



# ATHLETISME DES ANIMAUX

## 1. LE KIT COMPREND:

- un CD d'athlétisme
- 6 comètes
- fiche d'évaluation
- 24 haies

### ***HAIES ROUGES : pour lancer la comète***

1. Souris
2. Chien
3. Lion
4. Girafe
5. Eléphant
6. Baleine

### ***HAIES VERTES: pour sauter le plus loin possible***

1. Mouton
2. Chat
3. Kangourou
4. Grenouille
5. Sauterelle
6. Puce

### ***HAIES JAUNES: pour courir (sauter) au-dessus des haies le plus vite possible***

1. Escargot
2. Tortue
3. Renard
4. Lapin
5. Chèvre
6. Guepard

### ***HAIES BLEUS: pour courir le plus vite possible***

1. Escargot
2. Tortue
3. Renard
4. Lapin
5. Chèvre
6. Guepard

Le CD est utilisé dans le cadre d'une pédagogie nouvelle et originale:



- travail par ateliers, modulables et adaptés au niveau de chaque enfant;
- auto-évaluation et évaluation des enfants entre eux;
- découverte du plaisir et de la pratique sportive;
- transversalité et établissement de liens avec les matières scolaires (mathématiques, sciences);
- optimisation du temps d'activité.

Ceci vise notamment:

- l'apprentissage de la citoyenneté, de l'autonomie et de la socialisation;
- le respect de soi, des autres, des règles de vie et du matériel.

## **2.LE CD EST UN OUTIL PEDAGOGIQUE:**

Il permet:

- ➔ D'enseigner l'athlétisme sans avoir de connaissances préalables de la discipline grâce à des ateliers progressifs et diversifiés repartis sur un cycle de 6 semaines.
- ➔ De dégager l'enseignant / l'éducateur des contraintes organisationnelles (signal de départ), lui permettant ainsi de se consacrer aux groupes et aux élèves individuellement.
- ➔ A chaque élève de mesurer sa progression par rapport à lui-même et d'éviter les comparaisons entre les enfants qui peuvent être disqualifiantes notamment pour ceux qui sont en difficulté dans les disciplines sportives.
- ➔ De maximiser le temps d'activité de l'élève pendant la séance.

## **3.LE CD A 2 FONCTIONS PRINCIPALES:**

- A) Organiser le déroulement général de la séance en indiquant le temps de changement d'ateliers.
- B) Donner les départs pour les ateliers de vitesse et haies.

## **4.LE CD SE DECOUPE DE LA MANIERE SUIVANTE:**

- ➔ Plage 1: temps d'échauffement d'une durée de 10 min. Puis temps d'installation des ateliers d'une durée de 2 min.
- ➔ Plage 2: temps de travail en atelier d'une durée de 8 min.
- ➔ Plage 3: temps de travail en atelier d'une durée de 8 min.
- ➔ Plage 4: temps de travail en atelier d'une durée de 8 min.
  
- ➔ Plage 5: temps de travail en atelier d'une durée de 8 min.
- ➔ Plage 6: temps de travail en atelier d'une durée de 8 min.



- Plage 7: temps de travail en atelier d'une durée de 8 min.
- Plage 8: temps de rangement d'une durée de 2 min.

## **5. ORGANISATION DE LA SEANCE:**

- Répartir la classe par groupes de 6 élèves maximum.
- Affecter chaque groupe à l'un des 4 ateliers possibles: vitesse, haies, lancer de comète, longueur ou double saut, triple bond .
- Attribuer à chaque groupe un n° 1.2.3.4 et à chaque élève une lettre (A.B.C.D.E.F)
- Lorsque le CD l'indique, chaque groupe installe le matériel nécessaire à son atelier et effectue sa rotation d'un atelier à l'autre.

*Important : le CD permet de mettre en place jusqu'à 6 ateliers.*

### ECHAUFFEMENT:

Il est fondamental qu'avant toute activité les enfants aient un temps d'échauffement d'au moins 6 minutes. L'échauffement sert à mettre progressivement le corps en mouvements afin d'éviter des traumatismes liés à une stimulation trop violente et trop rapide.

1) Mise en place de l'échauffement: durée 10 min

Dès l'arrivée des enfants dans la salle, démarrage de la séance d'échauffement. Les enfants se mettent alors à courir lentement 2 min, puis alternent courses et mouvement d'étirement.

2) Installation des ateliers: durée 2 min

Préalablement à la séance vous préparez le matériel pour les ateliers que les enfants vont mettre en place.

Afin d'optimiser le temps d'activité, l'installation des ateliers est prise en charge par l'ensemble des enfants. Chaque groupe installe son atelier et à l'intérieur de celui-ci, les enfants se répartissent les tâches.

Lorsque l'installation des ateliers est bien organisée, le temps imparti à cette tâche est inférieur à 2 min.

Ce temps est identifié par le CD et se situe après la période d'échauffement

Le but est de réaliser une action que l'on peut mesurer. Il faut réaliser 3 actions: courir, lancer et sauter pour battre son record en temps et en distance. Cela se fait dans des formes différentes; des espaces variés et des matériels variés.

## **ORGANISATION TYPE D' UNE RENCONTRE**



## **1.CONCEPT:**

Il s'agit de proposer une rencontre d'athlétisme adaptée à l'âge des enfants. Pour éviter les notions de temps et de distance, qui sont encore très abstraites pour des élèves de 5 à 8 ans, ces variables ont été remplacées par des animaux représentatifs de l'épreuve : un lapin pour la course, une poule pour les haies, une puce pour le saut, un éléphant pour le lancer... Chaque atelier sera donc évalué en six échelons de six animaux. Lors de son passage, l'élève pourra constater à quel "animal" correspond sa performance (cf. fiche d'évaluation). La validation se fera par l'enseignant ou par l'élève (autonomie) en cochant la case sur la fiche élève. Il pourra ainsi améliorer sa performance en essayant d'atteindre l'animal suivant.

Les objectifs de cette rencontre sont triples :

- Une évaluation individualisée avec les animaux;
- Un apprentissage de l'autonomie en respectant les différents signaux donnés par le CD;
- Une évaluation collective en comptabilisant le nombre de points total pour tous les élèves d'une classe.

## **2.MOYENS MIS EN OEUVRE:**

- Lieu: Cour d'école ou salle de sports
- Matériel: pancartes des animaux, haies, tapis de réception, CD rencontre (rythme de passage, top de départ, rotation des ateliers..)
- Encadrement: 1 adulte par atelier (4) et 1 coordinateur

## **3.DEROULEMENT DE LA RENCONTRE:**

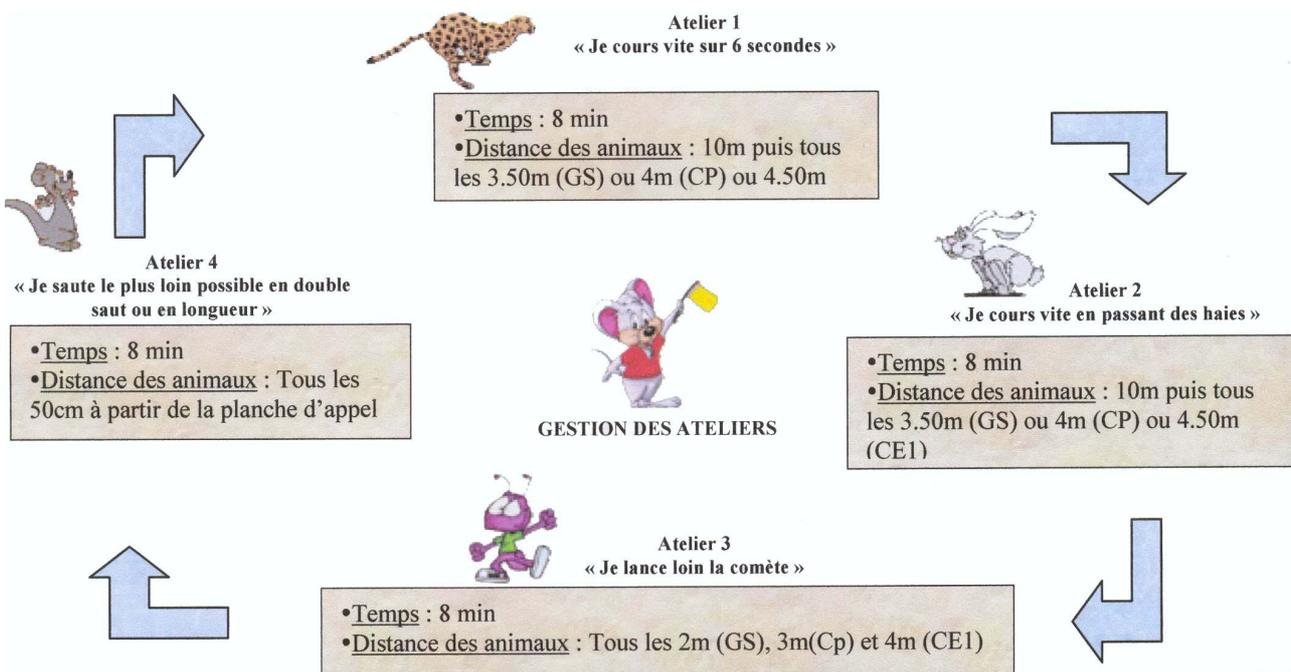
Répartition des élèves de chaque classe par groupe de 6 à 8 élèves. Chaque groupe sera accompagné par un adulte (enseignant, éducateur, parents..) et se rendra dans un des 4 ateliers afin de réaliser au minimum 3 passages (au maximum 6 passages) munis d'une fiche d'évaluation préalablement remplie: le nom et l'école de l'élève.

Lorsque les groupes seront passés dans tous les ateliers, ils pourront recommencer une deuxième série en fonction du temps restant afin de permettre aux élèves d'améliorer leurs performances.

**Il est important de prendre le temps d'échauffer les élèves avant leurs épreuves et de leur montrer l'exercice à effectuer afin de leur permettre d'aborder l'athlétisme des animaux avec plaisir.**



A la fin de la rencontre l'enseignant ramassera les fiches d'évaluation afin de les exploiter en classe (calcul des points, commentaires sur les performances).



Les haies rouges: pour « Je lance loin la comète », les haies vertes pour « Je saute le plus loin possible », les haies jaunes (hauteur 40 cm) et les haies bleues (hauteur 30cm) peuvent toutes les deux être utilisées pour les ateliers « Courir vite sur 6 secondes » et « Je cours vite en passant des haies ». Les élèves peuvent d'abord faire les 2 ateliers avec les haies moins hautes et après quelque temps, avec les haies de 40 cm.