

SEQUENCE : COURSE D'ORIENTATION

Domaines : Activités physiques &

Niveau : PS/MS/GS

Séances : /

Période : 4

Explorer le monde

Compétences

Activités physiques

- Ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir ou de la trajectoire d'objets sur lesquels agir.

Explorer le monde :

- Situer des objets par rapport à soi, entre eux, par rapport à des objets repères.
- Se situer par rapport à d'autres, par rapport à des objets repères.
- Dans un environnement bien connu, réaliser un trajet, un parcours à partir de sa représentation (dessin ou codage).
- Elaborer des premiers essais de représentation plane communicables (construction d'un code commun).
- Utiliser des marqueurs spatiaux adaptés (devant, derrière, droite, gauche, dessus, dessous...) dans des récits, descriptions ou explications.

Langage

- Communiquer avec les adultes et avec les autres enfants par le langage, en se faisant comprendre.
- S'exprimer dans un langage syntaxiquement correct et précis. Reformuler pour se faire mieux comprendre.

Objectifs

Activités physiques

- Utiliser des repères et s'approprier des consignes pour s'orienter dans un milieu aménagé.
- Adapter ses déplacements pour répondre à diverses consignes.

Explorer le monde :

- Se repérer dans l'espace.

Langage :

- Acquérir du vocabulaire : prépositions spatiales et temporelles, verbes d'actions, noms (arrivée/départ, un plan, un dessin, un message,...).
- Relation entre FAIRE et DIRE : Que faut-il faire ? Quand est-ce que c'est réussi ? Comment fait-on pour réussir ?

Devenir élève :

- Coopérer et devenir autonome.

Sources

- Module : <https://amcac.net/download/ressources/eps/orientationc1.pdf>
- USEP : comment entrer dans l'activité ? s'échauffer en maternelle
http://www.usep42.fr/IMG/pdf/echauffement_au_Cycle_1.pdf
- Module de la circonscription d'Aulnay-sous-bois
<file:///C:/Users/fleur/Downloads/orientation-cycle1.pdf>
- Module : <http://jean-pierre.rumin.pagesperso-orange.fr/manuelpdfdetail/co.pdf>

Enjeux :

Moteur	Adapter ses réponses, sa course à l'environnement.
Cognitif	Se repérer dans l'espace. Lire et interpréter des indices. Communiquer, coopérer avec ses partenaires.
Affectif	Vaincre ses appréhensions et contrôler ses émotions. Mener l'action jusqu'au bout.

Axes de progrès :

	De... à		
Espace	Proche, connu (classe → salle de motricité → cour)	Elargi connu (école)	Elargi, moins connu (quartier)
Positions	Repérage par rapport à soi ou à des repères fixes	Repérage par rapport à un objet ou une personne	Repérage d'éléments les uns par rapport aux autres (sensibilisation à l'existence de plusieurs points de vue)
	Comprendre et utiliser le vocabulaire : <i>proche/lointain ; sur/sous ; dedans/dehors ; à côté de / loin de ; d'un côté/de l'autre côté</i>	Comprendre et utiliser le vocabulaire : <i>devant/derrière ; près de ; entre ; en haut/en bas</i>	Comprendre et utiliser le vocabulaire : <i>au-dessus de / en-dessous de ; à droite de / à gauche de</i> Décrire, reproduire et représenter des positions dans un espace, ou des assemblages d'objets.
Déplacements	Respecter des consignes orales simples	Respecter et donner des consignes orales	Respecter et donner des consignes écrites (codées).
Représentation de l'espace	Observer, reconnaître, commenter des photos et des images représentant l'espace connu	Utiliser diverses représentations de l'espace (dessin, schéma maquette, plan)	Produire des représentations d'espace (schémas, maquettes, plans simples).
Temps	Situer les événements dans l'espace et le temps : <i>maintenant, avant, tout à l'heure</i>	Initiation au repérage sur une ligne orientée : <i>début, fin, avant/après</i>	Savoir se repérer sur une ligne orientée, notion de trajectoire : <i>gauche/droite</i>
Coopération	Pas de dialogue ni de coopération.	Absence de communication ou de coopération.	Communication et coopération.
Affectif	Incapacité de mener l'action jusqu'au bout ET se laisse emporter par ses émotions.	Incapacité de mener l'action jusqu'au bout OU se laisse emporter par ses émotions.	Mène l'action jusqu'au bout : réussit à vaincre et contrôler ses émotions

Planification du module :

S.	Phase	Objectif	Jeu
1-2	Entrée dans l'activité	Se repérer dans l'espace : retrouver/reproduire un parcours.	Je pose, je trouve.
		S'orienter, se déplacer dans un endroit précis, à l'aide de consignes verbales.	Jeu de positionnement
		Prendre des repères pour s'orienter, se déplacer dans un espace de jeu.	La locomotive
		Suivre un itinéraire.	Le jeu du marché.
3	Situations de référence	Oser s'éloigner seul, pour retrouver des objets dans l'ordre indiqué sur la feuille de route.	Bonne route
4-5	Situations d'apprentissage	Prendre des repères pour s'orienter, se déplacer dans un espace de jeu.	Parcours mémoire.
6-7			Rose des vents.
			Je pose, tu cherches
		Parcours jalonné	
8-9		Passer d'un espace vécu à un espace représenté	Parcours étoile avec photos
10-11			Parcours étoile avec plan
12-13	Parcours circuit avec plan		
14	Situations de référence	Oser s'éloigner seul, pour retrouver des objets dans l'ordre indiqué sur la feuille de route.	Bonne route

Planification d'une séance :

1. Echauffement
2. Mise en activité (reprendre une-deux situation(s) de la phase d'entrée dans l'activité)
3. Situation de référence / Situation d'apprentissage

ECHAUFFEMENTS

1

Proposition échauffement 1

5mn

Je m'approprie l'espace :

- Je marche : je vais où personne ne se trouve.
- Je marche ; je recule sans bousculer un autre élève.
- Je m'arrête dans un espace libre, éloigné d'un autre élève.

Je me grandis :

- Pieds au sol, je monte mes deux mains vers le plafond. J'étire mes bras le plus haut possible pour toucher le plafond. Les épaules touchent les oreilles. (à répéter plusieurs fois)
- Idem avec un bras.
- Pieds au sol, je monte sur les pointes de pieds et je descends (à répéter plusieurs fois).

Je roule :

- De la position debout, je descends à la position accroupie.
- De la position accroupie, je roule sur le dos, pour amener les genoux au sol derrière la tête et je reviens accroupi.
- De la position accroupie, je roule sur le dos, pour amener les genoux sur le côté et je reviens accroupi.
- De la position accroupie, je bascule en arrière, les pieds orientés vers le plafond, les jambes tendues (position chandelle)

Je m'appuie :

- De la position assise, j'appuie dans les mains et les pieds pour soulever le bassin (position araignée)
- Idem et je me retourne, visage face au tapis (position d'ours)
- Je me déplace en position d'araignée/d'ours.
- Je me déplace en saut de lapin.

2

Proposition échauffement 2

5mn

Dérouillage articulaire

- En position assise, masser chaque partie de son corps (pieds → tête).
- En position debout, faire tourner chaque partie de son corps (pieds → tête).
- S'étirer : pousser vers... le haut, devant, sur le côté, derrière,...
- Debout, bras au-dessus de la tête. Se pencher en essayant de poser les mains par terre.
- Debout, faire des petits ronds avec les bras tendus de chaque côté du corps.

Echauffement cardio(vasculaire) :

- Sauter sur place, en essayant de monter leurs bras le plus haut possible (extension).
- Se baisser en pliant les genoux puis sauter en poussant vers le haut(flexion-extension).

/

PHASE 1 : SITUATIONS D'ENTREES DANS L'ACTIVITE

1 Je pose... je trouve.

5mn

Objectif : Se repérer dans l'espace : retrouver/reproduire un parcours.

But : Déposer/mémoriser/retrouver rapidement des objets déposés.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (salle de motricité, cour).

Humain : groupe classe

Matériel : caisse d'objet, sifflet.

Déroulement : L'enseignant cache les objets. Les enfants doivent les retrouver. Chaque enfant dépose un objet et revient vers le maître. Au signal, chacun repart cacher un objet et revient. Au signal, il retourne le chercher, le plus rapidement possible.

Consigne :

Aller chercher un objet, le ramener et s'asseoir.

J'ai réussi si j'ai ramené un objet.

Au signal, aller cacher l'objet. Puis revenir s'asseoir.

Au signal, retourner chercher son objet, le poser dans la caisse et s'asseoir.

J'ai réussi si j'ai ramené le même objet.

Critères de réussite : J'ai ramené un objet / J'ai ramené le même objet.

Variantes :

- par binôme : un cache devant l'autre, qui sera chargé d'aller le chercher

- par binôme : un cache pendant que l'autre ferme les yeux. L'enfant qui a caché l'objet explique l'itinéraire que l'autre doit suivre pour le retrouver.

-nombres d'objets par élève.

2 Jeu de positionnement

5mn

Objectif : S'orienter, se déplacer dans un endroit précis, à l'aide de consignes verbales.

But : Aller au bon endroit.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (salle de motricité, cour).

Humain : groupe classe

Matériel : Objets fonctionnels dispersés (chaises, tables, matériel de motricité...), sifflet.

Déroulement : L'enseignant se trouve au centre de l'espace avec autour de lui tous les élèves. A chacun d'entre eux, il désigne un endroit où il doit se rendre en utilisant les termes désignant l'objet ainsi que le positionnement, par rapport à cet objet : devant, derrière, à côté, dessous, dessus...

Consigne : *Je vais vous dire où vous aller devoir aller. Vous aurez réussi si vous allez au bon endroit.*

Critères de réussite : Je suis vers le bon objet.

Variantes :

- l'élève se déplace vers un objet, le prend et doit aller le déposer à un autre endroit précis.

- par binôme

3 La locomotive

5mn

Objectif : Prendre des repères pour s'orienter, se déplacer dans un espace de jeu.

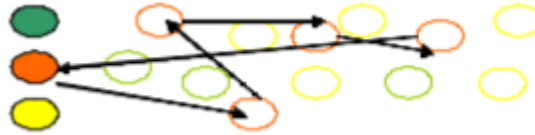
But : Reconstituer le train le plus vite possible.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (salle de motricité, cour).

Humain : 3-4 équipes.

Matériel : cerceaux : un cerceau par élève, de la couleur de son équipe ; chasubles ; siffler ; un plot de couleur différentes pour chaque équipe.



Déroulement : Chaque équipe est constituée d'une locomotive (un élève désigné par l'enseignant) et de wagons (les autres élèves). Les wagons vont se positionner sur les cerceaux, en fonction de la couleur de leur chasuble. Les locomotives se placent dans la gare (plot de couleur correspondante à leur chasuble).

Au signal, chaque locomotive se dirige vers un cerceau de sa couleur pour accrocher le wagon qui s'y trouve. Le wagon s'accroche à la locomotive (mains sur les épaules). Ils se dirigent ensuite vers un autre cerceau pour y accrocher un deuxième wagon et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de wagons. Quand le train est formé, il rentre dans sa gare.

Consigne :

Au signal, la locomotive part chercher les wagons. Quand la locomotive vient me chercher, je m'accroche à elle.

Quand il n'y a plus de wagons, le train rentre à la gare. Nous avons réussi si notre train est reconstitué le premier.

Critères de réussite : Notre train a été fini en premier.

Variantes :

- la locomotive doit aller chercher les wagons dans un certain ordre : elle a une feuille de route et les wagons ont un symbole.

4 Le jeu du marché.

5mn

Objectif : Suivre un itinéraire.

But : Se rendre dans les magasins en respectant une liste de course.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (salle de motricité, cour).

Humain : Groupe classe

Matériel : caisse avec le dessin des aliments, liste de course pour les élèves, sifflet.

Déroulement : Chaque enfant a une liste de course sous forme de dessin (dessin représenté sur les caisses correspondantes. Ex : caisse de voiture...) et doit faire son marché.

Consigne :

Au signal, aller chercher la bonne liste de course. J'ai réussi si j'ai ramené tous les objets de ma liste de course.

Critères de réussite : J'ai ramené tous les objets de ma liste.

Variantes :

- nombre d'objets sur la liste.

PHASE 2 : SITUATION DE REFERENCE

3-14 Bonne route

15mn

Objectif : Oser s'éloigner seul, pour retrouver des objets dans l'ordre indiqué sur la feuille de route.

But : Se rendre dans les maisons de chaque animal en respectant les indications de la fiche.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (salle de motricité, cour).

Humain : groupe classe

Matériel : caisses avec des animaux, feuille de route élève et PE, perles, affichages auto-correctifs.

Déroulement : Chaque élève reçoit un fil pour enfiler des perles et une fiche indiquant 2 animaux (palier 1-2), 4 animaux (palier 3) et 6 animaux (palier 4-5). Au signal, chaque élève se dirige vers les caisses pour reconstituer le collier. Lorsqu'il a fini, il vient voir l'affichage pour voir s'il a réussi ou non puis va s'asseoir.

Consigne :

Allez voir les animaux dans l'ordre de votre feuille.

Prendre une perle et l'enfiler sur la feuille.

Continuer jusqu'au dernier animal.

Regarder sur la feuille si notre collier est pareil. J'ai réussi si le collier réalisé est pareil que celui sur la fiche.

Critères de réussite : Le collier réalisé correspond à la fiche.

Difficultés :

-s'approprier l'espace et s'y repérer

-lire, interpréter une feuille de route

- socio-affectif : oser réaliser seul, en sécurité, des actions dans un environnement proche et aménagé.

PHASE 2 : SITUATION D'APPRENTISSAGE

4 Parcours mémoire

15mn

Objectif : Prendre des repères pour s'orienter, se déplacer dans un espace de jeu.

But : Se rappeler du parcours pour le refaire.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (cour)

Humain : Groupe classe puis petits groupes.

Matériel : Positionner des éléments remarquables (chaise table, porte, arbre, bac à sable).

Déroulement : Les enfants conduits par le maître effectuent un circuit (200m environ) en prenant le maximum d'informations pour pouvoir le refaire seuls, par petits groupes de 2 ou 3.

- Dans un premier temps, les enfants se déplacent en groupe classe puis par petits groupes (les autres enfants sont les correcteurs).
- Dans un deuxième temps, les enfants peuvent passer individuellement mais cette fois la moitié de la classe effectue le trajet avec le maître pendant que l'autre moitié observe. Puis, les enfants passent l'un après l'autre (les autres sont correcteurs).

Consigne : *Suivre la maîtresse. Attention, vous devrez refaire seul le parcours ensuite, sans moi. J'ai réussi si j'ai fait le même parcours, seul.*

Critères de réussite : J'ai réussi à refaire le même parcours.

Variantes :

-poser des balises d'aides aux endroits de changements de direction.

-poser maximum 5 objets à certains endroits. A la fin du trajet, les élèves doivent restituer la liste d'objets oralement, dans l'ordre.

5 La rose des vents

15mn

Objectif : Prendre des repères pour s'orienter, se déplacer dans un espace de jeu.

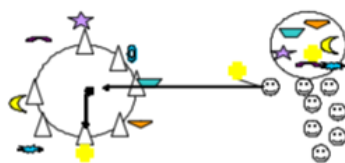
But : Poser la carte dans la balise correspondante.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (salle de motricité, cour)

Humain : équipes de 4-8 joueurs.

Matériel : 1 rose des vents, des cartes avec des symboles, de couleurs différentes pour chaque équipe.



Déroulement : Chacun leur tour, les élèves prennent une carte dans la caisse de départ, se rendent au centre du cercle, cherchent l'image identique à leur carte et vont la déposer au pied de la balise correspondante. A la fin, compter les points.

Consigne : *Je prends une carte et la regarde. Je vais au centre et la pose, cherche la même image et la pose au bon endroit. Je retourne m'asseoir et attends mon tour.*

Critères de réussite : Notre équipe a fini son tas de cartes la première.

Variantes :

-images plus ou moins dur (personnages connus, symboles différents, symboles proches,...)

6

Je pose, tu cherches.

15mn

Objectif : Prendre des repères pour s'orienter, se déplacer dans un espace de jeu.

But : Cacher / trouver des objets d'après des indications (photos).

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (cour).

Humain : deux groupes.

Matériel : photos sur lesquelles figurent un emplacement précis (gommette).

Déroulement : L'équipe A dispose de quelques photos et va placer les objets à l'endroit indiqué. L'équipe B va rechercher les objets. On inverse les rôles.

Palier 1-2 : une photo. Palier 3 : 2 photos. Palier 4 : 3 photos.

Consigne :

A : Aller cacher des objets à l'endroit indiqué sur les photos.

B : Aller chercher les objets que les camarades ont cachés, en s'aidant des photos.

Critères de réussite : Notre équipe a fini son tas de cartes la première.

Variantes :

-nombre de photos

-introduire la notion de vitesse, chronométrer le temps mis pour placer, pour relever

-varier l'espace utilisé

7

Parcours jalonné

15mn

Objectif : Prendre des repères pour s'orienter, se déplacer dans un espace de jeu.

But : Poser la carte dans la balise correspondante.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (salle de motricité, cour)

Humain : équipes de 4-5 élèves.

Matériel : plots de différents couleurs (1 couleur = 1 équipe), chasubles, crayons de couleurs.



Exemple de feuille de route

1	2	3	4	5

Déroulement : Les différents groupes se déplacent dans l'espace en suivant les plots de leur couleur. A chaque fois qu'ils rencontrent un plot, ils colorient leur feuille de route. Si on a oublié une balise, il faut revenir sur ses pas.

Consigne : *Je prends une carte et la regarde. Je vais au centre et la pose, cherche la même image et la pose au bon endroit. Je retourne m'asseoir et attends mon tour. Nous avons réussi si nous sommes passés par toutes les balises.*

Critères de réussite : Nous sommes passés par toutes les balises.

Variantes :

-longueur du parcours

-nombres de balises.

Objectif : Passer d'un espace vécu à un espace représenté (par une photo).

But : Trouver des balises.

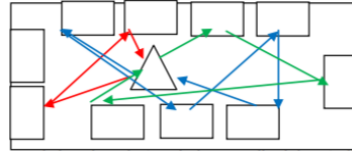
Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (cour).

Humain : trinôme.

Matériel :

- dizaines de balises, visibles à des points remarquables (identifiables pour les élèves),
- un plan par groupe. Sur le plan : caractéristiques principales de l'espace, photos des endroits des balises, case à colorier après chaque passage.
- sifflet.



Déroulement : Chaque groupe dispose d'un plan. Il trouve sa balise et colorie la bonne case sur la feuille. Il retourne voir la maîtresse qui vérifie une fois que tous les membres du groupe sont là. Si la réponse est correcte, elle colle la photo de la balise suivant.

Consigne : Par groupe, regarder le plan, aller à la balise et colorier la feuille de route.

Revenir voir la maîtresse qui dit si c'est bon. J'ai réussi si nous avons trouvé au moins 3 balises.

Critères de réussite : Nous avons trouvé 3 balises.

Variantes :

- prise des photos
- nombres de photos.
- éloignement des photos par rapport au point central.

Objectif : Passer d'un espace vécu à un espace représenté (par une photo).

But : Trouver des balises.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (cour).

Humain : trinôme.

Matériel :

- dizaines de balises, visibles à des points remarquables (identifiables pour les élèves),
- un plan par groupe. Sur le plan : caractéristiques principales de l'espace, croix de la 1^{ère} balise, case à colorier après chaque passage.
- sifflet.

Déroulement : Chaque groupe dispose d'un plan. Il trouve sa balise et colorie la bonne case sur la feuille. Il retourne voir la maîtresse qui vérifie une fois que tous les membres du groupe sont là. Si la réponse est correcte, elle fait une croix correspondant à la prochaine balise à trouver.

Consigne : Par groupe, regarder le plan, aller à la balise et colorier la feuille de route.

Revenir voir la maîtresse qui dit si c'est bon. J'ai réussi si nous avons trouvé au moins 3 balises.

Critères de réussite : Nous avons trouvé 3 balises.

Variantes :

- nombres de balises à trouver
- position des balises (voyantes, cachées)
- indices sur les balises (morceaux de puzzle à reconstituer, formes géométriques à reproduire,...)

Objectif : Passer d'un espace vécu à un espace représenté (par une photo).

But : Trouver des balises en suivant un circuit.

Dispositif :

Spatial : Endroit délimité et sécurisé (cour).

Humain : trinôme.

Matériel :

- dizaines de balises, visibles à des points remarquables (identifiables pour les élèves),
- un plan par groupe. Sur le plan : caractéristiques principales de l'espace, circuit fléché des balises à trouver, case à colorier après chaque passage.
- sifflet.

Déroulement : Chaque groupe dispose d'un plan. Au signal, tous les groupes partent. Ils se déplacent selon les indications du plan et ne reviennent auprès du maître que lorsqu'ils ont effectué la totalité de leur circuit. Le maître vérifie le poinçonnage.

Consigne : *Par groupe, je regarde le plan et suit le circuit. A chaque balise, je colorie ma petite case. Une fois que j'ai fait toutes les balises, je reviens voir maîtresse. J'ai réussi si j'ai trouvé toutes les balises.*

Critères de réussite : Nous avons trouvé toutes les balises.

Variante :

- nombre de balises à trouver
- position des balises (voyantes, cachées)
- indices sur les balises (morceaux de puzzle à reconstituer, formes géométriques à reproduire,...)