

Projet athlétisme Maternelle (MS et GS)

Sauter loin et lancer loin

Avec intervention/aide d'un ETAPS de la ville sur environ 6 séances.

Ce projet est proposé pour une intervention dans les écoles du REP+. Il a été construit conjointement entre la conseillère pédagogique de Cherbourg-ville, Anne Fenard-Bosch et L'Éducateur Territorial EPS, Erick Leday. Il s'appuie très largement sur le travail de Claire Pontais, professeure d'EPS à l'EPSE de St Lo.

SENS DE L'ACTIVITE – BUT DU JEU POUR L'ÉLEVE :

- Etape 1 : jouer à sauter /lancer en cherchant à faire une performance. Au départ l'enfant saute/lance uniquement pour le plaisir de s'adapter au milieu, mais le sens du progrès est présent dans l'atelier, même si l'élève ne le perçoit pas encore.
- Etape 2 : identifier sa performance qui est concrétisée par les critères de réussite
- Etape 3 : sauter/ lancer de plus en plus loin.

PROBLEME A RESOUDRE :

Lier (course), impulsion, envol, réception en fonction des contraintes du milieu.

Projeter la balle malgré la vitesse acquise pendant l'élan. Pour cela l'élève doit repérer la limite d'élan mais s'en décentrer pour profiter de son élan.

CONTRAINTES :

Elles sont liées aux espaces de jeu : espace où on saute (départ/arrivée) ; espace d'élan ; espace de réception (+près/+ loin).

Prévoir au moins deux niveau de réponses (+ ou – difficiles) : distances différentes, aménagements facilitants.

Franchir la plus grande zone possible contraint l'élève a une activité de performance

CRITERES DE REUSSITE :

Ils sont différents suivant les ateliers et le but du jeu. L'élève doit savoir, grâce à l'aménagement du milieu s'il a raté, réussi et progressé.

SITUATION DE PRATIQUE SCOLAIRE :

Présentation sous forme d'histoire à moduler suivant le contexte : « *c'est l'histoire de deux enfants africains, un garçon, une fille, qui ont envie de devenir grands... Et en Afrique, pour devenir grands il faut réussir des épreuves dans la jungle : franchir des rivières, passer un pont, sauter le plus loin possible, lancer pour empoisonner des monstres...* »

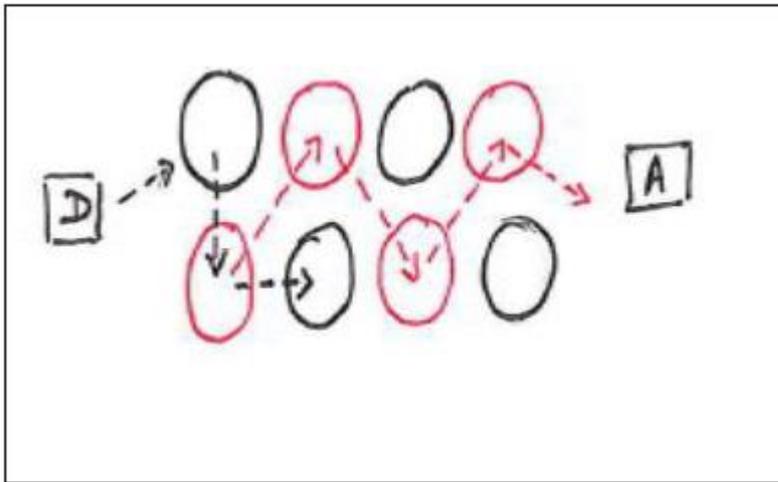
La situation globale intègre **5 ateliers** où il faut sauter loin ou lancer loin.

Au départ, les enfants sautent et lancent comme ils veulent. Les contraintes seront amenées au fur et à mesure.

Au départ les enfants passent comme ils veulent et peuvent répéter plusieurs fois le même atelier. Au fur et à mesure des progrès, l'enseignant(e) peut imposer le passage sur les ateliers.

DESCRIPTION DES ATELIERS

1. PASSER LA RIVIERE SANS TOMBER DANS L'EAU (SAUTER LOIN)



Des cercles au sol, de 2 couleurs différentes (+/- éloignés). Favoriser les cerceaux plats pour éviter les glissades.

But : passer d'une île à l'autre du départ à l'arrivée.

Comportement de départ : l'enfant enjambe sans sauter, choisit les cercles les plus proches, saute pieds joints mais tombe dans l'eau.

Problèmes à résoudre : prendre une impulsion vers l'avant, s'équilibrer.

Critères de réussite :

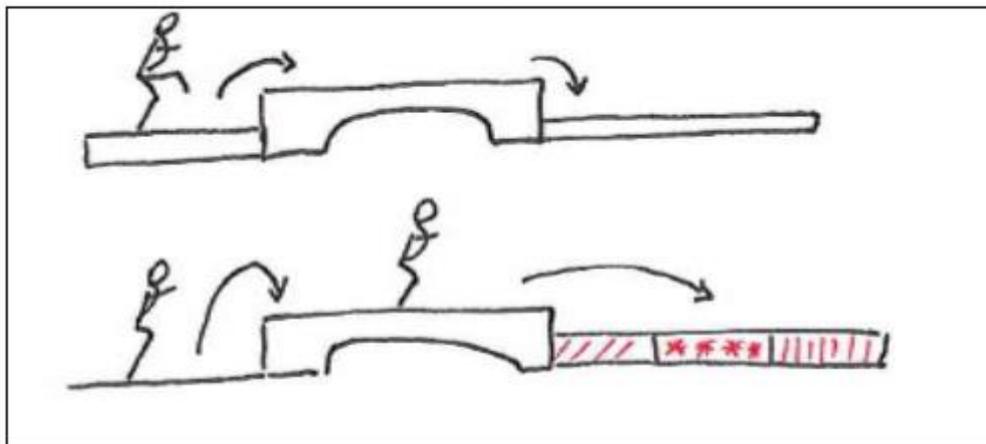
1. J'arrive dans le cercle choisi sans tomber dans l'eau
2. Je réussis en gardant la même couleur

Evolution des contraintes – les défis à réaliser :

- 1) Comme on veut
- 2) En respectant les couleurs
- 3) En écartant de plus en plus les cercles

Repérer avec les élèves : le départ et l'arrivée, les différents cercles, comprendre l'idée d'éloignement, comparer, comparer les bras actifs 1 pied/2 pieds, comparer les bras actifs/mains dans les poches.

2. PASSER LE PONT (SAUTER LOIN)



Pont de type : banc, step ou plinth. Structure stable.

But : sauter d'un coup pour arriver sur le pont, sauter d'un coup pour descendre (de plus en plus loin).

Comportement de départ :

- L'élève monte sur le pont comme une marche
- L'élève descend du pont comme une marche

Problèmes à résoudre :

- Pour monter : prendre une impulsion vers le haut (rôle des bras), arriver à s'équilibrer pour le pas tomber.
- Pour descendre : prendre une impulsion maximale vers l'avant.

Critères de réussite

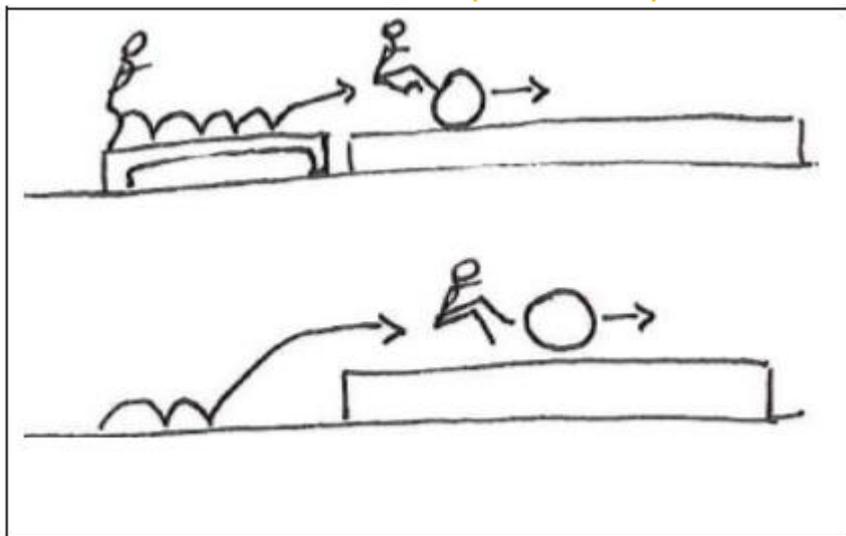
<u>Pour monter</u>	<u>Sur le pont</u>	<u>Pour sauter loin</u>
<ol style="list-style-type: none">1. Je monte2. Je saute3. Je saute à pieds joints	Je reste sur le pont jusqu'au bout (je ne tombe pas)	<ol style="list-style-type: none">1. Je saute2. Je saute de plus en plus loin3. Je saute loin et j'annonce quelle couleur je vise

Evolution des contraintes :

- Pour monter : au départ, réduire la hauteur de la marche (avec un tapis) pour permettre à l'élève de prendre une impulsion.
- Pour descendre : mettre des zones qui permettent l'auto-évaluation et la visualisation des progressions du type marquage de couleur.

Repérer avec les élèves : les espaces (avant, dessus, après), les zones de réception, observer la différence monter/sauter, observer le rôle des bras (comparer bras actifs/bras croisés).

3. CHASSER LE GROS BALLON (SAUTER LOIN)



Matériel : un gros tapis, un gros ballon.

But du jeu : courir puis sauter pour chasser le ballon avec ses pieds.

Critères de réussite :

1. Je pousse le monstre avec mes pieds,
2. Je pousse le monstre hors du tapis,
3. Je pousse le monstre qui est de plus en plus loin (marquage couleur pour l'emplacement du monstre).

Comportement de départ : l'élève touche le ballon avec les mains, l'élève marche sur le tapis.

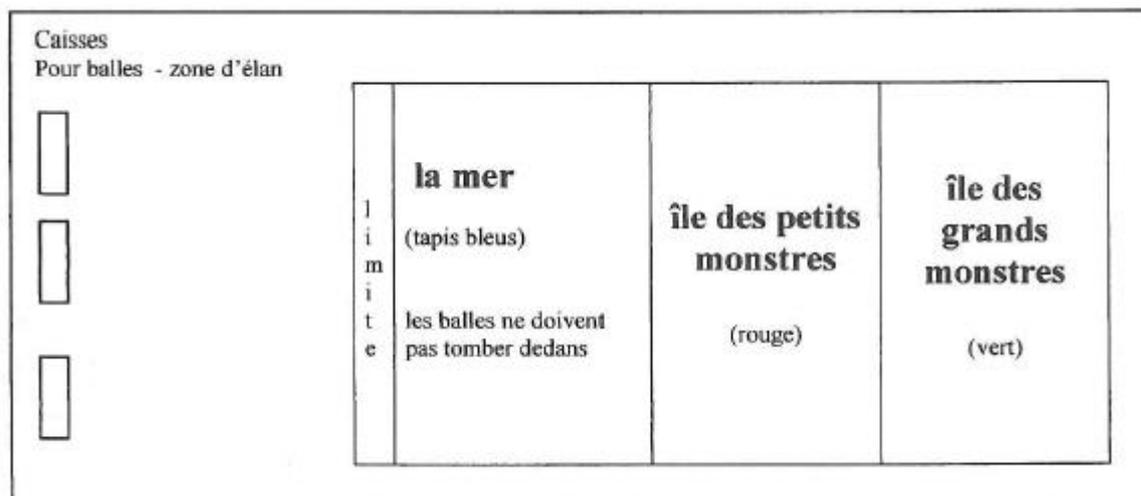
Problème à résoudre : prendre de l'élan et jeter les pieds vers l'avant (accepter le déséquilibre).

Evolution des contraintes :

- 1) Pas de droit de marcher sur le tapis (on prend son appel sur le sol) ;
- 2) Pour progresser, reculer le monstre pour que le bond soit de plus en plus long.

Repérer avec les élèves : les espaces (les zones où le monstre peut être placé) ; toucher avec les pieds ou pas ; élan près du tapis/loin du tapis ; vitesse d'élan, lancer les jambes en avant, rôle des bras.

4. EMPOISONNER DES MONSTRES (LANCER LOIN)



But du jeu : empoisonner un monstre en lui lançant des balles de poison. La zone à franchir est la mer (ou rivière, ou lac), il ne faut pas que la balle tombe dedans

Bien repérer les espaces :

- Un banc pour limiter l'élan
- Des caisses éloignées de la ligne de départ pour éviter la confusion entre prise d'objet et endroit où on lance
- Zones (mer, îles) visibles par des tapis de couleurs différentes.

Critères de réussite :

1. Lancer loin
2. Lancer sur une île
3. Lancer sur l'île la plus loin

Problème à résoudre : prendre de l'élan et lancer le plus loin possible en articulant la position du bras et la position des jambes. Comprendre la différence entre « jeter » et « lancer ».

Comportements attendus :

- Les enfants lancent par en-dessous (pétanque), en lancer de grenades (par-dessus en jetant), rarement à bras cassés (par en-dessus).
- Les enfants prennent de l'élan mais n'en comprennent pas obligatoirement la nécessité : certains s'arrêtent, certains lancent en sautant (ils lancent dans la course).

Evolution des contraintes :

Augmenter l'éloignement des îles.

Partir de la ligne de départ avec le bras au-dessus de la tête et un peu en arrière.

Ajouter des juges (de ligne, de zone) qui regardent le point d'impact.

L'élève doit réussir 3 fois de suite sur une zone pour tenter la zone suivante.

5. LANCER LOIN PAR-DESSUS LA BARRIERE (LANCER LOIN)

Organisation matérielle : deux plots et piquets, un filet (type tennis ou badminton) placé en diagonale, des marqueurs au sol pour matérialiser les différentes zones d'impacts.

Trois couloirs de lancer sont proposés .

But du jeu : Trouver la zone où on lance le plus loin possible.

Critères de réussite

1. Lancer le plus loin possible
2. Trouver la zone où je peux lancer le plus loin possible

Repérer avec les élèves / questionner les élèves sur :

La façon de lancer

Mettre en relation la trajectoire de l'objet, la hauteur du filet et la performance du lancer.