

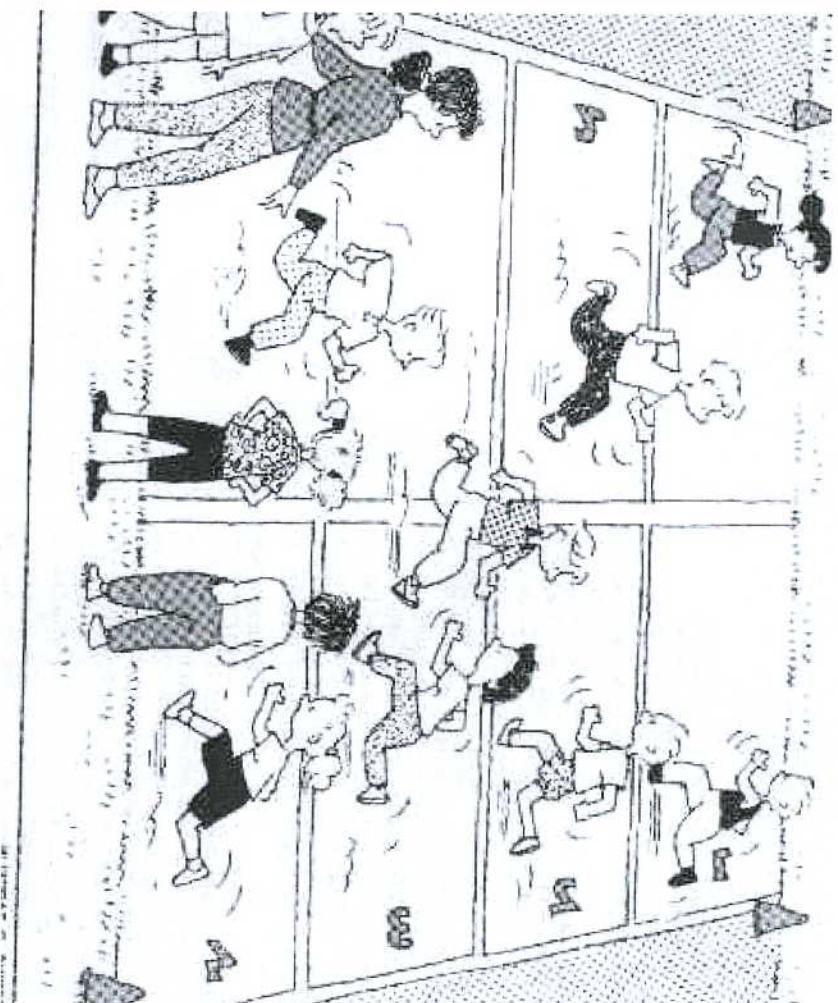
Agir et s'exprimer avec son corps

Cycle 1

Des actions globales à base de
locomotion

aux

Activités athlétiques



Athlétisme

Cycle 1

Les programmes de l'école

Compétences de l'élève

Utiliser à son initiative ou en réponse aux sollicitations du milieu un répertoire aussi large que possible d'**actions élémentaires** : courir, grimper, lancer, sauter, glisser, chuter, tirer, pousser, manipuler... (1995)

Réaliser une action que l'on peut mesurer. Être capable de :

- courir, sauter, lancer de différentes façons (par exemple : courir vite, sauter loin avec ou sans élan) ;
- courir, sauter, lancer dans des espaces et avec des matériels variés (par exemple : lancer loin différents objets) ;
- courir, sauter, lancer pour "battre son record" (en temps, en distance). (2002).

Les activités

Actions globales à base de **locomotion**, exercices des capacités motrices dans des **situation variées**, incluant la rencontre et l'utilisation d'obstacles matériels: **marcher, courir, sauter, lancer...**

Adaptation des conduites motrices: efficacité et précision, ajustement global des actions en fonction des trajectoires d'objets en mouvement, appréciation des distances, réaction à un signal

Activités athlétiques.

En fin de cycle 1, l'élève sera capable d'effectuer un parcours "athlétique" adapté dans lequel il devra :

- ♦ courir vite 30 m dans un couloir.
- ♦ sauter par-dessus un obstacle bas (hauteur de genoux) ou au-delà d'un espace délimité (environ 1 mètre).
- ♦ lancer des objets légers (balle, sacs de graines...) dans des cibles adaptées, verticales ou horizontales.

SAVOIRS A CONSTRUIRE

Que doit apprendre l'élève ?

Habiletés motrices :

- utiliser et affiner des actions élémentaires (courir, sauter, lancer) dans un milieu aménagé et contraignant.

Méthodes :

- intégrer les contraintes liées aux consignes du maître et à l'aménagement matériel.
- reconnaître le résultat de son action.

Attitudes et motivations :

- accepter de réussir, d'échouer.
- accepter de passer à son tour.

Notions et connaissances :

- vite, loin, limites (dehors, dedans...), cible, trajectoire.

