

## Organiser une rencontre avec un sportif de haut niveau

### Quoi ?



**La rencontre** avec un sportif de haut niveau constitue un temps fort qui permet aux jeunes d'approcher un champion.

### Pourquoi ?



**Dépasser** la médiatisation du sportif pour entrer dans son univers et comprendre l'exigence de la pratique poussée à son plus haut niveau de perfection et d'exigence (préparation, motivation, compétition, entourage, etc.).

### Avec qui ?



**La rencontre** avec un sportif ayant participé aux Jeux olympiques (ou un entraîneur, un membre du staff technique ou médical, un responsable de délégation, etc.) est nécessaire pour embrasser la dimension particulière que présente l'aventure des Jeux olympiques, par rapport à la pratique de haut niveau qui peut être vécue dans les seules compétitions internationales.

### Combien de temps ?



**Le temps** d'échange avec le sportif sera limité (30 à 45 mn) pour répondre aux capacités d'attention et d'écoute des enfants. Par contre, le sportif pourra participer à une séance plus longue s'il est invité sur un temps d'activité physique des enfants (séance d'EPS ou rencontre sportive).

### Ressources

Pour connaître la liste des sportifs de haut niveau de son département ou de sa région (afin de limiter les coûts de déplacement), prendre contact avec la DDJS qui pourra en fournir une liste exhaustive. Consulter également le site du ministère des sports ou des fédérations sportives concernées.

On peut également prendre contact avec les responsables des CROS et COOS ainsi qu'avec les clubs sportifs de proximité.

[www.sports.gouv.fr](http://www.sports.gouv.fr) rubrique haut niveau.

### Quelle démarche ?



**Sélectionner** le ou les champions qui correspondent le mieux à l'objet de votre rencontre (discipline sportive, âge, sexe). Le contacter afin de lui exposer votre projet, connaître ses disponibilités et éventuellement ses exigences financières.

Choisir de préférence un sportif qui souhaite partager son expérience avec des enfants. L'informer des thèmes qui les intéressent.

**Préparer** le lieu de la rencontre où les enfants seront dans les meilleures conditions de communication et d'échange.

Demander à l'athlète d'apporter une tenue vestimentaire, un accessoire lié à sa discipline sportive ou un élément auquel son souvenir de l'épreuve est attaché, etc. Beaucoup de sportifs de haut niveau possèdent des photos d'eux qu'ils se font souvent un plaisir de dédicacer aux enfants.

**Distinguer** au moins 2 temps :

- Un exposé du sportif présentant son parcours scolaire et sportif, les contraintes liées à sa carrière, son entraînement, les compétitions, ses médailles, la suite de sa carrière sportive, sa reconversion future, etc.
- Un échange sous forme de questions-réponses avec les enfants.

**Prévoir**, éventuellement, un temps de démonstration ou d'initiation sportive, de visite du site de pratique, d'observation d'un entraînement (réel ou filmé), etc.

# Dialoguer avec un sportif de haut niveau

## Avant

**Il est important** de préparer les enfants à cette rencontre pour que les échanges soient riches et dépassent la seule médiatisation afin d'entrer dans l'univers exceptionnel du champion. Plusieurs domaines peuvent être abordés pour obtenir une interview construite. Regrouper les questions selon leur thématique :

- la discipline sportive : historique, règlement, championnat, record, lieu et matériel ;
- la vie de l'athlète : les débuts de sa pratique, l'entraînement, les études, son métier, les qualités requises pour être un sportif de haut niveau ;
- les jeux olympiques : le nombre de participations, la compétition, la vie au village olympique, les cérémonies (ouverture, clôture), la rencontre d'autres sportifs, etc. ;
- les personnes qui entourent l'athlète : l'entraîneur, le médecin, le kiné, etc.

**De nombreux sites** internet permettent aussi d'étayer le travail de questionnement :

- l'organisation du sport en France, le rôle des fédérations sportives, les sportifs de haut niveau : [www.sports.gouv.fr](http://www.sports.gouv.fr)
- les disciplines olympiques, les épreuves des compétitions, les critères de sélection : [www.olympic.org/fr](http://www.olympic.org/fr)

- le mouvement olympique et sportif français : [www.franceolympique.com](http://www.franceolympique.com)

**D'autres thématiques** incontournables feront également l'objet d'une recherche documentaire et d'échanges pour trouver les sujets et les modalités de questionnement du champion :

- le sport de haut niveau : facteur de promotion sociale (notoriété, salaire, contrats publicitaires, etc.) ;
- les dérives liées au sport de haut niveau (argent, dopage, etc.) ;
- la reconversion du sportif en fin de carrière.

**Enfin**, il convient d'organiser le déroulement du débat avec les enfants :

- répartir les thématiques par groupe de travail, décider l'ordre du questionnement (progression dans les thèmes), désigner qui pose les questions, etc. ;
- organiser une prise de notes des réponses ;
- prévoir d'enregistrer, photographier ou filmer la rencontre.

## Pendant

**Quel que soit** le lieu de l'entretien, veiller à ce que les enfants se regroupent pour entendre au mieux et s'assurer d'une prise de parole respectueuse de chacun et des consignes précédemment adoptées. En fonction des réponses de l'athlète, les aider à relancer le débat.



## Après

**Quelques jours plus tard**, prendre le temps d'un débat entre enfants pour permettre à chacun d'exprimer son ressenti, de formuler les idées fortes, de confronter ce que chacun en a compris et en retient.

Consulter les notes prises ou les enregistrements pour favoriser cette compréhension mutuelle. Proposer des activités permettant aux enfants de formaliser ces connaissances nouvelles :

- construire une « carte d'identité » de l'athlète, de sa discipline ;
- produire par groupe des affiches en fonction des différentes thématiques ;
- réaliser individuellement un carnet d'interview ;
- écrire un compte-rendu pour le journal de l'école, du club, de la commune ;
- préparer une présentation pour le site internet, etc.

Demander aux enfants de les organiser en distinguant ce qui constitue des éléments culturels sur l'Olympisme (les symboles, l'histoire, le protocole et le déroulement des Jeux) et les informations qu'ils ont apprises qui caractérisent le mieux les valeurs de l'Olympisme (excellence, amitié, respect).

## Animer un atelier au cours d'une rencontre sportive

### Quoi ?



**Lors d'une rencontre sportive**, proposer un atelier centré sur les valeurs de l'Olympisme est l'occasion d'enrichir la performance physique par la connaissance et la réflexion sur les symboles et les valeurs de l'Olympisme et du sport en général.

### Pourquoi ?



**Le but est** de permettre aux enfants de se construire une culture de l'Olympisme qui dépasse les notions de performance physique et d'exploit vécues au travers des ateliers à dominante sportive organisés parallèlement.

### Avec qui ?



**Les enfants scolarisés** en cycles 2 et 3 en veillant à adapter les contenus à leur âge.

### Combien de temps ?



**L'accueil et la prise en charge** des enfants sur cet atelier devront tenir compte de leur âge et de leurs capacités d'attention mais la durée de l'atelier ne pourra pas être inférieure à 30mn pour les plus jeunes et à 45mn pour les autres.

### Quelle démarche ?



**Accueillir les enfants** par groupes de 8 à 10 et constituer des binômes. 2 par 2, ils vont devoir répondre au questionnaire élaboré sous forme de quiz, en partant à la recherche des informations présentées sur des panneaux traitant des différentes thématiques. L'adulte présent aura un rôle d'aide dans la recherche d'informations par les enfants. Un panneau placé à l'écart permettra, une fois le travail de recherche terminé et après accord de l'adulte, de valider les réponses aux questions. A l'issue de l'épreuve, un « passeport olympique » portant le score obtenu pourra être remis à chaque participant.

### Ressources

De nombreux sites internet aident à la mise en œuvre d'un travail de recherche en amont mais également à la réalisation technique de cet atelier, en particulier : [www.franceolympique.com](http://www.franceolympique.com)

## Participer à un atelier au cours d'une rencontre sportive

### Avant

**Dans le cadre scolaire**, il est préférable de préparer les élèves par des recherches sur internet portant sur les différentes thématiques qui seront abordées dans la mise en oeuvre de l'atelier :

- les symboles de l'Olympisme : les serments (athlètes et juges), l'hymne, la devise, la flamme et les anneaux olympiques,
- le rôle de Pierre de Coubertin,
- les disciplines et leurs champions,
- les affiches des Jeux olympiques ou paralympiques (hiver et été).

**Dans tout autre cadre**, les supports pédagogiques présentés devront être de qualité pour permettre aux enfants d'entrer rapidement dans l'activité.

Quel que soit le contexte, des panneaux soignés seront élaborés et un questionnaire sera rédigé. Prévoir environ 10 questions sous la forme de QCM, de textes à compléter ou de dessins à réaliser. Voici quelques propositions :

- Que symbolisent les colombes blanches lâchées au cours de la cérémonie d'ouverture ?
- Qui était Pierre de Coubertin et quelle était sa devise ?
- Parmi une liste de mots, retrouver ceux qui désignent les symboles de l'Olympisme ;
- Écrire le serment olympique en retrouvant les mots manquants (texte à trous) ;
- Compléter une frise chronologique datée avec les sites olympiques correspondants ;
- Trier des cartes numérotées représentant les affiches des J.O. en séparant celles d'hiver et d'été, et en les replaçant dans l'ordre chronologique ;
- Relier chaque champion à sa discipline et à sa performance ;
- Citer 3 handicaps pris en compte dans le cadre des Jeux paralympiques ;
- Nommer 5 disciplines des J.O. d'été et 5 disciplines des J.O. d'hiver ; etc.

### Pendant

**L'accueil et la prise en charge** des enfants sur l'atelier devront tenir compte de leur âge et de leurs capacités mais la durée de l'atelier ne pourra pas être inférieure à 30 ou 45mn.

### Après

**Lors d'un regroupement ultérieur**, prendre le temps d'un débat entre enfants pour que chacun exprime ce qu'il a retenu des thématiques abordées :

- proposer des activités permettant d'illustrer une thématique de leur choix sous forme d'affiches ;
- réaliser individuellement un carnet des valeurs de l'Olympisme ;
- écrire un article pour le journal de l'école, du club ou de la commune, etc.



## Proposer un défi-lecture sur les valeurs de l'Olympisme

### Quoi ?



Le **défi-lecture** s'inscrit dans une démarche originale reposant sur l'échange et la socialisation. Il met en jeu les compétences de lecture et d'écriture.

### Pourquoi ?



**Développé dans les années 1980**, ce concept d'activité a pour objectif d'inciter les enfants, dès leur plus jeune âge, à lire davantage et mieux, notamment des œuvres de littérature-jeunesse.

### Avec qui ?



Le **défi-lecture s'adresse** à tous les niveaux d'âge à condition de proposer des ouvrages adaptés au niveau de lecture des enfants. Cet échange peut se faire au sein d'une même structure (école, centre de loisirs, association, club ...) ou entre structures, par des confrontations directes entre enfants sur un même lieu ou à distance, par transmission de courriers, de télécopies, de messages électroniques... voire au travers de supports audio ou vidéo.

### Combien de temps ?



La **lecture des ouvrages** listés pour le défi-lecture doit être échelonnée : mettre en place un calendrier de prêt des livres et de lecture avec une échéance liée au volume des ouvrages proposés (1 semaine environ) permettra à chacun de s'organiser.

### Quelle démarche ?



**Sélectionner** 4 à 6 ouvrages de jeunesse en fonction d'une thématique, par exemple, à propos de l'Olympisme et des Jeux olympiques : il existe de nombreux romans, recueils de contes et de poésies, livres documentaires et albums de bandes dessinées traitant de ce thème.

**Établir** un calendrier de lecture avec les enfants. Concernant la lecture des romans, définir avec eux les modalités du défi-lecture : réaliser une fiche de lecture par ouvrage lu comportant au moins 5 questions concernant l'aspect physique du livre (support, format, mise en page, illustrations), son enjeu (genre et spécificités : informatif, narratif, explicatif, argumentatif, poétique), le contenu (particularités d'un personnage, d'un événement). Préparer avec eux un gabarit de fiche et déterminer la grille de résultats qui sera affichée (par exemple, chaque bonne réponse apportera 1 pt, le total des points peut être comptabilisé individuellement ou par équipe).

### Ressources

- **Des romans** et ouvrages de fiction : « Motordu : champignon olympique », éd. Gallimard-jeunesse ; « La citrouille olympique », éd. Nathan ; « Viva Fausto ! Les JO, les dieux grecs et moi », éd. Rue du monde ; « Le soleil d'Olympie », éd. Gallimard ; « Le maître d'armes », éd. Le Cherche Midi.
- **Des ouvrages documentaires** : « Les Jeux olympiques », éd. Dargaud ; « Jeux olympiques, ma grande encyclopédie », éd. Milan Jeunesse.
- **Des recueils de contes et poésies** : « Contes et récits des Jeux olympiques », éd. Nathan ; « Contes et légendes des Jeux d'Olympie », éd. Nathan.
- **Des albums de bandes dessinées** : « Astérix aux Jeux olympiques », éd. Dargaud ; « Voyages d'Alix : Jeux olympiques », éd. Casterman ; « Les Schtoupfs olympiques », éd. Hachette Jeunesse, etc.

## Vivre un défi-lecture

### Avant

**Proposer le défi-lecture aux enfants** en leur expliquant les règles de ce type d'activité et en leur demandant de choisir une thématique. Une fois ce choix opéré, organiser des temps de recherche des ouvrages référencés sur ce thème, sur internet (pour établir une première liste), dans la bibliothèque du centre loisirs, de l'école ou de la commune.

- Confectionner un gabarit de fiche de lecture comportant : le titre, l'auteur, l'éditeur, un espace pour écrire une dizaine de phrases permettant de résumer l'histoire et 5 lignes pour écrire les questions que l'on souhaite poser.
  - Élaborer le calendrier de lecture sur une affiche : un tableau à double entrée comportant les titres d'ouvrages et les noms des enfants ou des équipes si le défi est organisé par groupes. Proposer aux enfants de lire au moins 3 livres de la liste.
  - Préparer une liste des défis qui seront lancés individuellement ou par groupes.
  - Réaliser l'affiche qui recensera les résultats des enfants individuellement ou par équipes : un tableau à double entrée présentant les noms et le total de points acquis.
- Avant de débiter le défi, l'enseignant aura vérifié la validité de chaque fiche de lecture (individuelle ou produite par l'équipe).



### Pendant

**Quel que soit le lieu**, il est important d'aménager des coins-rencontre entre les enfants afin que tous ne puissent pas entendre les réponses fournies par le camarade interrogé.

### Après

**Un temps de mise en commun** avec l'adulte permettra de valider les réponses aux questions posées afin que chacun puisse ensuite corriger correctement.

Individuellement ou par groupes, les enfants dépouillent les réponses qu'ils comparent à leur fiche de lecture pour ensuite comptabiliser les points acquis par chacun.

L'accès aux fiches peut inciter à d'autres découvertes et relancer de nouveaux défis.



## Conduire un projet sur les valeurs de l'Olympisme

### Quoi ?



**Comme tout sujet relevant de questions morales et éthiques**, aborder les valeurs de l'Olympisme avec des enfants nécessite une démarche adaptée reposant sur une prise en compte des représentations initiales et des situations concrètes garantissant une compréhension pertinente des concepts complexes.

### Pourquoi ?



**Engager les enfants** dans une réflexion philosophique adaptée, leur faire acquérir une culture de l'Olympisme et les accompagner dans la construction de comportements conformes à l'éthique sportive.

### Avec qui ?



**Ce projet peut associer différents partenaires** autour d'un adulte référent (enseignant, animateur) connaissant bien le groupe d'enfants : responsables du COOS ou CROS, délégué ou animateur de fédération sportive scolaire, conseiller pédagogique de circonscription, etc. Des clubs sportifs, des associations culturelles ou scientifiques peuvent apporter leur aide à l'organisation de certaines activités et des liens peuvent être créés avec le collège.

### Combien de temps ?



**Plusieurs séances de travail** sont nécessaires et l'ensemble du projet se déroule sur plusieurs semaines (un trimestre) ou tout au long de l'année scolaire.

### Quelle démarche ?



**Un travail d'exploration** peut avoir pour point de départ la Charte olympique qui indique « chaque individu doit avoir la possibilité de faire du sport sans discrimination d'aucune sorte et dans l'esprit olympique, qui exige la compréhension mutuelle, l'esprit d'amitié, de solidarité et de fair-play ».

- Choisir une valeur, par exemple « l'amitié » et en cerner les enjeux (références au vivre ensemble, aux relations interpersonnelles d'attraction et/ou de répulsion, etc.).
  - Faire émerger les représentations des enfants pour adopter une terminologie correspondant à leur compréhension (par exemple l'amitié est redéfinie en camaraderie sportive).
  - Énoncer les valeurs positives et négatives associées à la pratique sportive de l'enfant, par exemple :
    - « être copain dans le sport », c'est respecter (le matériel, l'adversaire, le terrain), encourager (ses équipiers,), aider (en expliquant les règles, en conseillant, en prêtant son matériel, etc.) ;
    - « ne plus être copain », c'est agresser ou menacer (l'adversaire, les partenaires), abuser (ses adversaires, ses équipiers, l'arbitre), dégrader (le terrain, le matériel, etc.).
  - Rechercher les symboles utilisés dans les cérémonies olympiques pour caractériser cette valeur.
- La construction des contenus** permet d'approfondir le concept par des activités conduites, soit simultanément par tous, soit en groupes plus restreints.
- Rédaction d'une charte de la camaraderie sportive à destination d'autres enfants.
  - Réalisation d'affiches ou d'extraits vidéo présentant leurs recherches.
  - Lecture et analyse d'articles de la presse ou de reportages télévisés pour repérer les comportements sportifs illustrant les comportements décrits.
  - Interview du grand public (parents, voisins) pour confronter leurs représentations à celles détaillées.
  - Préparation des épreuves et des cérémonies d'une rencontre sportive.

**L'aboutissement du projet** peut avoir lieu lors d'une rencontre sportive, en transmettant au préalable la charte de la camaraderie et/ou en présentant les affiches réalisées. Pendant la rencontre, les enfants assument différents rôles (organisateur, arbitre, capitaine d'équipe, joueur) et disposent des affiches pour s'y référer autant que de besoin.

## S'engager dans un projet thématique

### Avant

**Les enfants participant** à ce projet doivent connaître et respecter les règles du débat. Ils développent des capacités d'écoute des autres, de compréhension critique, sans jugement d'argumentation.

Une organisation rigoureuse est une des conditions primordiales à respecter.

- Composer des groupes selon les temps de travail et les types d'activité.
- Respecter des règles (président et secrétaire de séance, prise de parole).
- Reformuler des étapes précédentes pour structurer la démarche et l'avancée dans la conceptualisation.



### Pendant

**La conduite d'un projet** sur la durée nécessite que les enfants identifient précisément les différents temps (recherche, confrontation, production, mise en œuvre, etc.).

Les moments de discussion doivent être identifiés, et les événements intervenant en d'autres occasions (par exemple, un conflit lors d'une récréation, une insulte pendant la pratique sportive) seront repris, en différé, pour en permettre une analyse plus sereine.

Si certaines activités de production (affiche, charte, interviews, etc.) sont différenciées, on sera attentif aux possibilités de choix et d'investissement de chaque enfant (composition des groupes).

Des temps de présentation de l'avancée du travail seront ménagés : ces confrontations favoriseront les réflexions, la recherche de formulations précises et acceptées par tous, etc.



### Après

**La mise en œuvre de rencontres** sportives est une occasion de concrétiser, dans l'action et le partage des rôles, les échanges construits réflexifs. La démarche d'accompagnement (par exemple par un travail préalable sur les rôles – organisateur, arbitre, capitaine d'équipe, joueur –) permet à chacun d'expérimenter les différentes situations dans un contexte positif et valorisant.

**Un moment d'échanges** sur les impressions de chaque enfant sera programmé après la rencontre sportive afin de revenir sur les différentes situations rencontrées (contestation des règles ou respect des juges, témoignage d'un fort esprit d'équipe ou mauvaise volonté d'un participant, sentiment d'appartenance à un groupe...). Enfin, le projet peut être valorisé par des articles et des photos dans un bulletin de l'école ou de la commune, sur un site Internet, etc.





## Préparer une journée olympique

### Quoi ?



**Depuis 1948**, la journée olympique sert à célébrer la création du Comité international olympique, le 23 juin 1894, et la rénovation des Jeux olympiques. Cette manifestation est proposée dans la plupart des pays membres du CIO.

### Pourquoi ?



**Le but est** de mobiliser le plus grand nombre de participants valides et handicapés dans le plus pur esprit olympique, les cinq anneaux prouvant à chaque fois qu'ils exercent un fort pouvoir d'attraction dans la promotion du sport pour tous.

### Avec qui ?



**L'Académie nationale olympique française (ANOF)** œuvre pour la sensibilisation du plus grand nombre aux valeurs et aux idéaux de l'Olympisme par différentes actions concrètes et de mises en situation. Sa préoccupation première d'éducation à l'Olympisme la porte tout naturellement à l'initiative de la mise en œuvre de la journée olympique. Chaque année, le Comité national olympique et sportif retient un ou plusieurs projets d'organisation qui respectent les orientations fixées par le Comité international olympique (CIO).

### Combien de temps ?



**Le CIO recommande** qu'au cours de cette journée les participants se retrouvent au cours d'activités physiques et réflexives concourant à l'éducation olympique, tout en laissant le plus large espace d'initiatives aux Comités nationaux. Il propose un temps de cérémonial. Depuis 1987, la « course de la journée olympique » est un élément fédérateur qui renforce la devise de cet événement : « Bouger, apprendre et découvrir ».

### Quelle démarche ?



**Afin d'aider tous** les Comités nationaux olympiques à organiser leur journée olympique, le CIO a réalisé un dossier comprenant l'historique de l'événement, des idées et des conseils quant aux activités à mettre en place, ainsi que des lignes directrices pour promouvoir et communiquer ces activités.

Ce dossier de lancement comprend également un CD-ROM avec un message du président du CIO qui peut être téléchargé et diffusé lors de la journée olympique, ainsi que des diplômes identiques pour les participants.

### Ressources

**Les sites internet du CIO**, [www.olympic.org](http://www.olympic.org) et du CNOSF, [www.franceolympique.com](http://www.franceolympique.com), comportent une rubrique consacrée à la journée olympique.

## Participer à la journée olympique

### Avant

**Proposer aux enfants** d'énoncer et de compléter leurs connaissances sur les Jeux olympiques et l'histoire du mouvement olympique. Utiliser les fiches « activité » de ce classeur pour explorer les différentes thématiques. Organiser des recherches documentaires pour savoir ce que représente le 23 juin dans le mouvement olympique.

Leur présenter le programme de la journée, les activités sportives qu'ils pourront découvrir, celles auxquelles ils pourront s'initier : se préparer en conséquence (matériel, tenue nécessaire, connaissance des règles de sécurité, etc.).

Connaître le dispositif retenu pour la « course olympique » : relais, course à l'heure, course en équipe, etc. ; choisir l'organisation de son équipe et prévoir des signes distinctifs (chasubles, fanions de rassemblement, etc.).

Au cours de la journée, des enfants peuvent avoir le rôle de reporter pour interviewer des participants, prendre des photos, filmer les activités, ou d'organisateur pour assurer le bon déroulement de la manifestation.



### Pendant

**Veiller au passage** des différents groupes aux activités choisies, dans des temps et des durées correspondant aux capacités des enfants. Donner la même importance à chaque atelier, qu'il soit de pratique physique, de réflexion ou de débat sur les valeurs ou les thèmes de l'Olympisme.

Vivre la « course olympique » en attachant plus d'importance à la participation de tous qu'au résultat.

Ecouter le message du président du CIO et l'hymne olympique.

Recevoir le diplôme en sachant que c'est le même qui est remis dans le monde entier à tous les participants à cette journée.



### Après

**Quelques jours plus tard**, prendre le temps d'un débat entre enfants pour permettre à chacun d'exprimer son ressenti sur cet événement.

A partir des reportages, interviews et photos réalisés pendant la journée, proposer aux enfants de rédiger un compte-rendu, sous forme d'affiches, d'articles pour le journal ou le site internet, en distinguant ce qui constitue des éléments culturels sur l'Olympisme (les symboles, l'histoire, le protocole et le déroulement des Jeux) et ce qu'ils tirent de leur expérience pour caractériser au mieux les valeurs de l'Olympisme (excellence, amitié, respect).



## Accueillir le Camp national olympique de la jeunesse

### Quoi ?



Le **Camp national olympique de la jeunesse** est une initiative de l'ANOF qui regroupe chaque année pendant une semaine, 3 ou 4 classes d'élèves de cycle 3 membre d'une association USEP.

### Pourquoi ?



Le **principe du Camp olympique** de la jeunesse s'inscrit dans la mise en évidence des différents champs d'intervention du sport et de l'Olympisme. La mise en œuvre de ce rassemblement s'inspire de la philosophie olympique basée sur l'articulation entre l'éducation, la culture et la pratique sportive.

### Avec qui ?



L'**équipe projet** est composée de responsables nationaux (ANOF, USEP, MEN, MSS) et d'une équipe locale (COOS, Comité départemental USEP, Inspection académique et de circonscription, DDJS, etc.). Cette dernière est chargée d'assurer, en lien étroit avec l'équipe nationale, l'organisation matérielle et pratique du camp et de définir les contenus pédagogiques des activités physiques.

### Combien de temps ?



Le **rassemblement des classes dure 6 jours**, du dimanche soir au samedi matin, en période estivale (avril-mai, pour les éditions 2009, 2010, 2012) ou hivernale (février-mars pour 2008, 2011) dans un site agréé, permettant une unité de lieu et de temps (hébergement et activités).

### Quelle démarche ?



Destinées à faire reconnaître le sport comme média de culture générale et l'Olympisme comme vecteur d'éducation, plusieurs activités sont proposées :

- La découverte de sports (valides et handicapés) peu pratiqués en milieu scolaire, mobilisant les valeurs fondamentales, éventuellement intégrant le patrimoine local (faune, histoire, ressources naturelles).
- Des ateliers de découverte scientifique : science du mouvement, notion de mesure, analyse de l'image.
- Les activités créatives et d'arts graphiques : expression artistique de l'Olympisme et création de l'identité de groupe.
- La sensibilisation aux valeurs de l'Olympisme, de la rencontre, des singularités (handisport...).
- Les mini Jeux olympiques : rassemblement final d'une journée articulé autour du cérémonial olympique et d'un challenge sportif.

### Ressources

L'accueil d'un Camp national olympique de la jeunesse doit répondre au cahier des charges élaboré par l'ANOF et fait l'objet d'un appel à candidature lancé 12 mois auparavant. L'ANOF prend en charge les frais d'organisation et d'accueil des classes.

# Vivre le Camp national olympique de la jeunesse

## Avant

**Les candidatures des classes** sont étudiées par le comité de sélection national sur la base d'un projet montrant les actions prévues : découverte de l'Olympisme et des Jeux olympiques, mobilisation des apports pédagogiques, appréhension des valeurs universelles du sport et de l'Olympisme, etc.

La participation au Camp national olympique doit faire partie intégrante de la démarche et peut-être conçue comme son aboutissement.

La sensibilisation est principalement organisée dans le cadre de l'école (dans la classe ou sur les lieux de pratiques de l'EPS) et il est conseillé de commencer dès le retour des vacances de la Toussaint.

Des temps forts pourront structurer les différentes phases du projet :

- Utilisation de supports pédagogiques dans le cadre de l'apprentissage des disciplines enseignées à l'école.
- Rencontre avec le mouvement sportif local, témoignages d'athlète.
- Organisation de rencontres sportives ou de concours artistiques sur le thème du sport et de l'Olympisme, etc.

Chaque classe s'organisera en 2 équipes : définir leur nom, créer leur emblème, le représenter sur un drapeau seront des situations concrètes permettant de comprendre la fonction des symboles et de découvrir les rituels que l'on comparera (Olympisme ancien et moderne). Ce travail finalisera la préparation au séjour.

## Pendant

**Durant une semaine**, en internat, les enfants vivent des situations riches et variées : découverte d'activités sportives originales, choisies pour leurs valeurs éducatives, rencontres avec des sportifs ayant participé aux Jeux olympiques, temps d'échanges sur les sujets importants (santé, fair-play, etc.)... Toutes ces activités sont préparées par le Comité d'organisation en fonction des ressources locales. Une veillée est consacrée à la découverte des spécificités régionales ou locales de chacune des classes.

## Après

**Le projet doit prendre en compte** les perspectives de remobilisation des acquis après la semaine du Camp : présentation aux autres classes, exposition dans la ville, alimentation d'un site internet, organisation d'un challenge sportif dans l'école ou avec le collège...

## Ressources

- Le classeur « L'Olympisme, au service des jeunes », éd. ANOF.
- Les fiches pédagogiques élaborées par le Musée olympique de Lausanne.
- Le livret tiré à part de la Revue EPS 1 présentant le Camp national olympique de la jeunesse.
- Les outils pédagogiques téléchargeables sur : [www.franceolympique.com](http://www.franceolympique.com) et [www.usep.org](http://www.usep.org).



1

## Des affiches aux idées

Écrire un poème à partir d'une œuvre plastique.

### Organisation et matériel

Des reproductions des affiches des Jeux olympiques, du papier, des feutres, des crayons, etc.



### Pour une culture de l'Olympisme...

Dans la Grèce antique, l'art et le sport étaient indissociables. A l'initiative de Pierre de Coubertin, des concours d'architecture, de sculpture, de peinture, de littérature et de musique se déroulent pendant les Jeux olympiques de 1912 à 1948. Aujourd'hui, des festivals artistiques sont organisés parallèlement aux compétitions sportives.

### Observer

**Par 2**, les enfants choisissent une affiche des Jeux olympiques et tentent de la caractériser. Pour les aider, une liste de thèmes peut être donnée (couleurs et formes, objets, personnages, ambiance, émotions, symboles, pays, action...) et pour chacun d'eux, écrire le mot correspondant à ce que l'affiche évoque.

### Agir

**Les enfants sont par 4**. Pour enrichir le lexique, ils reprennent leur liste de mots et vont l'étoffer en utilisant la technique de leur choix : conjugaison (je, tu, il), devinette (qui suis-je ?), acrostiche, calligramme, monde à l'envers (si... alors...), rimes, adverbes, etc.

### Produire

**Les enfants** (seuls ou en binômes) choisissent une des valeurs de l'Olympisme (excellence, respect, amitié) et, à l'aide des mots répertoriés, rédigent un poème respectant une règle d'écriture connue.

Des contraintes (rythmes, rimes, etc.) sont apportées pour enrichir leurs premières propositions. Ils peuvent ensuite utiliser l'ordinateur pour réaliser la mise en page (affiche, internet) ou l'illustrer.

### Prolongements

**Passer d'une forme** poétique (leur texte) à un slogan symbolisant les mêmes idées : ce slogan pourrait être celui d'une équipe participant à une rencontre sur le thème de l'Olympisme.

### Pour relancer l'activité

- Quels symboles figurent sur des affiches J.O. ?
- Quels signes apparaissent sur toutes les affiches ?
- Que penser des personnages représentés ?

## Nos figures acrobatiques

Construire des figures et composer une courte production.

### Matériel et sécurité

Un îlot de tapis par groupe d'enfants ; un départ et une arrivée sont matérialisés par des cerceaux placés en dehors des tapis ; un support musical balise le temps de production. Les enfants agissent pieds nus ou en chaussons de rythmique.



### Préalables

Les enfants ont vécu des recherches d'équilibre seuls et à 2. Ils ont progressivement construit un référentiel commun de figures qui sont affichées dans la salle pour s'en inspirer et complexifier leurs actions.

### Organisation

Répartir les enfants en quatuor mixte, les 4 partenaires étant de gabarit proche : 2 porteurs, 1 porté, 1 aide ou pareur inclus dans la figure. Avant la phase d'expérimentation des figures, il est impératif de faire formuler les règles de sécurité inhérentes à l'activité : les porteurs s'installent les premiers, les portés montent lentement sur les genoux pliés, sur le bassin ou les épaules en prenant des appuis larges et stables (le bassin est gainé, le dos est plat) ; l'appui sur le milieu du dos ou la cuisse du partenaire est proscrit ; le montage débute sur l'appui le plus solide et termine par le moins solide ; il faut monter et descendre comme un chat sans heurt, sans piétiner le porteur et sans sauter ; le démontage s'effectue toujours en sens inverse. Le temps d'expérimentation doit être suffisant pour que chacun s'essaie aux différents rôles et maîtrise l'équilibre, la phase de production sera l'aboutissement du travail mené pendant la séance.

### Consignes

Élaborer 3 figures qui doivent être maintenues en équilibre stable pendant 5 secondes. Changer de rôle à chaque figure. Puis construire sa production en enchaînant les 3 figures successivement ; marquer le début et la fin en respectant les cerceaux d'entrée et de sortie.

### Variantes

- Marquer le début et la fin par une position immobile de chacun des membres.
- Imaginer une gestuelle chorégraphique liant la production de chaque figure.
- Enchaîner sa production devant un autre groupe qui apprécie le respect des règles de sécurité et la prestation (équilibre maintenu 5 secondes, virtuosité, originalité).

### Pour une culture sportive...

L'acrosport appartient à la famille des activités gymniques mais n'est pas une discipline olympique. Dans cette même famille, la gymnastique rythmique reste encore un sport exclusivement féminin comme la natation synchronisée. D'autres disciplines sportives comme le badminton, la voile et le patinage incluent des épreuves mixtes. Les compétitions d'équitation sont elles ouvertes sans distinction aux hommes et aux femmes.

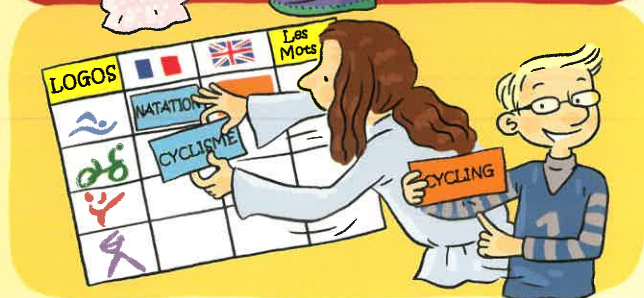
2

## Connaître autrui pour le respecter

Découvrir d'autres langues, établir des comparaisons anglais, français.

### Organisation et matériel

Des feuilles, crayons et feutres, du papier affiche ; 2 feuilles polycopiées par groupe, une comportant les logos des sports pratiqués aux Jeux olympiques, la deuxième, leurs noms en anglais.



### Observer

À partir de la question « Quelles sont les deux langues officielles des Jeux olympiques ? », les enfants vont faire appel à leurs connaissances puis établir des liens entre les 2 langues. Par groupes de 2, 3 ou 4, organiser une recherche : « quels sont les mots anglais de la langue française utilisés dans le domaine sportif que vous connaissez ? » Chaque groupe inscrit ses mots sur une feuille : out, starter, starting blocks, goal, etc. On peut les aider en présentant l'affiche des logos des sports olympiques.

### Agir

Collectivement, la liste de tous les mots anglais trouvés est affichée et l'on fait répéter la prononciation en anglais. Puis, lire alternativement les noms des sports anglais et français. Comparer les différences de prononciation ou de graphie.

### Produire

Donner les 2 polycopiés : observer les logos pour ensuite inscrire en dessous les noms correspondants en anglais. Proposer ce travail par groupe puis mettre en commun pour vérifier les associations. Individuellement, réaliser un document comportant 3 colonnes : le logo symbolisant le sport, le nom anglais, les mots anglais de la langue française utilisés dans ce sport.

### Pour une culture de l'Olympisme...

Depuis la rénovation des Jeux olympiques par Pierre de Coubertin en 1896, « les langues officielles du Comité international olympique sont le français et l'anglais », comme le stipule la règle 24 de la Charte olympique.

### Pour relancer l'activité

- Quelles sont les 2 langues officielles utilisées lors des Jeux olympiques ?
- En quelle langue déclare-t-on ouvert les Jeux olympiques ?
- Dans quels pays francophones ont eu lieu les Jeux olympiques ?

## May we cross your golden river ?

Courir, attraper, poursuivre, esquiver.

### Matériel et sécurité

Un espace plan, sans danger.



### Préalables

Les règles du jeu doivent avoir été abordées soit dans une situation adaptée en français, soit après un travail sur un document (affiche ou fiche individuelle) présentant les règles en anglais, et mettant en valeur les verbes d'action. Les acquisitions sont réinvesties dans une situation authentique de communication.

### Organisation

Une rivière matérialisée par 2 lignes espacées de 5 m environ, lieu d'attaque du crocodile, un enfant de la classe désigné par tirage au sort. Les autres joueurs sont répartis le long des 2 rives. En formant plusieurs groupes en action sur différents espaces de jeux, la participation orale de tous sera favorisée.

### Consignes

- Pour les coureurs, questionner le crocodile à l'unisson : « *Please, Mr. Crocodile, may we cross your golden river ?* ».
- Pour le crocodile, répondre selon son choix : « *Yes if you have a blue T-shirt. Yes if you have a B in your name. Yes if you were born in April.* », etc.
- Pour ceux qui remplissent la condition énoncée, traverser la rivière en courant, le crocodile ne vous attrapera pas.
- Pour les autres, lorsque vos camarades ont atteint l'autre rive, c'est le signal : s'élaner mais attention le crocodile a maintenant le droit de vous toucher. Ceux qui sont pris, s'assoient.
- Continuer ainsi jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'enfants à attraper. Le dernier touché devient le crocodile.

### Variantes

- Pour favoriser l'action motrice : les enfants assis peuvent être délivrés par un autre qui leur touche la main.
- Pour complexifier : ceux qui sont pris deviennent des crocodiles.

### Pour une culture sportive...

Les jeux sportifs traditionnels sont à l'origine de nombreux sports pratiqués aux Jeux olympiques. Ils permettent le développement des comportements et attitudes de joueurs transférables à tous les jeux collectifs (rôles, règles, stratégie).



3

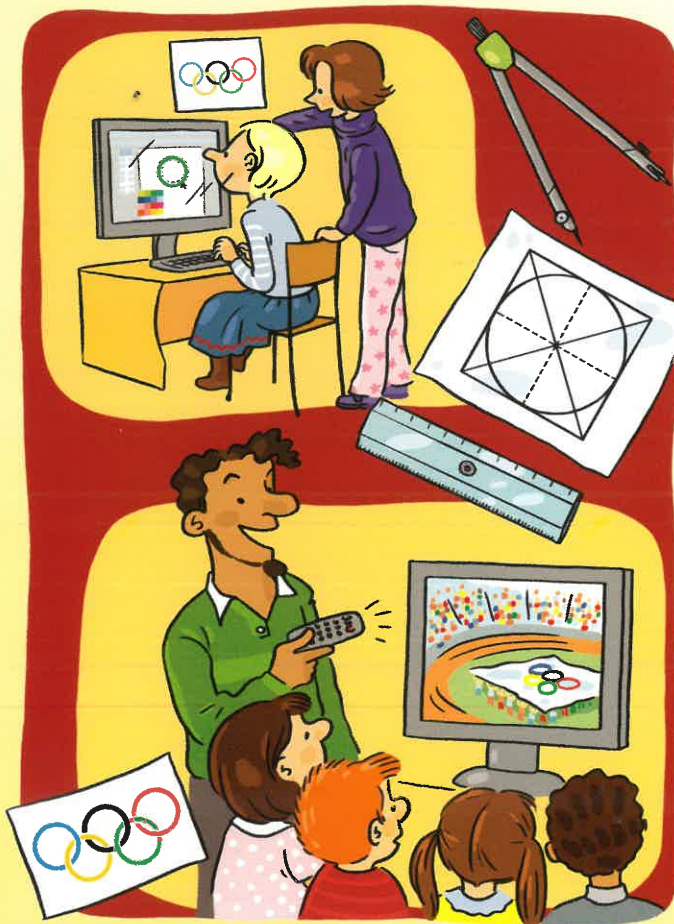
## Les anneaux entrelacés

Reproduire des formes géométriques.

### Organisation et matériel

Des feuilles de format A4 et A3, des compas, règles, ciseaux et crayons de couleur.

Des photographies des anneaux olympiques, des extraits vidéo de la manifestation d'ouverture et de clôture des Jeux olympiques. Possibilité d'emploi de logiciels de dessin.



### Observer

**À partir** d'une photo ou d'une reproduction du drapeau olympique, identifier les éléments caractéristiques : couleurs, disposition, entrelacs.

### Agir

**Pour dépasser** cette reconnaissance perceptive, utiliser les instruments de mesure (règles) et de tracés (compas) : mesurer les diamètres intérieur et extérieur d'un anneau, le rayon, etc. et tracer des cercles de même dimension à l'aide d'un compas, ou sur l'ordinateur. Identifier la différence entre cercle et disque en utilisant le vocabulaire spécifique approprié (centre, rayon, diamètre).

### Produire

**Reproduire**, à partir du modèle initialement construit, les anneaux olympiques à une échelle donnée (x 2 ou x 3).

### Prolongements

**Construire** le modèle officiel du drapeau à l'échelle. Réaliser des figures géométriques plus complexes mettant en application les propriétés liées au carré et au cercle (diagonale, perpendiculaire, etc.).

### Pour une culture de l'Olympisme...

**Le drapeau olympique** - Il est composé de 5 anneaux de couleurs différentes dessinés sur un fond blanc, au moins 1 de ces 6 couleurs est présente dans le drapeau de chacune des nations participantes. Il doit flotter dans le stade pendant toute la durée des Jeux. Dessiné par Pierre de Coubertin en 1913, il exprime l'universalité et vise à unir et rassembler. Il flotte pour la première fois dans le stade aux Jeux olympiques d'Anvers en 1920.

### Pour relancer l'activité

- Depuis quelle année le drapeau olympique symbolise-t-il le rassemblement des sportifs du monde entier ?
- Quelles sont les couleurs le composant ?
- Que symbolise l'entrelacement des anneaux ?

## La cible aux anneaux

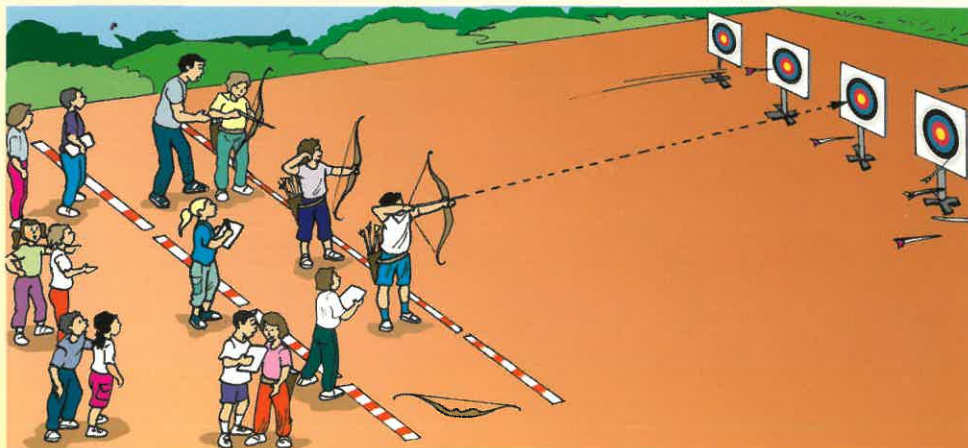
Viser et tirer sur une cible.

### Matériel et sécurité

Le tir à l'arc nécessite la participation d'intervenant qualifié et agréé.  
D'autres activités de tir sur cibles peuvent être pratiquées en respectant le même cadre d'organisation :

- tirs de balles adhésives sur cibles (posées sur des chevalets ou fixées contre un mur) comportant 5 cercles concentriques utilisant

les 5 couleurs des anneaux olympiques ;  
• tir de fléchettes à la sarbacane, etc.  
Les conditions matérielles (nombre et disposition des pas de tirs, taille et distance des cibles, arcs utilisés) doivent être adaptées à l'âge et à l'effectif du groupe. Les repères ainsi que les couloirs de déplacement pour aller aux résultats doivent être matérialisés.



### Préalables

**Les règles** d'organisation et de déroulement doivent être connues pour être respectées. Les enfants doivent maîtriser les ordres successifs (prise du matériel, placement sur le pas de tir, tir, résultats) et savoir la place de chacun (tireur, scoreur) à chaque phase de l'activité.

### Organisation

**Cinq cibles** sont disposées en parallèle et les pas de tirs matérialisés. Les enfants travaillent en binôme (1 tireur et 1 juge qui veille au respect des consignes et valide le score).

### Consignes

- **Prendre position** sur le pas de tir.
- Au signal, réaliser son tir de 5 flèches (ou balles) en direction de la cible et se replacer derrière le pas de tir.
- Lorsque le responsable du tir l'indique, prendre le couloir le long du pas de tir pour s'approcher de la cible et annoncer ses résultats que le partenaire note sur la fiche.
- Regagner sa place et inverser les rôles.

### Variantes

- **Moduler la distance** de tir ou les objets à lancer (fléchettes) en conservant la même vigilance quant aux conditions de sécurité.
- **Contractualiser** : l'enfant annonce le score qu'il pense obtenir et double ses points s'il réalise son contrat.
- Passer d'une performance individuelle à une performance collective en additionnant les points d'une équipe.

### Pour une culture sportive...

Présent par intermittence entre 1900 et 1920, le tir à l'arc figure au programme des Jeux olympiques depuis 1972. Il a été, en 1904, le premier sport olympique à accueillir les femmes. Il mobilise des compétences liées à l'adresse et la précision. Les épreuves, identiques pour les hommes et femmes, consistent en un tir de 12 flèches sur une cible d'1,22 m de diamètre placée à 70 m. Toucher le centre de la cible rapporte 10 points.

4

## La course au temps

Mesurer des distances et des durées.

### Organisation et matériel

Des feuilles de format A4, des chronomètres, règles et crayons.



### Observer

**VÉRIFIER LES CONNAISSANCES** liées à la lecture de l'heure, par exemple en faisant nommer ou écrire les heures indiquées par 2 horloges utilisant des modes d'affichage différents (digital, aiguilles). Calculer la durée écoulée entre ces 2 indications. Apprendre à utiliser le chronomètre : mise en marche, arrêt, remise à zéro.

### Agir

**Etablir, après la séance d'EPS** (course d'endurance, saut en longueur, etc.) un tableau par classement des performances réalisées pour les comparer ou pour apprécier les progrès individuels entre 2 séances.

### Produire

**RÉSOLURE UNE SITUATION-PROBLÈME :** la cour de l'école est un rectangle de 50 x 30 m. Pour s'entraîner à la prochaine rencontre sportive, les élèves doivent parcourir une distance de 1 200 m. Calculer le nombre de tours entiers qu'il faudra parcourir et indiquer le nombre de mètres restants.

### Prolongements

- Proposer un calcul de vitesse de réalisation de la distance puis du tour.
- Connaître son allure en exprimant la distance parcourue en km/h. La comparer à des repères usuels (vitesse d'animaux, de véhicules, etc.).

### Pour une culture de l'Olympisme...

La devise des Jeux olympiques - L'excellence et le dépassement de soi trouvent leur expression dans la devise « Citius, altius, fortius » formulée en 1891 par le Père Didon à laquelle P. de Coubertin fit référence dans ses propos sur l'éducation ; il ajouta toutefois en 1908 que « le plus important aux Jeux olympiques n'est pas de gagner mais de participer, car l'important dans la vie, ce n'est point le triomphe mais le combat ; l'essentiel, ce n'est pas d'avoir vaincu mais de s'être bien battu ».

### Pour relancer l'activité

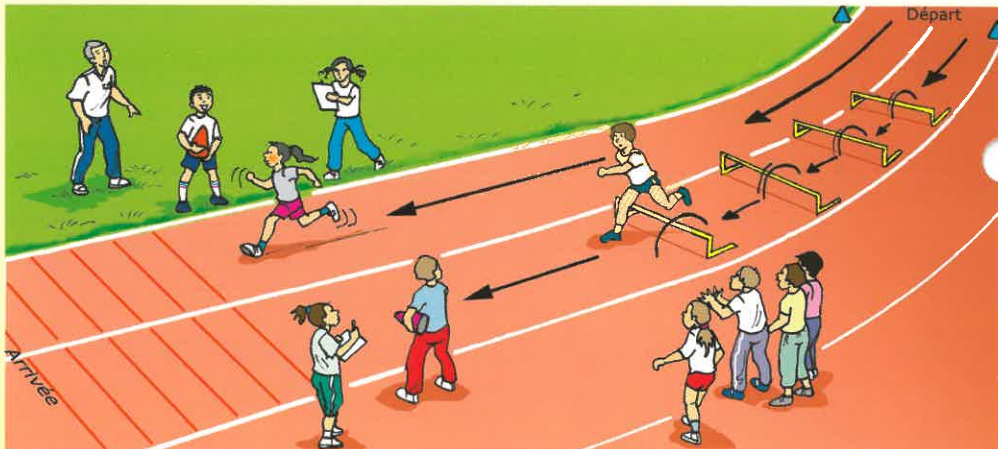
- Quel trajet a parcouru Philippides ?
- Pourquoi la distance de l'épreuve du marathon n'a pas toujours été la même ?
- Quelle était la vitesse (km/h) du marathonien vainqueur aux Jeux olympiques de Pékin ?

## Course à plat et de haies : le défi !

Connaître des techniques sportives et mesurer des performances.

### Matériel et sécurité

2 couloirs de course contigus de 40 m de long, l'un sans obstacle, l'autre avec 4 haies basses (30 cm) placées à 11, 17, 23 et 29 m du départ. Matérialiser 5 zones d'1 m avant l'arrivée (par des plots placés tous les mètres ou des tracés au sol).  
Des fiches et crayons, des chronomètres.



### Préalables

**Proposer un échauffement** simple, alternant des courses rythmées pour augmenter l'activité cardio-respiratoire et placer les enfants en situation d'action.

### Organisation

**Les élèves sont groupés** par 4 : 2 coureurs et 2 juges, tenant 1 plot et placés près de la zone d'arrivée.

### Consignes

**Au signal**, 2 enfants s'élancent dans leur couloir et chacun tente d'arriver le premier. Celui qui réalise le parcours de haies est retardé par les obstacles. Lorsque le plus rapide passe la ligne d'arrivée, l'observateur regarde la zone atteinte par son adversaire et place le plot sur le côté. On inverse les rôles et l'on compare les distances parcourues. Répéter plusieurs essais pour tenter de réduire l'écart entre les adversaires.

### Variantes

- **Jouer sur la hauteur** des haies (jusqu'à 50 cm de hauteur).
- Chronométrer les coureurs et comparer les temps sur les parcours.
- Trouver le handicap de distance à donner au coureur à plat dans le binôme pour que les enfants arrivent en même temps.
- Selon les tableaux de résultats, défier un enfant que l'on pense pouvoir battre.

### Pour une culture sportive...

**Aux Jeux olympiques**, les épreuves athlétiques comportent 5 grandes familles : les courses, les sauts, les lancers, les épreuves sur route et les épreuves combinées.  
**Au départ des courses**, le starter donne 3 ordres : à vos marques, prêt, partez.  
C'est en 1948 que les premiers starting-blocks ont été utilisés dans des épreuves olympiques.  
En 1964, à Tokyo, apparaissent les premiers chronomètres à quartz : une technologie désormais présente dans toutes les montres.

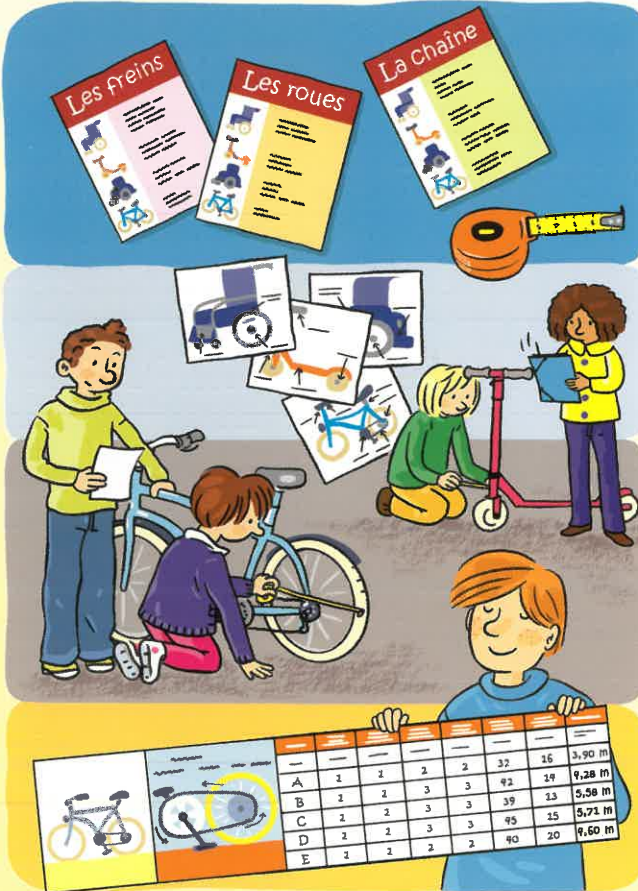
5

## Mécanicien en herbe

Connaître le fonctionnement de différents engins.

### Organisation et matériel

1 fauteuil manuel, 1 fauteuil électrique, 1 vélo, 1 patinette. Des dictionnaires ou lexiques de référence pour l'écriture du vocabulaire. Répartir les enfants en 4 groupes de travail.



### Pour relancer l'activité

- Depuis quand se déroulent les Jeux paralympiques ?
- Quelles sont les disciplines spécifiques de ces Jeux ?
- Quelles sont les récompenses délivrées aux vainqueurs ?

### Pour une culture de l'Olympisme...

Aujourd'hui, les trois premiers athlètes d'une épreuve reçoivent une médaille d'or, d'argent ou de bronze. Les Grecs de l'Antiquité pensaient que les dieux décidaient d'accorder la victoire à un athlète. Messagère des dieux, Niké, personnage ailé féminin symbolisant la victoire apportait à l'heureux élu (uniquement le premier) la récompense divine sous forme de couronne ou de ruban.

### Observer

**Chaque groupe** doit décrire un engin : il identifie les différentes pièces, écrit leur nom sur une étiquette et propose un classement logique. La mise en commun permet d'identifier 5 fonctions principales (s'équilibrer, avancer, freiner, diriger, éclairer). Pour chacune d'elles, on complète le lexique propre à chaque engin. On isole également les éléments qui n'entrent pas dans une catégorie de fonctionnalité (par exemple, la valve, les rayons, etc.).

### Agir

**Pour les 4 engins**, les enfants observent, expérimentent et analysent les conditions de la mise en mouvement : quelles sont les actions de l'utilisateur, quels sont les éléments successivement sollicités, quelles sont les transformations opérées, etc. ? En utilisant tour à tour les 4 engins (1 enfant agit, les autres observent), décrire l'ordre dans lequel chaque élément est mis en mouvement, observer les sens de rotation ou de transmission, etc. Compléter les dessins en les légendant.

### Produire

**Sensibilisés** aux différents diamètres de roue et modes de mise en mouvement, les enfants comparent les effets avec les résultats produits. Ils organisent dans la cour un dispositif de relevé de mesure rigoureux (ligne de départ, sol horizontal, etc.) : à partir d'une poussée des mains en fauteuil manuel, d'une poussée d'un pied en patinette, d'une poussée sur les pédales du vélo, d'une impulsion sur le bouton du fauteuil électrique, ils mesurent les distances parcourues.

### Prolongements

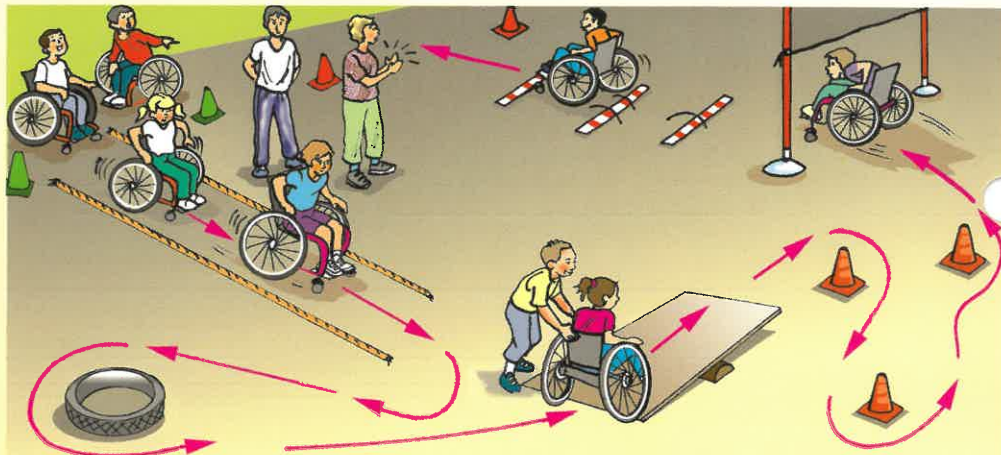
**Les résultats collectés** sont reportés dans un tableau de résultats permettant d'effectuer des comparaisons et de tenter d'expliquer les raisons de la meilleure efficacité.

## Le parcours en fauteuil

Adapter son déplacement à partir d'une contrainte.

### Matériel et sécurité

1 fauteuil pour 2 élèves ; pour le parcours, des plots, lattes, cerceaux, cordes ; un plan incliné et un élastique tendu entre 2 poteaux.



### Préalables

Les enfants ont vécu une séance leur présentant le maniement du fauteuil.

### Organisation

Répartir les enfants en binôme, un acteur et un observateur qui peut aider si besoin à la manipulation du fauteuil dans le déplacement. S'entraîner sur un parcours matérialisé (des cordes ou lattes plus ou moins serrées), avec différents obstacles à contourner (des plots), à éviter (cerceaux) ou à franchir (sur le plan incliné, sous le pont). Le départ et l'arrivée sont symbolisés respectivement par 2 plots verts et 2 rouges. Il est important que les enfants puissent réaliser au moins 3 passages pour apprendre à maîtriser leur déplacement en fauteuil avant de changer de rôle.

### Consignes

Effectuer le parcours en avant puis en arrière. Passer les obstacles en prenant soin de ne pas les toucher ni les renverser. Totaliser moins de 5 fautes sur les obstacles.

### Variantes

- Chronométrer le temps de parcours ou imposer un temps au-delà duquel les enfants totaliseront des points de pénalité.
- Inclure des cibles pour pratiquer le tir à la sarbacane, la fléchette pendulaire.

### Pour une culture sportive...

Les Jeux paralympiques se déroulent tous les 4 ans. Les athlètes y participent selon leur handicap : visuel (non et malvoyants), tétraplégiques et paraplégiques, séquelles neurologiques assimilables, amputés, infirmes moteurs cérébraux et grands handicapés (myopathes, fauteuils électrique).

Les sourds et malentendants prennent part aux Deaflympics tandis que les déficients intellectuels participent aux Jeux spéciaux.

6

## De l'Antiquité à l'ère informatique

Enrichir ses connaissances et travailler des compétences du B2i.

### Organisation et matériel

Des documents empruntés dans la BCD et des recherches menées sur internet. Répartir les enfants en groupes de travail avec une consigne précise de recherche.



### Pour relancer l'activité

- De quand datent l'imprimerie, le premier ordinateur ?
- Depuis quand l'athlétisme et le badminton ont-ils été officiellement programmés dans les Jeux olympiques modernes ?
- Quelle est la distance du semi-marathon ?

### Pour une culture de l'Olympisme...

Dans la Grèce antique, pour annoncer la fabuleuse victoire des troupes de Miltiade sur les Perses, Philippides parcourut les 42,195 km séparant Marathon d'Athènes. A son arrivée, le soldat messager mourut d'épuisement. Légende ou réalité ? L'épisode a en tout cas donné son nom à l'une des plus prestigieuses courses à pied.

### Observer

**Avant de débiter** l'activité, rappeler les règles donnant le droit de télécharger ou reproduire des documents. Donner des exemples en proposant 2 pages, l'une libre de droits, l'autre aux droits réservés. Ensuite, utiliser un moteur de recherche pour effectuer la tâche : prendre du temps pour apprendre à sérier et trier les différentes informations, l'étape suivante étant de réfléchir collectivement aux éléments qui seront intéressants à extraire et à présenter.

### Agir

**Utiliser le traitement de texte** pour lister les informations trouvées. Organiser les documents téléchargés (texte, image) et les sélectionner selon le projet (article pour le journal, affiche, exposition, etc.). À chaque étape, les temps de formulation structurent les actions à réaliser (mise en forme des caractères et des paragraphes, respect des règles typographiques usuelles, fonctions du logiciel – copier, couper, coller, insérer, glisser, déposer, etc. – redimensionnement d'image ou de son, sauvegarde du document, etc.).

### Produire

**Créer un document** multimédia simple en regroupant le texte, les images, le son et rassemblant au moins 2 types de ressources. Visualiser un aperçu du document avant d'imprimer le document.

### Prolongements

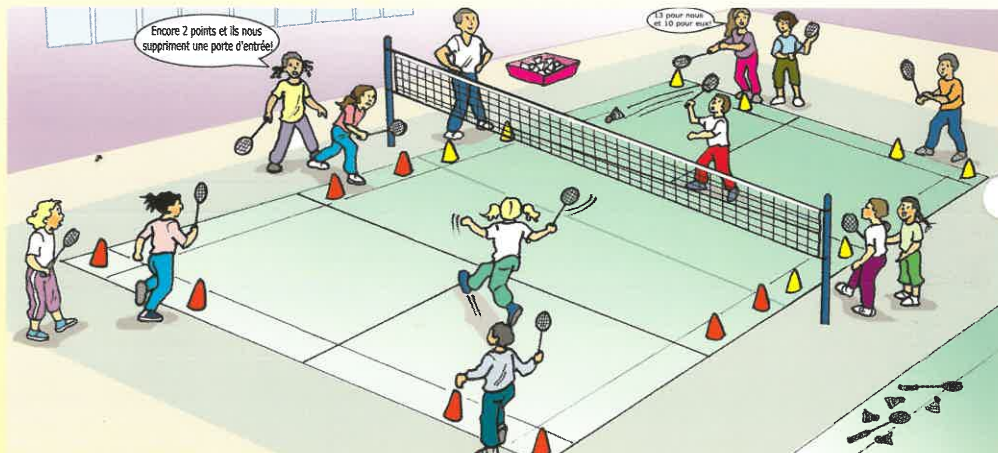
**Par groupes**, rechercher sur internet des éléments de la vie sportive d'un champion (résultats sportifs, club d'origine, etc.). Si une rencontre est prévue, préparer une affiche l'annonçant. Une fois l'entretien passé, produire un document résumant la carrière du sportif rencontré.

## Atout badminton

Jouer pour faire gagner son équipe.

### Matériel et sécurité

Un terrain de badminton (environ 13 x 6 m) avec un filet pour 6 à 12 joueurs ; 4 portes par demi-terrain sont matérialisées par des plots, 2 aux coins de la ligne de fond et 2 près du filet ; une raquette par enfant et un volant par espace de jeu.



### Préalables

Les enfants ont déjà pratiqué des jeux de raquettes et maîtrisent l'envoi, la frappe et la réception du volant. Ils connaissent également les règles de base du jeu.

### Organisation

C'est une situation de match adapté jusqu'à 15 points en tie-break avec 2 équipes de 3 à 6 joueurs (numérotés par ordre croissant) qui s'opposent et 1 arbitre.

### Consignes

**Les joueurs sont numérotés.** Le premier de chaque équipe entre en jeu par la porte de son choix ; il frappe une fois le volant et laisse la place au partenaire suivant qui entre à son tour par la porte de son choix. La première équipe qui arrive à 15 points obtient le droit de supprimer une porte dans le camp adverse ; son score redémarre à zéro tandis que les perdants conservent leurs points. La manche est terminée lorsqu'1 des 2 équipes n'a plus de portes et ne peut donc plus faire entrer de joueurs en jeu. L'ensemble des résultats sera répertorié sur un tableau à double entrée réalisé avec un logiciel adapté.

### Variantes

**Compter les points** par équipe, celle qui en a le moins est déclarée victorieuse du tournoi.

#### Pour une culture sportive...

C'est le Comité international olympique (CIO) qui détermine les sports retenus pour les Jeux olympiques. Ils doivent être organisés par une fédération internationale et pratiqués dans le monde entier. Mais cela n'est pas suffisant : malgré leur gigantisme, les Jeux olympiques ne peuvent accueillir toutes les pratiques.

L'athlétisme est présente depuis 1896 (Athènes) et le badminton entre officiellement au programme en 1992 (Barcelone). Ses épreuves sont au nombre de 5 (simple et double hommes et femmes, et double mixte).



7

## La frise chronologique

Établir une chronologie à partir des différents indices de lecture.

### Organisation et matériel

Chaque groupe dispose d'une grande bande de papier comportant les dates placées en ordre chronologique [- 776 av. J.-C ; + 393 après J.-C ; 1894 ; 1896 ; 1924 ; 1992 ; 1994 ; 2010 ; 2012] ; 9 pages A4 comportant des extraits de textes ou des reproductions de photos ; de la colle, une paire de ciseaux.

Plus rien après Théodore 1er !

Il faut attendre 1894, c'est donc P. de Coubertin.



### Observer

Les **Jeux olympiques** représentent un ensemble de compétitions sportives qui se déroulent tous les 4 ans ; on distingue les Jeux antiques des Jeux modernes. Observer et lire les différents documents pour identifier la période qu'ils décrivent.

### Agir

**Associer les dates** figurant sur la frise avec les documents correspondants. La mise en commun permet à tous de vérifier l'ordre chronologique établi par chaque groupe et est sujet à discussion.

### Produire

**Compléter la frise** en recherchant d'autres documents sur internet pour illustrer les événements, sports ou personnes emblématiques.

### Pour une culture de l'Olympisme...

Des **concours sportifs** étaient organisés à Olympie en Grèce. La première trace écrite date précisément de 776 avant J.-C. ! Ces Jeux avaient lieu au même endroit, tous les 4 ans. Cette période de 4 années a pris le nom d'« olympiade » et servait de système de datation : le temps ne se comptait pas en années, mais en olympiades.

### Pour relancer l'activité

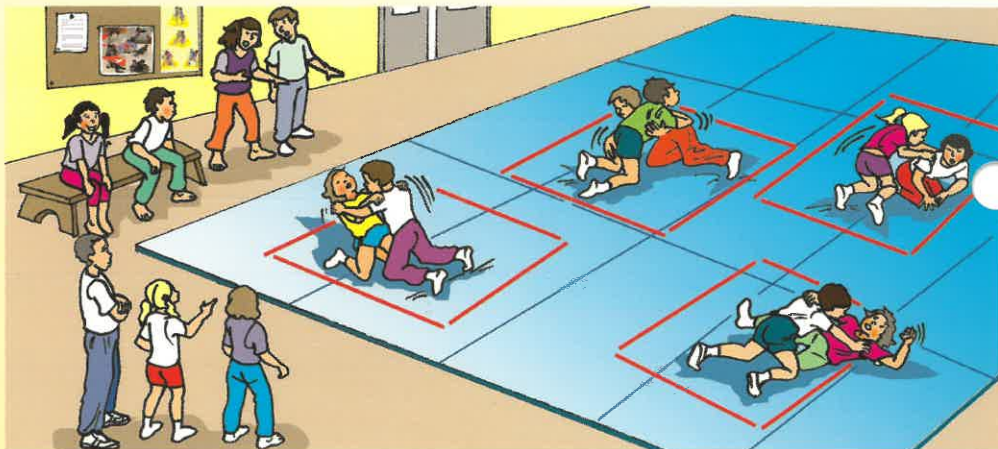
- Quelles sont les règles d'or à respecter dans les sports de combat ?
- Pourquoi les Jeux olympiques n'ont-ils pas eu lieu en 1916, 1940, 1944 ?
- En quelle année ont eu lieu les Jeux d'hiver suivant ceux de 1992 à Albertville ?

## Sur mon île

Accepter le contact, saisir, tirer, pousser, immobiliser.

### Matériel et sécurité

Des tapis sur lesquels une zone large d'environ 2 m est matérialisée par 2 bandes de couleur (l'île), au-delà de ces 2 limites, c'est la mer ; les enfants sont répartis en binômes de gabarit équivalent.



### Préalables

**Les premiers jeux** d'opposition permettent d'acquérir les règles de sécurité inhérentes aux activités d'opposition duelle : saisir uniquement son adversaire au niveau du buste et des bras ; la saisie à la tête et au cou est absolument proscrite ; ne pas faire mal.

### Organisation

**Proposer différents** jeux de lutte pour entrer dans l'activité, par exemple, la queue du chat ; à genoux ou assis, il faut se saisir du foulard accroché dans la ceinture de son adversaire sans sortir de la zone dans laquelle on se trouve.

### Consignes

- **Par 2, départ** en position à genoux, au signal saisir son adversaire, le tirer ou le pousser pour le faire tomber au-delà des limites symbolisant l'île.
- Dans un premier temps, nommer celui qui agit et celui qui résiste.
- A chaque manche, échanger les rôles.

### Variantes

- **Proposer le même jeu** sans nommer les rôles de chacun.
- Ajouter une contrainte, celui qui saisit ne peut gagner que s'il immobilise son adversaire au sol pendant 5 secondes.
- Reproduire les mêmes actions en variant les positions de départ pour progressivement apprendre à chuter.

### Pour une culture sportive...

La lutte, le pancrace et le pugilat étaient les 3 disciplines de combat des Jeux antiques. Il n'y avait pas de catégorie de poids ; le tirage au sort déterminait les binômes en opposition.

8

## Des images et des architectures

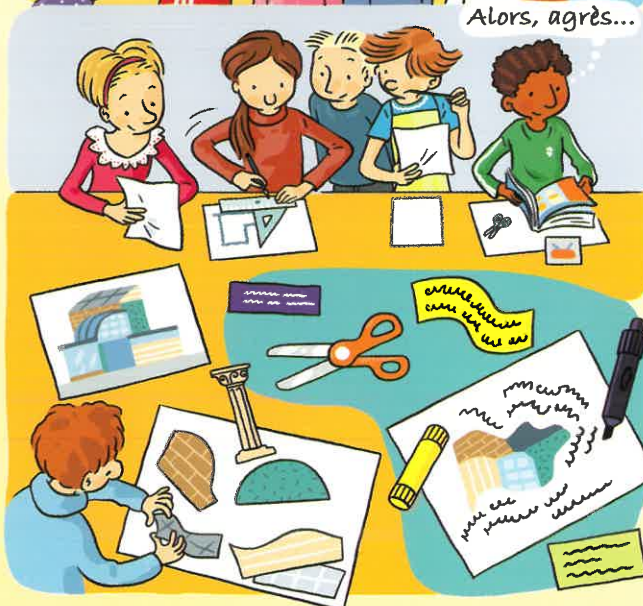
Comprendre un patrimoine architectural et créer.

### Organisation et matériel

Des photocopies de photos de bâtiments (stades, gymnases, piscines) ou d'objets (plongeurs, agrès, etc.) ; des compas, ciseaux, feutres, feuilles A3 colorées, magazines sportifs, de la colle.



Alors, agrès...



### Pour relancer l'activité

- Cite 3 activités artistiques au programme des Jeux olympiques.
- Quelles épreuves ont lieu sur la glace ?
- Quels sports utilisent un tremplin ?

### Pour une culture de l'Olympisme...

Les Jeux olympiques constituent le plus grand événement sportif moderne. Leur organisation nécessite des installations sportives différentes pour les Jeux d'été (piscine, stade) ou d'hiver (patinoire, piste de bobsleigh, tremplin de saut à ski).

### Observer

**Collectivement**, observer et trier les différentes photos (gymnase, piscine, stade). Echanger sur les formes de construction, les matériaux (structure en bois, métallique, en verre), les usages possibles. Puis agir de même avec les photos des objets.

### Agir

**Les enfants sont répartis** par groupes de 5 sur 3 thématiques (les stades, les piscines, les gymnases). Chaque groupe dispose d'une photo d'un bâtiment : il s'agit de le reproduire de façon schématique sur une feuille A3 ; le plan doit comporter la légende appropriée ainsi que les objets s'y rapportant (dessinés schématiquement ou découpés dans les magazines sportifs). Une mise en commun permet d'échanger et vérifier la pertinence des réalisations.

### Produire

**Travailler en ateliers.**

- Créer une architecture surréaliste : morceler l'image en fragments géométriques (tracer des cercles concentriques, des bandes verticales, etc.) et recomposer le puzzle dans un cadre rectangulaire en espaçant les pièces.
- Détourner la structure : à partir du plan schématique, se servir des lignes pour dessiner un pays, un paysage ; produire un calligramme en écrivant les paroles d'un hymne sur les contours du schéma.
- Insérer le bâtiment dans un paysage : imaginer dans quel pays se trouve le bâtiment et dessiner le paysage.

### Prolongements

- **Organiser une visite** d'un palais des sports, d'un stade nautique, d'un stade d'importance pour découvrir l'ampleur de l'enceinte, ses coulisses, etc.
- Rencontrer un stadier pour connaître son rôle dans l'organisation des grands événements accueillant du public.

## Sensations et émotions

S'exprimer corporellement et prendre des repères spatiaux.

### Matériel et sécurité

Diviser l'espace en 2 parties par une ligne matérialisée par des plots, l'une symbolise la maison des ours, l'autre celle des plumes. Les enfants agissent pieds nus ou en chaussons de rythmique. Un support musical.



### Préalables

Les enfants ont visionné des spectacles de danse classique et contemporaine et ont exprimé leurs impressions, échangé sur les différentes gestuelles et la musique. Lorsqu'ils pratiquent eux-mêmes la danse, ils ont fait part de leur expérience.

### Organisation

Dans une première phase d'exploration, chaque élève évolue librement d'un espace à l'autre. Proposer ensuite un temps de formulation pour échanger et mettre en commun toutes les postures et gestuelles produites. S'essayer de nouveau en enrichissant ses actions à partir du référentiel commun et en imposant d'alterner travail au sol et debout dans chacune des maisons. Une deuxième phase permettra de débiter la construction chorégraphique : par 2, l'un forme une bulle avec son corps dans laquelle le partenaire doit pouvoir entrer tout en respectant les consignes d'actions liées à chaque espace.

### Consignes

Se déplacer, pendant toute la séquence musicale, sans arrêt, d'une maison à l'autre en traduisant dans chacune l'état correspondant : lourd, large, etc., léger, fin, etc. Débuter son action au son de la musique et finir lorsqu'elle s'arrête.

### Variantes

- Seul, travailler les oppositions (petit-grand, pointu-rond, etc.) ; donner un tissu fluide à l'enfant pour amplifier le mouvement ou un tissu mou sur lequel il agit et amplifie la forme.
- À 2, changer de partenaire en encourageant la mixité des duos ; puis choisir un partenaire et déterminer 3 formes de bulle.

### Pour une culture sportive...

La danse est une activité physique et corporelle exigeante. Pourtant, elle n'est pas considérée comme un sport, car les idées de compétition ou de classement lui sont étrangères.

Les danseurs cherchent, avant tout, à créer une émotion, un échange avec le spectateur.

D'autres activités artistiques (gymnastique rythmique, natation synchronisée, patinage artistique) ont leur place dans les compétitions olympiques et leurs pratiquants utilisent fréquemment la danse dans leur préparation.

9

## Tous différents

Découvrir d'autres langages et apprécier les différences.

### Organisation et matériel

Des ouvrages et documents adaptés à différentes formes de handicap : textes en braille, en relief, etc. Les répertoires en Langue des signes française réalisés par l'USEP.

Des formes en plastique, petits sacs, crayons, papiers.



### Observer

**Découvrir** le fonctionnement du braille en repérant la disposition des points sur différents supports comme le dictionnaire des touchers et des formes.

### Agir

**Par groupes** de 4 élèves, 3 enfants ont les yeux bandés et le 4<sup>e</sup> place dans leurs mains un objet ou une forme (morceau de puzzle, forme de poisson, carte en relief). Chacun doit émettre une hypothèse qu'il indique sur une feuille de papier. Puis, l'objet étant caché dans le sac, ils confrontent leurs propositions et font un choix qu'ils justifient par, au moins, 2 arguments.

### Produire

- **Écrire** un petit texte en braille (son nom, son prénom, son sport préféré, etc.) à l'aide du support et le faire décoder à son camarade.
- Signer 1 ou 2 mots et les faire retrouver par un camarade dans le répertoire.

### Prolongements

- **Préparer et organiser** une rencontre avec un sportif handisport.

#### Pour relancer l'activité

- Quelles qualités doit avoir le guide d'un coureur aveugle ?
- Comment est guidé le skieur non-voyant ?
- Quelle est la caractéristique du ballon de la boccia ?

#### Pour une culture de l'Olympisme...

La première édition des Jeux paralympiques d'été a eu lieu à Rome en 1960, celle d'hiver s'est tenue à Örnköldsvik en Suède en 1976. Depuis 1998, les Jeux paralympiques se déroulent dans la même ville que les Jeux olympiques. L'organisation en est confiée au Comité paralympique international (IPC). Certaines disciplines sont identiques, d'autres spécifiques comme la boccia, le goal-ball, le football à 5 ou à 7.

## La course des partenaires

Effectuer un parcours les yeux bandés.

### Matériel et sécurité

Des foulards, des plots, un chronomètre.



### Préalables

**Regarder une vidéo** de course athlétique réalisée par un athlète non-voyant et son guide. Rechercher les modes de communication qui leur permettent de coordonner leurs actions.

### Organisation

**Les enfants sont répartis** en binôme, un voyant et un qui a les yeux bandés ; plusieurs parcours progressifs, d'abord sans obstacle, puis avec, sont aménagés.

### Consignes

**Pour le voyant**, conduire son partenaire par la main et en le guidant avec la voix de manière à effectuer le parcours le plus rapidement possible. Progressivement, augmenter l'allure en coordonnant son action (bruit, repère sonore, voix). Le circuit est chronométré : si un obstacle est touché, 3 secondes de pénalité sont comptabilisées, s'il est renversé, ce sont 5 secondes qui sont ajoutées.

### Variantes

- **Placer le guide à l'extérieur** du parcours.
- Relier les partenaires avec une cordelette.
- Proposer des courses où les points sont comptabilisés par équipe.
- Organiser des courses en relais.

### Pour une culture sportive...

**Handicapé ou valide**, faire du sport est un moyen d'aller vers les autres et de s'intégrer. Dans un souci d'équité, une classification des athlètes participants aux Jeux paralympiques est effectuée par des médecins chargés d'évaluer l'impact de l'infirmité sur le sport afin de garantir que ceux concourant dans une même catégorie ont des aptitudes fonctionnelles identiques (mouvements, coordination et équilibre). 1100 sportifs ont participé aux Jeux paralympiques de Turin (2006) et 4500 à ceux de Pékin (2008). 20 sports figuraient au programme des Jeux paralympiques d'été de 2008 : athlétisme, aviron, basket-ball, boccia, cyclisme (route et piste), dynamophilie, équitation, escrime, football 5 et 7, goalball, judo, natation, rugby, tennis, tennis de table, tir, tir à l'arc, voile, volley-ball.

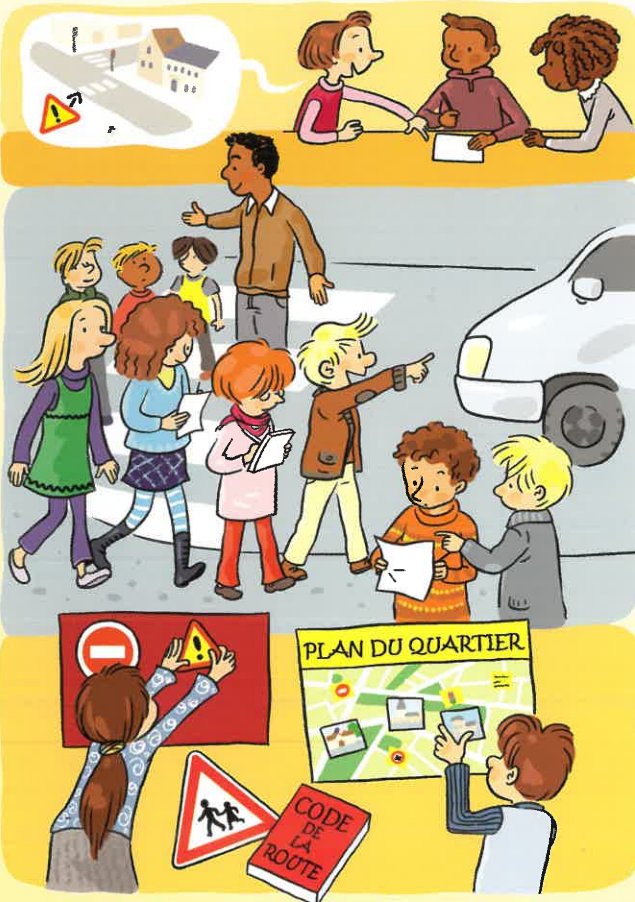
10

## Cycliste autonome et responsable

Connaître les principales règles liées à la sécurité routière.

### Organisation et matériel

Divers documents pédagogiques : « La sortie à vélos » (PMAif/USEP), « Les Inséparables » (DVD PMAif), « Les clefs de la signalisation routière, Top trajet » (PMAif), le document APER (MEN), la Revue EPS 1, « La sécurité routière à l'école », etc.



### Pour une culture de l'Olympisme...

Qu'elle soit individuelle ou collective, la pratique sportive requiert le respect de règles inhérentes à la discipline mais également sociales mettant en jeu la coopération, la solidarité, le respect de soi et d'autrui. Toutes les règles sont regroupées dans un document, la Charte olympique. Lors de la cérémonie d'ouverture, le serment olympique est prononcé par un athlète du pays hôte et par un officiel qui réaffirme l'engagement de tous au respect des règles de la Charte olympique.

### Observer

À partir d'un document vidéo, proposé à l'ensemble du groupe, mettre en place un temps d'expression pour amener les enfants à lister les différentes fautes commises par les élèves sur le trajet maison/école et y apporter des réponses concrètes d'attitudes responsables à produire.

### Agir

Par groupes de 2 ou 3 enfants, répertorier l'ensemble des dangers rencontrés sur le trajet de la maison jusqu'à l'école ou au centre de loisirs (carrefour, vitesse de circulation, présence ou non de trottoirs...). À partir de la fiche d'observation, élaborer une affiche collective, puis sortir pour constater les dangers réels (à pied, à vélo, en bus). Lister et dessiner les panneaux rencontrés.

### Produire

Par groupes de 2 ou 3 élèves, réaliser un plan d'aménagement qui faciliterait la sécurité des cyclistes ou des piétons en tenant compte de la circulation des autres véhicules. Figurer les panneaux facilitant la sécurité routière. Confronter les propositions.

### Prolongements

Élaborer une production commune qui pourrait servir de base de travail lors du Conseil municipal des enfants.

### Pour relancer l'activité

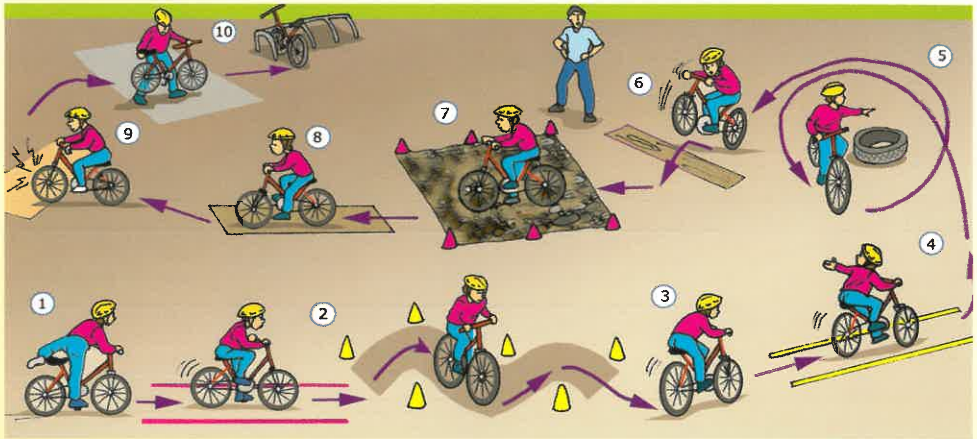
- En quelle année les premières compétitions cyclistes ont-elles fait leur apparition aux Jeux olympiques ?
- Quelles sont les différentes compétitions cyclistes organisées dans le cadre des Jeux olympiques ?
- Dans quels lieux se déroulent-elles ?

## Le parcours cycliste

Conduire son vélo en toute sécurité.

### Matériel et sécurité

Dans la cour de récréation ou sur le plateau d'EPS, pour un groupe de 20 à 25 enfants, aménager 3 ou 4 circuits comportant soit la totalité ou une sélection de 3 ou 4 ateliers ; l'espace entre chaque atelier sera à moduler en fonction des niveaux d'apprentissage des enfants.



### Préalables

Les enfants ont vécu des séances « vélo » grâce auxquelles ils ont pu acquérir l'équilibre et la maîtrise du pilotage.

### Organisation

Les enfants forment des équipes de 2 avec un vélo ; avant de se lancer sur le circuit, chaque binôme vérifie la bonne mécanique du vélo (freins, pédales, direction...) et règle le casque. Passer 5 fois sur chaque circuit. Pour éviter des collisions entre les cyclistes, laisser un espace d'au moins 5 m entre chaque vélo. Progressivement, augmenter la vitesse de déplacement sans faire tomber le matériel mis en place, et en respectant l'espace de sécurité entre les cyclistes.

### Consignes

1. Prendre son élan et monter sur le vélo en trottinette.
2. Passer dans l'entonnoir et enchaîner un slalom entre les lignes.
3. Faire du sur place pendant 4 secondes.
4. Rouler droit dans la zone, tête tournée à gauche vers l'arrière en lâchant la main gauche.
5. Effectuer un tour complet du giratoire en lâchant toujours la main gauche.
6. Franchir la planche sans toucher avec la roue avant.
7. Traverser la zone de terrain accidenté debout sur les pédales.
8. Rouler sur la planche.
9. S'arrêter roue avant dans la zone.
10. Franchir la zone d'arrivée en portant le vélo et le reposer après.

### Variantes

- Modifier la place des ateliers sur le circuit, le sens de rotation.
- Réaliser le circuit en se suivant (contrôler sa vitesse par rapport à celui qui précède).
- Faire croiser 2 circuits pour tenir compte de la circulation plus intense d'autres véhicules (apprentissage de la route).
- Moduler le développement (changement de pignon, de plateau).

### Pour une culture sportive...

Depuis les Jeux olympiques de Pékin (2008), le BMX a fait son apparition dans le programme des épreuves. Il rejoint ainsi le VTT, le cyclisme sur route et sur piste.



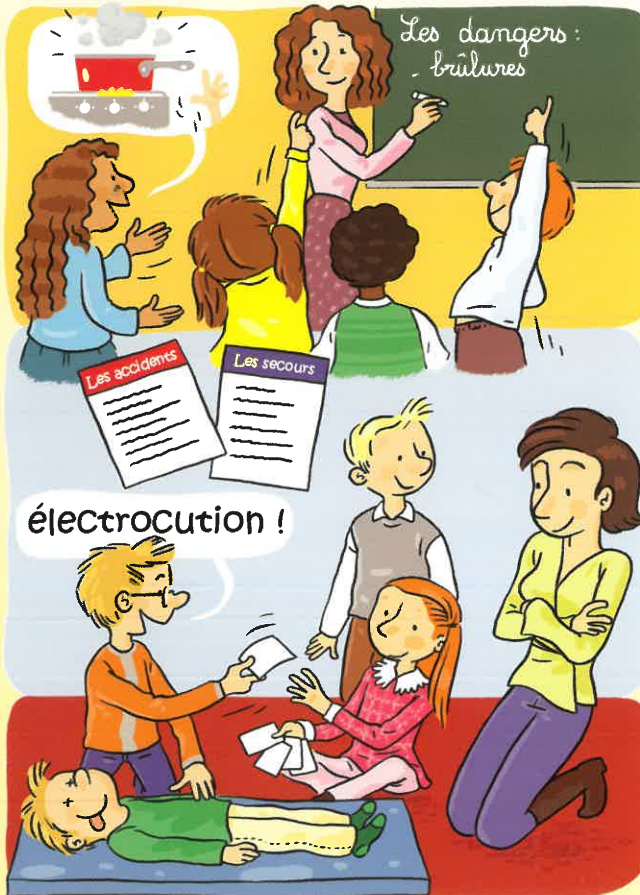
11

## Les premiers gestes de secours

Connaître les principales règles et gestes de mise en sécurité.

### Organisation et matériel

2 types de fiches : celles comportant des scènes dangereuses de la vie quotidienne et celles illustrant les gestes de premiers secours. Les enfants sont répartis par groupes de 4-5 avec chacun les 2 séries de fiches.



### Pour relancer l'activité

- Quels sont les 3 numéros d'urgence qu'il faut connaître ?
- Quelles sont les informations indispensables du message d'alerte ?
- Que faut-il demander avant de raccrocher ?

### Pour une culture de l'Olympisme...

La pratique d'un sport de haut niveau basée sur le dépassement de soi implique un mode de vie réglé par les entraînements et une hygiène de vie rigoureuse. Il est important que l'athlète bénéficie de conditions d'entraînement adaptées et qu'il soit bien encadré dans sa pratique et sa vie quotidienne. La prise en compte de ces paramètres protégeront le sportif : le code antidopage doit être respecté par tous.

### Observer

**Dans un premier temps**, observer les fiches comportant les scènes dangereuses et accidents possibles. Faire analyser les différentes situations et établir un protocole d'actions à mettre en œuvre en cas d'incident ou d'accident :

- Prévenir : évaluer pour soi, pour les autres, les risques de la vie quotidienne ; connaître les mesures de prévention à prendre.
- Protéger : reconnaître et analyser une situation d'urgence ; mettre en œuvre une protection adaptée à la situation.
- Alerter : connaître les numéros d'urgence et passer un message d'alerte structuré.
- Secourir : connaître quelques gestes de premiers secours.

### Agir

**Toujours par groupe**, avec les fiches comportant les schémas des gestes à produire ; chacun son tour, tirer une carte et s'essayer à réaliser le geste indiqué ; faire valider son action par un groupe pair ou l'adulte.

### Produire

**Elaborer 2 affiches**, une qui décline le protocole de mise en sécurité étape par étape et une qui présente les différents cas d'accidents possibles associés aux gestes précis à réaliser :

- une plaie simple : nettoyer et protéger ;
- une brûlure : refroidir sous l'eau ;
- un étouffement : mettre des claques dans le dos ;
- une plaie grave au thorax : mettre au repos et alerter ;
- un malaise : mettre au repos et alerter ;
- une chute : immobiliser la victime et alerter ;
- une hémorragie : appuyer, allonger, alerter.

### Prolongements

**Produire un affichage** informatif adapté aux lieux (la cour, la piscine, le gymnase).

## La course aux balises

Se déplacer en s'adaptant à l'environnement et en coopérant.

### Matériel et sécurité

Plusieurs espaces d'action sont possibles : de l'espace familier élargi à l'espace inconnu plus vaste ; un plan ou une carte par équipe avec la position des balises, leur nombre doit être supérieur au nombre d'enfants ; des jeux de cartes à placer sur les balises ; un support rigide et des crayons pour répondre aux questions ; une feuille de route par équipe ; une fiche récapitulative de suivi des groupes ; un carnet pour noter les réponses.



### Préalables

**Avoir travaillé** un module d'apprentissage « Apprendre à Porter Secours » (cf. B.O. n°33 du 14 septembre 2006 B.O. n°46 du 11 décembre 2003) ; dans des séances précédentes les enfants se sont confrontés au déplacement avec lecture de plan.

### Consignes

**Trouver la balise** inscrite sur sa feuille de route et matérialisée sur le plan (ou carte). Une fois la balise repérée, étudier collectivement la situation représentée puis compléter le livret de réponses en répondant aux questions posées ou effectuer le geste approprié. Revenir au poste central pour, après validation par l'adulte des réponses données ou gestes effectués, découvrir la balise suivante à rechercher. Il s'agit de choisir l'itinéraire le plus judicieux pour atteindre les balises.

### Organisation

**Les enfants** sont répartis en équipes de 3. Selon les repères choisis pour poser les balises, le jeu sera plus ou moins complexe : un premier niveau consiste à poser les balises près d'éléments remarquables (chemins, carrefours, abri ONF, ...) ; pour complexifier la tâche, une fois au point indiqué sur le plan ou la carte, la borne non-visible directement sera retrouvée à partir d'une photo (envisager le point de vue du photographe).

### Variantes

**Le parcours papillon** : il s'agit, par groupes de 2 ou 3, de trouver 2 ou 3 balises (placées en triangle) avant de revenir au poste central. Les enfants se déplacent librement et de façon autonome dans un milieu sécurisé, un parc par exemple.

#### Pour une culture sportive...

La course d'orientation n'est pas une discipline olympique ; cependant de nombreux sports comme le biathlon (Jeux olympiques d'hiver), le triathlon (Jeux olympiques d'été) nécessitent des capacités de déplacement en milieu naturel. De même le tir à l'arc, le VTT, l'équitation, le canoë-kayak comportent des épreuves qui exigent que le sportif s'adapte et respecte un terrain naturel inconnu.

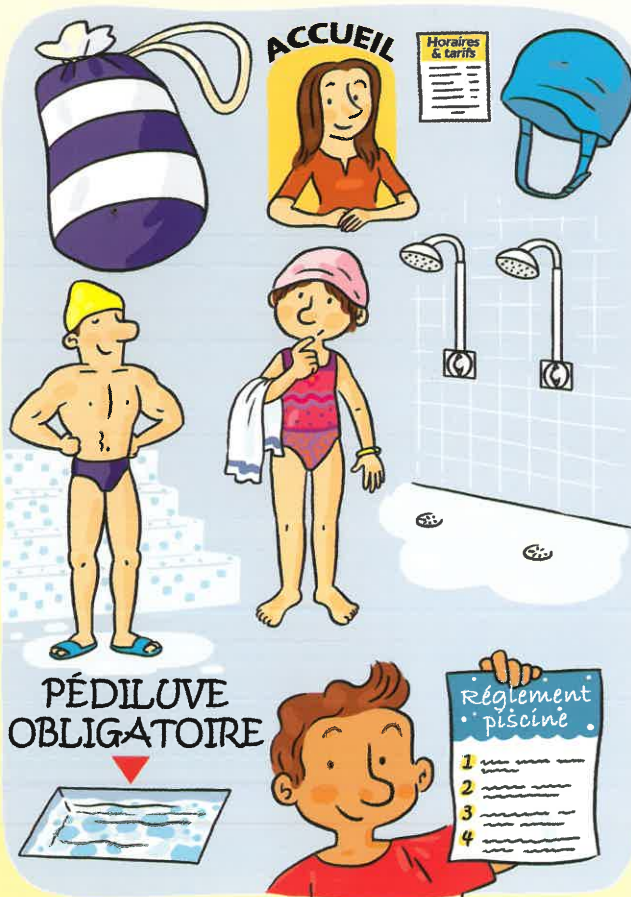
12

## Pour aller à la piscine

Connaître et appliquer des règles d'hygiène.

### Organisation et matériel

Du papier, des crayons et un appareil photo.



## Observer

**A partir d'un questionnement** « quelles sont les règles à respecter et les actions à réaliser lorsqu'on va à la piscine », les enfants énoncent leurs connaissances : ranger ses affaires dans le vestiaire, passer à la douche, ne pas courir au bord du bassin, ne pas entrer dans l'eau tant que l'adulte ne m'y a pas invité, regarder avant de sauter dans l'eau, porter un bonnet de bain, sécher ses cheveux, etc. Les premiers échanges permettent de distinguer ce qui relève de l'hygiène ou de la sécurité, et les enfants justifient leur choix.

## Agir

**Une visite à la piscine** est l'occasion de rencontrer les personnels qui y travaillent et découvrir leur rôle. Reformuler les connaissances en terme de règle (ce que l'on doit faire) et d'interdit, et les associer aux différents lieux (accueil, vestiaire, douche, pédiluve, bassin, gradins, etc.). Reprendre les premiers énoncés en distinguant ce qui relève de l'hygiène (la mienne, celle des autres) ou de la sécurité. Améliorer les formulations (verbes d'action) et les illustrer (dessins ou photos réalisés lors de la visite).

## Produire

**Élaborer** un règlement (énonçant ce qui est interdit ou permis) ou un code de bonne conduite (recommandations justifiées) à destination des familles ou d'un autre groupe. Distinguer 3 temps : avant la séance (préparation, composition du sac), pendant (déroulement des actions) ou après (rhabillage, collation, déplacement) pour produire un livret du nageur. Réaliser des jeux de questions (Vrai/faux) à destination d'autres classes pour reformuler ses connaissances d'une façon ludique.

### Pour une culture de l'Olympisme...

**Aux Jeux antiques**, l'athlète s'enduisait le corps d'huile d'olive et le saupoudrait de sable pour se protéger du soleil, réguler sa température et... amortir les coups de bâtons de l'entraîneur ! La pratique sportive nécessite une hygiène de vie : gérer et entretenir son matériel, respecter les lieux, organiser son entraînement pour ne pas mettre son corps en danger sont indispensables. La pratique organisée (club sportif, suivi médical, etc.) est également un élément qui aide le sportif à s'exprimer et se préserver.

### Pour relancer l'activité

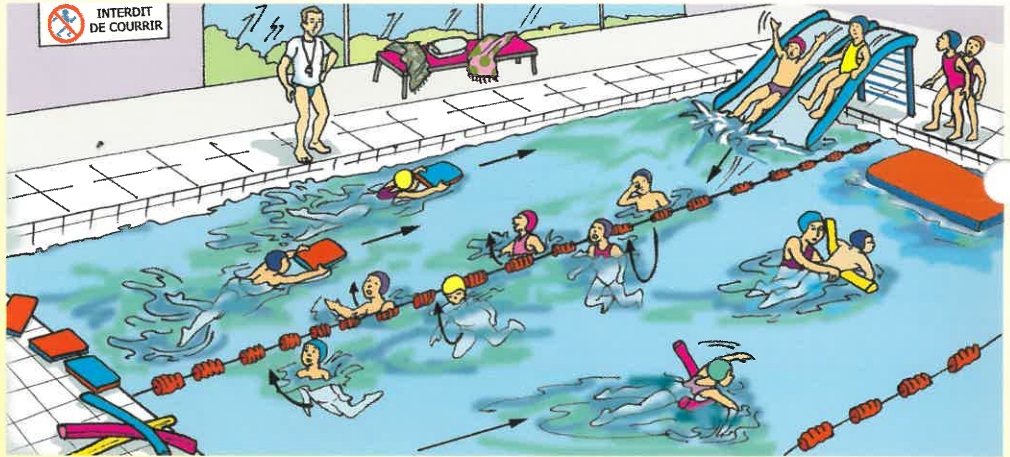
- Quels sports olympiques se déroulent dans une piscine ?
- Pourquoi certains nageurs utilisent-ils une combinaison ?
- Compare les records d'athlètes et de nageurs sur une même distance.

## La parcours aquatique

Réaliser un enchaînement d'actions.

### Matériel et sécurité

La pratique d'activités aquatiques nécessite la participation d'intervenants qualifiés et agréés. La composition des groupes d'enfants et l'organisation choisie doivent tenir compte des expériences acquises. Le déroulement de l'activité doit permettre que tous les enfants soient sous le regard d'un adulte responsable.



### Préalables

**Les conditions** de surveillance et d'enseignement de la natation varient selon les types d'organisation (temps scolaire, centres de loisirs, etc.) : elles doivent être connues et mises en œuvre par les adultes présents lors de l'activité.

### Organisation

**Un parcours** est aménagé comportant :

- une entrée dans l'eau (par un toboggan, un bigliss, un tapis posé au bord) permettant de réaliser une coulée jusqu'à la ligne d'eau ;
- un déplacement le long de la ligne d'eau que l'on franchit successivement (immersions rapides) ;
- un déplacement avec un appui (planche) pour favoriser la propulsion de jambes ;
- un déplacement court, avec une aide (frite) combinant bras et jambes après une poussée contre le mur.

### Consignes

**Pour faciliter** le déroulement de la séance et favoriser l'activité de tous, le groupe est réparti sur les 4 ateliers où les enfants découvrent et répètent plusieurs essais pour acquérir une maîtrise suffisante. Ils recherchent l'allongement du corps, l'équilibre horizontal, pour faciliter le déplacement et la glisse. Puis ils réalisent le parcours en enchaînant les actions.

### Variantes

- Réaliser le parcours à 4, chacun n'effectuant qu'un élément, mais en changeant les rôles.
- Remplacer les frites et planches par des pull-buoys ou ceintures, etc.
- Effectuer le parcours à 2, l'un à côté de l'autre, en s'entraîdant ou en se défiant.

### Pour une culture sportive...

En 1860, M. Guillaume architecte à Paris expose les bienfaits qu'aurait la création de lavoirs et bains publics gratuits. L'entrée de la piscine donne alors droit au linge (caleçon et serviette) et après une toilette complète, on peut se plonger dans le « bain de natation » avant de poursuivre son activité dans le gymnase attenant. Il faudra attendre les années 1920 pour que les piscines soient créées dans le but de pratiquer la natation sportive.

13

## Les besoins de mon corps

Apprendre à s'alimenter correctement en vue d'une randonnée pédestre.

### Organisation et matériel

Les élèves sont par groupes de 3 ou 4 durant toute la séance ; des affiches pour les exposés des groupes ; un tableau avec les apports énergétiques de différents aliments.



### Pour une culture de l'Olympe...

Lors des Jeux antiques, la tricherie était punie et les athlètes malhonnêtes (non-respect du serment et utilisation de moyens interdits) payaient des amendes. Avec cet argent ont faisait ériger, sur le chemin du stade, des statues de Zeus, appelées les Zanes, sur lesquelles étaient inscrits les noms des tricheurs.

### Pour relancer l'activité

- Comment s'alimente le coureur pendant l'épreuve de marathon ?
- Quel est l'équipement du skieur de fond ou de biathlon ?
- Que fait l'athlète avant de participer à son épreuve ?

### Observer

**La question** « Quels aliments privilégier la veille d'une randonnée pour avoir assez d'énergie ? » déclenche le travail de recherche et d'expérimentation. Faire émettre des hypothèses notées sur une affiche ; les propositions sont expliquées aux camarades. Cette phase d'échanges permet de consolider les notions déjà abordées (connaître les groupes alimentaires, savoir composer un menu équilibré, connaître le rôle des lipides, protides et glucides).

### Agir

**Analyser** un tableau présentant les apports énergétiques de différents aliments ainsi que leur teneur en lipides, protides et glucides. Rappeler que ce sont les glucides qui, dans un premier temps, apportent l'énergie nécessaire à nos muscles (ils sont ensuite relayés par les lipides lorsque les réserves de glucides sont épuisées).

### Produire

**Réaliser** un menu qui permettra d'avoir assez d'énergie lors d'une randonnée (effort peu intense mais long) : il doit être équilibré et comporter des aliments à haute teneur glucidique (pour le plat principal notamment).

### Prolongements

- Étudier le rôle de l'eau (refroidissement du corps, élimination des déchets...).
- Des ressources documentaires sont consultables sur [www.ign.fr](http://www.ign.fr) et [www.eduscol.education.fr/nutrition](http://www.eduscol.education.fr/nutrition).
- Expliquer ce qu'est le dopage ainsi que ses conséquences.

## La rando collective

Parcourir 14 km en restant groupés.

### Matériel et sécurité

L'équipement individuel est vérifié avant le départ. L'encadrement des groupes (nombre et qualification) correspond à la réglementation. Le parcours est repéré au préalable.



### Préalables

**Les enfants ont vécu** plusieurs séances pour progressivement marcher longtemps, apprendre à lire un plan. Ils se sont préparés à la randonnée (connaissance du matériel, composition du sac, etc.).

### Organisation

**Les enfants sont équipés** d'un matériel approprié (chaussures, sac à dos, casquette, crème solaire...) qui a été listé au préalable. Ils possèdent une carte IGN avec le parcours de la randonnée (découvert à l'école). Si l'encadrement le permet, faire des groupes « d'allure ».

### Consignes

- **Reconnaître le parcours** de la randonnée à réaliser sur la carte.
- Adapter la vitesse de marche à la difficulté du terrain.
- Essayer d'avoir une allure régulière notamment dans les montées.
- Ne pas partir trop vite pour terminer la randonnée qui est longue.

### Variantes

- **Préparer une nouvelle** randonnée en autonomie (lecture de carte avec les courbes de niveau, identifier les principaux symboles de la carte...) d'une difficulté supérieure (distance, dénivelée).
- Inviter une classe à une rencontre qui s'effectue à mi-parcours.

### Pour une culture sportive...

La commission médicale du CIO soutient la recherche sur les sciences du sport. Parallèlement, le CNOSF propose une malette santé. Toutes les fédérations sportives ont également une commission médicale, et les sportifs de haut niveau bénéficient d'un encadrement médical tout au long de leur parcours (médecins, kinésithérapeute...).

14

## À la découverte de l'environnement

Naviguer pour découvrir l'environnement.

### Organisation et matériel

Des livres documentaires (flore, faune, etc.), des appareils photos jetables, du matériel pour les relevés (bouchon, thermomètre, bouteilles lestées, cordelettes étalonnées par des nœuds, etc.).



### Pour une culture de l'Olympisme...

Le Comité international olympique confie l'organisation des Jeux à une ville qui a défendu sa candidature à partir d'un dossier technique exigeant. La qualité des installations sportives n'est pas le seul critère : l'organisation du village olympique, les transports, les services médicaux, la mobilisation des volontaires, etc. sont déterminants. Les efforts pour limiter les déchets ou les nuisances, la qualité architecturale pour économiser l'énergie, le respect des règles de construction sont des arguments importants. Le comité d'organisation doit aussi prévoir la reconversion des sites après les épreuves.

### Observer

La pratique du canoë-kayak permet de réaliser des déplacements pour mener les observations sur différents lieux (berges, lit central, contre-courant). La démarche scientifique d'étude d'un environnement aquatique distingue 3 niveaux d'observation : aérienne (visuelle), de surface (avec des miroirs), subaquatique (par des prélèvements).

### Agir

Lorsque la maîtrise des déplacements est acquise, une séance peut être consacrée à la réalisation des observations qui auront été décidées préalablement.

### Produire

Compléter la fiche d'observation en indiquant :

- la date et l'heure des mesures ;
- le lieu d'observation (localisé sur un schéma ou un extrait de carte) ;
- la température de l'eau (en surface et à 1 m de profondeur) ;
- le sens et la vitesse du courant (déplacement d'un bouchon flottant en 1 min) ;
- les profondeurs en différents points pour dessiner une coupe du lit de la rivière.

### Prolongements

Choisir un thème de recherche et à l'aide des ouvrages documentaires, déterminer les relevés à effectuer :

- qualité de l'eau (dureté, nitrates, acidité, etc.) que l'on met en relation avec les valeurs de référence nécessaires pour le développement d'une vie aquatique ;
- observation de la faune (larves, vers de vase, pisidies, physes, ancyles, perles, etc.) et estimation de la pollution selon les groupes d'animaux les plus fréquents.

### Pour relancer l'activité

- Que signifient les termes amont et aval ?
- Quelles sont les conséquences de l'élévation de la température d'une rivière ?
- Quelles sont les différences entre un kayak et un canoë ?

## Le parcours de navigation

Se déplacer dans un environnement naturel en utilisant les techniques adaptées.

### Matériel et sécurité

La pratique des sports nautiques nécessite de respecter les règles d'organisation (choix du site de navigation et du matériel adapté) et d'encadrement (nombre, qualification) qui peuvent varier selon le contexte (scolaire, associatif, centres de loisirs).



### Préalables

Un test vérifiant les capacités à savoir nager, le port d'un gilet et d'un casque, etc. sont les premières règles à respecter. La première séance permet de découvrir le matériel (transporter, embarquer, débarquer) et les modalités de déplacement. Progressivement, l'enfant apprend les actions propulsives et trouve celles qui sont efficaces pour se diriger.

### Organisation

La répartition du groupe, le rôle des adultes (encadrement, aide aux enfants, sécurité) font l'objet d'une préparation rigoureuse et sont respectés tout au long de l'activité.

### Consignes

Réaliser un parcours comportant les étapes suivantes :

- embarquer depuis le ponton ;
- se déplacer en ligne jusqu'à la bouée jaune ;
- entre la bouée jaune et la rouge, dépasser le bateau précédent, puis se laisser dépasser à son tour (saut de mouton) ;
- effectuer 1/4 de tour et naviguer en arrière jusqu'à la bouée bleue ;
- repartir en avant pour atteindre l'île et se regrouper en épi, chaque enfant tenant l'embarcation voisine.

### Variantes

- Effectuer les déplacements à 2, en avançant côte à côte.
- Ajouter des contraintes (échanger sa pagaie lors du saut de mouton, débarquer sur l'île et changer d'embarcation avec son binôme, etc.).

### Pour une culture sportive...

Les origines du canoë (pagaie simple, position à genou) et du kayak (pagaie double, position assise) remontent à la nuit des temps : un canoë vieux de 6 000 ans a été découvert dans la tombe d'un roi Sumérien au bord de l'Euphrate et le kayak était le moyen de locomotion des peuples du Grand Nord.

C'est dans sa version « eaux calmes » (course en ligne de 500 ou 1000 m) qu'il apparaît en démonstration aux Jeux olympiques de Paris en 1924. Les épreuves en « eaux vives » consistent en un slalom de 20 à 25 portes sur un parcours de 300 m dans des eaux turbulentes. Aux Jeux olympiques d'Atlanta (1996), l'épreuve se déroula en milieu naturel, alors qu'habituellement il s'agit d'une rivière artificielle.