



Etalonnons notre pas en marchant

Activité : Orientation

Niveau : Cycle 2

Compétence spécifique

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

Compétence de fin de cycle

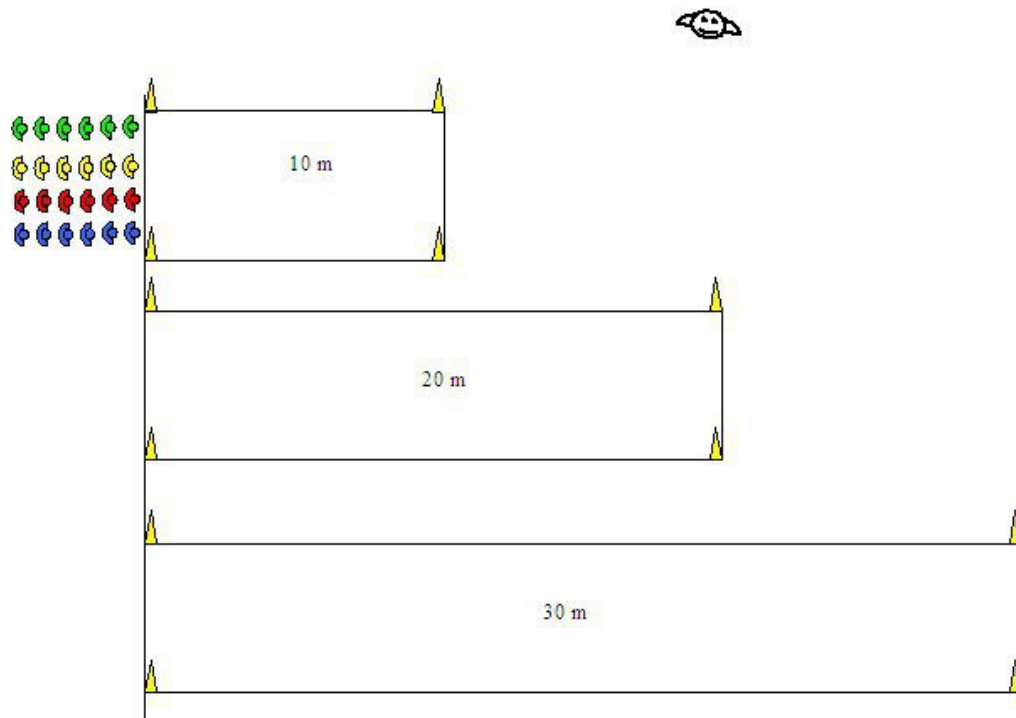
Marcher et courir dans un espace semi-naturel (forêt domaniale, parc...) pour retrouver dans un temps imparti 5 balises sur un parcours, d'après une carte où figurent des indices

Objectifs

- Suivre un parcours imposé à partir d'un plan.
- construire des outils d'orientation

Organisation

Sur un terrain des plots sont disposés à 10, 20, 30m.
Les élèves sont par vagues.



Matériel

Plots, fiches pour noter le nombre de pas, double décamètre

Consigne

Premier temps :

Vous partez de la base et en marchant vous comptez le nombre de pas que vous faites pour atteindre la première ligne. Celle-ci est à 10 m. Vous recommencez au moins 3 fois, et vous notez les résultats sur votre fiche.

Deuxième temps :

Vous marchez maintenant jusqu'à la deuxième ligne qui est située à 20m, Vous recommencez également au moins 3 fois, et vous notez les résultats sur votre fiche.

Troisième temps :

Vous recommencez la même chose pour la troisième ligne située à 30m

Quatrième temps :

Pour chaque ligne vous faites la moyenne du nombre de pas

nombre de pas	Premier essai	deuxième essai	Troisième essai
10 m			
20 m			
30 m			

Critères de réussite

Obtenir sa moyenne pour chaque ligne

Critères de réalisation

marcher régulièrement

Penser son pas, c'est à dire prendre des informations sur son corps pendant la marche (tension sensation...)

Variables didactiques

compter en double pas

compter en foulée de course

compter en double foulée

Trame de variance

espace	Organisation du groupe	mode de guidage	Type de balise	Forme des déplacements
Terrain + ou - connu : Salle de classe, Cour de l'école, terrain de jeu, quartier Espace inconnu Découvert ou arboré Terrain + ou - grand	En groupe avec ou sans adulte A 3 ou 4 En collaboration en opposition	Flèches ou traces (lignes ou objets à suivre) Verbal, nombre restreint de mots Sonore Gestuel Rébus ou écrit Photos Dessin, plan, carte Azimut et distance Photo du lieu ou point de prise de vue	Gomette Tampon Mots ou phrase Action à réaliser Questions Rébus Ramener un objet ou une plante Reconnaître un végétal ou un paysage Dessin à faire Poinçon	Marcher ; Courir Aller plus vite que Aller le plus vite possible
Du plus petit et connu au plus grand et plus inconnu	Du grand groupe au trio	Du plus concret au plus abstrait	Du plus long (pour se reposer) au plus rapide et plus abstrait	De la marche à la course