



PROJET PEDAGOGIQUE COURSE D'ORIENTATION



Définition

Pratique sociale de référence : l'activité « course d'orientation », pratique sportive, consiste à réaliser un parcours déterminé, le plus vite possible, avec des passages obligés en différents endroits, le concurrent choisissant son itinéraire à l'aide d'une carte et d'une boussole.

Pratique scolaire : les activités d'orientation permettront de réaliser un déplacement finalisé (je viens d'où ..., je suis où ..., je vais à ...) en terrain plus ou moins inconnu, plus ou moins reconnu et complexe, éventuellement à l'aide d'un document de référence, d'une boussole et le plus vite possible.

Principe fondamentaux de la CO : se déplacer, s'informer, lire un document

Objectifs principaux :

- Rendre l'élève capable d'adapter ses déplacements a différents types d'environnements (dans des environnements progressivement éloignés et chargés d'incertitude).
- Rendre l'élève capable d'utiliser et de se situer dans un espace (l'élève doit être capable de se situer à reconnaître des éléments remarquables (dans son environnement proche et par rapport à une carte...). Il doit apprécier des distances et élaborer un trajet.
- Rendre l'élève capable de représenter cet espace.

Compétences travaillées pendant le cycle :

- Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices.
- S'engager sans appréhension pour se déplacer dans différents environnements
- Lire le milieu et adapter ses déplacements à ses contraintes
- Respecter les règles essentielles de sécurité
- Reconnaître une situation à risque

Enjeux éducatifs :

· *Compétence spécifique* :

- Se déplacer le plus vite possible d'un lieu à un autre en choisissant l'itinéraire le plus adapté dans un milieu plus ou moins connu
- Décoder un support.
- Courir longtemps en terrain varié en s'orientant (se situer précisément et se déplacer en interprétant le milieu grâce au support).
- Apprécier des durées et des distances.

· *Compétences transversales (ou générales)* :

- Oser s'engager dans la pratique.
- Construire et appliquer des règles individuelles (mettre en œuvre un projet d'action) et collectives (conduite citoyenne et écologique).

- Identifier les effets de l'action motrice et de l'effort physique sur son corps et en tenir compte (VMA, appréciation des dénivelées).
- Se faire confiance en réduisant l'incertitude au maximum grâce à des connaissances précises dans l'activité.
- Construire un itinéraire conforme à son potentiel.
- Respecter l'esprit de l'orientation.

Ressources sollicitées :

- Ressources cognitives.
- Ressources énergétiques
- Ressources bio-informationnelles.
- Ressources affectives et relationnelles (esprit de l'orienteur, cas des courses d'équipes).

Attendus de fin de cycle :

Maîtrise de l'espace, du temps et de sa représentation pour accéder à l'autonomie dans un milieu incertain.

Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent

1. La séquence pédagogique

1.1. La progression

Séquence pédagogique : 6 séances d'une heure et demie (comprenant mise en place et rangement) → Cycles 2 et 3 (CP-CE1-CE2-CM1-CM2).

Séance 1 : Découverte de l'activité

Cette première séance servira à définir clairement la routine de mise en place de l'activité. Elle offrira une première approche de l'activité (histoire, fonctionnement, ...) mais également un temps de pratique permettant un contact avec l'activité

- Présentation des intervenants et de la méthodologie de travail. Mise en confiance des élèves.
- Découverte du matériel et son utilisation.
- Par binôme un élève pose un objet dans l'espace prédéfini au préalable par l'enseignant puis il doit expliquer en reprenant le vocabulaire spécifique de l'APSA où se situe l'objet. La verbalisation et la coopération sont au centre de cette situation de découverte.
- Rangement matériel

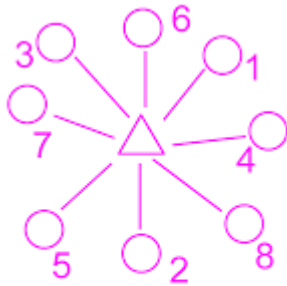
Prendre conscience de l'importance de la précision de l'emplacement des balises.

Comprendre l'intérêt d'un plan pour s'orienter et se déplacer.

Séance 2 : Phase d'entraînement

Le but de cette phase est de développer les ressources des élèves avec une progressivité sur la difficulté proposée. La situation de référence sera la course en étoile qui maximise le nombre d'interactions entre élèves et enseignant. Des épreuves de relais peuvent être mise en place pour rendre la situation plus ludique.

- Renforcement de la routine d'installation de la séance
- Course en étoile

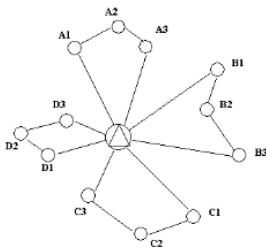


**PARCOURS
ETOILE**

- Rangement du matériel

Séance 3 : LA COURSE EN PAPILLON

- initiation à la course en circuit ;
- petits circuits de deux ou trois postes avec un départ et arrivée communs
- même organisation que la course en étoile.



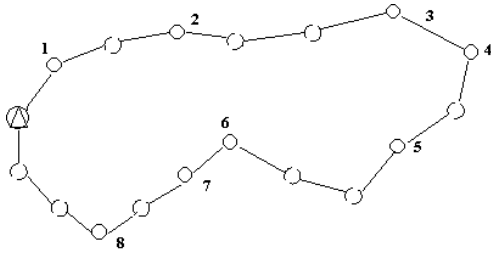
- Rangement du matériel

Séance 4 : COURSE EN CIRCUIT AVEC FAUSSES BALISES

Circuits pour les débutants, les postes se trouvent sur les lignes directrices.

Possibilité également, de jalonner le parcours :

- postes à rechercher uniquement : les cercles numérotés ;
- " fausses balises " placées sur le parcours : les cercles vides.



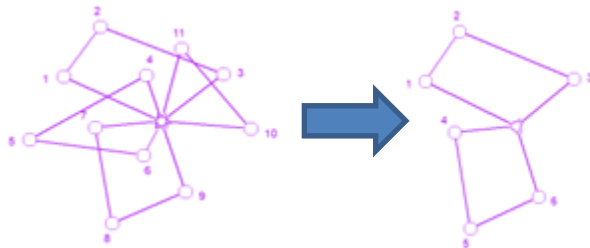
- Rangement du matériel

Séance 4 : COURSE AU SCORE

- postes éparpillés autour du départ - arrivée ;
- tous les élèves partent en même temps et essaient de découvrir un maximum de postes dans un temps limité (30 à 45' par exemple) ;
- les postes sont de valeurs différentes suivant leur difficulté ;
- la valeur de chaque poste est indiquée sur la liste de définition des postes qui accompagne la carte.
- Rangement du matériel

Séance 5 : COURSE D'ORIENTATION CLASSIQUE

- Mise en place d'un mini parcours dans l'école
- Rangement du matériel



L'educateur trace croisé

L'élève a une carte avec des parcours distincts.

Séance 6 : EVALUATION

Fiche individuelle d'évaluation des acquis
--

NOM :

PRENOM :

Evaluation Technique

- | | |
|---|--------------|
| ✚ Savoir lire un plan pour retrouver rapidement les balises | A / ECA / NA |
| ✚ Se déplacer en sécurité (repère spatial, autonomie) | A / ECA / NA |
| ✚ Connaissances de l'activité règles de sécurité | A / ECA / NA |
| ✚ Performance chronométrique | A / ECA / NA |
| ✚ Rangement du matériel | A / ECA / NA |
| ✚ J'utilise correctement le matériel | A / ECA / NA |

Evaluation Sécurité

- | | |
|---|--------------|
| ✚ Respecter les consignes liées à l'activité et à l'environnement : ne pas déplacer les postes, ne pas sortir des limites | A / ECA / NA |
| ✚ Savoir se situer précisément sur une carte | A / ECA / NA |
| ✚ Aider un camarade en difficulté | A / ECA / NA |
| ✚ Quand on n'est plus sûr de son chemin, savoir revenir au dernier point connu | A / ECA / NA |

Evaluation globale :

Observations :

Nom et signature du professeur des écoles :

Nom et signature de l'éducateur sportif :