

FICHE Lancer précis au CYCLE 1

Gestes barrière et éducation physique et sportive

La mise en œuvre des activités physiques ne doit pas nous faire oublier de :

- se laver les mains 30 secondes avant et après l'activité ;
- chaque élève dispose de son matériel ;
- éternuer et tousser dans son coude ;
- ne pas cracher ;
- respecter la distanciation entre élève.

Compétence 1 : Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets

Travail préalable

- Exploration des différents types de lancers en proposant des objets de taille, de nature, de poids, de volume différents à lancer. Par ex., sacs de graines, de sable, anneaux, balles de chiffon, grandes balles, balles de tennis
- Sous forme de jeux et d'ateliers

Mise en œuvre lors d'une séance EPS :

Objectifs :

Lancer précis pour atteindre une cible horizontale ou verticale

Ajuster le geste « lancer à bras cassé » et la direction au but visé (cible, distance)

Mise en place de trois ateliers : après les temps d'exploration et de diversification menés au préalable, proposer un travail autour de la structuration.


Organisation pour 10 élèves encadrés par 2 adultes : 3 ateliers tournants

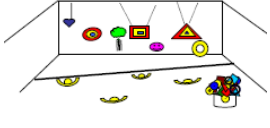

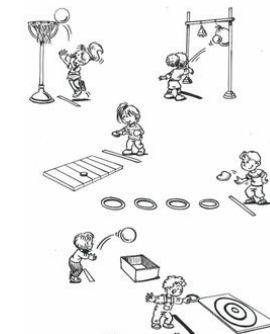
Lieux : cour d'école – salle de motricité

Matériel individualisé : kits d'objets à lancer individualisés

Recommandations :

- nommer et différencier les espaces d'actions par des aménagements (bancs, cerceaux, cordes) et des tracés de couleur
- conserver une organisation identique d'un atelier à l'autre
- matérialiser des zones d'attente et de lancer

Ateliers	Dispositif matériel	Situations - Consignes	Variables -Pistes d'améliorations
<p>Mise en disponibilité : jeu du repas des animaux (5 mn)</p>	<p>1 kit de lancer par enfant (différentes balles, sacs de graines, de sable) 5 animaux en peluche) 1 banc pour délimiter la zone de lancer.</p>	<p>Mission : nourrir un animal. Pour cela, lancer les os, les carottes, les graines aux animaux. Quand tous les objets sont lancés : les animaux n'ont plus faim, chaque élève ramasse ses objets. Passage par groupe de 5.</p> 	

<p>1. La cible</p>	 <p>-6 cibles fixes positionnées à 0.7, 1 et 1.3 m du sol <i>Veiller à bien espacer les différentes cibles</i> -6 balles mousse -1 ligne de lancer à 2/3 m des cibles, matérialisée un cerceau face à chaque cible ou un tracé à la craie</p>	<p>1. Le lanceur, face à la cible, saisit les différents objets mis à sa disposition (ballons en mousse, sacs de sable, indiacas...) et enchaîne les lancers. Passage par groupe de 5.</p> <p>2. Se placer derrière la latte ou le repère et atteindre les 6 cibles en 6 lancers.</p>	<p>Pour progresser vers les comportements recherchés, varier :</p> <ul style="list-style-type: none"> -les objets à lancer -la distance de la ligne de lancer
<p>2. Le chamboule-tout</p>	 <p>-5 cibles alignées et bien espacées -5 sacs de graines</p>	<p>Se placer derrière la ligne ou le banc, lancer un sac de graines pour renverser la cible. Passage par groupe de 5. 5 essais</p>	<p>Pour progresser vers les comportements recherchés, varier :</p> <ul style="list-style-type: none"> -la hauteur du socle -la dispersion des cibles
<p>3. Les caisses</p>	<p>-5 caisses (50x40x30 cm) ouvertes posées au sol -ligne de lancer entre 2 et 3 m des caisses matérialisée par un cerceau -5 balles lestées</p>	<p>Se placer dans son cerceau pour lancer les 5 balles dans la caisse. Chaque balle n'est lancée qu'une fois.</p>	<p>Pour progresser vers les comportements recherchés :</p> <ul style="list-style-type: none"> -placer un obstacle bas entre la zone de lancer et la caisse
<p>4. Ateliers ou parcours</p>		<p>Proposer des ateliers avec des cibles différentes et des types de lancers différents.</p>	<p>Sous forme d'ateliers : les élèves doivent respecter la distance d'1 mètre. Sous forme de parcours : l'enseignant(e) peut proposer plusieurs départs. Chaque élève a ses objets et les ramasse après chaque passage.</p>

Faire expliciter les tâches

Evaluation par l'enseignant à l'aide d'un codage de couleur en fonction de nombre de lancers réussis

Mise en œuvre lors de la récréation

Rappel : le moment de récréation doit rester un moment de détente et de choix individuel pour l'enfant.

Il est envisageable de proposer aux élèves les mêmes situations :

- suivre un parcours individualisé permettant de conserver la distanciation physique
- choisir un atelier selon sa préférence et la limitation en nombre d'élèves.

Les gestes barrière sont identiques à ceux de la séance d'EPS.