

Maternathlon



À l'USEP, l'athlé ça se vie !

Déroulé de la rencontre

Les classes sont partagées en deux groupes (de nombre d'élèves équivalents) qui vont tourner sur les jeux/défis à caractère athlétique. Ils vont rencontrer sur chaque défi un nouveau groupe issu d'une autre classe ou école. Le défi est aménagé pour que des tranches d'âge différentes puissent aussi se rencontrer.

Préparation

7 fiches présentant les modalités des 7 défis suivent ci-après afin de préparer les enfants. Seuls six jeux seront proposés le jour de la rencontre. Les enfants doivent connaître les jeux en amont de la rencontre. On retrouve les actions de base de l'athlétisme :

- COURIR vite sur une trajectoire → La Course à la Rencontre
- COURIR vite avec obstacles → Les Bottes de sept Lieux
- COURIR ensemble → Le Beret Collectif
- SAUTER loin → La Rivière aux Crocodiles
- SAUTER haut → Le vol des Oiseaux
- LANCER loin → Atteindre l'Oasis
- LANCER précis → Une Partie de Chasse

Matériel à prévoir pour la rencontre

Apporter soit un jeu de 30 chasubles monocolore, soit deux jeux de 15 chasubles de deux couleurs. Prévoir pour chaque groupe un sac contenant les bouteilles d'eau étiquetées au nom des enfants ou bien de grandes bouteilles collectives et des gobelets. Chaussures et tenue de sport pour les enfants et les accompagnateurs.

Encadrement

Les enseignant.es sont appelé.es à tenir un atelier, ils y reçoivent les groupes deux par deux pendant 15 minutes. Chaque groupe est encadré par des accompagnateurs adultes. Prévoir au moins deux accompagnateurs par groupe.

La Course à la Rencontre

Consigne :

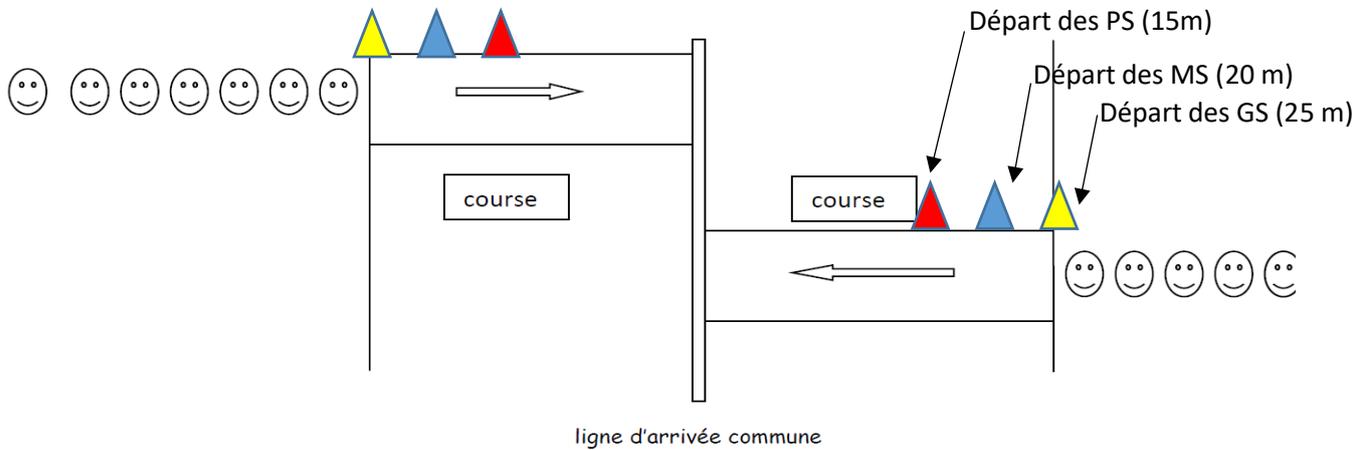
Courir jusqu'à la ligne d'arrivée

Compétences visées :

- Réaliser une action que l'on peut mesurer
- Réagir à un signal sonore et/ou visuel

Matériel :

- Marquage des deux départs et de la ligne d'arrivée (trois cordes), ainsi que des couloirs de courses.



L'élève qui arrive le premier rapporte un point à son équipe.

Une manche est terminée lorsque tous les membres de l'équipe sont passés (s'il n'y a pas le même nombre d'élèves, certains passent une deuxième fois du côté ou c'est nécessaire).

L'équipe gagnante est celle qui a le plus de points à la fin de la manche.

Décompte des points d'équipe par manche : 3 points pour l'équipe qui gagne, 1 point pour l'équipe qui perd et 2 points pour chaque équipe en cas d'égalité.

On peut faire plusieurs manches tant que le signal de fin de l'atelier n'a pas retenti. Si le signal est donné pendant une manche, celle-ci ne compte pas.

Les Bottes de sept Lieux

Consigne :

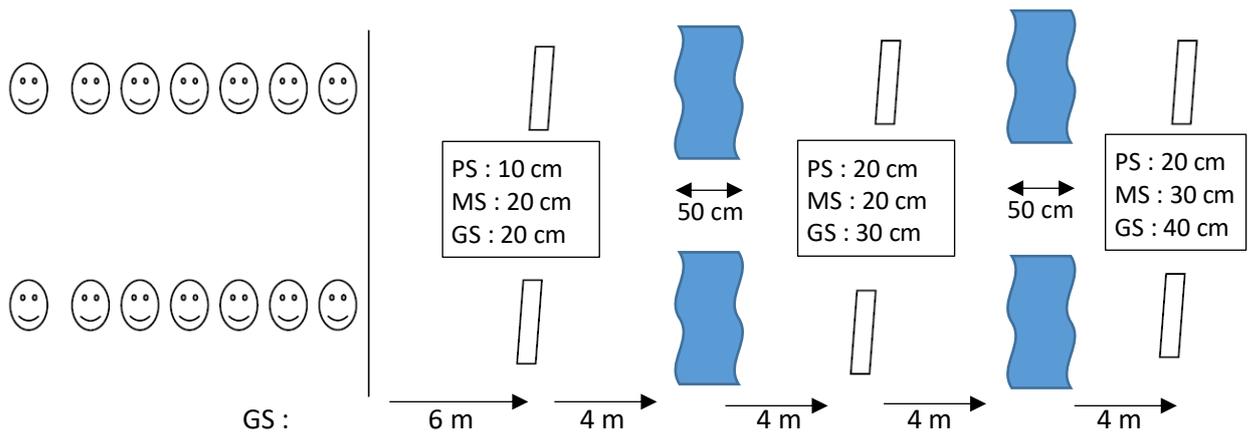
Sauter les trois haies (si possible). Courir jusqu'à la ligne d'arrivée en franchissant les obstacles sans ralentir.

Compétences visées :

- Réaliser une action que l'on peut mesurer
- Enchaîner des actions de course et de franchissement d'obstacles sans trop perdre de vitesse : coordination

Matériel :

- Marquage du départ
- 6 haies de tailles différentes (adaptables)
- 4 tapis ou autre pour marquer les rivières à enjamber.
- Dans la mesure du possible, il est intéressant de matérialiser le couloir de course.



La première haie sautée = 1 point. Les deux premières haies sautées = 2 points. Les trois haies sautées = 3 points. L'équipe gagnante est celle qui a le plus de points. Une manche est terminée lorsque tous les membres de l'équipe sont passés.

Décompte des points : 3 points pour l'équipe qui gagne, un point pour l'équipe qui perd et deux points pour chaque équipe en cas d'égalité. Les enfants peuvent passer plusieurs fois : on peut faire plusieurs manches.

Le Béret Collectif

Consigne :

Rapporter dans son camp le plus d'objets annoncés (ballons, foulards, anneaux, ...), ou de la couleur annoncée. Un seul objet à chaque transport.

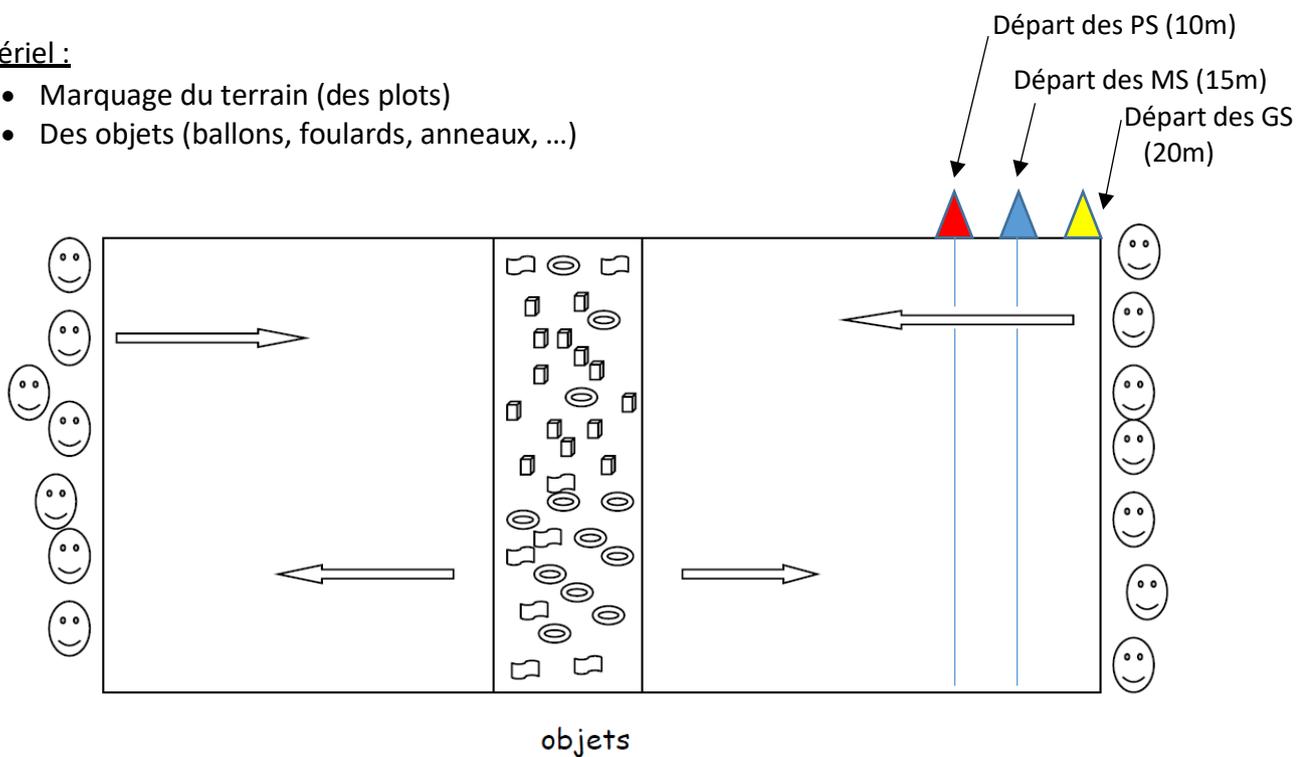
L'objet est déposé dans son camp et non lancé.

Compétences visées :

- Utiliser un répertoire d'actions élémentaires : courir, lancer, attraper, viser, ...
- Développer la coopération

Matériel :

- Marquage du terrain (des plots)
- Des objets (ballons, foulards, anneaux, ...)



L'équipe gagnante est celle qui a rapporté le plus d'objets dans son camp.

Décompte des points : 3 points pour l'équipe qui gagne, un point pour l'équipe qui perd et deux points pour chaque équipe en cas d'égalité.

Les enfants peuvent passer plusieurs fois : on peut faire plusieurs manches.

La manche est terminée lorsqu'il n'y a plus d'objets à rapporter.

La Rivière aux Crocodiles

Consigne :

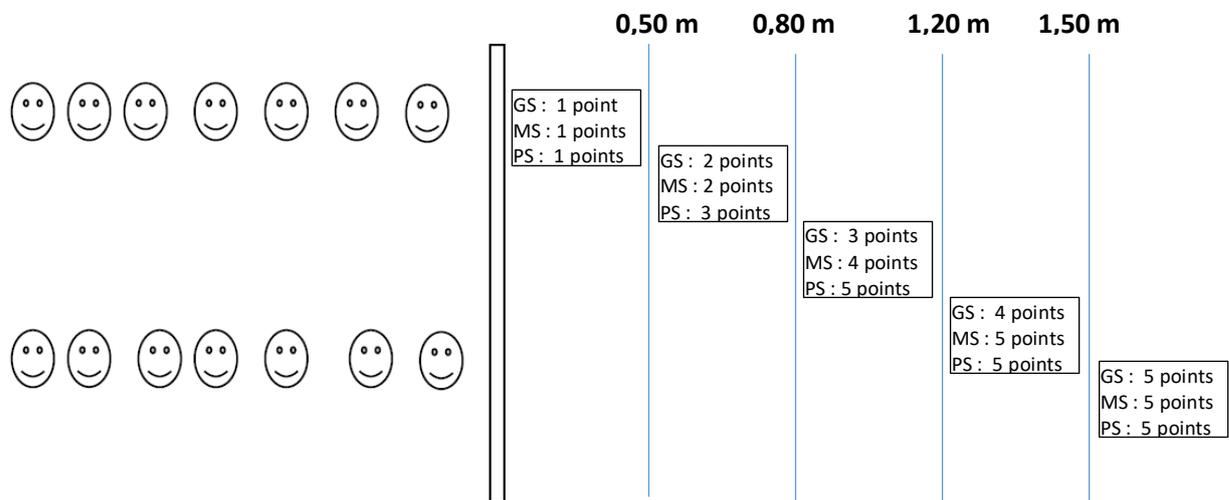
Sauter le plus loin possible. Respecter le signal de départ.

Compétences visées :

- Réaliser une action que l'on peut mesurer enchaîner une course et une impulsion (coordination)
- Détermination du pied d'appel

Matériel :

- Marquage du départ et des zones (quatre cordes)



Définir des distances adaptées aux enfants

L'équipe gagnante est celle qui a le plus de points.

Décompte des points : 3 points pour l'équipe qui gagne, un point pour l'équipe qui perd et deux points pour chaque équipe en cas d'égalité.

Les enfants peuvent passer plusieurs fois : on peut faire plusieurs manches. Une manche est terminée lorsque tous les membres de l'équipe sont passés.

Le Vol des Oiseaux

Consigne :

Sauter au-dessus de la barre sans la faire tomber. Si le saut est réussi, on passe à la hauteur supérieure. Si la barre tombe, on passe à la hauteur inférieure.

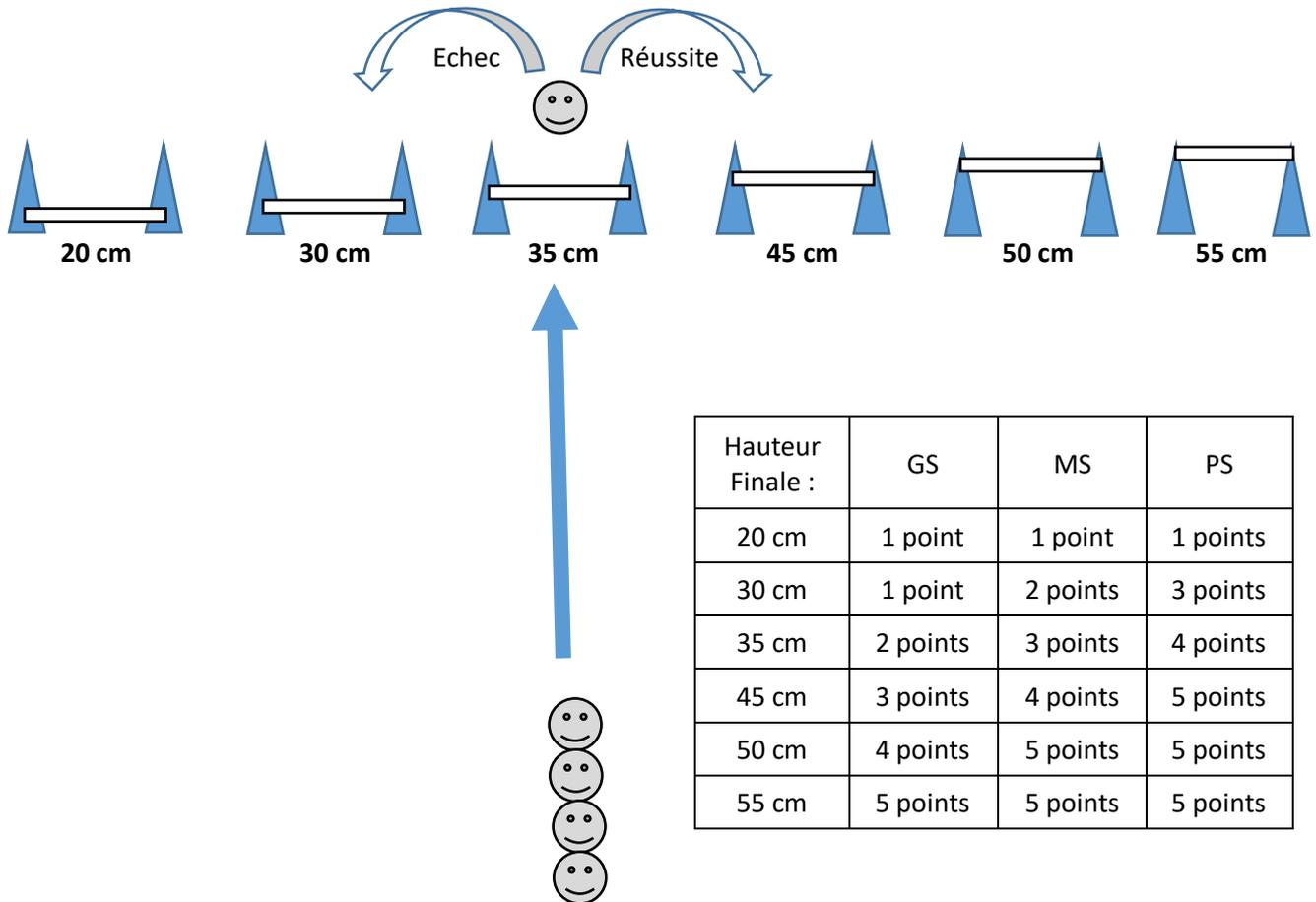
Tout le monde démarre au milieu, à 35 cm. Au bout de 5 série de sauts, on regarde où les élèves sont et on accorde le nombre de points correspondant.

Compétences visées :

- Réaliser une action que l'on peut mesurer
- Enchaîner une course et une impulsion (coordination)
- Détermination du pied d'appel

Matériel :

- Marquage du départ et des zones de saut (plots et barres)



Hauteur Finale :	GS	MS	PS
20 cm	1 point	1 point	1 points
30 cm	1 point	2 points	3 points
35 cm	2 points	3 points	4 points
45 cm	3 points	4 points	5 points
50 cm	4 points	5 points	5 points
55 cm	5 points	5 points	5 points

L'équipe gagnante est celle qui a le plus de points.

Décompte des points : 3 points pour l'équipe qui gagne, un point pour l'équipe qui perd et deux points pour chaque équipe en cas d'égalité.

Les enfants peuvent passer plusieurs fois : on peut faire plusieurs manches. Une manche est terminée lorsque tous les membres de l'équipe sont passés.

Atteindre l'Oasis

Consigne :

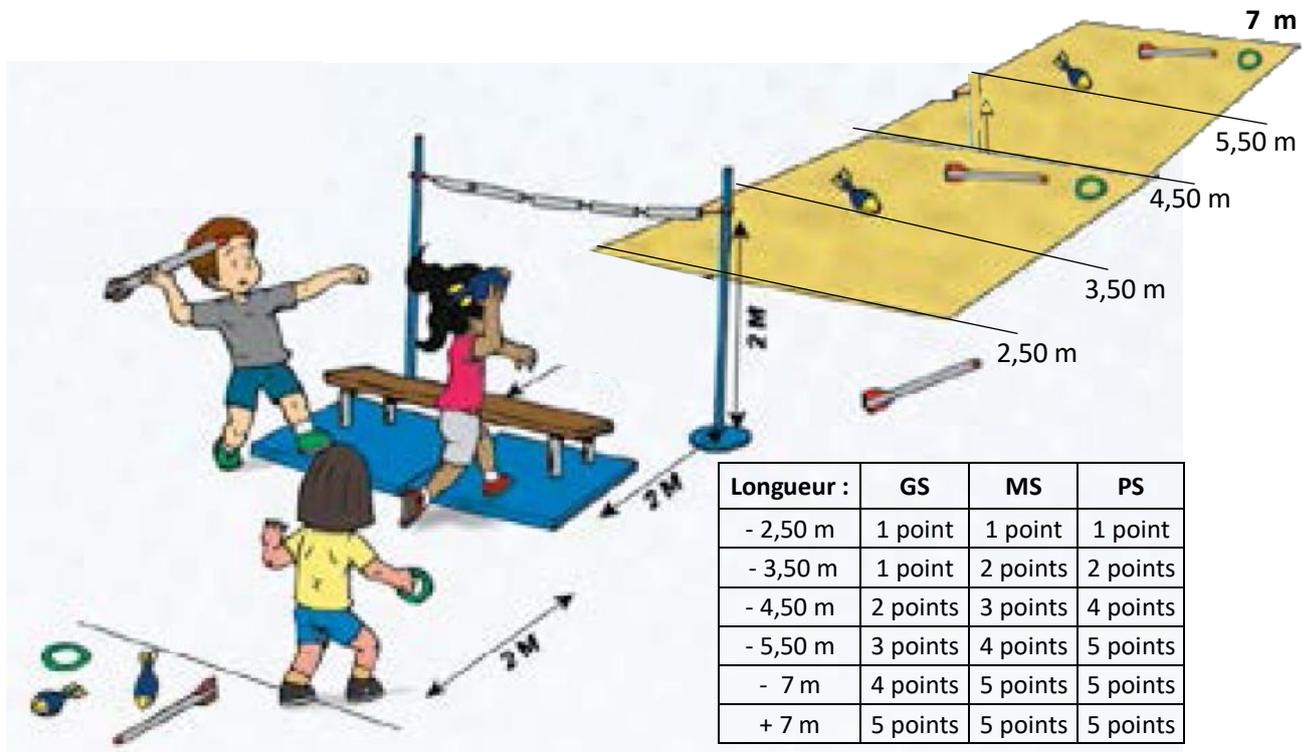
Lancer le plus loin possible en passant par-dessus l'obstacle.

Compétences visées :

- Réaliser une action que l'on peut mesurer
- Coordination bras lanceur

Matériel :

- Marquage des zones (plots, bâche ou cordes)
- Poteau et fil, ou un filet.
- Des balles lestées en chiffon, javelots mousse, vortex, anneaux lestés, ...



Chaque enfant réalise un lancer avec chaque objet.

L'équipe gagnante est celle qui a le plus de points.

Décompte des points : 3 points pour l'équipe qui gagne, 1 point pour l'équipe qui perd et 2 points pour chaque équipe en cas d'égalité.

Les enfants peuvent passer plusieurs fois : on peut faire plusieurs manches.

Une manche est terminée lorsque tous les membres de l'équipe sont passés.

Une Partie de Chasse

Consigne :

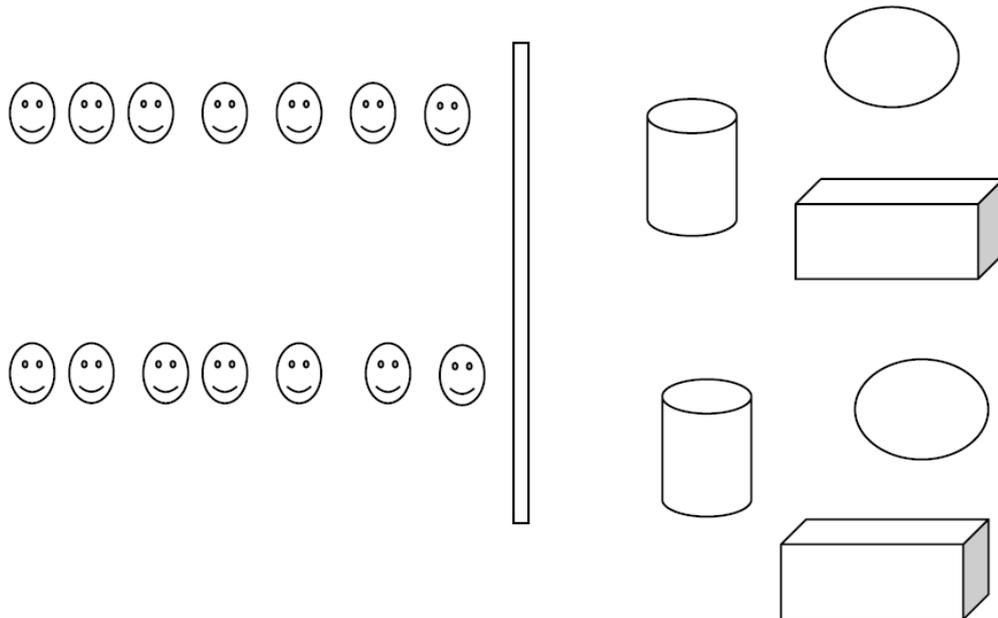
Lancer le plus précisément possible (« bras cassé » ou « bras tendu »)

Compétence visée :

Réaliser une action que l'on peut mesurer.

Matériel :

- Marquage des zones (quatre cordes)
- Des balles lestées en chiffon (6)
- 2 corbeilles
- 2 caisses de type curver
- 2 grands cerceaux



Un lancer dans un récipient rapporte un point. Chaque enfant réalise trois lancers. L'équipe gagnante est celle qui a le plus de points.

Décompte des points : 3 points pour l'équipe qui gagne, un point pour l'équipe qui perd et deux points pour chaque équipe en cas d'égalité.

Les enfants peuvent passer plusieurs fois : on peut faire plusieurs manches. Une manche est terminée lorsque tous les membres de l'équipe sont passés.