

## LA COURSE D'ORIENTATION

Proposition pour construire un module de 10 à 15 séances avec 4 phases (cf : équipes EPS des Landes, de Vichy, équipe EPS de la Sarthe)

**A. Des situations globales** qui permettent de rentrer dans l'activité : sous forme de jeux :

ex : le siffleur (retrouver son copain caché qui siffle régulièrement – par 2), la course au trésor (par équipe de 2 ramener des objets naturels que l'on trouve dans la nature, fiches possibles), l'objet déposé retrouvé (aller chercher des objets déposés après un laps de temps- classe entière), choisir son itinéraire pour atteindre un poste (plusieurs choix possibles, tracer celui choisi)

Apprendre à lire la légende d'une carte, repérer les caractéristiques d'un terrain.

**B. Une situation de référence** : qui sert d'évaluation diagnostic et qui permet de situer le niveau des élèves : exemple : dessiner les objets placés à des points stratégiques ou remarquables- l'enfant dessine l'objet à côté de la photo sur sa feuille de route : on travaille par équipe de 3 ou 4.

**C. De nouveaux jeux** ou situations qui permettent aux élèves de progresser :

1. Sur l'apprentissage de la représentation du milieu (formes de guidage): photos, cartes figuratives, plans, cartes d'orientation

Jeux :

- Je pose, tu cherches (avec plan ou photo)
- Vrai ou faux : Vérifier si les balises dessinées sont justes
- Passer de balises en balises en tournant sa carte à angle droit pour trouver la suivante
- Dessiner le lieu de la photo
- Dessiner le lieu où a été prise la photo
- Reconstituer un puzzle à partir de 10 photos où l'on accède l'une après l'autre
- Par paire les élèves effectuent un parcours différent, le représentent, et le donnent à effectuer à d'autres élèves

2. Sur les différentes balises : photos d'emplacements divers, points remarquables (banc, fontaine, arbre déraciné), prises d'indices, de repères : jalons de couleurs, balises plastiques, symboles punaisés sur des arbres, balises d'orientations

Promenades collecte

Promenades mémoire

3. Sur les différents milieux : connus, proches, de plus en plus dénivelés...

4. Sur la variable « course », et la rapidité d'exécution : se déplacer en marchant (promenades, puis en courant) Course au score (les balises selon leur emplacement rapportent plus ou moins de points)

**D. Une situation finale** avec temps de course déterminé, à l'occasion d'une rencontre USEP par exemple

## Tableau récapitulatif module

phases	Pour entrer dans l'activité	Pour savoir où on en est	Pour apprendre et progresser	Pour mesurer les progrès
Nombre de séances	De 1 à 5	1 ou 2	6 à 8	1
situations	Jeux :	Jeu : course au trésor dans la cour élargie avec l'aide d'une carte  Parcours en étoile	Situations de transformation (apprentissage)  Indications données par celui qui a posé l'objet à trouver, orales puis sur plan figuratif puis sur plan en 2 dimensions  Indications photographiques, jalons, lieux spécifiques, balises	Reprise de la situation de référence en milieu inconnu ou peu connu
variables	Consigne : orale, écrite  Lieux : cour d'école, groupe scolaire, pinède adjacente, gymnase, stade	Consigne écrite sur plan  Lieu : cour élargie ou lieu final	Formes de guidage : visuels, jalons, photos, cartes  Nombre de balises ou objets à trouver : 1 seul avec retour immédiat (course en étoile) puis ailes de papillon (3), puis par 5, puis (parcours)	Lieu peu connu ou inconnu  Nouvelle carte