

Courir, sauter, lancer à la Maternelle

vers les activités athlétiques

Ce que l'élève apprend
Les situations d'évaluation

COURIR A LA MATERNELLE

COURIR LONGTEMPS– ce que l'élève apprend –

EN PETITE SECTION	EN MOYENNE SECTION	EN GRANDE SECTION
Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés	Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés	Réaliser une performance
<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer en marchant longtemps. • Différencier marcher vite et courir. • Faire des expériences de déplacements en courant sur du macadam , sur du gazon , sur du sable. • Courir longtemps pour accumuler des objets. • Courir en réalisant un parcours sans s'arrêter 	<ul style="list-style-type: none"> • Distinguer les allures de course. • vite, moins vite pour durer. • Courir en changeant d'allure en fonction de signaux auditifs ou visuels. • Trouver une allure de course pour durer. • Adapter son allure de course à la longueur du parcours. 	<ul style="list-style-type: none"> • Courir en durant avec un rythme respiratoire calme. • Courir à une allure régulière. • Courir en franchissant le plus de zones repérables. • Courir longtemps en s'adaptant au relief du terrain.
La situation de référence : courir sans s'arrêter pendant 1 min 30 = temps nécessaire pour que le sablier se vide.	La situation de référence : courir sans s'arrêter pendant 2 minutes = accumuler le plus d'objets dans sa caisse.	La situation de référence : course – contrat = courir sans s'arrêter au moins 3 minutes.

De la petite section à la grande Section de maternelle les objectifs poursuivis vont évoluer à mesure que les compétences se construiront pour qu'en grande section l'élève arrive à :

- une maîtrise plus assurée du déplacement,
- une plus grande adaptation à l'effort,
- une meilleure connaissance de ses ressources permettant à l'élève d'établir un contrat de durée et de le respecter.

COURIR LONGTEMPS A LA MATERNELLE - SITUATION DE RÉFÉRENCE -

LES DÉMÉNAGEURS (grand espace)

Objectif de l'enseignant :

Amener les élèves à courir pendant au moins n minutes sans s'arrêter.

PS = 1min 30, MS = 2 min, GS = au moins 3 min.

Buts pour l'élève :

Vider sa maison avant les autres.

Critères de réussite pour l'élève :

Courir sans s'arrêter de sa maison à la gare et inversement jusqu'à ce que la caisse soit vide.

Le nombre d'objets transportés et l'augmentation de la quantité d'une évaluation à l'autre.

Critères observables pour l'enseignant :

L'allure de course et la durée.

L'aisance respiratoire.

L'engagement actif ou non dans le jeu du début à la fin.

Le temps non couru (marche ou arrêt).

Règles d'action pour l'élève :

Courir lentement.

Modérer son allure.

Courir en aisance respiratoire.

Contrainte :

Un seul objet à la fois.

Règles de fonctionnement :

Suivre le sens des flèches.

La course dure sans s'arrêter jusqu'à ce que la maison soit vidée.

Matériel :

des caisses, des cerceaux de couleur ou des boîtes, des petits objets légers et faciles à attraper, un terrain assez grand et plat, des plots de balisage, des flèches, un tableau d'évaluation affiché, des gommettes à coller dessus.

Dispositif :

Fonctionnement : plusieurs groupes de 6 à 8 élèves.

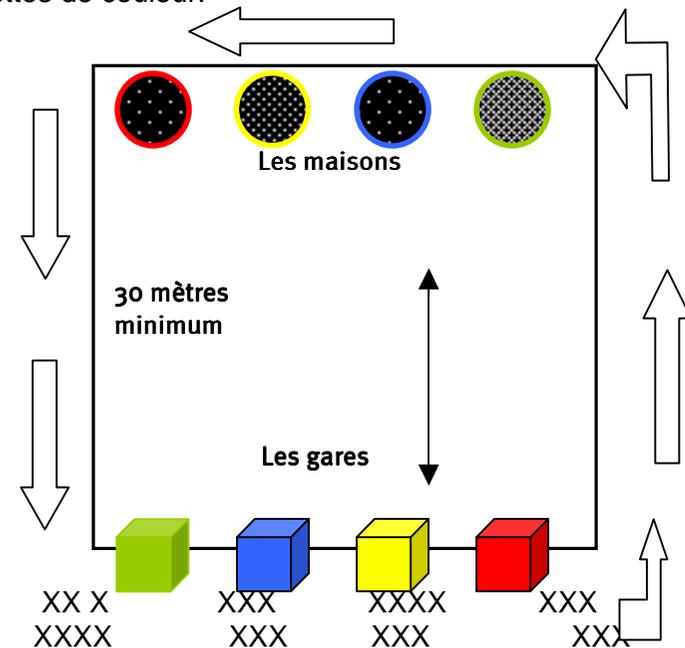
A chaque groupe est attribuée une maison de couleur différente contenant suffisamment de petits objets.

Des caisses à l'autre bout du terrain représentent les gares.

Les élèves font le tour du terrain pour aller chercher un objet et le déposer dans la gare autant de fois successives que possible.

Chaque groupe démarre de sa gare au signal.

Évaluation : après chaque manche, le tableau d'évaluation est rempli avec des gommettes de couleur.



MS : travailler en binôme coureur-observateur – 1 bâton par objet déposé

GS : idem + une croix pour chaque arrêt

COURIR VITE A LA MATERNELLE – ce que l'élève apprend -

EN PETITE SECTION	EN MOYENNE SECTION	EN GRANDE SECTION
Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés	Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés	Réaliser une performance
<ul style="list-style-type: none"> • Courir vite en conservant son équilibre. • Courir après un objet qui roule, un objet lancé, etc. • Courir vite pour se sauver ou pour se cacher. • Courir vite pour déménager le plus possible d'objets. 	<ul style="list-style-type: none"> • Différencier courir lentement et courir très vite. • Courir vite pour ne pas se faire attraper. • Courir vite pour attraper. • Orienter sa course dans l'espace. 	<ul style="list-style-type: none"> • Distinguer les allures de course : vite, très vite. • Courir très vite pendant un temps donné. • Associer vite et loin. • Courir vite en ligne droite. • Courir vite en suivant un chemin. • Courir contre le temps.
Situation de référence : courir vite d'un point à un autre sans s'arrêter.	Situation de référence : Courir très vite pour transporter le plus d'objets.	Situation de référence : Courir en ligne droite le plus loin possible en 5 secondes.

Le tout petit a du mal à courir vite. Il se déplace en marchant vite à petits pas, à la recherche d'un équilibre qu'il ne maîtrise pas. Progressivement, la multiplication des expériences et son plaisir de jouer vont lui permettre de prendre de l'assurance et d'affirmer une forme de course rapide qu'il va de plus en plus contrôler.

Les bras sont pour lui des éléments uniquement équilibrateurs. Cependant, tout obstacle rencontré remet en question son équilibre. La **maîtrise de cet équilibre** est donc un premier objectif d'apprentissage. Il s'agit dans le cadre des séances d'éducation physique de l'aider à développer sa **fonction de locomotion** en variant les expériences.

Arrivé en **grande section**, sa course sera beaucoup plus assurée et efficace. Ses bras ne seront plus seulement équilibrateurs, il commencera à les utiliser dans des actions de propulsion.

Il va trouver son équilibre de course en fixant des **repères visuels** proposés par l'enseignant. La course de vitesse sera une succession d'**impulsions** et de temps de **suspension**.

Il sera plus simple pour lui de démarrer vite au signal, de courir dans une direction précise et de maintenir sa vitesse jusqu'à un repère donné. Il apprendra à mieux se représenter l'espace couru. Il ajustera ses gestes en vue d'un but précis. Il se lancera des défis et pourra contrôler ses résultats, se situer, situer ses progrès.

COURIR VITE A LA MATERNELLE – Situation de référence -

Courir vite le plus loin possible en 5 secondes

Objectifs de l'enseignant :

Construire des repères espace-temps.
Apprendre à courir vite, équilibré, pendant 5 secondes.
Se défier et défier les autres.

Buts pour l'élève :

Courir le plus loin possible jusqu'au signal.

Critères de réussite pour l'élève :

La couleur de la zone atteinte.
Gagner du terrain et améliorer sa performance.

Critères observables pour l'enseignant :

Départ rapide.
Les élèves restent dans leurs couloirs respectifs.

Règles d'action pour l'élève :

Je démarre vite au signal.
Je cours droit devant moi et regarde devant.

Contrainte :

Rester dans son couloir.

Règles de fonctionnement :

Suivre le sens du déplacement (flèches) après avoir couru.

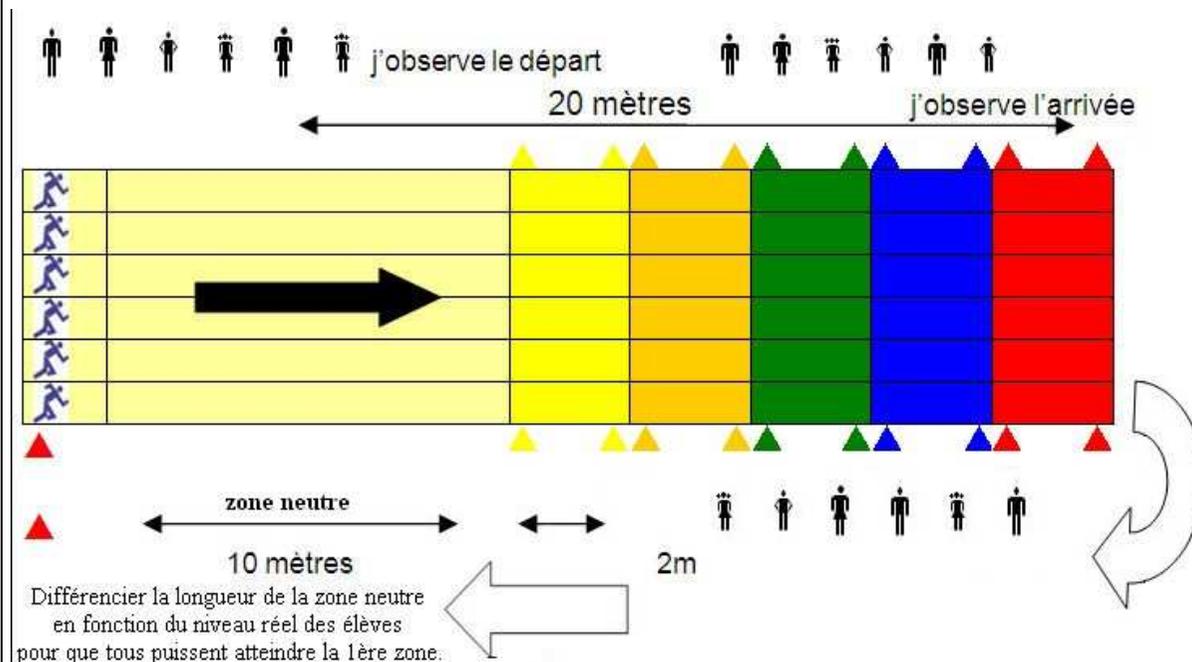
Toutes les trois courses, les coureurs deviennent observateurs et un groupe d'observateurs devient coureurs.

Matériel :

Un espace de course de 15-20 mètres de long jalonné de plots de couleur à partir de 10 mètres.
1 plot tous les 2 mètres.

Dispositif :

Plusieurs élèves courent de front en ligne droite dans un couloir (si les couloirs ne sont pas tracés, les matérialiser par des coupelles de couleur ou des piquets).
Le maître donne les signaux de départ et de fin de course (sifflet, tambourin, voix, corne, ...).
Il observe et note la meilleure performance de chaque élève. Pour cela, il faut prévoir à l'avance un tableau récapitulatif de performances.
Après la course les élèves suivent les flèches en marchant pour revenir au départ sans gêner les coureurs suivants.



COURIR AVEC OBSTACLES A LA MATERNELLE - ce que l'élève apprend -

EN PETITE SECTION	EN MOYENNE SECTION	EN GRANDE SECTION
Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés	Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés	Réaliser une performance
<ul style="list-style-type: none"> • Passer par dessus, par dessous l'obstacle. • Enjamber l'obstacle. • Monter sur l'obstacle. • Courir vite jusqu'à l'obstacle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Enchaîner le parcours sans s'arrêter. • Courir - sauter - courir. • Courir après l'obstacle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Enchaîner les courses et les sauts. • Conserver son équilibre. • Rester droit malgré les obstacles.
La situation de référence :	La situation de référence :	La situation de référence = défi
Courir vite d'un obstacle à l'autre.	Courir très vite pour transporter et perdre le moins de temps possible à franchir les obstacles.	Courir vite malgré des obstacles bas, placés en ligne droite, par dessus lesquels il faut sauter (20 mètres – coupelles, boîtes en carton, petites haies basses espacées de 1 à 2 mètres).

La mise en place de parcours d'obstacles est une manière multiforme de répondre à la logique de la pratique des activités athlétiques à l'école maternelle.

Les obstacles vont perturber l'équilibre déjà précaire des petits ce qui va engendrer chez eux une grande activité d'adaptation.

Les progrès se manifesteront par :

- la capacité qu'ils démontreront à enchaîner de plus en plus les actions, d'abord en marchant puis en courant à allure variée, puis en courant vite .
- La transformation de la manière de franchir l'obstacle : du franchissement à l'arrêt, au saut à deux pieds simultanés, vers le saut en appui sur un pied puis sur l'autre.
- L'organisation de leur posture et de leur équilibre.
- L'apprentissage progressif de la manière de dissocier leurs segments (bras , jambes) pour gagner en équilibre et donc en efficacité.

En PS et MS la mise en place du parcours d'obstacles pourra être reliée à une histoire que l'enseignant(e) aura construite avec les enfants et qu'ils mettront en scène en éducation physique ce qui donnera du sens à l'activité elle-même et leur permettra de s'engager avec plus d'intensité dans le parcours d'obstacles.

En GS les élèves doivent pouvoir commencer à enchaîner les actions de course et de franchissement ce qui se traduit par un bond par dessus l'obstacle.

COURIR AVEC OBSTACLES A LA MATERNELLE – Situation de référence -

Courir et sauter sans s'arrêter pendant 5 secondes

Objectifs de l'enseignant :

Construire le répertoire moteur de base.
S'équilibrer.
Dissocier ses segments.

Buts pour l'élève :

Courir et sauter en franchissant des obstacles variés sans s'arrêter et sans tomber pendant 5 secondes.

Critères de réussite pour l'élève :

La quantité d'obstacles franchis en 5 secondes.

Critères observables pour l'enseignant :

La posture d'équilibration (avec les bras, le buste droit).

Règles d'action pour l'élève :

Je cours vite entre les obstacles.
Je saute par dessus chaque obstacle sans m'arrêter avant et en repartant tout de suite en courant dès que l'obstacle est franchi .

Contrainte :

Courir dans le sens des flèches et ne pas revenir en arrière.
Durée du parcours = 5 secondes.

Règles de fonctionnement :

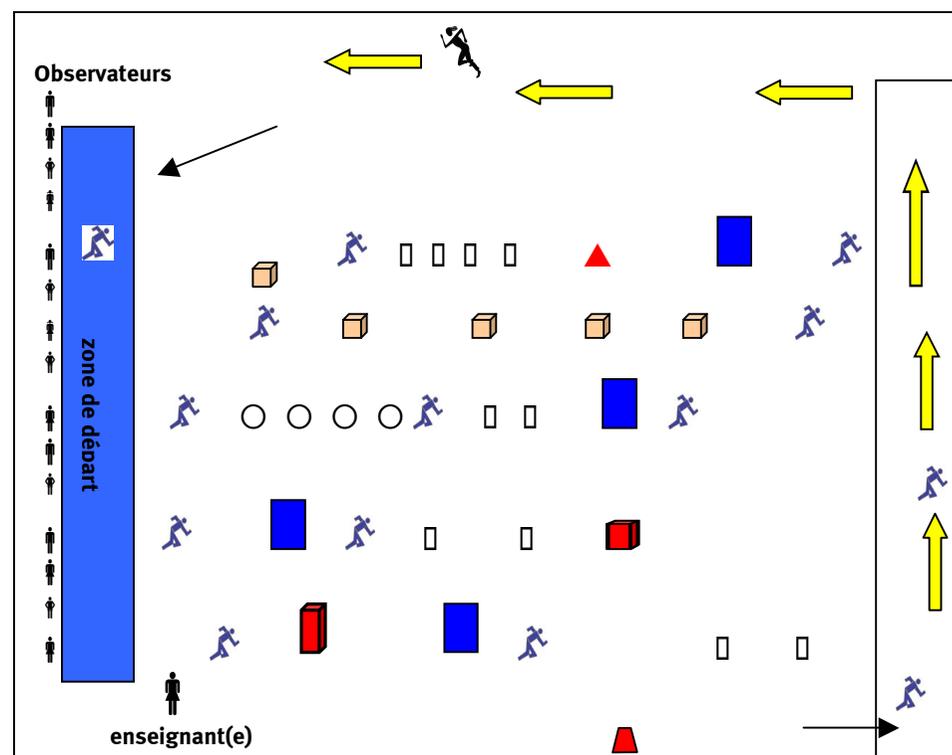
S'arrêter au signal, regarder dans quelle zone on est arrivé et attendre que la maîtresse ait donné l'autorisation pour regagner la zone de départ.

Matériel :

Des caisses, briques, lattes, tapis, cartons, plots, cerceaux , etc...

Dispositif :

Installation de 4 parcours composés d'obstacles disposés en parallèle.
La hauteur des obstacles doit permettre à l'élève de franchir sans s'arrêter : veiller à ne pas proposer des obstacles plus hauts que le niveau moyen du genou des enfants de cet âge.
La moitié de la classe court en même temps. L'enseignant chronomètre, donne le signal de départ et de fin de course (5 secondes).
Les observateurs entourent sur leur fiche le dernier obstacle franchi au bout des 5 secondes.



3 essais par parcours et par élève.

Au signal de l'enseignant, changer de parcours.

COURIR EN RELAIS A LA MATERNELLE – ce que l'élève apprend -

EN PETITE SECTION	EN MOYENNE SECTION	EN GRANDE SECTION
Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés	Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés	Réaliser une performance
<ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître sa caisse et celle des autres. • Transporter en courant. • Se séparer de l'objet. • Orienter sa course. • Démarrer au signal et s'arrêter au 2ème signal. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître son équipe. • Partager l'objet et le donner à la main. • Reconnaître le camp des adversaires. • Coopérer pour transporter vite un objet. • S'organiser pour déplacer des objets d'un camp à un autre le plus rapidement possible. • Courir vite en transportant un objet tout en slalomant, en franchissant un obstacle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Réagir vite au signal. • Courir vite en ligne droite. • Se préparer à recevoir l'objet. • Courir vite dans son couloir. • Courir vite en navette.
Situation de référence	Situation de référence	Situation de référence = défi
Courir vite et transporter les objets de sa maison pour en cacher le plus possible et empêcher les voleurs de les prendre .	Se transmettre le plus vite possible un objet au sein d'une équipe.	Se transmettre un objet en courant très vite pour l'emmener le plus vite possible à un point donné (courses en ligne droite-navettes).

La course en relais est une activité qui va non seulement inciter les élèves de cet âge à faire l'apprentissage de la course rapide mais qui participe aux objectifs des **jeux de coopération**.

Le tout petit ne sachant pas partager un objet, il est important d'aborder les courses de relais par des transports d'objets multiples où chacun s'occupe de son objet. Le premier apprentissage est pour lui d'accepter de se séparer de son objet et de le voir entre les mains d'autres que lui.

Le second apprentissage réside en l'orientation de sa course vers un point précis (cible).

Puis, il accepte de faire partie d'un groupe qu'il va reconnaître grâce à l'utilisation de la couleur.

Très tôt, dès la moyenne section, il peut s'engager dans des tactiques de jeu en fonction des cibles où se trouvent les objets.

Les jeux de **déménageurs** de toutes sortes sont tout à fait appropriés pour amener les élèves à faire équipe pour déplacer un ou plusieurs objets.

EN GRANDE SECTION, la course rapide sous forme de relais navette permet aux élèves de s'engager à plusieurs dans une performance collective.

Le respect de l'organisation proposée par l'enseignant(e) et l'expérience de la course à tour de rôle dans un espace précis sont des apprentissages généraux qui trouvent ici une application directe.

COURIR EN RELAIS A LA MATERNELLE – Situation de référence - GS

Se transmettre le plus vite possible un anneau – Relais navette .

Objectifs de l'enseignant :

Adapter ses déplacements à la variété du parcours et enchaîner les actions le plus rapidement possible.

Buts pour l'élève :

Se transmettre un anneau de coéquipier à coéquipier le plus rapidement possible pour permettre à son équipe de réaliser le meilleur temps.

Critères de réussite pour l'élève :

Avoir couru deux fois.

Finir le relais : L'anneau est revenu dans la main du coureur n°1 dans sa position de départ.

Critères observables pour l'enseignant :

Le respect du signal de départ et le démarrage explosif.

L'attitude pendant l'attente.

La durée de la transmission.

Règles d'action pour l'élève :

Se préparer à démarrer quand le coéquipier a passé le plot.

Préparer sa main pour recevoir et démarrer de manière explosive.

Courir très vite malgré les obstacles.

Viser la main pour transmettre vite.

Contrainte :

Ne démarrer que lorsque le précédent a franchi le plot.

Règles de fonctionnement :

Franchir les obstacles et rester dans son couloir.

Matériel :

Chasubles de couleur, anneaux de couleur, plots, lattes, fanions

Dispositif :

L'enseignant constitue 4 équipes et distribue un anneau de couleur différente par équipe. Chaque coureur n°1 de chaque équipe porte une chasuble.

Des obstacles sont installés sur l'aller du parcours pour obliger le coureur à se rééquilibrer dans sa course : obstacles bas, rivières, slalom.

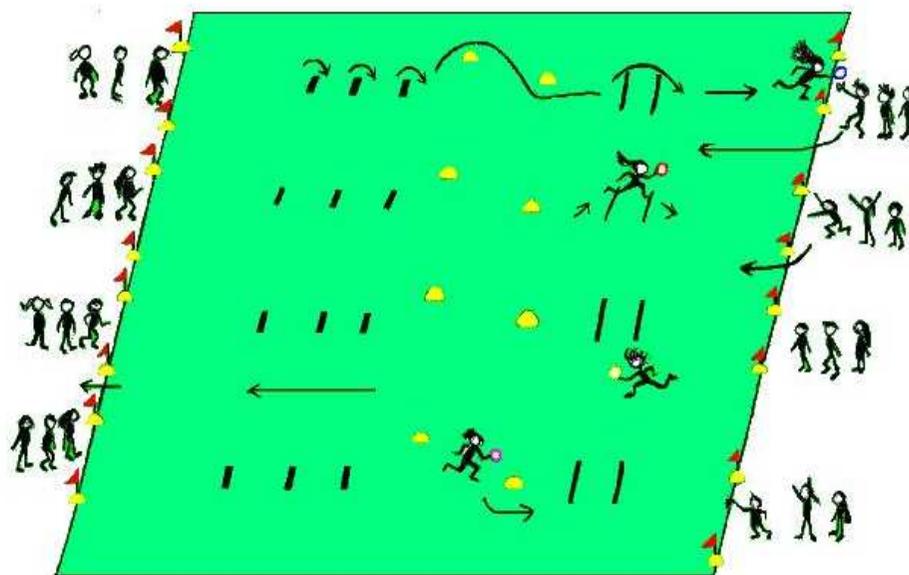
Le retour se fait sans obstacle.

Les parcours sont parallèles.

Tous les coéquipiers doivent réaliser le parcours en transportant l'anneau.

Le jeu s'arrête quand ils sont tous passés.

Le temps de chaque équipe est chronométré.



SAUTER A LA MATERNELLE

SAUTER LOIN – ce que l'élève apprend -

EN PETITE SECTION	EN MOYENNE SECTION	EN GRANDE SECTION
Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés <ul style="list-style-type: none"> • Oser sauter en léger contrebas. • Orienter son saut vers l'avant. • Sauter par dessus des obstacles. • Sauter dans une cible. 	Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés <ul style="list-style-type: none"> • Se réceptionner sans se faire mal. • Se réceptionner en équilibre. • Viser la cible la plus éloignée. • Sauter et rebondir dans plusieurs cibles. 	Réaliser une performance <ul style="list-style-type: none"> • Sauter d'un pied. • Franchir des rivières. • Courir-sauter-courir. • Sauter à cloche pied. • Sauter et rebondir.
Situation de référence Sauter vers l'avant en contrebas .	Situation de référence Sauter vers l'avant. Rebondir vers l'avant.	Situation de référence = défi Sauter vers l'avant en prenant appel d'un seul pied.

A l'âge de l'école maternelle, le tout petit recherche de nouvelles expériences et agit en quête de nouvelles sensations.

Il aime produire des actions pour le plaisir des émotions qu'elles procurent.

Les sauts en contrebas répondent à ce besoin.

La reconquête d'un équilibre déjà précaire après chaque saut sera pour lui très formatrice.

Des sauts dans des cibles placées au sol lui donneront l'occasion d'avoir à **se rééquilibrer**.

Arrivé en Grande section, la recherche de sensations subsiste mais c'est la recherche de la performance qui va motiver l'élève dans sa pratique des sauts vers l'avant.

Il apprend à agir pour se réceptionner plus loin au sol. Il peut combiner un petit élan et une impulsion d'un pied.

Comme il dispose de trop peu de force à cet âge pour s'élever, l'enseignant placera un tremplin pour que l'élève ait le temps de sentir qu'il s'envole et organiser ses segments pour équilibrer sa réception.

Il apprend à **combinaison des actions** : sauter-voler, bondir-rebondir, courir-sauter.

SAUTER LOIN A LA MATERNELLE – Situation de référence - GS

Produire un envol vers l'avant appel un pied

Objectif :

Dissocier ses appuis et s'équilibrer en l'air et à la réception.

Buts :

Courir et sauter en prenant son appel d'un pied sur le tremplin pour se réceptionner sur la zone de couleur la plus éloignée.

Critères de réussite (pour l'élève) :

Se réceptionner dans une zone de couleur.

D'une évaluation à l'autre, atteindre des zones de couleur de plus en plus éloignées.

Observables (pour l'enseignant) :

L'aisance dans la prise de risque.

L'impulsion d'un pied.

Le contrôle de la réception, accroupi sur les deux pieds.

L'existence d'une prise d'élan sur le banc.

Règles d'action :

Je saute d'un pied vers l'avant dans la cible la plus éloignée.

Je regarde devant moi.

Je me tiens droit quand je suis en l'air.

Je tombe sur mes deux pieds loin devant.

Je repère la zone de couleur dans laquelle je suis retombé.

Contraintes :

Un seul pied d'appel.

Règles de fonctionnement :

Chaque élève réalise 6 tentatives successivement.

Respecter son tour de rôle.

Respecter les consignes de sécurité :

- attendre avant de sauter que le précédent ait quitté le tapis de réception;

- sortir rapidement du tapis quand le saut est terminé.

Dispositif :

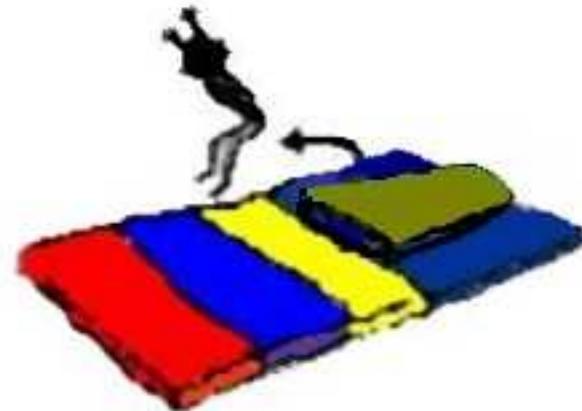
après un petit élan, l'élève doit sauter vers l'avant, dans la zone de couleur la plus éloignée.

Matériel :

Un tremplin (ou banc stable) est installé.

Au bout du plinth sont placés des tapis de couleurs différentes ou des zones de performance de 1 m de large identifiées par des plots de couleur.

Autour du tremplin, des tapis sont installés pour la sécurité des élèves.



SAUTER A LA MATERNELLE

SAUTER HAUT : ce que l'élève apprend

EN PETITE SECTION	EN MOYENNE SECTION	EN GRANDE SECTION
Adapter ses déplacements à des environnements contraints ou variés <ul style="list-style-type: none"> • Sauter pour grimper sur un gros tapis. • Sauter par dessus un obstacle. 	Adapter ses déplacements à des environnements contraints ou variés <ul style="list-style-type: none"> • Différencier sauter vers le haut , sauter vers le bas, sauter vers l'avant. • Sauter pour attraper quelque chose en hauteur. • Sauter pour toucher un objet suspendu pendant la phase aérienne. 	Réaliser une performance <ul style="list-style-type: none"> • Sauter vers le haut pour franchir un obstacle. • Enchaîner courir et sauter vers le haut. • Courir et sauter pour franchir un élastique.
Situation de référence = défi Sauter vers le haut pour monter sur .	Situation de référence = défi Sauter vers le haut pour toucher un objet.	Situation de référence = défi Produire un temps d'envol vers le haut en prenant appel d'un seul pied.

Le tout petit a du mal à décoller les pieds du sol.

Pour cette raison, sauter vers le haut sera conçu à partir d'un support comme un plinth ou un banc ce qui lui permettra de ressentir le temps de suspension.

Il aime se trouver en hauteur, et des objets suspendus au-dessus du support sur lequel il est grimpé, qu'il devra toucher ou attraper, le forceront progressivement à produire un **saut orienté** vers le haut.

Des parcours seront mis en place comportant divers obstacles à franchir et sur lesquels il pourra grimper pour sauter ce qui va lui plaire d'autant mieux qu'il aura des objets à attraper et à rapporter (déménageurs).

Il prend appel sur les deux pieds ou sur un pied sans s'en rendre compte.

Puis, il apprendra à décoller du sol vers le haut. Là encore, des cibles à viser motiveront son action.

En grande section, il va être capable de distinguer sauter vers l'avant de sauter vers le haut.

Il peut commencer à enchaîner **courir-sauter par dessus** un élastique.

Progressivement, il apprend à prendre une impulsion d'un pied et à contrôler son corps pendant la suspension.

Il apprend à se servir de ses bras pour se hisser vers le haut.

Il peut **combinaison plusieurs actions** pour lui permettre de sauter plus haut : prendre un petit élan pour sauter haut.

SAUTER HAUT A LA MATERNELLE – Situation de référence – GS

Sauter pour toucher l'objet le plus haut

Objectif :

Produire un temps d'envol vers le haut en dissociant les deux pieds.

Buts :

Toucher l'objet le plus haut en prenant son appel d'un seul pied dans la zone tracée au sol.

Critères de réussite (pour l'élève) :

Toucher l'objet placé de plus en plus haut (couleur de l'objet).

Observables (pour l'enseignant) :

L'élève prend son appel d'un pied dans la zone d'appel.

L'élève retombe dans la zone d'appel.

L'élève ne doit pas s'arrêter avant de sauter.

Le point de départ de l'élève par rapport à la zone d'élan.

L'élève doit respecter les règles d'organisation et de sécurité.

Règles d'action :

Prendre son élan et sauter d'un pied sans s'arrêter.

Regarder la cible visée et la toucher.

Retomber les deux pieds dans la zone d'appel.

Contraintes :

Un seul pied d'appel – zone d'appel et de réception

Règles de fonctionnement :

Chaque élève réalise 6 tentatives.

Il saute face au dispositif.

Quand un élève a sauté, il revient par l'extérieur du poteau ou de la zone d'appel.

Dispositif :

Tendre en diagonale un fil solidement attaché.

Y suspendre des objets de couleurs différentes à différentes hauteurs.

Ces objets constituent les cibles à viser depuis la zone d'impulsion.

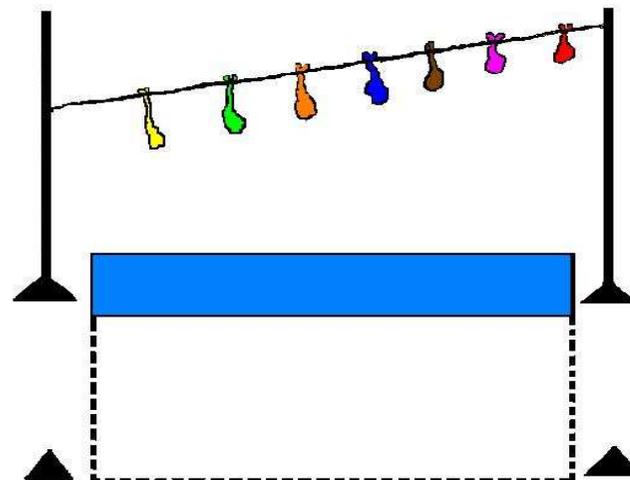
Il est possible de toucher la cible d'une main ou de la tête.

La zone d'élan mesure environ 2,50 m de profondeur.

La zone d'appel est située sous les cibles et mesure environ 1 mètre de large.

Matériel :

2 poteaux, un élastique, des objets de couleur à suspendre dans des filets à ballons, plots, craies ou tapis ou bout de moquette pour matérialiser la zone.



LANCER LOIN A LA MATERNELLE

Ce que l'élève apprend

EN PETITE SECTION	EN MOYENNE SECTION	EN GRANDE SECTION
Adapter ses déplacements à des environnements contraints ou variés	Adapter ses déplacements à des environnements contraints ou variés	Réaliser une performance
<ul style="list-style-type: none"> • Faire rouler un objet. • Lancer un objet dans une zone. • Lancer en haut. • Lancer en bas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lancer à une main pour atteindre une zone en passant par dessus un obstacle haut. • Lancer pour faire tomber un objet. • Lancer précis à une main. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lancer une balle contre le mur pour qu'elle rebondisse. • Lancer dans un espace matérialisé en haut. • Lancer loin et précis.
Situation de référence = défi Lancer un sac de graines par dessus un banc.	Situation de référence = défi Lancer un anneau ou un cerceau à une main dans une cible au sol.	Situation de référence = défi Lancer haut et fort une balle ou un cerceau à une main pour viser une cible suspendue.

Le petit enfant doit apprendre à distinguer « lâcher » de « jeter » et de « lancer ».

L'activité de lancer va prendre tout son sens à ses yeux s'il a quelque chose à viser. La zone à atteindre sera un prolongement de son bras et rendra l'acte de lancer plus concret en terme de trajectoire.

La pratique des activités de lancer en maternelle, vont l'aider à contrôler ses segments et à devenir plus adroit.

Mettre en place des tâches où il doit faire rouler une boule au sol pour viser un objet ou plusieurs objets (quilles , pétanque ...) ou lancer un sac de graines vers **une cible** (chamboule-tout , jeu de palet ...) stimule son intérêt pour ce type d'activités.

D'un but explicite de « lancer précis » , il va essayer, en **GS**, de passer au « lancer loin » , ce qui va satisfaire son envie de réaliser des performances.

Il va expérimenter **différentes formes de lancer**, avec des objets variés, à des hauteurs différentes.

Progressivement l'enseignant(e) va lui faire expérimenter que pour lancer loin, il faut lancer précis.

Puis, l'enseignant(e) va lui proposer de lancer plus vite pour aller encore plus loin en lui demandant de prendre un **petit élan**.

LANCER LOIN A LA MATERNELLE – Situation de référence - GS

Lancer loin à une main pour atteindre la zone la plus éloignée

Objectif :

Lancer un objet (type sacs de graines...) le plus loin possible, avec ou sans élan.

Buts :

Franchir le plus grand nombre de zones de couleur en 3 lancers.

Critères de réussite (pour l'élève) :

Améliorer sa performance entre 2 évaluations.

Être plus régulier dans les performances.

Observables (pour l'enseignant) :

Efficacité de la prise d'élan.

Direction des lancers.

Lancer en bras cassé ou non.

Régularité des jets.

Règles d'action :

Je ne sors pas de la zone d'élan.

Je lance dans la bonne direction (ligne droite tracée par les 3 lancers) le bras lanceur pointé vers la cible.

Contraintes :

Lancer dans un couloir étroit (large de 3 m) et rester dans ce couloir.

Règles de fonctionnement :

La tâche est réalisée au moins 3 fois.

Sécurité : les élèves attendent l'autorisation par l'enseignant (e) d'aller chercher les objets.

Après l'élan, ne pas dépasser la limite de lancer.

Remplir le cahier de progrès à la fin de l'évaluation.

Dispositif :

Des sacs de graines, balles, anneaux, ou équivalents à lancer, zones de couleurs ou numérotées (avec le même écartement), matérialisées par des plots.

Varié les objets selon le niveau d'habileté.

Des zones tracées au sol tous les deux mètres.

Matériel :

Petit matériel à lancer.

Craies de couleurs, plots de couleur.



Limite à ne pas dépasser avant de lancer (à tracer ou matérialiser par des plots).