



LE PARCOURS DE LA GAZELLE

Proposer une situation-problème suscitant des réponses multiples grâce à un grand nombre d'essais est l'objectif de ce « parcours gazelle » préalable à l'activité « sauter loin ».

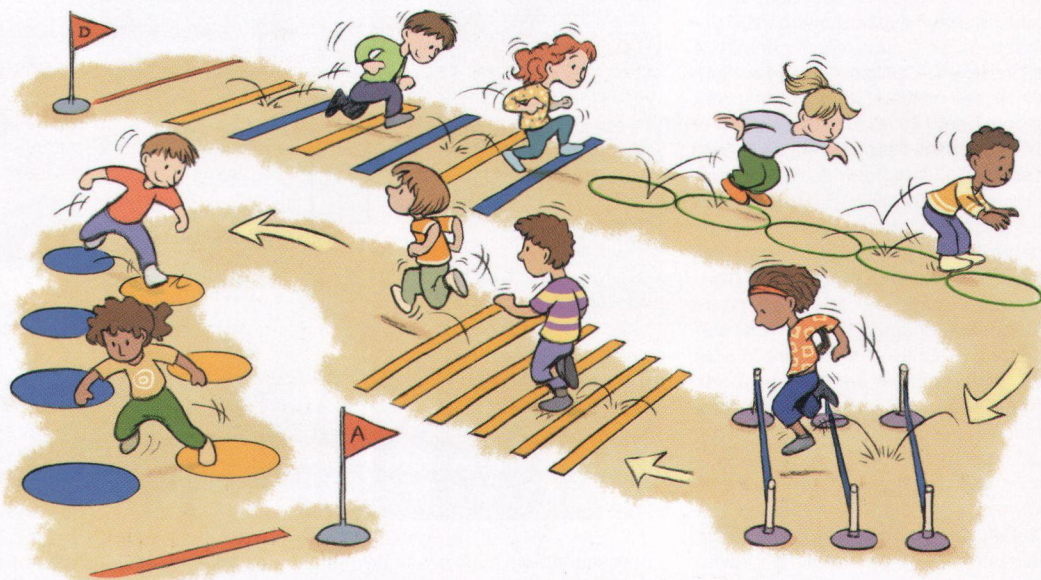
Réaliser une performance que l'on peut mesurer



La démarche

Ce parcours doit permettre à l'enfant de prendre conscience des différents types de saut et d'enchaîner course et saut.

- Construire un espace athlétique: l'enfant élabore une trajectoire de projection.
- Coordonner des actions: l'enchaînement course-saut est fondamental pour garantir la performance.
- Mesurer sa performance: apprécier la distance aide à comparer son résultat avec celui d'autrui et conduit à vouloir se dépasser.
- Gérer son énergie: c'est la garantie de la réussite.



La situation

But : effectuer le parcours sans s'arrêter ni faire tomber ou déplacer les éléments.

Dispositif : un circuit aménagé comportant deux lignes, une de départ et une d'arrivée, et des éléments variés disposés selon des distances précises pour déclencher différentes formes de saut :

- 6 lattes espacées de 50 cm ;
- 5 cerceaux joints ;
- 3 mini-haies situées à 40 cm les unes des autres ;
- 6 cordes ou lattes très proches (environ 20 cm) ;
- 7 disques positionnés en quinconce.

Les élèves sont répartis en binômes, un sauteur et un observateur. Pour chaque aménagement, une fiche indique les modalités de saut : sur un pied (distinguer un code couleur pour gauche ou droit) ou deux pieds.

Consignes

- Pour le sauteur: se placer sur la ligne de départ, effectuer le parcours, en continu, en respectant les indications d'appel; rejoindre son partenaire qui a en charge la fiche d'évaluation.
 - Pour l'observateur: donner le départ et pour chaque élément du circuit, indiquer la réussite ou non du passage (respect du pied d'appel et stabilité des éléments).
- Critères de réussite :** effectuer le parcours en continuité sans faire chuter les éléments, respecter le placement des pieds.

Variantes

- augmenter ou réduire la hauteur des obstacles à franchir;
- moduler l'espace séparant les différents éléments à enchaîner;

- faire évoluer le parcours en proposant aux élèves d'ajouter une ou deux difficultés ou contraintes supplémentaires;
- chronométrer le circuit en fonction de l'âge des enfants en action.

Prolongements

En classe, avec des enfants de Grande section ou de Cycle 2, faire exprimer les élèves sur les actions vécues et lister le vocabulaire topologique (sur, par-dessus, à l'intérieur, à l'extérieur, à gauche, à droite, etc.) ainsi que les verbes correspondants (sauter, franchir, enjamber). Répertoire l'ensemble des actions et repères utilisés pour réaliser des maquettes du parcours, en décidant collectivement d'un codage qui sera repris lors des séances d'EPS suivantes.

Avec des enfants de Cycle 3, rédiger les fiches d'action de chaque élément avec les mesures précises des emplacements des obstacles, schématiser le circuit pour le proposer à d'autres classes, etc. ■

Sur www.revue-eps.com

1. Retrouvez l'article « Kalikoba court, saute et lance », par l'équipe EPS des Bouches-du-Rhône, Revue EPS 1, n° 110, qui a inspiré ce travail.

Photo: M. Beaudenon / Illustration: Caro