

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

CM2

*Produire une performance maximale,
mesurable à une échéance donnée*

Course d'orientation

Résumé :

La course d'orientation est une course individuelle en terrain varié, sur un parcours matérialisé par des postes que le concurrent doit découvrir par des cheminements de son choix, en se servant d'une carte, d'une boussole, en se repérant à l'aide de messages spécifiques. L'activité est constituée de course et d'orientation : il s'agit d'aller le plus vite possible, au risque de se perdre. L'analyse des 2 verbes d'action (courir et s'orienter) permet de dégager des axes de pratique intéressants au niveau scolaire.

COURS MOYEN - CYCLE 3	
Domaine 1 du socle	Les langages pour penser et communiquer
Sous-domaine du socle	Comprendre, s'exprimer en utilisant les langages des arts et du corps
EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE	COURSE D'ORIENTATION
	Adapter ses déplacements à des environnements variés

Rappel des programmes de 2015 (Ces éléments peuvent être rappelés dans la présentation de la séquence) :

Attendus de fin de cycle : (Programmes 2015) :

Réaliser, seul ou à plusieurs un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.

Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.

Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème.

Compétences travaillées pendant le cycle : (eduscol)

Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité dans un milieu plus ou moins connu.

Conduire un déplacement planifié en s'appuyant sur des éléments simples (*lignes directrices* simples, croisements, objets particuliers et *points remarquables*, sur l'échelle de la carte afin de trouver des *postes* proches du point de départ ou à *quelques points de décisions* de celui-ci).

Adapter son déplacement et sa motricité aux spécificités du milieu (obstacles, végétation, pluie, etc.).

Revenir au point de départ dans les délais en adaptant son projet de course et/ou en gérant son effort

Coopérer avec un partenaire et aider un camarade en difficulté

Gérer les outils de sa sécurité en autonomie (tableau de suivi, chronomètre).

Contributions au socle (en italique, la traduction pour l'EPS et ici la course d'orientation)

Compétence n°1, des langages pour penser et communiquer : Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps : adapter sa motricité aux obstacles du terrain, gérer sa course (choix de poste/vitesse de déplacement) pour pouvoir revenir au point de départ dans les délais

Compétence n°2, des méthodes et des outils pour apprendre : s'approprier par la pratique physique et sportive des méthodes et des outils pour apprendre : construire et s'approprier la légende pour faire le lien entre le terrain et la carte ; se représenter un lieu en observant le support puis vérifier la concordance avec ce qui est observé sur le terrain ; prendre des indices sur le terrain puis vérifier la concordance avec les éléments présents sur le support ; oser s'engager dans un parcours en adéquation avec son niveau de lecture de carte et du terrain

Compétence n°3, la formation de la personne et du citoyen : partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités : assumer des responsabilités, partager les choix et assurer différents rôles ; gérer les outils de sa sécurité en toute autonomie, gérer sa pratique en autonomie.