

# PLEIN AIR

« Rien ne sert de courir, il faut partir à point » (Jean de La Fontaine)

En course d'orientation : « rien ne sert de courir, il faut d'abord réfléchir ».

## 3P

## 4P

15. J'ai pratiqué...



- de la natation
- du patinage
- des sports de plein air

15. J'ai pratiqué...




- de la natation
- du patinage
- des sports de plein air

## COURSE

et

## ORIENTATION

12. J'ai couru sans m'arrêter le nombre de minutes équivalent à mon âge.



Nombre de minutes: .....

1. Je me suis orienté-e autour de mon école à l'aide...



- d'une photo
- d'un dessin
- d'un plan



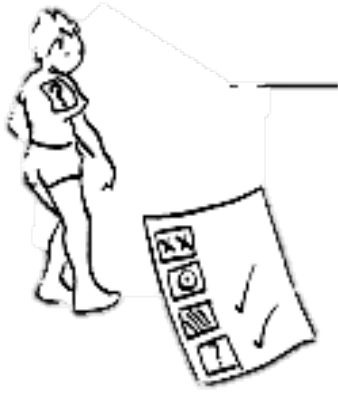
L'intérêt des jeux en plein air sur le thème de la **Course d'Orientation** est de mêler trois objectifs : apprendre à lire une carte, entraîner la mémoire, stimuler le système cardiovasculaire.

Au niveau **matériel** le dossier propose des jeux avec des annexes qu'il faut imprimer avant la leçon ainsi que des jeux avec petits matériels facilement transportable ( cônes, cordes, cerceaux ).

# OBSERVATION

## AVEC IMPRESSION DES ANNEXES AVANT LA LEÇON

### LOTO ANIMAUX



#### Matériel :

Pinces à linge, cartes avec animal, feuille de route, stylos

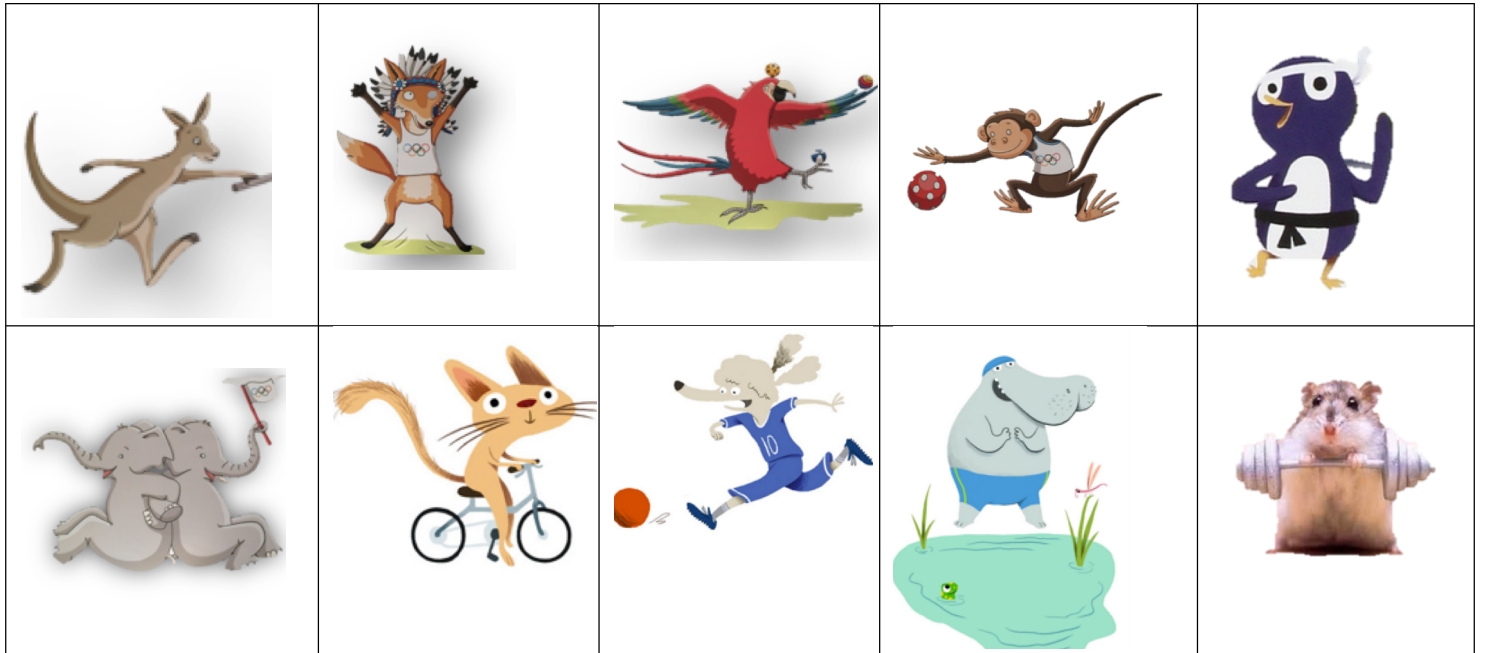
#### Comment ?

2 jeux en parallèles : 10 enfants par groupe

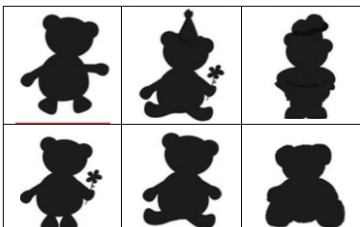
Le maître accroche un animal dans le dos de chaque enfant

! Fair play : on ne regarde pas son symbole.

Puis le maître distribue à chacun une feuille de papier sur laquelle figure tous les animaux. A chaque fois qu'un enfant en reconnaît un chez un autre enfant, il le biffe sur sa liste. Qui arrive à en déduire son animal ?



### DEVINETTE



#### Matériel :

8 cônes – cartons de contrôle - stylos

#### Comment ?

Sous les cônes orange se cachent des ours. Mais 2 « coquins » ont disparu (cônes vides). Les enfants doivent regarder par la cheminée (trou en haut du cône) pour voir quels ours sont toujours là. S'ils ont l'animal sur leur feuille il l'entoure.

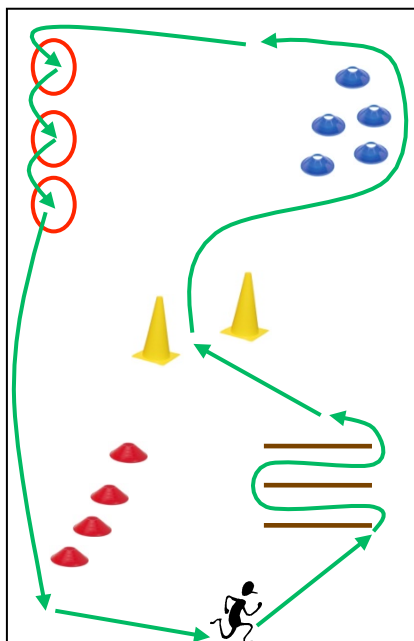
Qui arrive à en déduire les deux ours disparus ?

**Variante :** Les élèves ont seulement les ombres des ours sur leur carte de contrôle

# ITINÉRAIRE

AVEC IMPRESSION DES ANNEXES AVANT LA LEÇON

## PARCOURS



### Matériel

Cartes (si possible plastifiées) avec les parcours, 3 cerceaux, 9 assiettes, 2 cônes, 3 bâtons.

### Comment ?

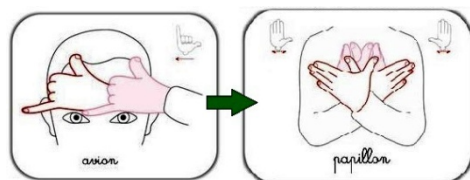
2 par 2. Le premier prend une carte, mémorise le parcours et l'effectue. Son copain vérifie à l'aide de la carte si le parcours est correctement exécuté.

### Variantes

Varié les points de départ.

Faire inventer les parcours par les élèves.

## ORIENTATION SIGNÉE



### Matériel

Cartes plastifiées avec les signes, 4 cônes avec image

### Comment ?

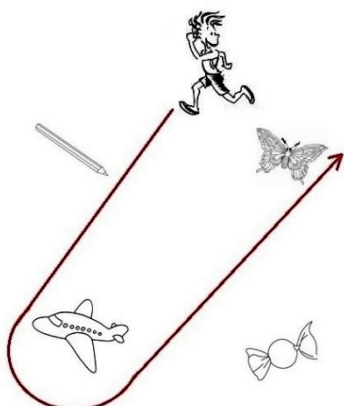
Choisir 4 signes et les enseigner à la classe.

Par 2, un enfant montre deux des signes appris. Le copain effectue le parcours en courant vers les bonnes images et dans le bon ordre.

### Variantes

Les duos montrent 3, 4, ... signes.

Ajouter des signes ainsi que des cônes-images.



# COURSE MEMORISATION

AVEC PETIT MATÉRIEL



## ABC-EN-CIEL

### Matériel :

Cônes de différentes couleurs



### Comment ?

Poser un cône de chaque couleur (bleu, jaune, vert, rouge) dans quatre coins de la cour de récréation. Les enfants, par deux, commencent dans un rond central ( tracé à la craie): le premier court vers 2 cônes (par exemple: jaune – vert). Le second effectue la même combinaison en ajoutant un cône. Son camarade repart en suivant le même enchaînement, avec un cône en plus, etc. Le même cône peut être choisi plusieurs fois. Celui qui commet une faute recommence une nouvelle combinaison.



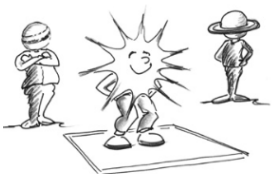
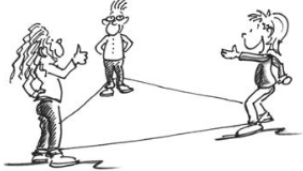
Achat ? Vistawell Cones Cover (REF: 2061)

## SOLEIL ET SATELLITES

### Matériel : Elastiques

**Comment ?** Par quatre les enfants courent à l'intérieur de l'élastique. Au signal du maître, ils s'arrêtent et forment la figure géométrique demandée (un carré, un rectangle et un triangle).

**Variante :** Un participant (le soleil) trône au milieu d'un triangle. Les autres personnes choisissent un emplacement et le mémorisent par rapport au «soleil». Ils se déplacent ensuite en courant. Au signal du maître, les élèves retrouvent au plus vite leur place initiale par rapport au «soleil» (face à lui, de côté, derrière, etc.).





# COURSE MEMORISATION

SANS MATÉRIEL OU AVEC ANNEXE À IMPRIMER AVANT LA LEÇON



## OMBRES CHINOISES

**Comment ?** Par deux: A essaie de marcher sur l'ombre de B.

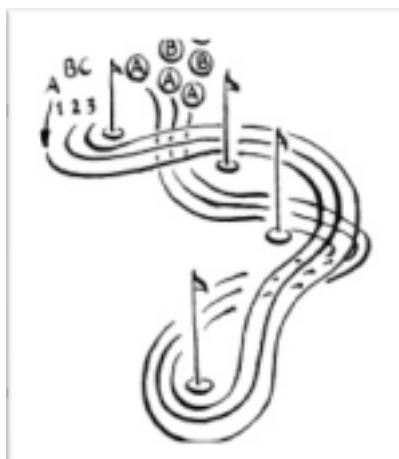
**Variante :** Représenter différentes figures avec les ombres.

## COURSE BOULE DE NEIGE

**Comment ?** Par groupe de 4.

A réalise un tour du circuit prévu, au 2<sup>e</sup> tour il emmène B, puis C et D. A la fin du 4<sup>e</sup> tour A s'arrête, au tour suivant B s'arrête, puis C, et enfin D.

**Variante :** Les groupes peuvent courir en se tenant à une corde à sauter.



## LABYRINTHE DE CHIFFRES

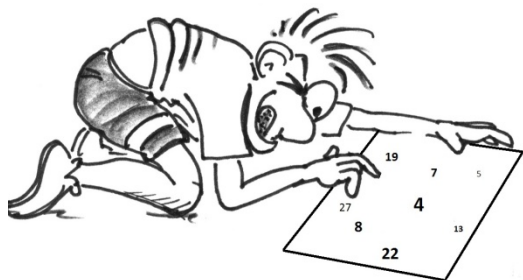
### Matériel

Labyrinthe de chiffres, stylos, cônes

### Comment ?

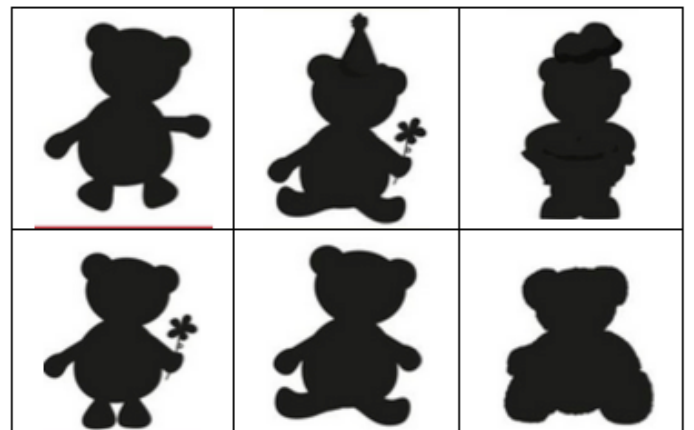
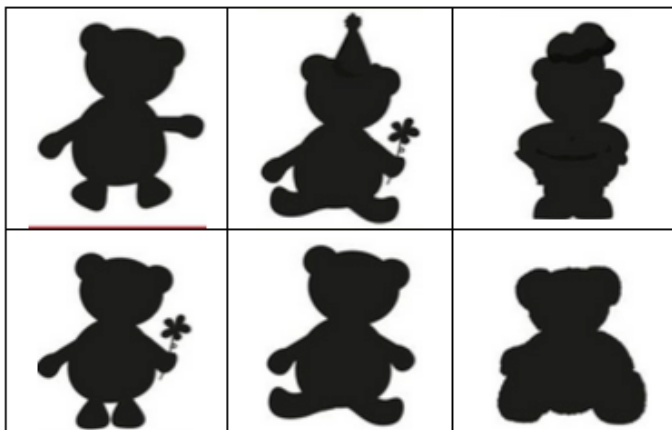
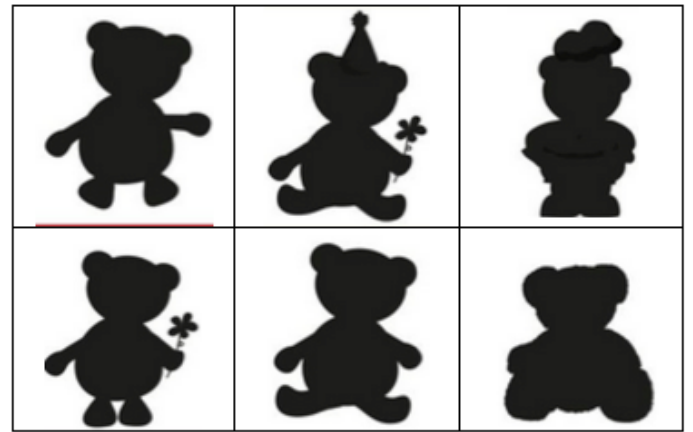
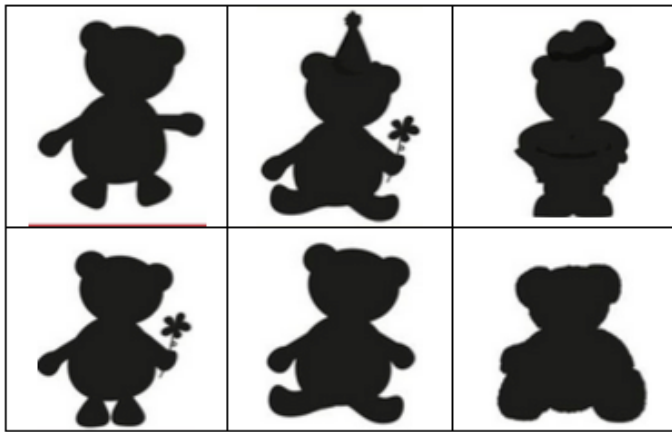
Course en relais.

Former des colonnes de 3-4 élèves. Au signal, le premier de chaque colonne court jusqu'à l'opposée du terrain où est déposée une feuille avec un labyrinthe de chiffres. Il trace le chiffre « 1 » et revient pour donner le départ au coéquipier qui court à son tour et biffe le chiffre « 2 ». Et ainsi de suite. Quelle équipe terminera en premier la feuille ?

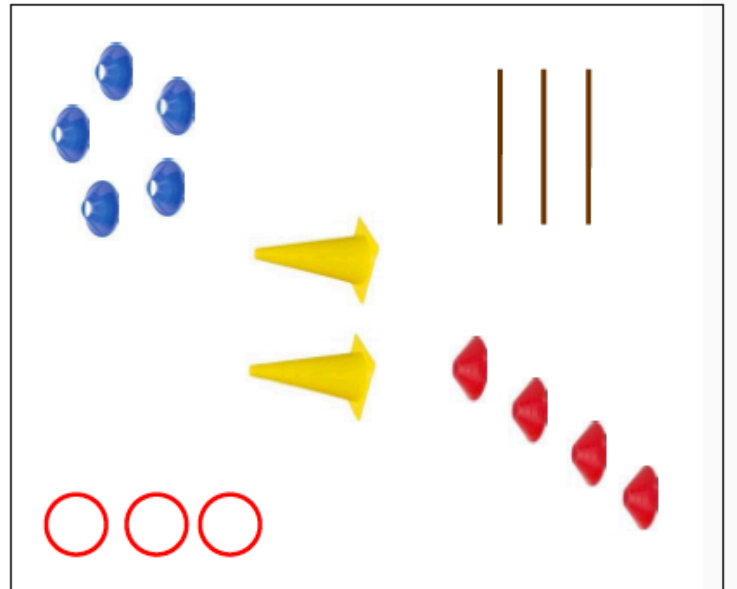
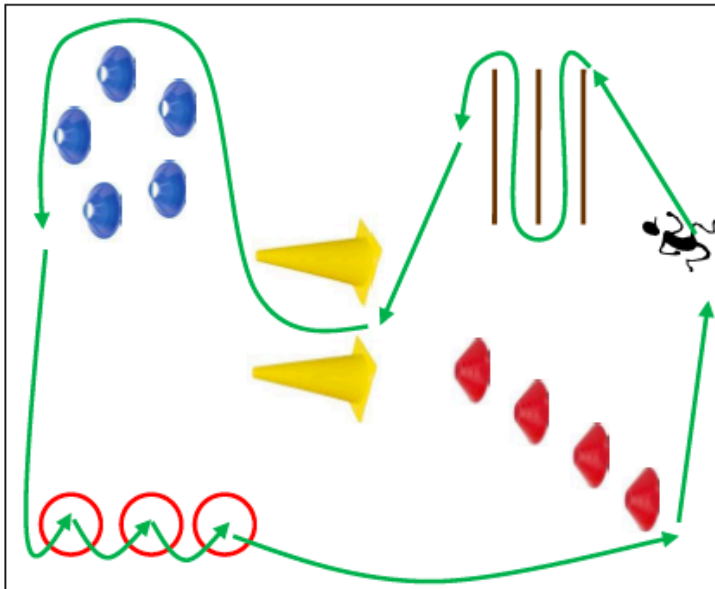
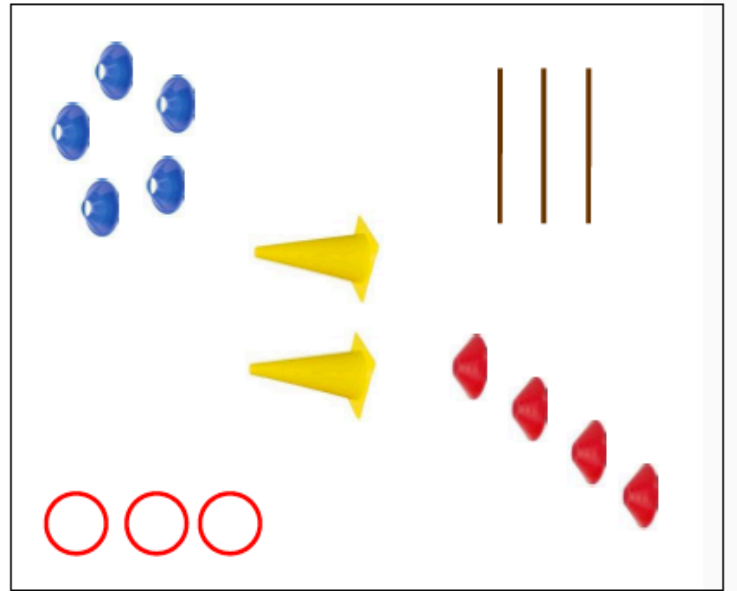
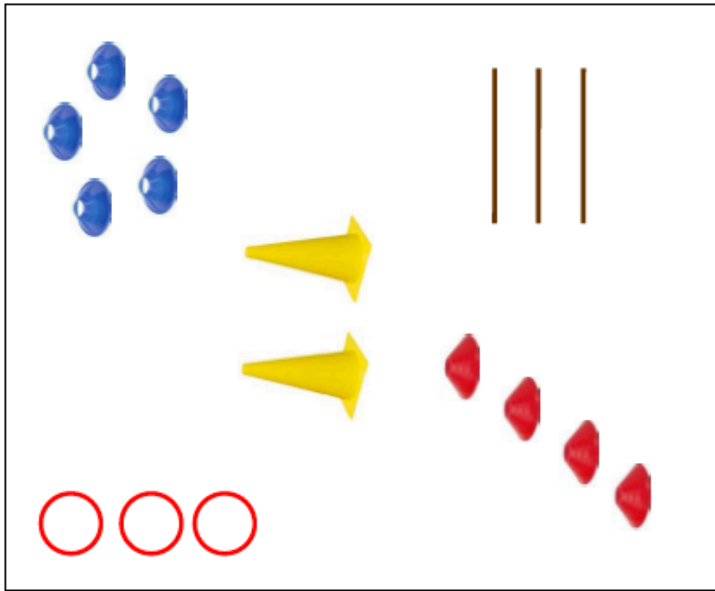
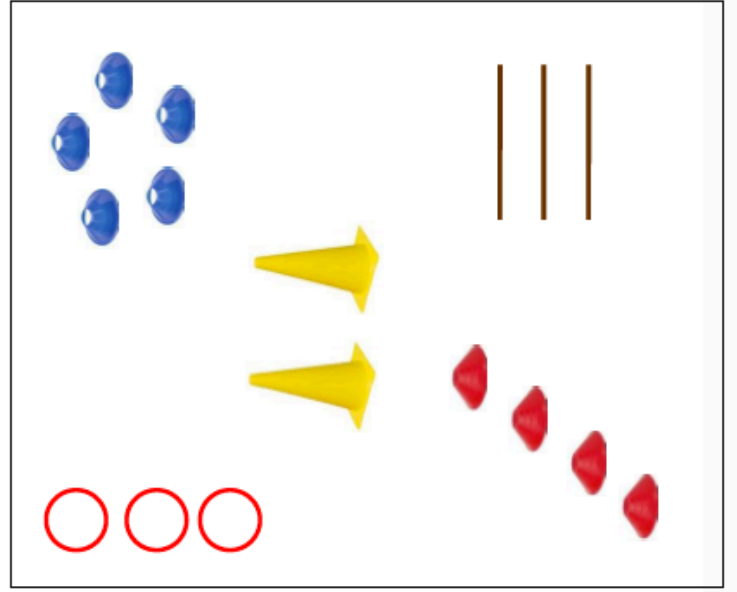
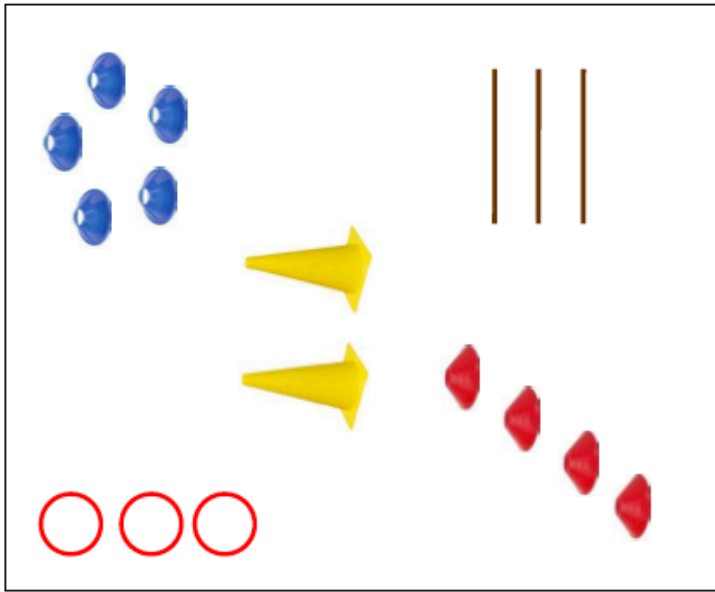



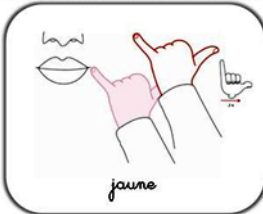











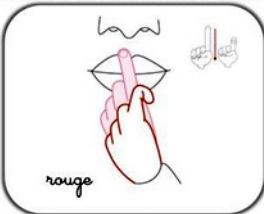



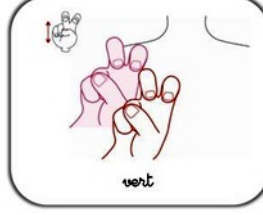
jaune



bleu

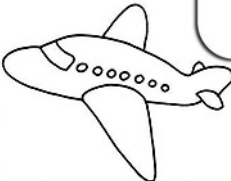
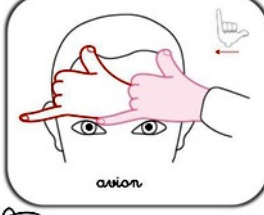
rouge


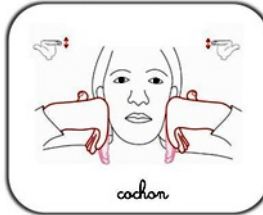
vert



abeille



avion



cochon



crayon

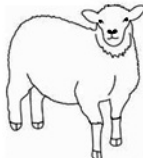

fleur

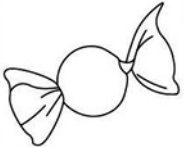
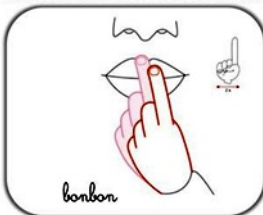
grenouille



lapin

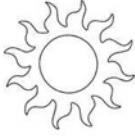

mouton

bonbon

papillon

soleil

## Labyrinthe de chiffres 1 à 20

<b>7</b>	18	<b>14</b>	11	<b>4</b>
16	<b>5</b>	<b>9</b>	17	13
<b>10</b>	20	<b>2</b>	19	<b>8</b>
3	<b>12</b>	15	<b>6</b>	1

## Labyrinthe de chiffres 1 à 20

<b>7</b>	18	<b>14</b>	11	<b>4</b>
16	<b>5</b>	<b>9</b>	17	13
<b>10</b>	20	<b>2</b>	19	<b>8</b>
3	<b>12</b>	15	<b>6</b>	1