

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