



# Athlétisme Maternelle

Date : à définir

Lieu : à définir

Forme : Rencontre d'aboutissement

Public : Maternelle



# La rencontre



**La rencontre sera composée de 4 ateliers.**

**Pour chaque atelier, deux situations seront proposées.**

- 🎨 Atelier « Projeter » : la barrière p10 et la toile d'araignée p11.  
*La toile d'araignée sera proposée en découverte.*
- 🎨 Atelier « Se projeter » : l'escargot et plouf-plouf vol
- 🎨 Atelier « Se déplacer » : les changements de direction et les pas de géant.
- 🎨 Atelier parcours regroupant les 3 actions : projeter, se projeter, se déplacer

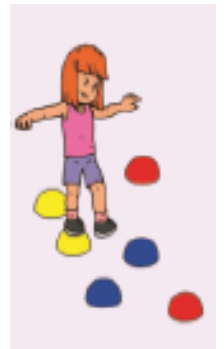


# Organisation générale



- 9h30 Arrivée des bus, accueil, répartition dans les groupes.

- 10h Début des ateliers : lors du 1<sup>er</sup> atelier, 10 minutes seront consacrées à un brise-glace : 2 groupes sont face à face. Dans l'espace entre les groupes, des briques sont installées. Le 1<sup>er</sup> enfant traverse l'espace en marchant sur les briques. A l'arrivée il dit son prénom et un autre enfant part dans l'autre sens. Et ainsi de suite.



- 10h10 : 2 ateliers de 30 minutes

- 11h10 : Pause boisson.

- 11h20 : reprise puis 2 ateliers de 30 minutes.

- 12h20 : Pique-nique.

- 13h15 : Départ des bus

Au début et à la fin de la rencontre, les enfants seront interrogés sur le plaisir ressenti au cours des ateliers à l'aide de la bâche des émotions.



# Description des ateliers

<b>ATHLETISME</b>	Domaines d'action		<b>La barrière</b>
Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Projeter</b></li> <li>• Se projeter</li> <li>• Se déplacer</li> </ul>		
<b>Objectif(s)</b>	Lancer à bras cassé		
<b>But pour l'élève :</b> Je lance droit le plus loin possible.			
<b>Dispositifs :</b>			
Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	
Je mets mes 2 pieds côte à côte.	Si je suis droitier, je mets mon pied gauche devant la latte et mon pied droit derrière.	De la position de face, je viens poser mon pied gauche (pour un lanceur droitier) de l'autre côté de la latte et je lance.	
<b>Critères de réussite (par exemple 3 lancers réussis sur 5 tentés)</b>			
Je lance au-dessus de la barrière et je reste debout derrière la latte.	Je lance au-dessus de la barrière et le plus loin possible et je garde mes 2 pieds de chaque côté de la latte.	Je lance au-dessus de la barrière dans la zone la plus éloignée et je lance dès que mon pied avant se pose au sol.	
<b>Matériel :</b> Une cible au sol, des vortex, une latte, 2 poteaux, une barre à hauteur d'épaules de l'enfant.			
<b>Règles de sécurité :</b>			
Durant les lancers, je respecte les espaces de lancer et de chute des vortex.			
Je ramasse les vortex en même temps que mes camarades et au signal de l'adulte.			

<b>ATHLETISME</b>	Domaines d'action <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Projeter</b></li> <li>• Se projeter</li> <li>• Se déplacer</li> </ul>	<b>La toile d'araignée</b>
-------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------

<b>Objectif(s)</b>	Lancer à bras cassé
--------------------	---------------------

**But pour l'élève :** J'accroche le plus de bolas possibles dans la cible

**Dispositifs :**



**Matériel :** Des bolas, une latte, 2 poteaux, une corde

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
Je mets mes 2 pieds côte à côte. Je lance le bola par une des boules.	Si je suis droitier, je mets mon pied gauche devant la latte et mon pied droit derrière. Je lance le bola par une des boules.	De la position de face, je viens poser mon pied gauche (pour un lanceur droitier) de l'autre côté de la latte et je lance. Je lance le bola par une des boules.
<b>Critères de réussite (par exemple 3 lancers réussis sur 5 tentés)</b>		
J'accroche des bolas autour des cordes et je reste debout derrière la latte.	J'accroche des bolas autour des cordes et je garde mes 2 pieds de chaque côté de la latte.	J'accroche des bolas autour des cordes et je lance dès que mon pied avant se pose au sol.

**Règles de sécurité :**

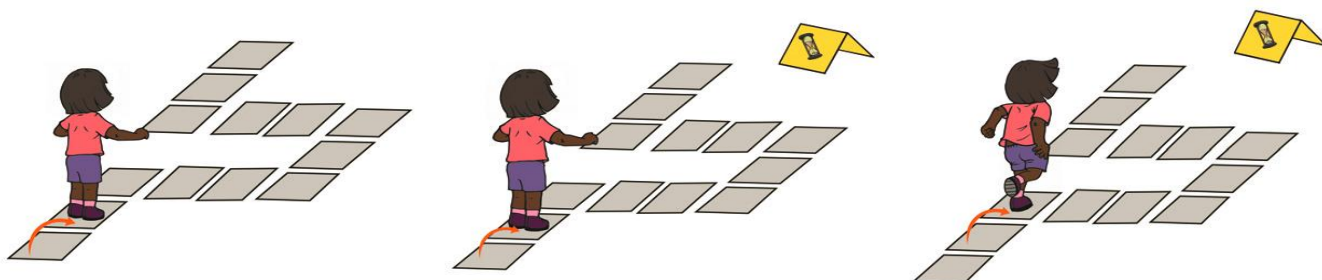
Durant les lancers, je respecte les espaces de lancer et de chute des projectiles.  
Je ramasse les bolas en même temps que mes camarades et au signal de l'adulte.

<b>ATHLETISME</b> Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets.	Domaines d'action <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projeter</li> <li>• <b><u>Se projeter</u></b></li> <li>• Se déplacer</li> </ul>	<b>L'escargot</b>
---------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------

<b>Objectif(s)</b>	Rebondir à un et deux pieds
--------------------	-----------------------------

**But pour l'élève :** Je réalise le parcours, le corps toujours orienté dans le même sens.


**Dispositifs :**



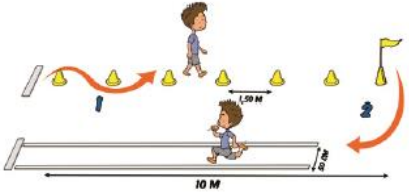
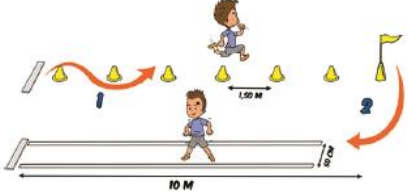
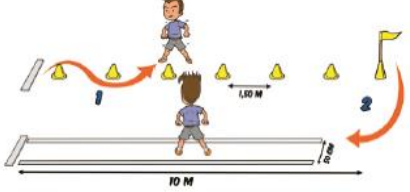
Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
Je rebondis à 2 pieds.	Je rebondis à 2 pieds.	Je rebondis à 1 pied sur les déplacements de face et à 2 pieds sur les déplacements de côté.
<b>Critères de réussite</b>		
Je réussis si j'atteins la dernière dalle en me déplaçant en avant et sur le côté et à condition que je rebondisse à 2 pieds sur chaque dalle.	Je réussis si j'atteins la dernière dalle en me déplaçant en avant et sur le côté et à condition que je rebondisse à 2 pieds sur chaque dalle et que je regarde l'image.	Je réussis si j'atteins la dernière dalle en me déplaçant en avant et sur le côté et à condition que je respecte la consigne de déplacement et que je regarde l'image.

**Matériel :** 13 dalles de 30 cm x 30 cm (niveau 1). Un chevalet avec image (niveau 2 et 3).

**Règles de sécurité :** Je respecte le sens de circulation et les espaces d'action.


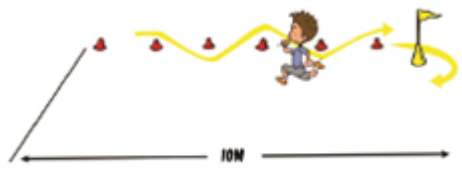

<p><b>ATHLETISME</b></p> <p>Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets.</p>	<p>Domaines d'action</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projeter</li> <li>• <b><u>Se projeter</u></b></li> <li>• Se déplacer</li> </ul>	<p><b>Plouf-plouf vol</b></p>
<p><b>Objectif(s)</b></p>	<p>S'équilibrer durant le vol avec trampoline</p>	
<p><b>But pour l'élève :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Niveau 1 : Je rebondis verticalement plusieurs fois.</li> <li>- Niveau 2 : Je me réceptionne dans une zone-cible.</li> <li>- Niveau 3 : Je rebondis 2 fois pour me réceptionner dans une zone-cible.</li> </ul> <p><b>Dispositifs :</b></p> 		
<p><b>Niveau 1</b></p>	<p><b>Niveau 2</b></p>	<p><b>Niveau 3</b></p>
<p>Je rebondis 5 fois corps tendu. La tige repère est située à hauteur de ma tête lorsque je suis debout sur le trampoline. Je fais 3 essais à la suite.</p>	<p>Je rebondis 5 fois et je me réceptionne debout dans la zone-cible du tapis.</p> <p>Je fais 3 essais à la suite.</p>	<p>Je pars du plinth, je rebondis 1 fois sur le trampoline et je me réceptionne debout dans la zone-cible du tapis.</p> <p>Je fais 3 essais à la suite.</p>
<p><b>Critères de réussite (par exemple 3 sauts réussis sur 5 réalisés)</b></p>		
<p>Je réussis si ma tête dépasse la tige au moins 3 fois sur les 5 rebonds sur les 3 essais possibles et à condition que mon corps reste tendu (pas de déformation lors des rebonds).</p>	<p>Je réussis si j'atteins la zone-cible au moins une fois sur les 3 essais possibles et à condition que je me réceptionne, debout, équilibré, les 2 pieds côte à côte et les bras en croix.</p>	<p>Je réussis si j'atteins la zone-cible au moins une fois sur les 3 essais possibles et à condition que je me réceptionne, debout, équilibré, les 2 pieds côte à côte et les bras en croix</p>
<p><b>Matériel :</b> Un mini trampoline, un jalon (niveau 1), 2 tapis de 1 x 2 m, une zone de réception tracée à la craie (niveaux 2 et 3), un plinth en mousse de 40 cm de hauteur (niveau 3)</p>		
<p><b>Règles de sécurité :</b> Je respecte le sens de circulation et les espaces d'action.</p>		



<p><b>ATHLETISME</b></p> <p>Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets.</p>	<p>Domaines d'action</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projeter</li> <li>• Se projeter</li> <li>• <b><u>Se déplacer</u></b></li> </ul>	<p><b>Les changements de direction</b></p>
<p><b>Objectif(s)</b></p>	<p>Coordonner pour se déplacer</p>	
<p><b>But pour l'élève :</b> Je réalise le parcours le plus vite possible</p>		
<p><b>Dispositifs :</b></p>		
		
<p><b>Niveau 1</b></p>	<p><b>Niveau 2</b></p>	<p><b>Niveau 3</b></p>
<p>Je marche sur le slalom et je reviens en courant.</p> <p>Je fais 3 essais à la suite.</p>	<p>Je cours sur le slalom et je reviens en pas chassés.</p> <p>Je fais 3 essais à la suite.</p>	<p>Je me déplace en pas chassés sur l'ensemble du parcours et je change de côté sur la 2ème partie du parcours. Je fais 3 essais à la suite.</p>
<p><b>Critères de réussite</b></p>		
<p>Je réussis si j'atteins la fin du parcours à condition que j'alterne un slalom marché et un retour couru dans le couloir.</p>	<p>Je réussis si j'atteins la fin du parcours à condition que j'alterne un slalom couru et un retour en pas chassés qui reste dans le couloir.</p>	<p>Je réussis si j'atteins la fin du parcours à condition que je me déplace en pas chassés sur les 2 côtés et que je reste dans le couloir lors du retour.</p>
<p><b>Matériel :</b> cônes, lattes, bande vinyle ou craie pour tracer le couloir.</p>		
<p><b>Règles de sécurité :</b> Je respecte le sens de circulation et les espaces d'action.</p>		



<p><b>ATHLETISME</b></p> <p>Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets.</p>	<p>Domaines d'action</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projeter</li> <li>• Se projeter</li> <li>• <b><u>Se déplacer</u></b></li> </ul>	<p>Les pas de géants</p>
<p><b>Objectif(s)</b></p>	<p>Courir vite avec des obstacles</p>	
<p><b>But pour l'élève :</b> Je cours le plus vite possible pour franchir les obstacles.</p>		
<p><b>Dispositifs :</b></p>		
<p>Niveau 1</p>	<p>Niveau 2</p>	<p>Niveau 3</p>
<p>Courir vite avec des obstacles bas.</p>	<p>Courir vite avec des obstacles longs.</p>	<p>Courir vite avec des obstacles hauts.</p>
<p><b>Critères de réussite</b></p>		
<p>Je réussis si je franchis tous les obstacles et à condition que je coure vite à côté d'un autre enfant.</p>	<p>Je réussis si je franchis tous les obstacles et à condition que je coure vite en même temps qu'un autre enfant.</p>	<p>Je réussis si je franchis tous les obstacles et à condition que je coure vite en faisant la course.</p>
<p><b>Matériel :</b> 24 soucoupes d'une hauteur de 5 cm, 12 lattes (niveaux 1 et 3). 12 tapis de 1 x 0,50 m (niveau 2).</p>		
<p><b>Règles de sécurité :</b> Je respecte le sens de circulation et les espaces d'action.</p>		

<p style="text-align: center;"><b>ATHLETISME</b></p> <p style="text-align: center;">Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets.</p>	<p style="text-align: center;">Domaines d'action</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Projeter</u></li> <li>• <u>Se projeter</u></li> <li>• <u>Se déplacer</u></li> </ul>	<h1>Parcours</h1>
<p><b>Objectif(s)</b></p>	<p>Réussir le parcours en enchainant les 3 actions.</p>	
<p><b>But pour l'élève :</b> Je réalise le parcours le plus rapidement possible.</p>		
<p><b>Dispositif :</b></p>		
		
<p>Lancer de vortex entre les élastiques. Dès que j'ai réussi (ou au bout de 3 essais), je poursuis le parcours.</p>		
		
<p>Je slalome entre les points puis je reviens ne ligne droite le plus vite possible.</p>		
		
<p>Je franchis les haies puis la rivière aux crocodiles.</p>		
<p><b>Matériel :</b> des vortex, des piquets et élastiques, des plots, des haies et de quoi matérialiser la rivière.</p>		
<p><b>Règles de sécurité :</b> Je respecte le sens de circulation et les espaces d'action.</p>		