer loin un objet lesté, sans sortir de la zone d'élan

- ✓ Lancer différents objets (anneaux, sacs de graines, balles ...) en adaptant son geste
- ✓ Lancer en visant une cible
- ✓ Lancer loin, avec ou sans élan, par rapport à des repères visuels (verticaux, horizontaux)

Atelier 1 : jeu « Le chamboule-tout »

but : sans élan, lancer différents objets (balles, sacs de graines, petits ballons souples) de différentes façons sur les tours du château afin de les faire tomber

matériel (pour 1 terrain) : balles en mousse, sacs de graines et petits ballons souples (si possible 3 de chaque par joueur) ; 4 cerceaux (1 pour chaque joueur, pour matérialiser la zone de lancer) ; 4 tables (ou supports sur lesquels on peut poser les tours) ; des tours à abattre (ex : boîtes de balles de tennis usagées – 3 ou 4 si possible, par table)

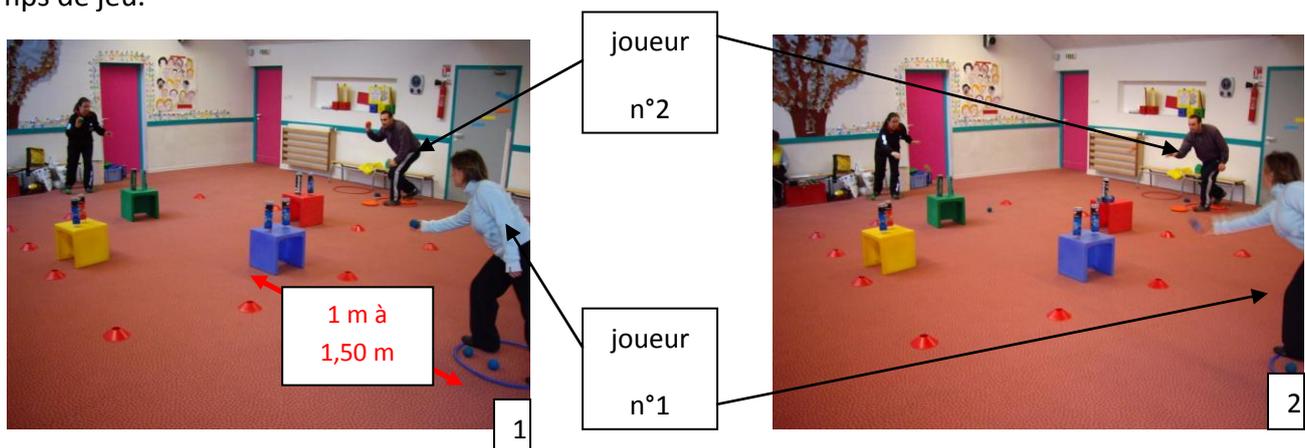
• PS/MS :

Au début du jeu, chaque joueur (4 au total) se place dans son cerceau (cf. photo n°1). Les joueurs en attente se placent derrière chacun d'eux, en file indienne.

« Vous allez devoir faire tomber les tours de votre château en lançant des balles dessus. 1 tour abattue rapporte 1 point ».

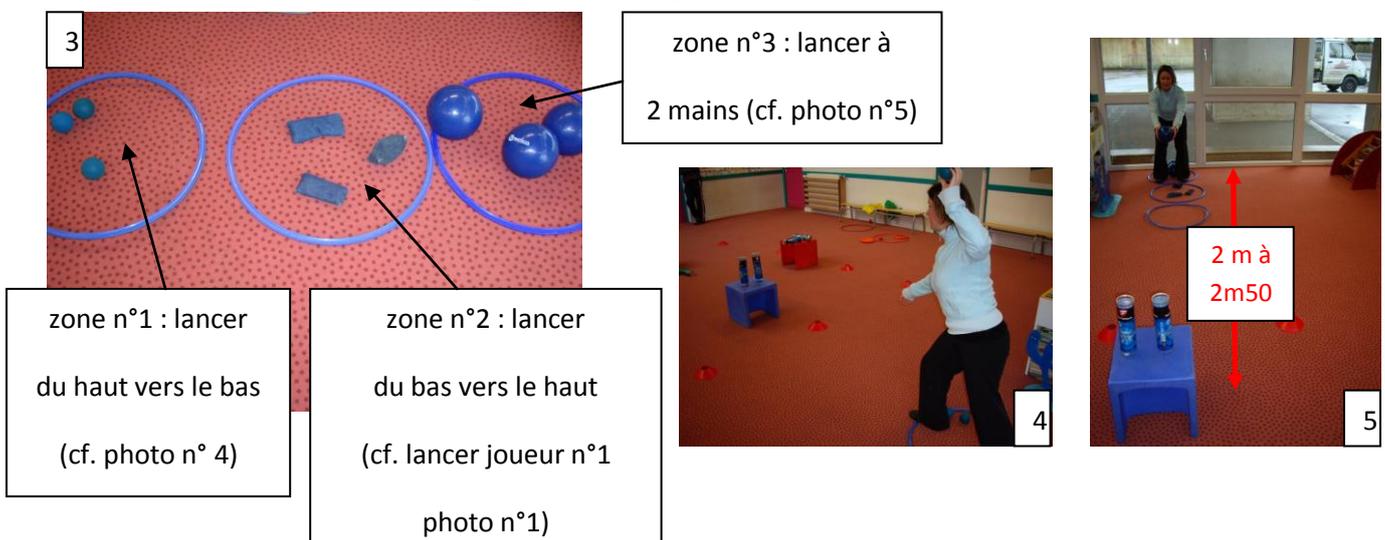
2 types de lancer : lancer en balancier d'arrière en avant, du bas vers le haut (cf. lancer du joueur n°1 sur les photos) ou lancer du haut vers le bas, d'arrière en avant (cf. lancer du joueur n°2 sur les photos).

Lorsque toutes les balles auront été lancées, chaque joueur comptabilisera ses points. Le joueur qui aura obtenu le plus de points aura gagné. Ensuite, tous les joueurs iront chercher les balles et les remettront dans leur cerceau respectif. Pendant qu'ils rejoindront la queue de leur file respective, le 1^{er} joueur en attente se placera dans le cerceau afin de lancer à son tour les balles. Et ainsi de suite, jusqu'à la fin du temps de jeu.



• Variables pour les GS :

3 objets différents à lancer, de 3 zones différentes (voir photo n°3). Augmentation progressive de la difficulté. Le 1^{er} joueur d'une équipe lance ses objets depuis la zone n°1 puis ce sera au tour du 2^{ème} joueur de lancer de cette même zone. Quand tous les joueurs auront lancé de cette zone là, ils passeront à la zone n°2. Et ainsi de suite. Sinon, règlement identique à celui des PS/MS.



Si possible : pas plus de 4 enfants par équipe.

Atelier 2 : jeu « A l'attaque des tours du château »

but : sans élan, lancer différents objets (balles, sacs de graines) de différentes façons sur les tours du château afin de les faire tomber

matériel (pour 1 terrain) : balles en mousse et sacs de graines (si possible 2 ou 3 de chaque par joueur) ; des coupelles pour matérialiser un rectangle autour du banc ; des languettes (pour matérialiser une ligne derrière laquelle s'effectueront les lancers) ; un banc (sur lequel les tours seront posées) ; une dizaine de tours à abattre (ex : boîtes de balles de tennis usagées) ; 2 lots de chasubles (pour identifier les joueurs des 2 équipes) ; 2 cerceaux (1 cerceau où sont déposées les balles en début et en fin de partie / 1 autre cerceau pour les sacs de graines)

- **GS** :

Au début du jeu, tous les joueurs, de l'équipe qui va attaquer les tours du château (cf. équipe verte sur la photo n°1), se placent derrière la ligne de lancer (ligne matérialisée par des languettes bleues sur la photo n°1) pendant que tous les joueurs de l'autre équipe (cf. équipe jaune sur la photo n°1) vont s'asseoir en face des lanceurs, de l'autre côté du banc, derrière la ligne (ligne rouge sur la photo n°1).

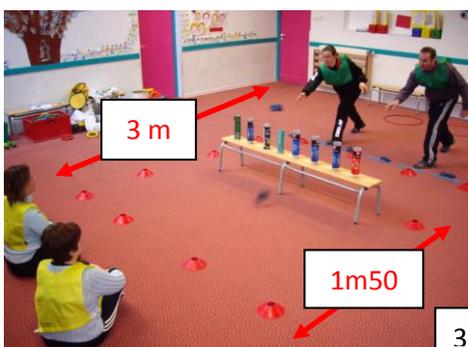
« L'équipe attaquante va essayer de faire tomber le plus possible de tours du château en lançant des objets dessus (des balles, des sacs de graines). 1 tour abattue rapporte 1 point ; Si toutes les tours ont été abattues, l'équipe marque 5 points supplémentaires ».

- ✓ 1^{ère} manche : chaque joueur de l'équipe « attaquante » va chercher des balles (2 ou 3 si possible) dans le cerceau situé derrière lui, puis les dépose à ses pieds, derrière la ligne de lancer. Au signal donné par l'enseignant, il lancera ses balles pour faire tomber les tours. Lorsqu'elles auront toutes été lancées, l'équipe adverse comptabilisera les points de l'équipe « attaquante ». Les rôles seront inversés une fois que l'équipe attaquante aura replacé toutes les balles dans le cerceau où elles se trouvaient au départ. Lorsque les 2 équipes auront joué le rôle d' « attaquants des tours », l'équipe qui aura totalisé le plus de points gagnera la manche.
- ✓ 2^{ème} manche : même déroulement mais avec comme objets à lancer des sacs de graines.

Proposer d'autres manches, jusqu'à la fin du temps de jeu.

2 types de lancer (en fonction des objets lancés) :

- ✓ Pour les balles : lancer du haut vers le bas, d'arrière en avant (cf. lancer des joueurs sur les photos n°1 et n°2).
- ✓ Pour les sacs de graines : lancer en balancier d'arrière en avant, du bas vers le haut (cf. lancer des joueurs sur les photos n°3 et n°4)



Atelier 3 : jeu « En plein dans le mille »

but : sans élan, chercher à atteindre une cible verticale en lançant des balles dessus

matériel (pour 1 terrain) : 3 balles en mousse ; 4 cerceaux (3 pour matérialiser les zones de lancer ; 1 pour matérialiser l'emplacement du 1^{er} joueur en attente) ; 1 caisse contenant les 3 balles (en début et en fin de jeu) ; 1 cible verticale (ex : sur un élastique, accrocher des affiches avec des pinces à linge / cible verticale avec un ou plusieurs trous à l'intérieur (voir photos))

- **PS/ MS :**

Au début du jeu, le 1^{er} joueur se place dans le cerceau n°1 (cerceau qui contient les balles). Le 1^{er} joueur en attente se place dans le 4^{ème} cerceau, situé 1 à 2 m derrière le 3^{ème} cerceau du lanceur. Les autres joueurs en attente se placent en file indienne derrière le 1^{er} joueur en attente.

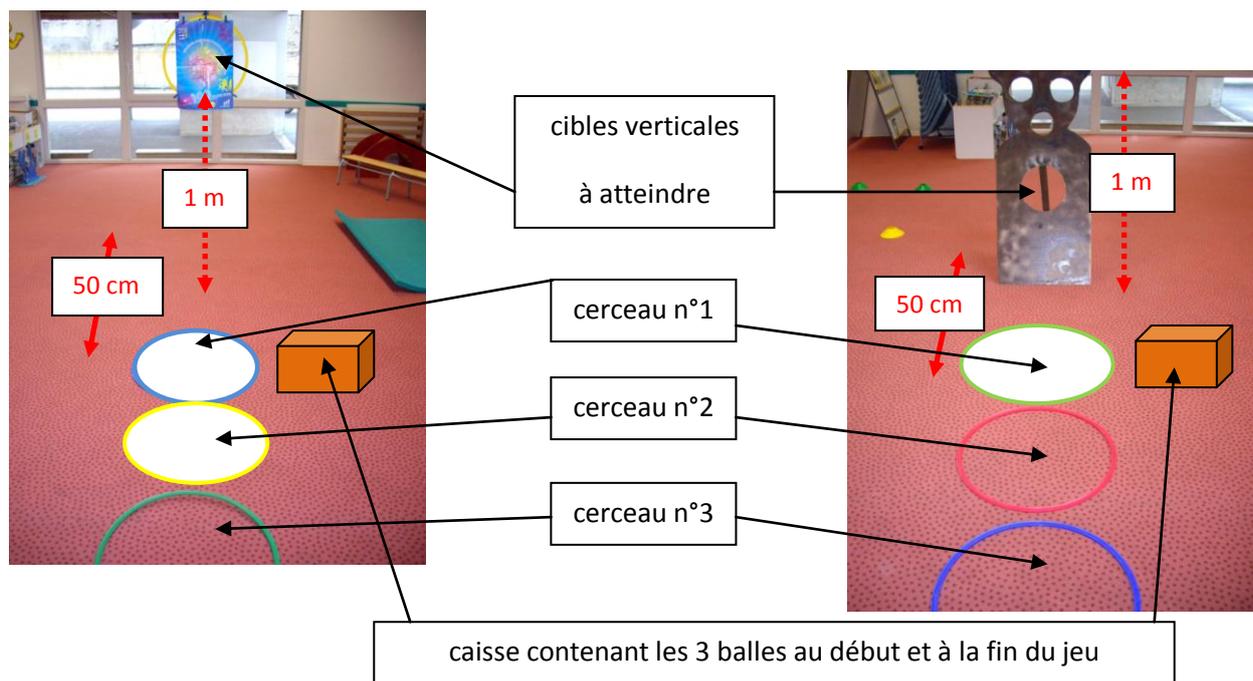
« Vous allez chercher à atteindre une cible, en lançant 3 balles dessus. Si vous atteignez la cible, vous passez au cerceau suivant. Si vous atteignez la cible 3 fois de suite, vous êtes des champions ! »

2 types de lancer possibles : lancer en balancier d'arrière en avant, du bas vers le haut ou lancer du haut vers le bas, d'arrière en avant.

Chaque joueur lance ses 3 balles, à la suite. Après un lancer :

- S'il a atteint la cible, il se place dans le cerceau suivant et essaie de l'atteindre de là.
- S'il n'a pas atteint la cible, il réessaie de là où il se trouve.

Lorsqu'il aura lancé ses 3 balles, il ira les chercher puis il les remettra dans le cerceau où elles se trouvaient au départ. Pendant qu'il rejoindra la queue de sa file, le 1^{er} joueur en attente se placera dans le cerceau qui contient les balles afin d'en lancer 3, à son tour. A chaque passage, le joueur repart du 1^{er} cerceau. Et ainsi de suite, jusqu'à la fin du temps de jeu.



- **Variables pour les GS :**

Augmenter la distance entre le 1^{er} cerceau et la cible (1 m au lieu de 50 cm). Même règlement que celui des PS/MS. Jeu en équipe. 2 équipes s'opposent sur 2 terrains identiques, juxtaposés.

« Vous allez chercher à atteindre une cible, en lançant des balles dessus. Vous rapporterez à votre équipe :

- 1 point si vous atteignez la cible du cerceau n°1 ;
- 2 points si vous atteignez la cible du cerceau n°2 ;
- 3 points si vous atteignez la cible du cerceau n°3 ».

Ajouter au fur et à mesure les points des différents joueurs de l'équipe (matériel nécessaire : 1 ardoise + 1 crayon Velléda par équipe). A la fin du temps de jeu, comptabiliser le nombre de points total de chaque équipe. L'équipe gagnante sera celle qui aura obtenu le plus de points.

Si possible : pas plus de 4 enfants par terrain

Atelier 4 : jeu « Les étoiles filantes »

but : avec ou sans élan, lancer le plus loin possible les sacs de graines

matériel (pour 1 terrain) : 3 sacs de graines ; 2 cerceaux (1 pour matérialiser la zones de lancer (où sont déposées les sacs de graines en début et en fin de partie) ; 1 pour matérialiser l'emplacement du 1^{er} joueur en attente) ; des cordes ou des coupelles de 3 couleurs différentes (pour matérialiser des lignes à dépasser)

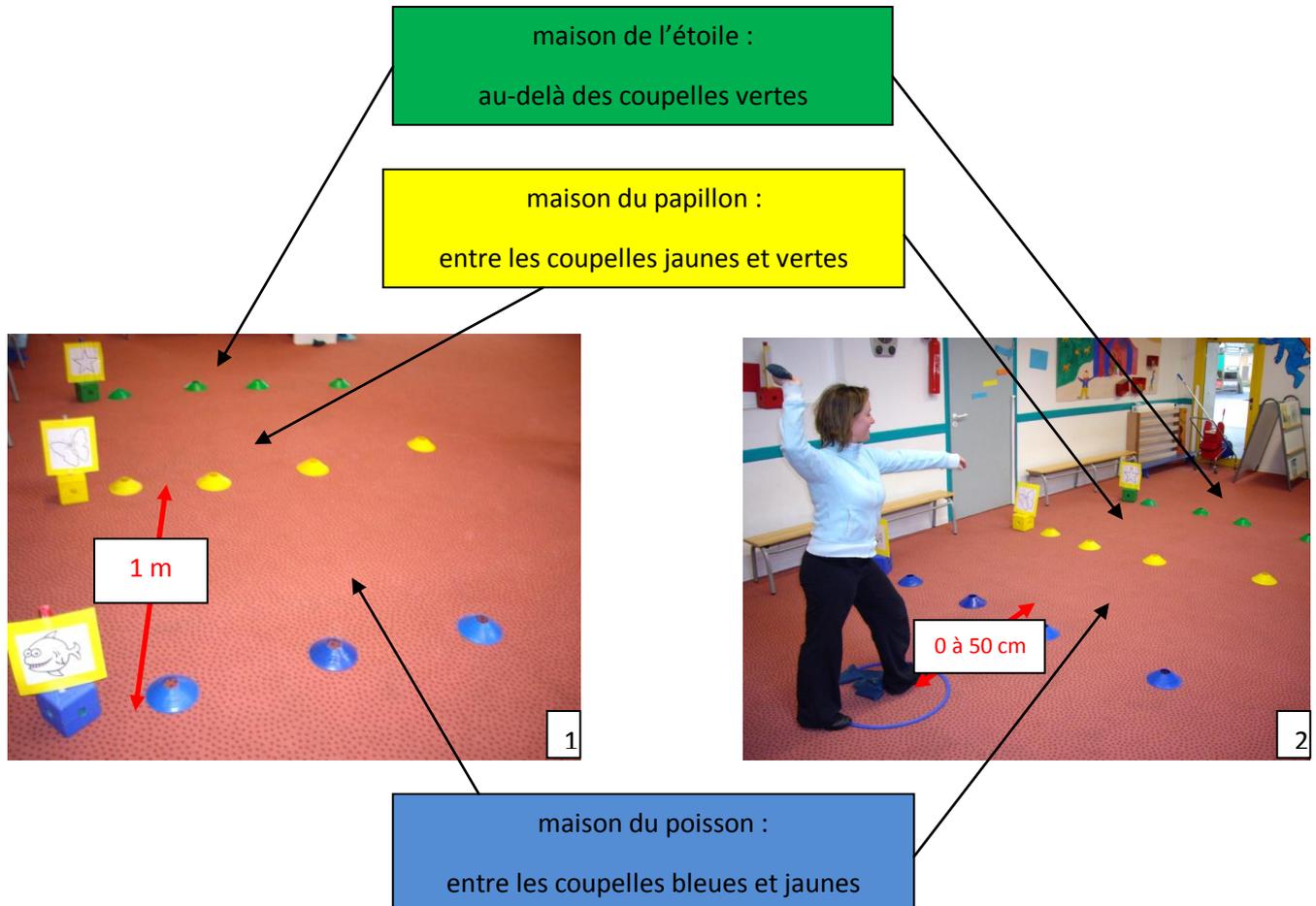
- **PS/ MS :**

Au début du jeu, le 1^{er} joueur se place dans le cerceau qui contient les sacs de graines. Le 1^{er} joueur en attente se place dans le 2^{ème} cerceau, situé 2 m derrière le cerceau du lanceur. Les autres joueurs en attente se placent en file indienne derrière le 1^{er} joueur en attente.

« Vous allez essayer de lancer le plus loin possible vos sacs de graines. Si vous dépassez la ligne bleue, vous avez atteint la maison du poisson. Si vous dépassez la ligne jaune, vous avez atteint la maison du papillon. Si vous dépassez la ligne verte, vous êtes champions ! Vous avez atteint la maison de l'étoile. »

2 types de lancer possibles : lancer en balancier d'arrière en avant, du bas vers le haut (cf. lancer de la joueuse sur les photos n°4 et n°5) ou lancer du haut vers le bas, d'arrière en avant (cf. lancer de la joueuse sur la photo n°2).

Chaque joueur lance 3 sacs de graines. Puis, l'enseignant lui remet une carte avec le symbole de la zone la plus lointaine qu'il a atteinte. Ensuite, il va ramasser les 3 sacs de graines et les dépose dans le cerceau où ils se trouvaient au départ. Pendant qu'il rejoint la queue de sa file, le 1^{er} joueur en attente se place dans le cerceau qui contient les sacs à graines afin d'en lancer 3, à son tour. A chaque passage, le joueur essaie de battre son record. Si lors d'un nouveau passage, le lanceur bat son record, l'enseignant récupère alors sa carte et lui en remet une nouvelle, correspondant à la nouvelle zone atteinte. Il est possible de proposer une 4^{ème} voire une 5^{ème} ligne. Et ainsi de suite, jusqu'à la fin du temps de jeu.



Si possible : pas plus de 4 enfants par terrain

- Variables pour les GS : jeu « *Les étoiles filantes* » (de plus en plus loin)

but : avec élan (2 ou 3 pas) ou sans élan, lancer précisément des sacs de graines vers des zones de plus en plus loin

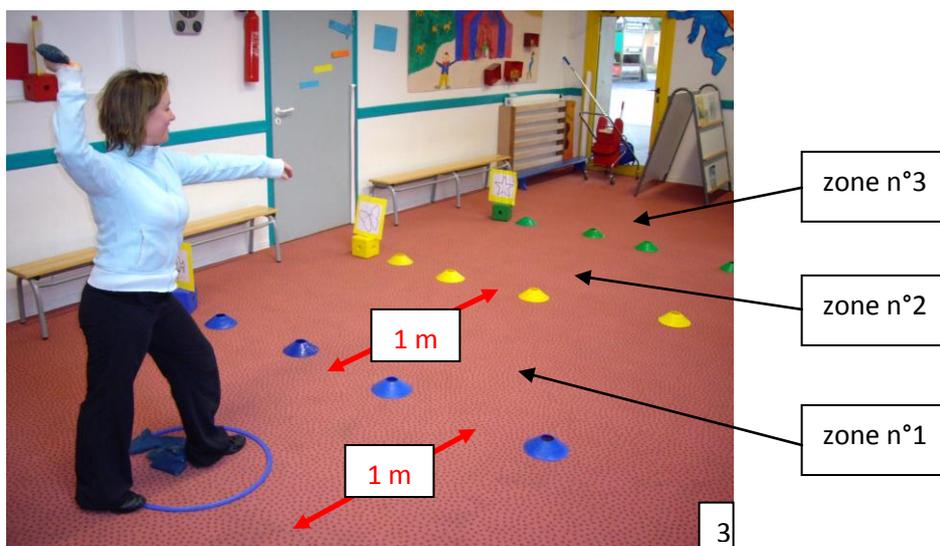
matériel (pour 1 terrain) : des coupelles de 6 ou 7 couleurs différentes (pour matérialiser des lignes à dépasser) ; 5 ou 6 sacs de graines (en fonction du nombre de zones réalisées) ; 2 cerceaux (1 pour matérialiser la zones de lancer (où sont déposées les sacs de graines en début et en fin de partie) ; 1 pour matérialiser l'emplacement du 1^{er} joueur en attente)

Même déroulement que pour les PS/MS.

« Vous allez essayer de lancer vos sacs de graines dans chacune des zones, en partant de la zone la plus proche vers la zone la plus éloignée. Tant que vous atteignez la zone visée, vous continuez. Dès que vous échouez, vous vous arrêtez. »

Augmenter le nombre de zones à viser (faire 5 ou 6 zones) et le nombre de sacs de graines à lancer, en fonction.

Lancer le 1^{er} sac dans la 1^{ère} zone ; lancer le 2^{ème} sac dans la 2^{ème} zone ; lancer le 3^{ème} sac dans la 3^{ème} zone ; le 4^{ème} sac dans la 4^{ème} zone ... A la fin du temps de jeu, le joueur vainqueur sera celui qui aura atteint, dans l'ordre, le plus de zones, lors d'un passage.



Atelier 5 : jeu « Les voleurs de trésor »

but : avec ou sans élan, lancer différents objets (ballons, sacs de graines, frisbees en mousse, balles, volants) au delà d'une rivière

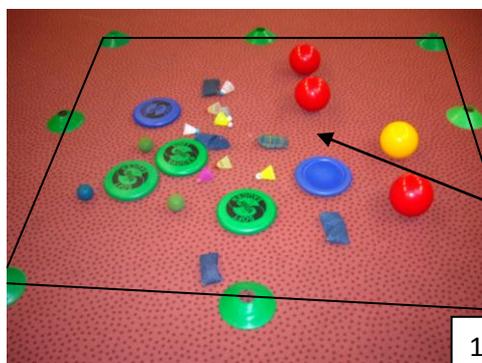
matériel (pour 1 terrain) : des objets à lancer en nombre (des ballons, sacs de graines, frisbees, balles, volants); des languettes ou des coupelles de 2 couleurs différentes (1 couleur pour matérialiser la zone de lancer (rectangle vert sur la photo n°3) et 1 autre couleur pour matérialiser la limite de la rivière (rectangle rouge sur la photo n°3) ; 4 cerceaux (1 derrière chaque côté de la limite de la rivière pour matérialiser le lieu de stockage des pépites d'or récupérées)

- **GS :**

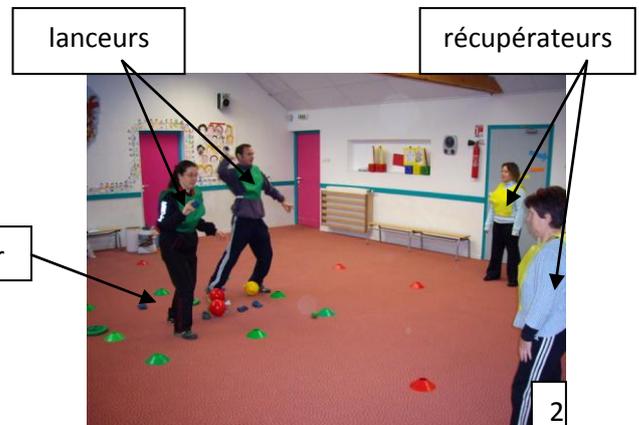
Au début du jeu, 2 équipes de « voleurs de trésor » s'opposent sur 2 terrains identiques, situés l'un à côté de l'autre. Sur chaque terrain, 1 équipe de « voleurs de trésor » est divisée en 2 groupes (les lanceurs et les récupérateurs). Les lanceurs se placent à l'intérieur de la zone de lancer ; les récupérateurs se placent de l'autre côté de la rivière (= à l'extérieur du rectangle rouge sur la photo n°3).

« Des voleurs ont réussi à s'emparer d'un magnifique trésor (sous la forme de pépites d'or). Sur le chemin du retour, ils se retrouvent devant un petit pont qui passe au dessus d'une rivière. Malheureusement, le pont n'est pas assez solide pour qu'ils passent dessus avec le trésor. Ils décident donc de faire 2 groupes : un groupe de lanceurs et un groupe de récupérateurs de trésor. Les récupérateurs franchissent la rivière en passant sur le pont et se placent de l'autre côté, prêts à récupérer les pépites d'or lancées par leurs compagnons, les lanceurs. Si une pépite d'or s'arrête dans la rivière, personne ne peut la récupérer! Quand tous les objets auront été lancés, les récupérateurs comptabiliseront le nombre de pépites récupérées. L'équipe de « voleurs de trésor » qui aura récupéré le plus de pépites d'or aura gagné. Si les 2 équipes ont récupéré le même nombre de pépites, l'équipe gagnante sera celle qui aura été la plus rapide pour récupérer ses pépites.»

Différents types de lancer possibles : lancer en balancier d'arrière en avant, du bas vers le haut ; lancer du haut vers le bas, d'arrière en avant (cf. lancer effectué par les lanceurs sur la photo n°2) ; lancer à 2 mains (pour les ballons) ; lancer en rotation (cf. lancer effectué par une lanceuse sur la photo n°3) s'il y a des frisbees en mousse parmi les objets lancés.



1



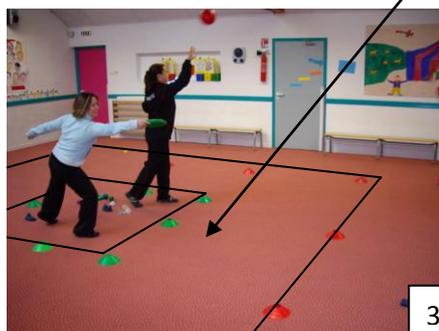
lanceurs

récupérateurs

2

zone de lancer

rivière = couloir situé entre le rectangle vert et le rectangle rouge

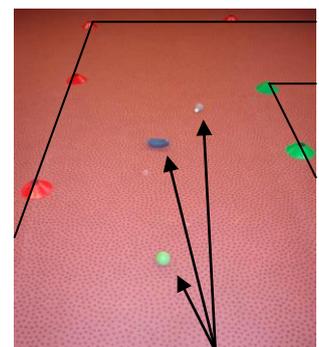


3



4

dépôt des pépites d'or récupérées dans un des cerceaux



5

pépites perdues dans la rivière

Noms des membres du Groupe de Recherche en EPS 22,
qui ont participé à l'élaboration de cet outil pédagogique :

Enseignantes en cycle 1 :

Françoise MERDRIGNAC (ST AARON)

Isabelle LARHANT (ST BRIEUC – La Providence)

Enseignantes en Cycle 2 :

Aurélie THOMAS (ST TRIMOEL)

Karine HILLION (ST BRANDAN)

Enseignants en Cycle 3 :

Anne-Catherine GOMET (QUESSOY)

Christelle NEZAN (PLAINTEL)

Isabelle POILVET (LANDEHEN)

Anne-Laure LUYER (PLEMET)

Céline LORVELLEC (ST BRANDAN)

Cyrille BEUREL (COETMIEUX)

David LE GALLIOT (PLAINE-HAUTE)

Mathieu BREGER (Animateur sportif – UGSEL 22)

Thibaut LE BOLLOCH (Animateur du GREPS 22 ; Personne ressource en EPS – DDEC/UGSEL 22)