



# ANIM'ATHLÉ

## SITUATIONS D'APPRENTISSAGE

**Chef de projet :** J.-P. Thirion (FFA)

**Coordination fédérale :** P. Leynier (FFA) et A. Prawerman (USEP)

**Groupe de travail :** M. Bellec (CPD), M. Lacroix (USEP),

D. Laigre (FFA), T. Lichtlé (FFA)

**Rédaction :** J.-C. Farault (CPD)



**PARTENAIRE PRINCIPAL**





## OBJECTIF DU FICHIER PÉDAGOGIQUE ANIM'ATHLÉ

Les fiches pédagogiques Anim'Athlé proposent des situations d'apprentissage qui vont préparer ou faire progresser dans les 29 situations de rencontre du fichier Anim'Athlé. Ces situations d'apprentissage peuvent donc être choisies soit en amont de la préparation des ateliers d'une rencontre Anim'Athlé soit à la suite d'une rencontre Anim'Athlé en fonction des difficultés rencontrées par l'enfant.

Ces situations d'apprentissage cherchent à mettre en place les pré-requis moteurs nécessaires à l'acquisition future d'apprentissages athlétiques de plus en plus spécifiques. Toutes les situations s'organisent dans le cadre des parcours de formation motrice, sociale et citoyenne de l'enfant.

## L'ORGANISATION DES FICHES

Au centre de la fiche, l'atelier de rencontre permet à l'enfant de constater ses progrès lors de la rencontre et à ce titre, contribue à l'évaluation du champ d'apprentissage « *Produire une performance maximale, mesurée à une échéance donnée* ».

Autour de cet atelier de rencontre, 5 situations d'apprentissage sont proposées. Toutes font référence à l'objectif de l'atelier ;

- sur la gauche de la fiche, 2 situations qui permettent d'adapter la difficulté aux capacités de l'enfant : en bas plus facile et en haut plus difficile ;
- sur la droite, 3 variantes explorant d'autres dimensions.

Les fiches proposent :

- un dessin<sup>1</sup> de la situation ;
- un titre qui donne du sens à l'apprentissage en insistant par exemple sur la variation rythmique, la consigne, la métaphore... ;
- des critères de réalisation formulés du point de vue de l'enfant. En permettant d'ajuster son action sur les essais suivants, ces critères de réalisation rendent l'enfant acteur de ses apprentissages ;
- des consignes complémentaires si nécessaire.

## LES PRINCIPES D'APPRENTISSAGE

**Auto apprentissage :** la solution doit émerger de l'activité motrice de l'enfant. Il s'agit de réduire l'écart qu'il perçoit entre sa prestation et la connaissance du résultat attendu de son action (les critères de réussite) et la façon dont il la réalise (les critères de réalisation). Ces critères concrets sont lus dès que l'action est finie, par l'enfant lui-même et après chaque essai.

**Auto adaptation :** partant de sa motricité habituelle, l'enfant ajuste progressivement sa réponse motrice. Ponctuelle au début des apprentissages, la réussite va, au fur et à mesure des essais, se stabiliser. Il faudra renforcer cette réussite afin que l'enfant la réalise avec plus de facilité et d'efficacité. A cette condition, il portera sa motricité habituelle vers une motricité de plus en plus athlétique. La quantité de pratique est un élément fondamental de progrès.

## EXEMPLE D'UNE SÉANCE D'APPRENTISSAGE

| Fonction des temps de la séance               | Forme d'organisation        | Moyen d'apprentissage                                                         | Finalité de la situation                                  |
|-----------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Entrée dans l'activité                        | En colonnes                 | Jeux de déplacements d'animaux                                                | Education physique                                        |
|                                               | En ateliers ou en collectif | Jeux avec matériels ou parcours aventures ou défis ou jeux collectifs         | Educations motrice et sociale                             |
| Développement du répertoire moteur athlétique | En ateliers                 | Un atelier pour chaque intention motrice : projeter, se projeter, se déplacer | Educations athlétique, physique, motrice et à l'autonomie |
|                                               | En parcours                 | Les ateliers précédents sous forme de parcours                                |                                                           |
| Sortie de l'activité                          | En collectif                | Jeux collectif de retour au calme                                             | Education physique et retour au calme                     |
|                                               | Seul                        | Postures statiques                                                            |                                                           |
|                                               | Seul                        | Jeux de relaxation                                                            |                                                           |

<sup>1</sup> Les dimensions, distances, durées... sont précisées dans les fiches de rencontre Anim'Athlé. Elles sont données à titre indicatif.

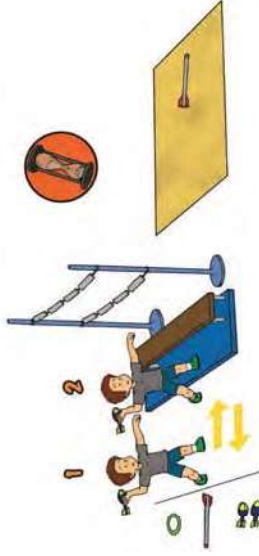
## GS / CP

### Projeter

Lancer en déplacement et s'orienter de profil

Plus difficile

#### Dans la fenêtre

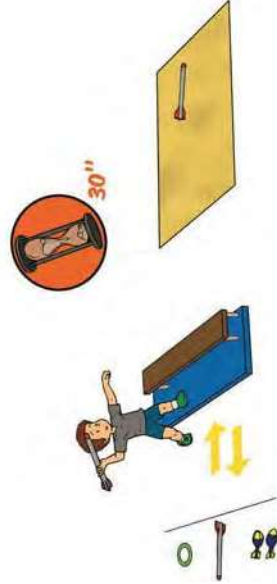


**Consigne :** je me déplace en pas chassés. La fusée doit passer entre les élastiques.

**Critère de réalisation :** je pose un seul pied sur le tapis au moment du lancer.

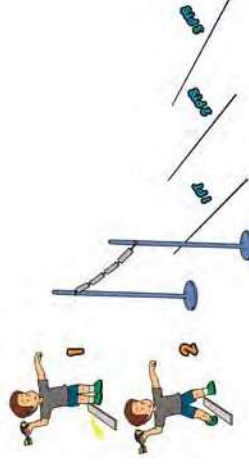
Plus facile

#### Dans la cible



**Critère de réalisation :** je pose un seul pied sur le tapis au moment du lancer.

#### Un pas en arrière



**Consigne :** dès que mon pied se pose en arrière je lance en transférant le poids de mon corps vers l'avant.

**Critère de réalisation :** lors du lancer, je conserve les 2 pieds de chaque côté de la latte.

#### Le culbuto



**Consigne :** de profil pieds écartés, je soulève la jambe arrière, la repose puis soulève la jambe avant, et je lance dès que je repose mon pied au sol.

**Critère de réalisation :** lors du lancer, je conserve les 2 pieds de chaque côté de la latte.

#### Le plus loin



**Consigne :** je vais chercher les projectiles pour les lancer le plus loin possible par-dessus l'élastique.

**Critère de réalisation :** je pose un seul pied sur le tapis au moment du lancer.

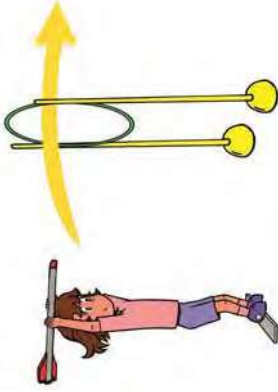
## GS / CP

### Projeter

*Produire une trajectoire tendue avec un projectile long, fixer le bas du corps*

Plus difficile

#### Debout à 2 mains

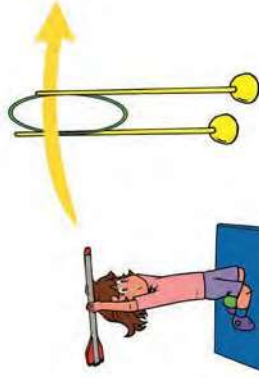


**Consigne** : je cache mes pieds avec mes genoux (bassin rétro versé).

**Critère de réalisation** : mes talons restent sur la latte (conservation de l'équilibre).

Plus facile

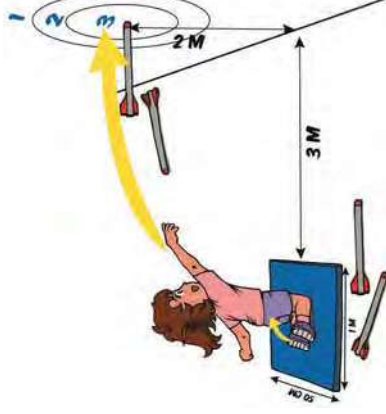
#### A genoux à 2 mains



**Consigne** : mon corps est un bloc. Tout le bloc recule et avance en même temps.

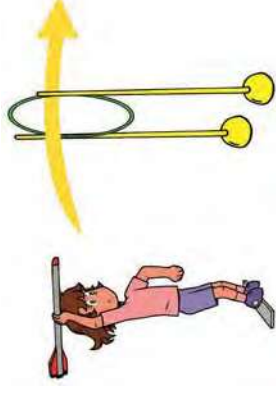
**Critère de réalisation** : mes fesses ne doivent pas toucher le ballon.

### #2 LE CERCLE DU SOLEIL



La cible est à la hauteur de la fusée

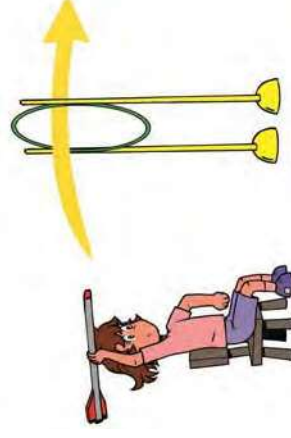
#### Debout à une main



**Consigne** : je cache mes pieds avec mes genoux (bassin rétro versé).

**Critère de réalisation** : mes talons restent sur la latte (conservation de l'équilibre).

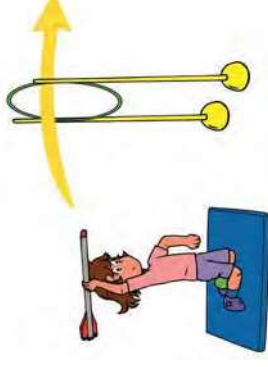
#### Assis à 1 main



**Consigne** : en appui contre le dossier, je laisse partir mon bras en arrière et au retour je lance.

**Critère de réalisation** : je reste assis, dos collé au dossier.

#### A genoux à 1 main



**Consigne** : mon corps est un bloc. Tout le bloc recule et avance en même temps.

**Critère de réalisation** : mes fesses ne doivent pas toucher le ballon.



Plus difficile

### Le pharaon en mouvement

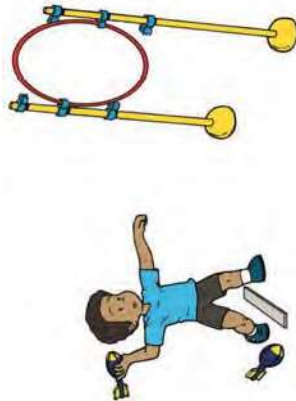


**Consigne** : je pose mon pied en arrière puis je lance en transférant le poids de mon corps sur la jambe avant.

**Critère de réalisation** : je conserve les 2 pieds au sol lors du lancer.

Plus facile

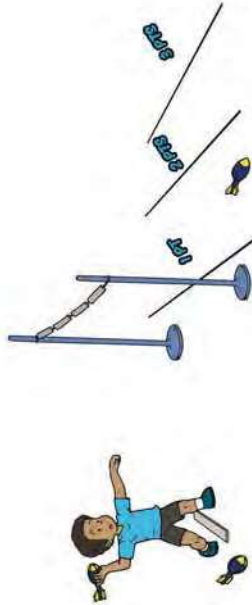
### La porte des étoiles



**Consigne** : je lance le vortex dans le cerceau.

**Critère de réalisation** : mes pieds restent de chaque côté de la latte.

### Par-dessus l'élastique



**Consigne** : je lance le vortex le plus loin possible et par-dessus l'élastique.

**Critère de réalisation** : mes pieds restent de chaque côté de la latte.

### Entre les lattes



**Consigne** : position de départ à l'amble (pied droit / main droite ou l'inverse), je passe mon pied arrière devant la 1<sup>ère</sup> latte et je lance dès que mon autre pied touche le sol devant la 2<sup>ème</sup> latte.

**Critère de réalisation** : mes pieds restent de chaque côté de la latte.

### Vers les étoiles



**Consigne** : je lance pour toucher le panneau (cible très haute),

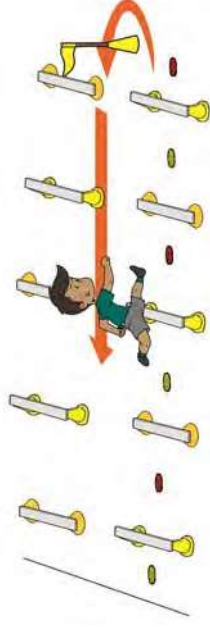
**Critère de réalisation** : mes pieds restent de chaque côté de la latte.

## GS / CP

### Se projeter

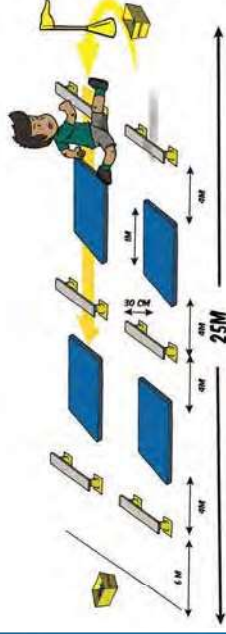
Franchir des obstacles en courant

#### Obstacles hauts et bas



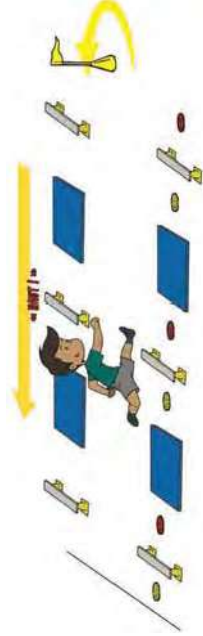
**Critère de réalisation :** je franchis tous les obstacles sans les renverser.

#### #4 LES BOTTES DE 7 LIEUES



**Critère de réalisation :** je franchis tous les obstacles sans poser le pied dans les zones obstacles.

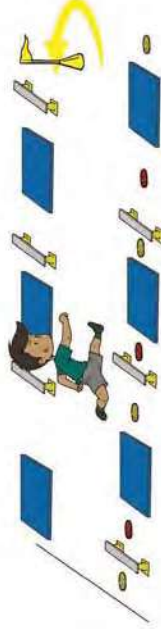
#### « Long ! » « Haut ! »



**Consigne :** je dis « long » sur les tapis et « haut » sur les haies.  
**Critère de réalisation :** je superpose rythmes chantés et cours.

Plus difficile

#### Intervalles surprises

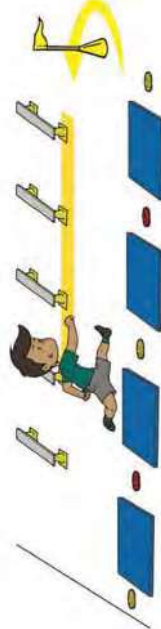


**Consigne :** les intervalles étant aléatoires, j'adapte ma course aux distances inter obstacles.

**Critère de réalisation :** je franchis tous les obstacles sans les renverser et sans poser le pied dans les zones obstacles.

Plus facile

#### Mêmes intervalles



**Critère de réalisation :** je franchis tous les obstacles sans les renverser ni poser le pied dans les zones obstacles.



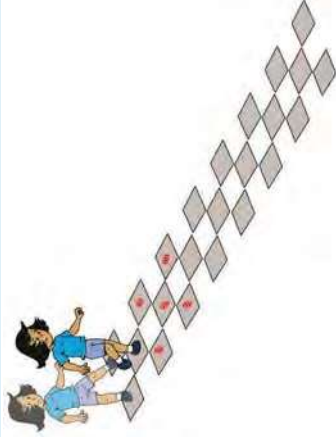
## GS / CP

### Se projeter

Rebondir et rythmer

Plus difficile

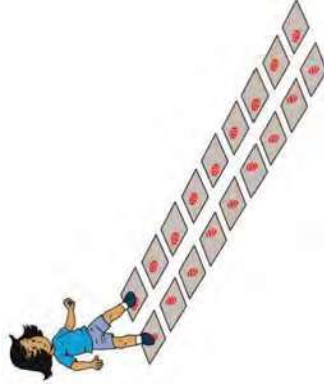
#### La marelle 1 pied / 2 pieds



**Critère de réalisation :** je respecte l'enchaînement 1 pied / 2 pieds.

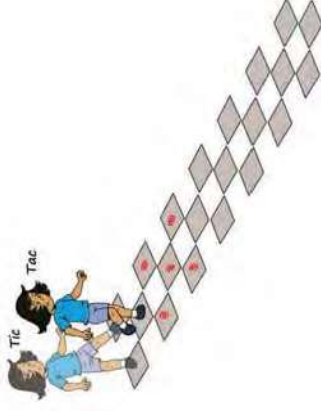
Plus facile

#### La marelle 2 pieds



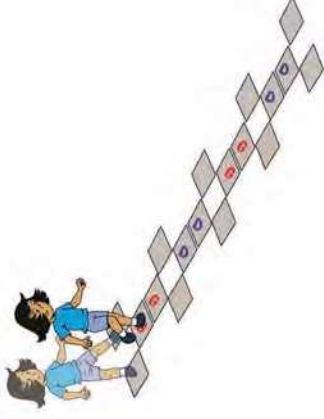
**Critère de réalisation :** je respecte l'enchaînement 2 pieds écartés.

#### La marelle rythmée



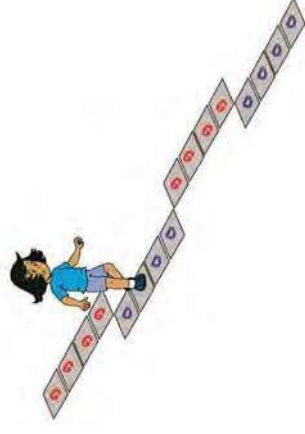
**Critère de réalisation :** je respecte l'enchaînement 1 pied / 2 pieds en énonçant « tic » (2 pieds) « tac » (1 pied) ou l'inverse.

#### La marelle cloche pied doublé



**Critère de réalisation :** je respecte l'enchaînement 2 pieds écartés, G/G, 2 pieds écartés, D/D...

#### La marelle cloche pied



**Critère de réalisation :** je respecte l'enchaînement cloche pied G/G/G/G, D/D/D/D, G/G/G/G...

Plus difficile

### Elan-plouf-saute

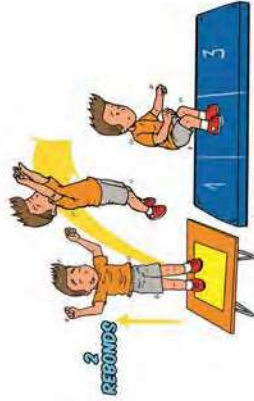


**Consigne** : à la suite des 2 pas d'élan sur le banc, je rebondis dans le trampoline pour sauter le plus loin possible.

**Critère de réalisation** : je me réceptionne debout sur les 2 pieds.

Plus facile

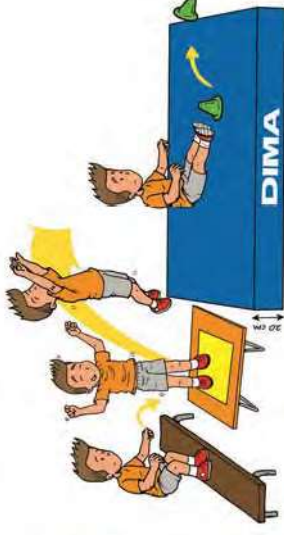
### Plouf-plouf-saute



**Consigne** : debout sur le trampoline, je fais 2 rebonds et je saute le plus loin possible.

**Critère de réalisation** : je me réceptionne debout sur les 2 pieds.

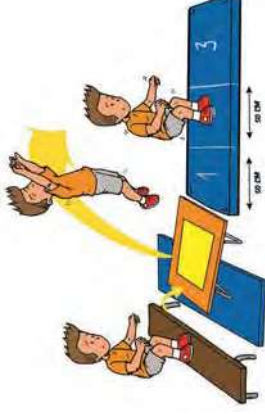
### Chasse-plot



**Consigne** : debout sur le banc, je rebondis dans le trampoline pour chasser le plot.

**Critère de réalisation** : je chasse le plot avec mes pieds.

### De plus en plus déséquilibré



**Consigne** : debout sur le banc, je rebondis dans le trampoline pour sauter le plus loin possible.

**Critère de réalisation** : je me réceptionne debout sur les 2 pieds.

### A genoux



**Consigne** : debout sur le banc, je rebondis dans le trampoline.

**Critère de réalisation** : je me réceptionne à genoux sans poser les mains.



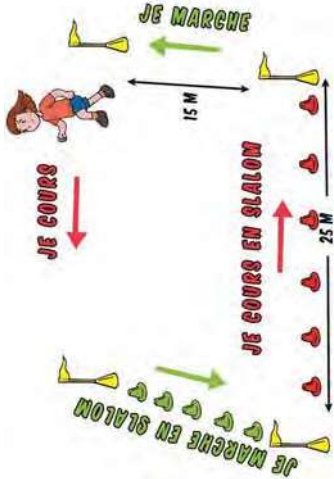
# GS / CP

## Se déplacer

Courir et marcher vite dans la durée

Plus difficile

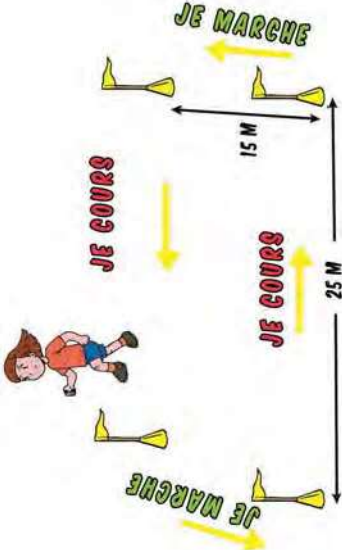
### Le rectangle des slaloms



**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort et les parcours imposés.

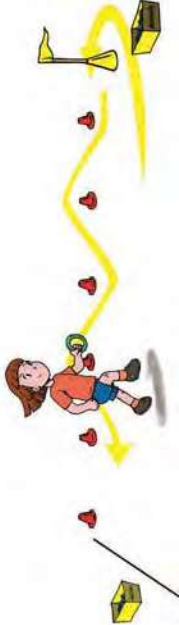
Plus facile

### Le rectangle des allures



**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort.

## #7 LE SERPENT



Temps de course de 3 à 6'.  
Tout tour commencé avant la fin du signal est comptabilisé

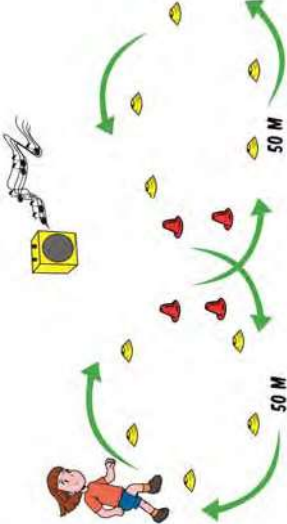
## Le triangle du coureur



**Consigne :** sur la section contrainte, je me déplace selon la consigne donnée par mon camarade : talon/fesse, jambes tendues, pas de géant...

**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort et les contraintes données.

## Les ailes de papillon



**Consigne :** je cours lorsqu'il y a de la musique, je marche lorsque la musique stoppe.

**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort.

## Le triangle du marcheur



**Consigne :** sur la section contrainte, je marche selon la consigne donnée par mon camarade : marche slalom, pas posés sur la ligne, pas croisés (pied droit à gauche de la ligne et pied gauche à droite de la ligne)...

**Critère de réalisation :** je respecte les allures d'effort et les contraintes données.

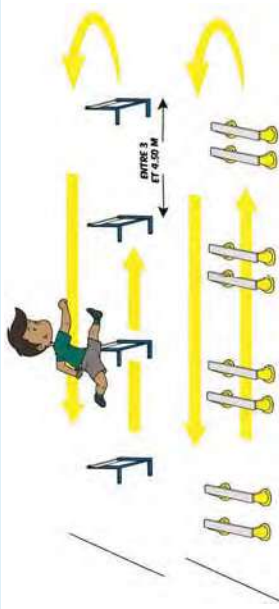
## GS / CP

### Se déplacer

*Courir vite*

Plus difficile

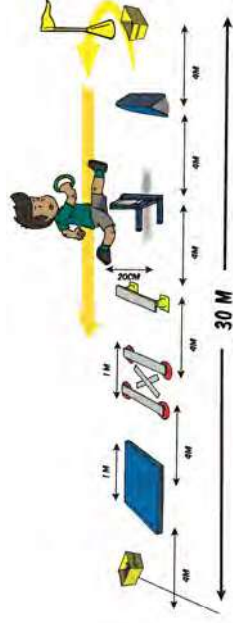
#### Les 2 côtés



**Consigne** : je réalise les parcours avec une jambe de franchissement différente.

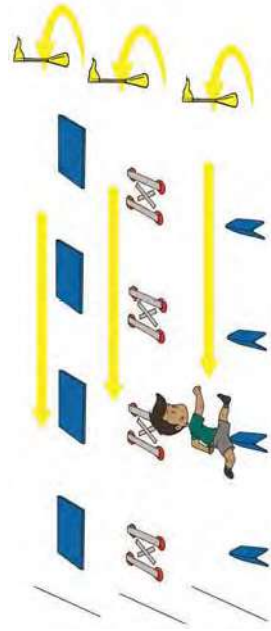
**Critère de réalisation** : je franchis avec ma jambe droite et ma jambe gauche.

#### #8 LA COURSE DE PETER PAN



Plus facile

#### Les parcours



**Consigne** : j'essaie les différents parcours.

**Critère de réalisation** : je franchis tous les obstacles en courant le plus vite possible

#### Les queues du diable



**Consigne** : si je suis le poursuivant je pose la plante de mon pied sur le tapis, si je suis le poursuivi je pose mon talon. Nous partons au signal sonore.

**Critère de réalisation** : j'attrape le foulard si je suis le poursuivant. Je ne me laisse pas rattraper si je suis le poursuivi.

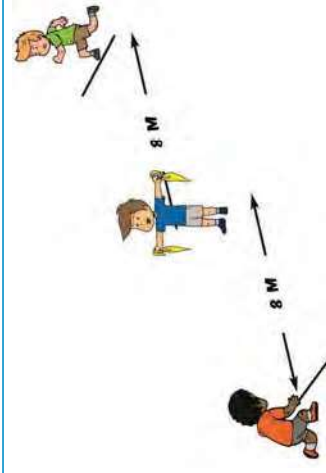
#### Les slaloms



**Consigne** : défi par équipes.

**Critère de réalisation** : je respecte le parcours et je transmets l'anneau à mon partenaire à la fin de mon parcours.

#### L'épouvantail en face à face



**Consigne** : je démarre au signal sonore.

**Critère de réalisation** : je décroche le foulard en premier.