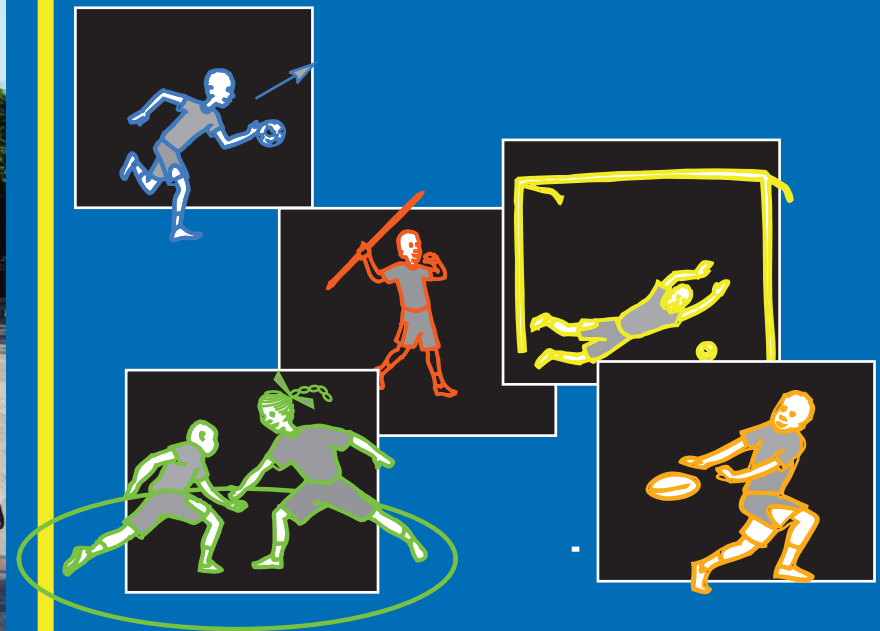


Manuel d'Éducation Physique

De la 1^{ère} à la 6^{ème} année fondamentale
À l'usage des instituteurs Haïtiens



Wilhem Trouillot

MANUEL D'ÉDUCATION PHYSIQUE

À l'usage des instituteurs Haïtiens

De la 1^{ère} à la 6^{ème} année
de l'école fondamentale

Wilhem Trouillot

I. Préambule

Ce manuel est écrit en prenant en compte les problèmes spécifiques des pays sous-développés en général et les problèmes d'Haïti en particulier. Ces problèmes concernent le manque d'infrastructures, la rareté des ressources humaines et l'absence d'un programme réel d'éducation physique propre à Haïti.

Il faut souligner que l'éducation en général souffre de nombreux manques. Personne n'ignore le taux élevé d'analphabétisme qui sévit dans les zones rurales comme les zones urbaines. Comme traditionnellement l'éducation physique (ainsi que les arts plastiques et la musique) est sacrifiée par rapport aux autres matières, cette discipline a le statut de parent pauvre dans l'école Haïtienne.

II. Des problèmes généraux de l'Éducation Physique

De nos jours, dans la plupart des pays, il n'est plus question de s'interroger sur la nécessité des cours d'Éducation Physique à l'école. Il est clair que l'Éducation Physique est une nécessité pédagogique. Mais il n'y a pas longtemps, même dans des pays comme la France, il fallait défendre l'idée de consacrer des ressources à l'enseignement de l'Éducation Physique. En effet, le professeur d'Éducation Physique était vu tout au plus comme un « amuseur », un gadget, un luxe du système éducatif. De nos jours subsiste encore un certain préjugé, où l'Éducation Physique constitue la matière dont on rogne les heures en cas de problème, pour placer un cours de maths ou de littérature à sa place.

Il n'est pas question de reprendre ici la défense de l'Éducation Physique, cette dernière a été largement assurée dans de nombreux ouvrages durant ces 30 dernières années. L'enseignant Haïtien, qui douterait encore de la nécessité de l'Éducation Physique, n'aura qu'à se référer au chapitre traitant des buts généraux de l'Éducation Physique pour s'en convaincre et en convaincre les parents d'élèves.

III. Des problèmes spécifiques à Haïti

L'Éducation Physique n'échappe donc pas aux problèmes auxquels est confronté Haïti en matière d'infrastructures, de matériel et de ressources humaines.

Manque d'infrastructures

Beaucoup d'écoles n'ont pas de terrain alloué à l'Éducation Physique ou au sport. En fait, beaucoup d'écoles n'ont même pas de cour de récréation. L'accent est mis sur les matières dites intellectuelles, l'école est traditionnellement le lieu où l'on apprend le calcul, la lecture et la géographie. Le terrain d'Éducation Physique est pratiquement une rareté dans un pays où il manque d'écoles.

Manque de matériel

Quand le terrain de sport est disponible, le matériel est pratiquement inexistant : peu ou pas de ballons, disque et javelot inconnus, pas de filets. La liste est longue.

Manque de formation

En 1996, Haïti comptait à peine une dizaine de professeurs d'Éducation Physique, dont une partie n'exerçait même pas son métier. Dans la plupart des écoles, les cours d'Éducation Physique sont assurés par un personnel qui n'a pas eu de formation en la matière. Les instituteurs de l'école primaire sont livrés à eux –mêmes et la qualité des cours d'Éducation Physique dépend essentiellement de leur propre passé en termes d'activités physiques.

Vers 2006, la situation a vaguement évolué : une cinquantaine de boursiers sont revenus de Cuba après des études en Éducation Physique. Néanmoins, pour huit millions d’habitants, ce nombre reste nettement insuffisant par rapport aux besoins d’Haïti.

Absence de cours d’Éducation Physique

Si le ministère de l’Éducation Nationale a déclaré l’Éducation Physique obligatoire, ceci a été suivi de peu d’effet et reste de fait un vague souhait.

Dans un document datant d’août 2004, le Ministère de l’Éducation de la jeunesse et des sports a sorti un document intitulé «Le Développement de l’Éducation: Rapport National d’Haïti». A cette époque, une fois de plus, ce ministère déclare son intention d’intégrer l’Éducation Physique dans le curriculum national. Cependant, dans sa liste des matières à enseigner, les activités sportives sont mentionnées uniquement dans le troisième cycle de l’école fondamentale, elles sont absentes du texte en ce qui concerne les 2 premiers cycles, c’est-à-dire ce qui constitue l’école primaire. Pourtant il a été établi depuis longtemps que:

- Au niveau du cerveau, et par rapport aux habiletés motrices de base, les connections synaptiques s’établissent avant l’âge de 7 ans.
- L’intelligence de l’enfant est liée à certaines notions de base telles la direction ou la vitesse, sont acquises dans l’enfance, Ces notions sont directement connectées à l’action de l’enfant sur le milieu physique et aux réactions de ce dernier. Heureusement que l’enfant n’attend pas les cours d’Éducation Physique pour agir sur son environnement.

Les écoles Haïtiennes intègrent ou n’intègrent pas l’Éducation Physique dans le cursus selon les circonstances. Les instituteurs laissent les enfants jouer plus ou moins seuls avec peu ou pas de directives sur le terrain. Malheureusement, l’objectif ici est d’occuper ou de délasser les enfants (et peut être l’instituteur) entre 2 cours de calcul et d’histoire, alors qu’il devrait être d’éduquer par le moyen des activités physiques.

L’idéal serait d’avoir un programme national d’Éducation Physique effectif . Les instituteurs, formés durant leur cursus normal, intégreraient ces cours dans leur enseignement de tous les jours.

Ce manuel est rédigé pour combler, je l’espère, un manque de notre système éducatif.

IV. Comment utiliser ce manuel ?

Ce manuel comprend 2 parties : une partie est consacrée à définir le cadre théorique dans lequel se place le livre et le programme d’éducation physique qui y est présenté.

L’autre partie est une présentation de matériel didactique, de séances d’Éducation Physique pouvant être pratiquement utilisées telles quelles, dans l’ordre présenté. L’enseignant peut donc, au jour le jour, animer les séances proposées.

Cependant, l’analyse de la population d’élèves à laquelle on a affaire et l’analyse des activités possibles devraient faire partie intégrante de la démarche pédagogique de l’instituteur. Ce dernier pourrait, en dernière instance, s’inspirer des séances présentées afin de construire les siennes, avec les modifications liées à sa situation particulière (effectifs, matériel disponible, niveau des élèves etc.)

V. De quoi parlons nous exactement ?

Qu'est ce que la gymnastique ?

Le mot gymnastique a plusieurs significations :

1. La **Gymnastique Construite** est celle pratiquée dans certaines écoles : les élèves exécutent en ordre et en même temps une série de mouvements sensée être des gestes de base, concept à définir et à replacer sociologiquement et culturellement. Ce type de gymnastique est aussi pratiqué dans les salles d'exercices, mais il tend à être remplacé par l'Aérobic.
2. La **Gymnastique Sportive** est celle des agrès (barre fixe, poutre, sol, barres parallèles, cheval d'arçons) présentée régulièrement aux Jeux Olympiques. Cette discipline a ses propres règles d'exécution et de notation.
3. Enfin, à un moment de son histoire, **le mot gymnastique était synonyme d'Éducation Physique**. La gymnastique était considérée comme étant un moyen privilégié d'éduquer les élèves, car selon un certain courant de pensée, il fallait des élèves forts pour se battre pour la nation. Cette gymnastique est héritée du courant militaire en Europe, qui constitue l'une des 3 sources de l'Éducation Physique.

Qu'est ce que le sport ?

Le sport est un jeu dont la dimension compétitive est primordiale. Il est fortement institutionnalisé, c'est à dire que sa pratique est régie par des règles (écrites) très précises, renforcées par une instance suprême, la fédé-

ration. Cela suppose des arbitres, des juges et tout un système qui dépasse même le cadre national (le Comité International Olympique par exemple). Ainsi, Les karatékas sélectionnés aux jeux panaméricains et qui s'entraînent pour cette compétition, font du sport. Mais, ceux qui s'entraînent de manière informelle le dimanche, même s'ils exécutent des gestes similaires, font, dans le sens strict du terme une activité sportive, mais pas du sport. Le langage du praticien doit se détacher des termes utilisés par le profane afin de bien définir le cadre dans lequel il s'exprime.

Qu'est ce qu'une activité sportive ?

L'activité sportive est dérivée du sport. Ce sont les mêmes gestes techniques, mais le cadre est différent. Ce n'est ni le niveau technique, ni la quantité d'efforts investis dans l'activité qui différencie le sport de l'activité physique, mais bien le cadre institutionnel qui le gouverne au niveau de la compétition. Un match de basket entre 2 équipes d'amis, qui est en dehors des championnats sanctionnés par une fédération, même si cette rencontre est très intense ou si elle est disputée très sérieusement, n'est, au sens strictement sociologique, qu'une activité sportive. En ce sens, ces participants-là ne font pas de sport.

Qu'est ce qu'une activité physique ?

Une activité physique implique le corps en partie ou dans sa totalité. Elle implique le mouvement qui peut se traduire par une dépense énergétique modeste ou au contraire importante. En ce sens, le jardinage ou le lava-

ge d'auto sont des activités physiques au même titre que le Basket ou la course à pied.

Qu'est ce que l'éducation physique (EP) ?

En tant que professionnels de l'Éducation Physique, nous devons situer notre discipline et détacher notre propos de celui du sens commun. C'est à nous de déterminer le cadre de notre intervention par rapport aux élèves dont nous avons la charge. Ce cadre est défini par ailleurs par le type de citoyen que nous espérons former au bout du cycle scolaire.

Comme tout concept, la notion d'Éducation Physique peut être définie de plusieurs manières, par rapport au moment considéré, au pays où on tient ce discours et à la conception que l'on a de l'Éducation Physique. Pour notre intention, tout au long de ce manuel, **l'Éducation Physique est : Une activité physique structurée, dans un but éducatif clair et préalablement déterminé, par rapport aux buts et objectifs généraux de l'éducation globale, celle-ci déterminant le type d'homme qui en résultera.**

On voit bien que dans cette définition, la dimension physique (par exemple : courir, sauter attraper un ballon par exemple) n'est pas la seule concernée par l'EP. La dimension intellectuelle (par exemple: comprendre un système de jeu, construire les notions de temps d'espace et de direction, par exemple) l'est tout aussi bien que la dimension relationnelle et affective (par exemple : respecter de règles établies, établir des rapports avec l'Autre, respecter l'intégrité de l'Autre).

VI. Rapports entre Éducation Physique et Sport

L'éducation physique ne se confond pas avec le sport. Ce sont 2 réalités distinctes, chacune ayant un déroulement historique différent. Cependant, ces 2 activités se côtoient et entretiennent certains rapports. Ces rapports sont dictés par certaines périodes historiques et par le pays ou la région dans laquelle les intervenants sont situés.

• L'éducation physique peut être une activité complètement séparée du sport.

C'est le cas, par exemple, dans certaines écoles où se côtoient 2 groupes d'activités physiques. L'activité physique des membres d'une ou plusieurs équipes (football, volley Ball, basket Ball). Ces équipes ont pour but d'affronter celles d'autres écoles, dans le cadre de la compétition sportive. Dans ces mêmes écoles se retrouvent des groupes pratiquant de la gymnastique construite dans un but essentiellement hygiénique. C'est dans ce deuxième cas que les intervenants considèrent qu'ils font de l'éducation physique.

• L'éducation physique peut être utilisée par le sport.

Comme moyen d'arriver à ses propres fins. Certains intervenants, dont le but ultime est la compétition sportive, utilisent les cours d'Éducation Physique comme préparation physique au début de la saison (ou hors saison). C'est aussi un moyen, pour eux, de détecter des talents à intégrer, toujours en vue de la compétition. Ici, le cours d'Éducation Physique est subordonné au sport.

- **L'éducation physique peut être une activité partageant des points communs avec le sport.**

C'est le cas du professeur d'éducation physique qui enseigne plusieurs activités sportives, comme le volley, le football ou le basket, pour elles-mêmes. Mais il alterne son enseignement des activités sportives avec d'autres activités comme des jeux traditionnels (ex : ballon prisonnier, Lago).

- **L'éducation physique peut se confondre totalement avec le sport.**

Ainsi, certaines écoles n'offrent que des activités sportives (en Haïti c'est souvent football, volley-ball ou basket-ball), obligatoire pour tous. Les meilleures seront envoyées pour défendre le nom de leur école. Mais l'administration de ces écoles considère qu'elle offre des cours d'Éducation Physique.

- **L'éducation physique peut utiliser le sport comme moyen d'arriver à ses propres fins.**

C'est l'approche que nous utiliserons tout au long de ce manuel e qui constitue un choix éducatif parmi d'autres possibles. Ici, le sport sera un outil au même titre que les jeux traditionnels par exemple. Les règles d'exécution seront adaptées à l'âge et au niveau des enfants. La pratique de toutes les activités sous-tendra toujours des visées éducatives, en rapport aux buts et objectifs généraux de l'Éducation Physique en Haïti. Aucune activité ne sera prescrite gratuitement : l'instituteur ou le professeur d'Éducation Physique ne seront pas des « amuseurs » et les cours d'Éducation Physique ne serviront pas à rem-

plir des heures creuses. L'Éducation Physique contribuera au développement global de l'enfant physiquement, intellectuellement, affectivement et spirituellement.

VII. Les buts généraux de l'Éducation Physique

Il n'y pas d'action pédagogique sans buts et objectifs. En effet, même si ces derniers ne seraient pas explicités, ils sous-tendront implicitement un résultat, voulu ou non, désirable ou non.

Les buts et objectifs généraux de L'Éducation Physique dépendent des directives officielles en vigueur, publiées par le ministère de l'éducation nationale du pays considéré. En Haïti le texte rendant l'Éducation Physique obligatoire et énonçant ses buts généraux reste pour le moment un souhait. Ce souhait a été suivi de peu d'actions, dans la mesure où peu d'écoles ont la volonté ou les moyens d'offrir des cours d'Éducation Physique aux élèves.

L'éducation nationale haïtienne stipule donc que l'Éducation Physique est obligatoire. Nous pouvons traduire les buts généraux de L'Éducation Physique en Haïti de la manière qui suit:

Au cours des séances d'Éducation Physique, les élèves doivent être capables :

Au niveau de la maîtrise corporelle.

- D'améliorer leur condition physique générale au niveau de l'endurance, de la résistance, de la vitesse.
- De pratiquer globalement les différentes activités prévues par la programmation.

Au niveau de la socialisation.

- De respecter les règles établies lors des mises en situation, par le professeur et/ou les élèves dans certaines situations.
- D'assurer le déroulement correct des différentes phases des séances.
- D'améliorer leur attitude globale vis-à-vis des activités physiques et sportives.

VIII. La mixité en Éducation Physique.

L'une des positions adoptées dans ce manuel est la mixité des élèves qui participent aux cours d'Éducation Physique.

Les garçons et les filles participent aux mêmes cours.

Tout le long du manuel, les garçons et les filles se côtoient lors des différentes activités si l'école concernée est mixte. Que ce soit en Football, en course et en lancer, les différents rôles tenus par les élèves ne tiendra aucunement compte du genre des élèves. Lors de l'organisation des séances, les arbitres seront indifféremment des garçons et des filles. Ainsi une fille peut se retrouver arbitre central ou compter les points obtenus lors d'un match.

L'évaluation utilisera les mêmes critères pour les garçons et les filles.

Les séances d'Éducation Physique présentées dans ce manuel concernent les élèves âgés de 5 à 12 ans. Dans cette tranche d'âge, les différences physiologiques sont très peu marquées. Si les possibilités physiques se ma-

nifestent vers la puberté, elles ont peu d'influence sur les enfants. Ce n'est que lors de l'adolescence que les différences physiques acquièrent une certaine importance. Voilà ce qui explique l'existence de certains barèmes de l'école secondaire où, par exemple, pour une distance donnée, correspondent un certain nombre de points. Mais pendant les 6 premières années de l'école fondamentale, les garçons et les filles sont évalués selon les mêmes critères. L'Éducation Physique a un pouvoir et un devoir socialisateur. Puisque les futurs hommes sont appelés à vivre avec les futures femmes, autant leur apprendre dès le plus jeune âge à se côtoyer et interagir.

IX. Avant toute action pédagogique.

Avant toute action pédagogique sur le terrain, il faut :

- Déterminer notre cadre pédagogique de référence.
- Répertorier les activités qui sont possibles en termes d'espace, de matériel et d'effectifs des élèves
- Et surtout, organiser la classe pour éviter d'utiliser le précieux temps alloué à L'Éducation Physique à une constante formation de groupe et répétition des consignes.

Cadre pédagogique de référence

Par choix, l'éducation Physique est, ici, considérée comme une discipline autonome qui est indépendante du sport par les objectifs qu'elle s'assigne. Elle peut utiliser les activités sportives pour atteindre ses buts au même titre qu'elle puisse utiliser la dans, l'expression corporelle, les jeux. Qu'elle puisse révéler des talents par rapport à la compétition sportive est un avantage sans être une fin en soi. En effet, contrairement au sport elle ne s'adresse pas à une «Élite corporelle». Si dans le monde du sport de compétition il y a un champion, dans le monde scolaire il faut que tous les enfants qui nous sont confiés soient gagnants. En tous les cas il faut tendre vers cet idéal.

ceci constitue bien sûr un choix. ce dernier va guider la manière dont sera mené ce manuel.

Choix des activités

Les activités traitées dans ce manuel ont été choisies en considérant plusieurs facteurs

- La rareté de matériel

Étant donné la rareté de matériel et des faibles moyens dont disposent la plupart des écoles en Haïti, nous avons choisi des activités qui réclament peu de matériel et seulement un minimum d'espace. Les écoles qui ont la possibilité de pratiquer des activités plus rares (lancer de disque ou saut en hauteur par exemple) peuvent néanmoins se référer à ce manuel en matière de philosophie de l'éducation physique, d'organisation et d'exemple d'organisation de séances.

■ Le peu d'espace

Certaines écoles ont peu ou pas d'espace de jeu. parfois les «locaux» même de l'établissement se situent dans une église ou sous une tonnelle (26% selon le ministère dans son rapport national). Ainsi, pas question d'envisager d'activités réclamant de très grands espaces.

■ La formation des instituteurs

Les instituteurs n'ont pas de formation solide en Éducation Physique. Que ce soit par manque de moyens, par manque de temps ou par manque d'intérêt. Voilà des raisons qui ont guidé la manière dont sont présentées les différentes activités. il n'est pas nécessaire d'avoir eu un vécu corporelle élaboré

Classification des activités selon la dominante

Les activités sont listées dans le tableau ci-dessous. Elles sont classées selon une des 4 « Dimensions » possibles. En effet, toutes les activités physiques comprennent une dimension bioénergétique, biomécanique, Bio-informationnelle et psycho - socio-affective. Mais l'une ou l'autre des dimensions est plus évidente selon

l'activité considérée (et parfois selon le niveau de l'élève ou selon l'environnement social dans lequel il se trouve). On dit alors que l'activité a telle ou telle autre dominante.

■ Dimension **Bio-Energétique**

Elle se réfère au degré auquel les systèmes de production d'énergie de l'organisme sont sollicités pour la mise en œuvre par l'élève de l'activité. Toutes les activités requièrent de l'énergie, mais certaines sont considérées comme « plus énergétiques » que d'autres. Ainsi, le marathon est une activité où la gestion de l'énergie est l'aspect le plus important par rapport au Saut en Longueur.

■ Dimension **Biomécanique**

Cette dimension se réfère au geste technique particulier à l'activité, à ce qu'on appelle communément la technique. C'est, par exemple, la position du bras lors du lancer de balle, ou le pied que l'on pose en dernier avant le saut en longueur.

Le lancer de poids est une activité où la dimension biomécanique est très présente par rapport à la course d'endurance.

■ Dimension **Bio informationnelle**.

Cette dimension se réfère à tous les indices captés dans l'environnement, que ce soit par la vue (ex. : position des partenaires, des adversaires, de la balle) ou l'ouïe (demande à voix haute d'un partenaire, bruit de pas d'un poursuivant, coup de sifflet de l'arbitre). Les informations relatives à la position des membres, à leur vitesse de déplacement constituent aussi des informations (dites proprioceptives) renseignant le participant sur son geste sportif.

Il est clair que le Football est une activité hautement bio-informationnelle contrairement au saut en longueur par

exemple.

■ Dimension **Psycho- socio-affective**

Toute activité implique un investissement affectif de la part de l'élève. Cet investissement varie part rapport à l'activité considérée (ex: il est plus effrayant de sauter à la perche que de courir) ou par rapport à la situation sociale spécifique considérée (un élève timide s'engagera moins facilement dans un sport collectif qu'un autre)

Comme souligné plus haut, toutes les activités comportent les 4 dimensions, mais certaines dominent à l'intérieur d'une même activité.

Exemple d'activités classées selon leur dominante			
■ Bio-Energétique	■ Biomécanique	■ Bio-Informationnelle	■ Psycho-socio affective
Courses	Lancers	Sports collectifs	Danse
Vitesse	Balle	Football	
Endurance	Poids	Basket Ball	
Obstacles	Pierre	Hand Ball	
Relais	Bâton	Rugby	
	Javelot		
Sauts	Sauts	Jeux traditionnels	Jeux traditionnels
En longueur	En longueur	Ballon prisonnier	Lago
Triplé saut	Triplé saut	Balle au milieu	Ballon prisonnier
Activités aquatiques	Activités aquatiques		

X. L'évaluation en Éducation Physique

L'évaluation est un aspect important de l'enseignement : L'Éducation Physique n'échappe pas à cette règle.

Evaluation initiale

L'évaluation initiale est celle qui sert à :
Déterminer le niveau initial des élèves
Préciser les objectifs de la séance ou d'un cycle de séances

L'évaluation formative

Elle se fait en cours de séance ou au cours d'un cycle de séance. Elle sert à :

- Déterminer la direction prise par l'intervention pédagogique
- Déterminer les modifications à apporter en cours de cycle

L'évaluation finale

L'évaluation finale a lieu en fin de séance ou en fin de cycle. Elle sert à déterminer si les objectifs que s'était fixé l'enseignant ont été atteints.

XI. La première séance d'Éducation Physique

(voir fiche de préparation en début de chaque année)

La première séance servira à organiser la classe. **Cette organisation sera gardée tout au long de l'année.** Cependant, si des changements sont nécessaires en cours de route, elle doit rester flexible donc modifiable. Les modifications seront effectuées avec l'intérêt de l'élève comme but ultime.

Dès la première séance, **le professeur veillera à responsabiliser l'élève**, c'est-à-dire qu'il devra participer au bon déroulement des séances en aidant à « l'administration » de celles-ci. Ainsi par exemple, pendant que 2 équipes s'affrontent en Football, la troisième équipe arbitre, marque et compte les points et signale les sorties de balles. **Cette capacité à assurer le bon déroulement des séances sera donc explicitement évaluée car elle sera directement liée aux objectifs généraux de l'Éducation Physique.**

Il faut que les équipes soient équilibrées pour éviter une perte de motivation. Une équipe qui serait constamment perdante participera difficilement aux rencontres et de là, ne profitera pas de l'enseignement dispensé.

Lors du premier cours donc, il faut, dans un tout premier temps, séparer la classe en 2 groupes :
Le groupe 1 court autour du terrain (12 minutes: « test de cooper »)

Le groupe 2 compte le nombre de tours.

Ensuite, changement de rôle : le groupe 1 compte alors

que le groupe 2 court à son tour.

Les élèves sont classés en serpentins selon la performance : le 1^{er}, le 2^{ème} et le 3^{ème} sont en tête de colonne. Les autres seront placés en suivant le schéma d'un serpentins : le 4^{ème} derrière le 3^{ème} ; le 5^{ème} derrière le 2^{ème}, le 6^{ème} derrière le 1^{er}. Le 7^{ème} derrière le 6^{ème}, le 8^{ème} derrière le 5^{ème}, le 9^{ème} derrière le 4^{ème}, ainsi de suite toujours en serpentins (voir la fiche de préparation de la première séance pour chaque niveau).

3 colonnes sont le résultat :

- l'équipe 1 est constituée de la file alignée derrière le numéro1,
- L'équipe numéro 2 est constituée de la file alignée derrière le numéro 2
- l'équipe 3 est constituée de la file alignée derrière le numéro 3.

Ainsi, tout au long des cours d'Éducation Physique, la classe pourra être divisée en 3 équipes où 2 équipes s'affronteront et une 3^{ème} assurera le bon déroulement des séances. **Ceci est important dans la mesure où les élèves apprendront à s'organiser entre eux et que les temps d'inactivité seront d'autant plus réduits.** De plus le professeur arrivera à mieux gérer sa classe, certaines tâches étant déléguées aux élèves (ex. : comptage et marquage de points lors de rencontres, surveillance du pied d'appel lors de saut).

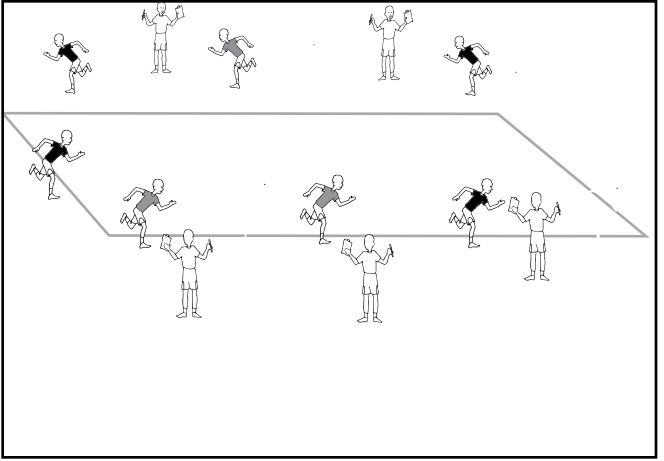
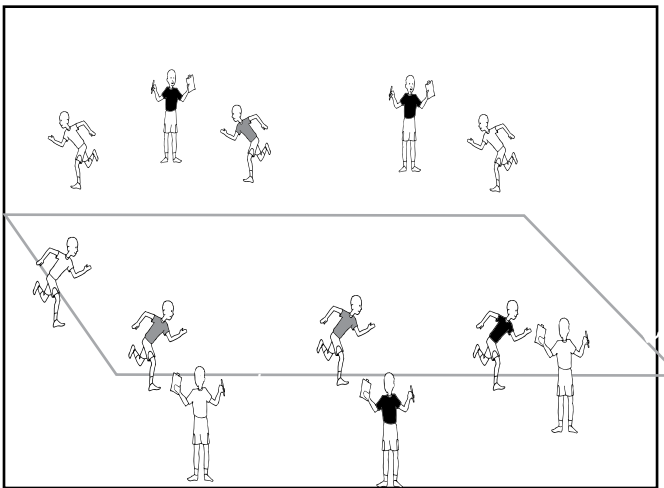
Classe: Toutes les classes
Activité: Endurance
Séance #: 1
Niveau des élèves: Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Courir et marcher pendant 12 minutes.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)		Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils peuvent courir et/ou marcher sans s'arrêter (les coureurs). Qu'ils peuvent compter les tours effectués par leurs camarades (les élèves arbitres).</p>	<p>La classe est séparée en 2 groupes. Dans un 1er temps, le groupe 1 court et le groupe 2 compte. Après 12 minutes, les rôles sont inversés.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Où : Autour du terrain. - Quand : au signal de l'instituteur, PENDANT 12MIN. - Avec qui : par paire. Un camarade compte le nombre de tour, l'autre court. Puis après 12 minutes ils changent de rôle. - Comment : En alternant la marche et la course. (les coureurs). Les marqueurs notent le nombre de tours au bout des 12 minutes, au signal du professeur. 		<ul style="list-style-type: none"> - Tous les élèves ont couru et marché quand ce fut leur tour. - Tous les élèves ont compté le nombre de tours parcouru par leurs camarades quand ce fut leur tour.
<p>2- Idem, mais les rôles sont inversés.</p>	<p>Idem, mais les rôles sont inversés:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les coureurs deviennent compteurs - Les compteurs deviennent coureurs 		<ul style="list-style-type: none"> - Tous les élèves ont couru et marché quand ce fut leur tour. - Tous les élèves ont compté le nombre de tours parcouru par leurs camarades quand ce fut leur tour.

Classe: Toutes les classes
Activité: Endurance
Séance #: 1 (suite)
Niveau des élèves: Tous les niveaux

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Organisation de la classe

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

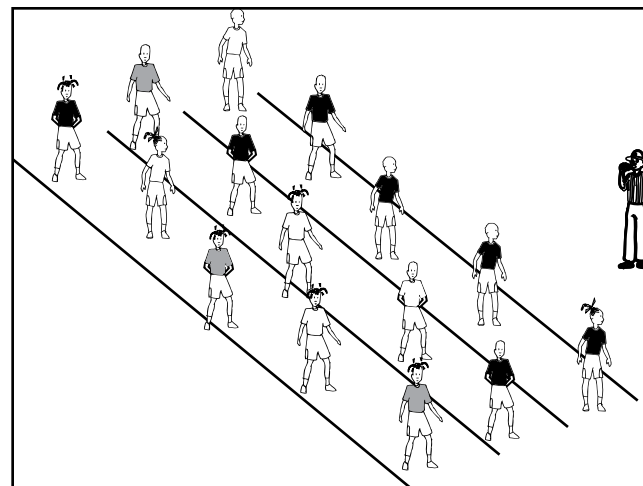
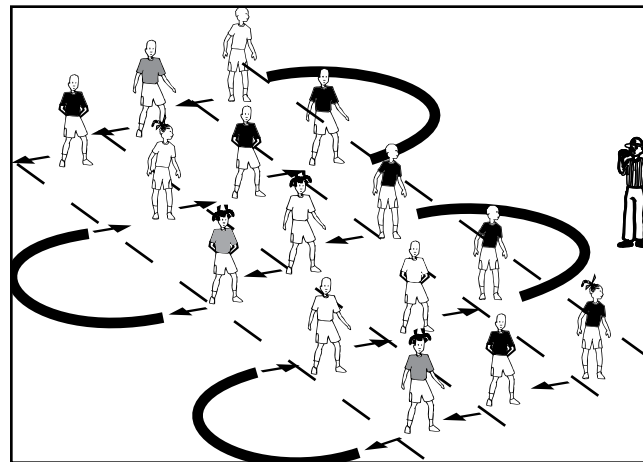
Comportements

Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)

Indicateurs de réussite

1- Qu'ils peuvent se placer en serpent.

Quand : Au signal du maître.
Avec qui : Selon leur place dans la course, les élèves seront répartis en 3 colonnes.
Comment : le 1er, le 2ème et le 3ème sont en tête de colonne. Les autres seront placés en suivant le schéma d'un serpent : le 4ème derrière le 3ème ; le 5ème derrière le 2ème, le 6ème derrière le 1er. Le 7ème derrière le 6ème, le 8ème derrière le 5ème, le 9ème derrière le 4ème, ainsi de suite toujours en serpent.
TROIS COLONNES donc TROIS EQUIPES sont le résultat : la file derrière le numéro 1 = équipe 1, celle derrière le numéro 2 = équipe 2 et celle derrière le numéro 3 = équipe 3.



- Tous les élèves sont alignés avec leur équipe.
- Tous peuvent dire à quelle équipe ils appartiennent.

Cycle de Course d'Endurance

■ Dominante:
Bio- Énergétique

■ Niveau des élèves:
1,2,3^{ème} année ou débutants
4,5,6^{ème} année ou avancés

Notes préliminaires :

La course d'endurance est une activité qui peut être pratiquée à tous les niveaux sans grande difficulté. Le matériel requis est voisin de zéro, seul l'espace de course doit être disponible.

Analyse sommaire de l'activité :

La course d'endurance réclame une dépense énergétique conséquente. Elle est très peu de technique. Elle requiert en revanche une réflexion tactique liée à la gestion de la course.

Biomécaniquement, la course d'endurance ou de vitesse diffère de la marche dans le fait qu'elle comprend une phase de suspension, si brève soit-elle, et une phase d'atterrissage.

Le but de ce cycle est d'enseigner aux élèves que « pour courir longtemps, il faut courir lentement ». En effet, l'attitude générale du débutant est de se précipiter dans la course sans réaliser que s'ils courent trop vite, ils ne pourront pas courir pendant 12 minutes, ou même pendant plus de 3 minutes.

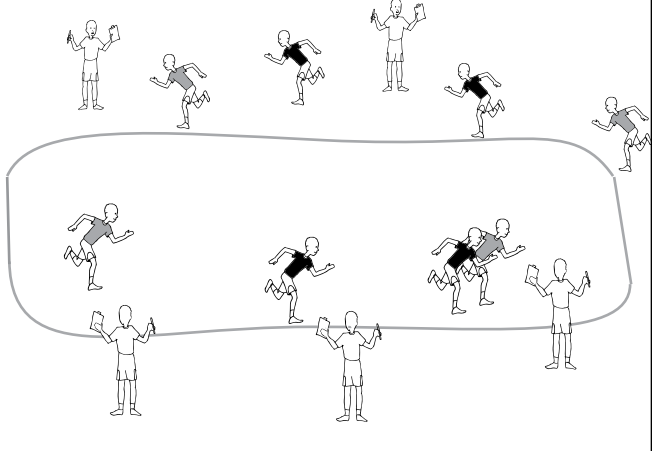
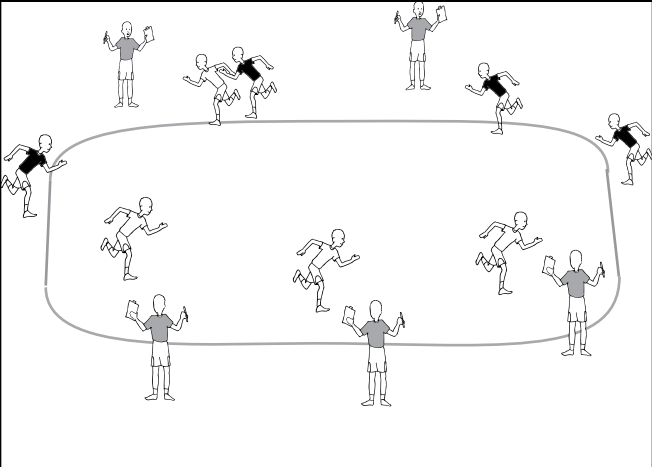
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 1
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Courir et marcher pendant plusieurs minutes

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent courir et marcher pendant le plus longtemps possible</p>	<p>Quand? Au coup de sifflet du maître Comment ? Alternier marche et course sans arrêt Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui compte et note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. Où ? à la périphérie du terrain <u>Règles à suivre:</u> L'élève qui s'arrête complètement est éliminé</p>		<p>- Les enfants courent sans se gêner, sans s'essouffler, avec un rythme régulier</p>
<p>2- Qu'ils peuvent courir et marcher pendant le plus longtemps possible</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: FINALEMENT, CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISSES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Les enfants courent sans se gêner, sans s'essouffler, avec un rythme régulier</p>

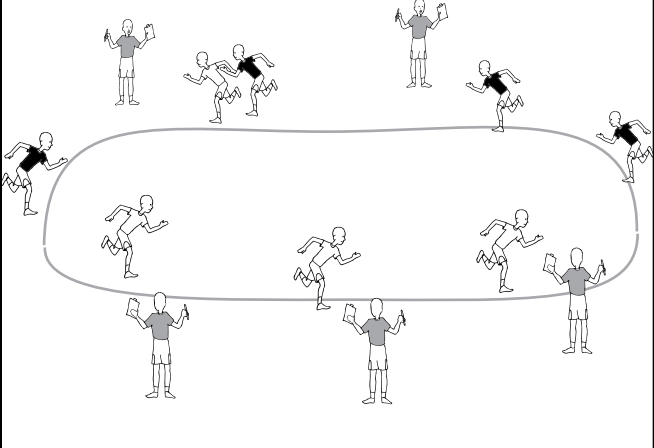
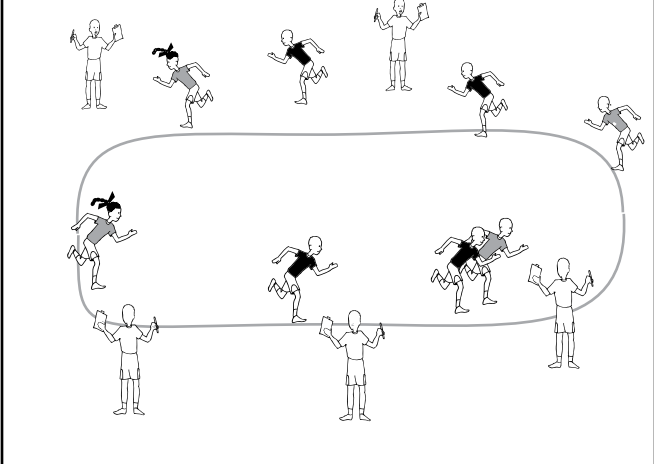
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 2
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Test de cooper (12 minutes de course)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

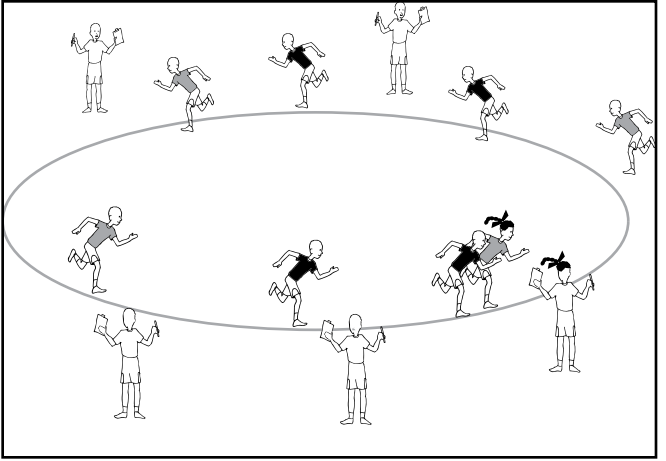
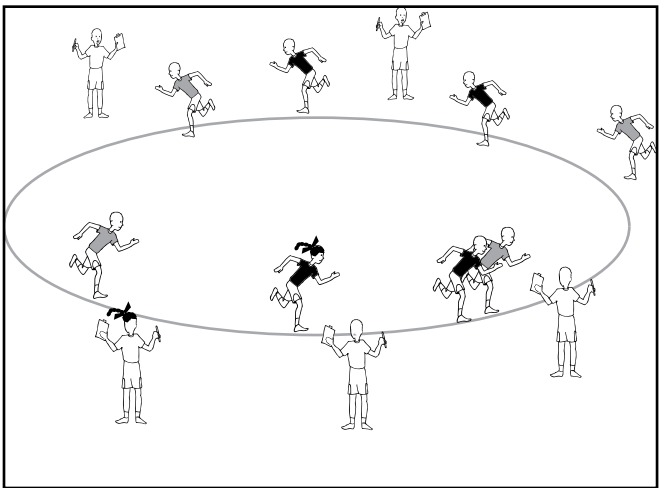
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent courir 12 minutes sans s'arrêter, à leur rythme (test de cooper)</p>	<p>Quand? Au coup de sifflet du maître Comment ? Course sans arrêt Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. . Où ? à la périphérie du terrain <u>Règles à suivre:</u> L'élève qui s'arrête complètement doit recommencer.</p>		<p>- Tous courent pendant les 12 minutes requises</p>
<p>1-Qu'ils peuvent courir 12 minutes sans s'arrêter, à leur rythme (test de cooper)</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: FINALEMENT CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISSES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Idem</p>

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 3
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Parcourir une grande distance

Objectifs généraux de la séance:
A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Courir sans s'arrêter ni marcher sur la plus grande distance possible.</p>	<p>Quand? Départ : Au coup de sifflet du maître. Arrêt : A la limite de capacité de l'élève Comment ? Courir sans arrêt Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui compte et note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. Où ? à la périphérie du terrain Règles à suivre: L'élève qui s'arrête complètement est considéré comme ayant atteint sa limite de distance</p>		<p>- Tous ont effectué le même nombre tours ou plus, que la dernière séance</p>
<p>1- Courir sans s'arrêter ni marcher sur la plus grande distance possible.</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Tous ont effectué le même nombre tours ou plus, que la dernière séance</p>

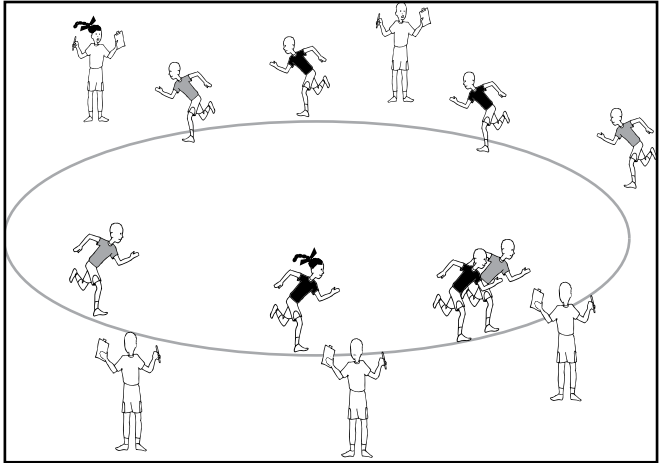
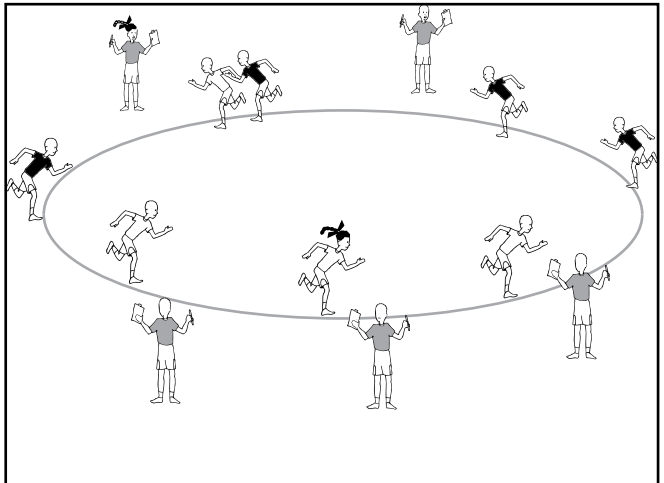
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 4
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Parcourir un nombre de tours prédéterminé dans un minimum de temps

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Courir sans s'arrêter ni marcher "n" tours de terrain</p>	<p>Quand? Départ : Au coup de sifflet du maître. Comment ? Courir sans arrêt pendant "n" tours (n dépendant de la performance précédente de l'élève et correspondant à un progrès par rapport à la séance précédente) Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui compte et note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. Où ? à la périphérie du terrain</p>		<p>- Tous ont effectivement couru "n" tours de terrain</p>
<p>2- Idem</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISSES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Tous ont effectivement couru "n" tours de terrain</p>

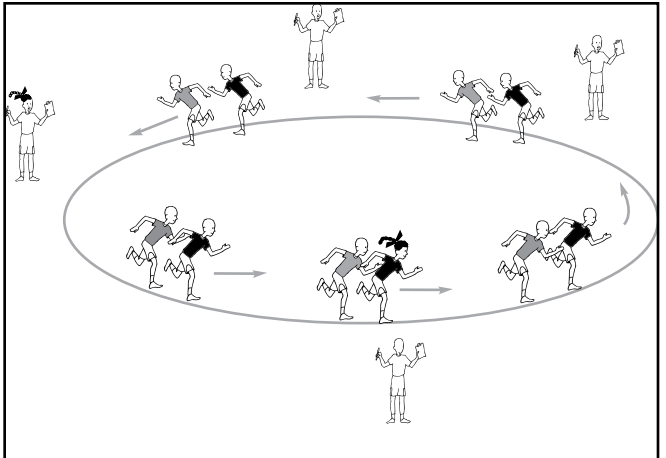
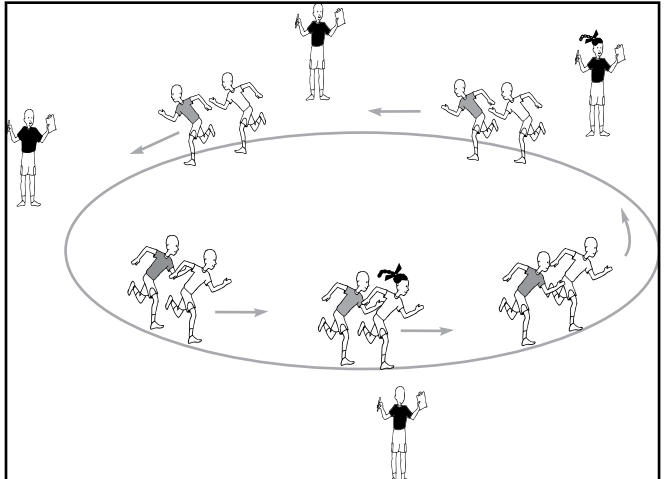
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 5
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Suivre un rythme imposé

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Courir en respectant l'allure de son camarade pendant 2 mn."</p>	<p>Quand? Départ : Au coup de sifflet du maître. Le maître siffle chaque 2 minutes Comment ? Courir sans arrêt pendant 2 minutes. Avec qui ? tous les élèves sont associés à un camarade. L'un d'eux court, l'autre le suit au même rythme. Après 2 minutes, changement de leader. Un 3ème s'assure que le rythme est effectivement suivi Où ? à la périphérie du terrain.</p>		<p>- Tous ont pu courir au même rythme que leur camarade</p>
<p>2- Idem</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Tous ont pu courir au même rythme que leur camarade</p>

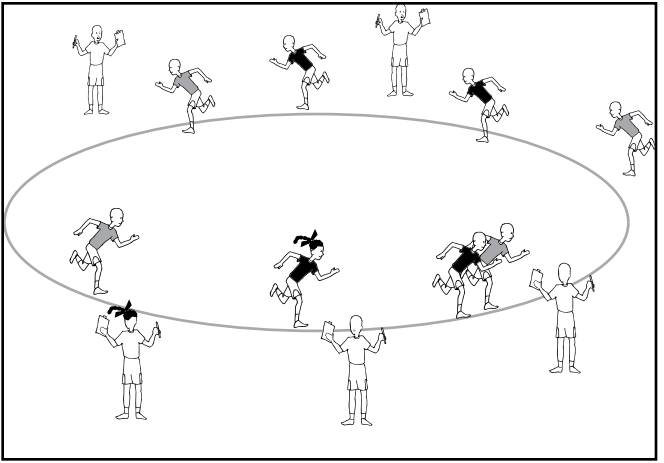
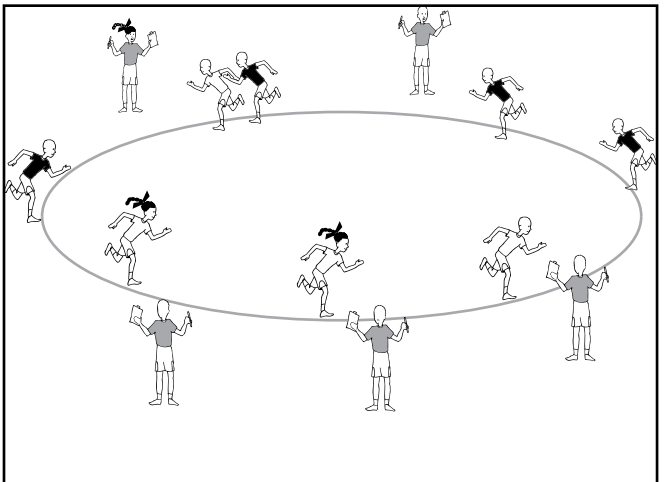
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 6
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Tournoi triangulaire

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent organiser le déroulement d'un tournoi triangulaire.</p>	<p>Quand? Au coup de sifflet du maître Comment ? Courir au petit trôt sans arrêt pendant 12 minutes. Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui compte et note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. Il note aussi d'éventuels changement de rythme. Où ? À la périphérie du terrain. <u>Règles à suivre:</u> L'élève qui s'arrête complètement ou qui marche doit recommencer</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Tous les arrêts sont comptabilisés. - Les élèves assurent correctement le comptage des tours et l'attribution des points.
<p>2- Idem</p>	<p>- Idem. - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Idem</p>

Cycle de Lancers Légers

■ Dominante: Bio-mécanique¹

¹ Cette dimension se réfère au geste technique particulier à l'activité, à ce qu'on appelle communément la technique

■ Niveau des élèves: 1,2,3^{ème} année ou débutants

Notes préliminaires :

Comme cela a été souligné plus haut, beaucoup d'activités physiques ont peu de chances d'être pratiquées dans les écoles haïtiennes par manque de formation des professeurs, parce que ces activités ne font pas vraiment partie des habitudes du milieu dans lequel évoluent élèves et enseignants et par manque de matériel. C'est le cas du lancer de javelot. Cependant, il y a moyen d'aborder des activités voisines qui s'apparentent à cette discipline olympique. Cela est particulièrement vrai dans le cadre de ce manuel, étant donné que le but de ces cours n'est pas la compétition sportive, mais de mettre l'élève en contact avec des activités motrices faisant partie de ce qui se pratique dans le monde actuel. Ainsi dans ce cycle de lancers légers, des ballons et des bâtons pourront être utilisés.

Certains points seront l'objet de l'attention particulière de l'instituteur:

- La sécurité

La préoccupation première de l'instituteur est de sensibiliser les élèves aux risques liés à l'activité. En effet, les élèves ne devront lancer le poids, la pierre lourde, le javelot ou le bâton qu'au signal et aux indications de l'enseignant. Celui-ci se sera assuré, au préalable, qu'aucun élève ne se trouve sur la trajectoire éventuelle des engins. Il ne sera pas permis aux élèves de manipuler les poids, bâtons ou javelots en dehors de la séance. De même, les élèves ne

doivent pas effectuer de lancers hors de la zone prédéterminée par l'enseignant.

- L'aire ou zone de lancer

Elle devra être absolument vide d'élèves, sauf quand certains iront ramasser les engins lancés, pour les ramener. A ce moment aucun lancer ne sera permis.

- La technique

Les lancers, en tant que disciplines sportives, sont des activités réclamant un bon niveau de technicité. Cependant, au niveau des cours d'éducation physique, les références à la technique seront rares. Les mises en situation seront suffisantes pour déterminer comment les élèves agiront vis-à-vis de l'engin. N'oublions pas que l'instituteur lui-même n'a pas nécessairement eu une expérience dans cette activité. Le but étant une large pratique globale pour une large expérience motrice, les séances proposées ne réclament donc pas une grande habileté technique.

Analyse sommaire de l'activité :

Tout lancer, lourd ou léger, comprend une préparation, un élan et une projection.

- **La préparation** est le moment où l'élève détermine la tenue de l'engin, la position du corps par rapport à la direction vers laquelle l'engin va s'envoler.
- **L'élan** doit lui permettre de lancer le poids plus loin que s'il restait statique. L'élève devra pouvoir convertir son élan (course, flexion suivies d'extension des jambes et rotation du tronc) en force de lancement. La liaison entre l'élan et le lancer est importante. L'expérimentation sous diverses formes, telle

que conçue dans ces quelques séances, devrait lui permettre d'acquérir certaines sensations qu'il pourra réinvestir plus tard dans ces activités ou dans d'autres situations.

- **La projection** est dans la suite directe le l'élan dont elle dépend. L'angle d'envol devrait se situer autour de 45 degrés, mais cette notion d'angle n'a pas à être abordée à un tel niveau de pratique. Elle figure ici à titre indicatif.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Lancer de bâton(ou de javelot)
Séance no : 1
Niveau des élèves : Débutants

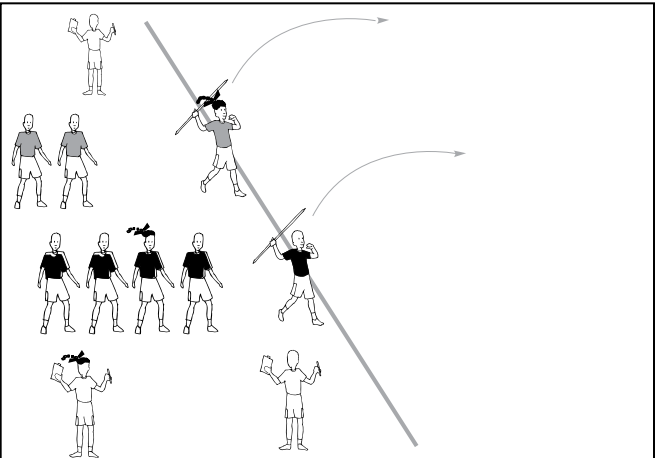
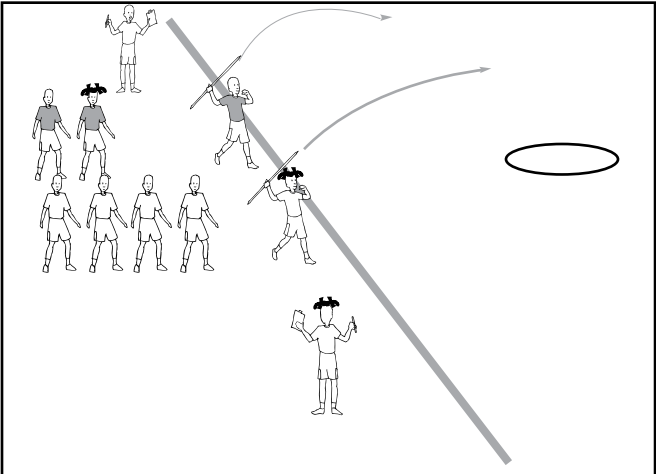
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 bâton pour 2 élèves (assez rectiligne ou 1 javelot) de 1,5 m.

Thème de la séance: Lancer un bâton

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent lancer le bâton dans une direction voulue.</p>	<p>Quand? Au signal du prof seulement. Avec qui ? Les élèves de 2 équipes sont alignés, la 3ème équipe note les erreurs. Où ? Derrière la ligne. Comment ? Lancer les bâtons le plus prêt possible de celui du prof (5m puis 6m puis 7m, etc.. de la ligne). <u>Règles à suivre:</u> Le bâton ne doit pas tourner autour de lui-même, mais filer droit (de manière globale).</p>		<p>- Tous les bâtons sont lancés dans la bonne direction.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent lancer un bâton dans une direction voulue.</p>	<p>Quand? Au signal du prof seulement. Avec qui ? Les élèves de 2 équipes sont alignés, la 3ème équipe note les erreurs. Où ? Derrière la ligne Comment ? Lancer le bâton le plus prêt possible du cercle (2 m de diamètre) tracé au sol. <u>Règles à suivre:</u> le bâton, TENU AU NIVEAU DE LA TÊTE, ne doit pas tourner autour de lui-même.</p>		<p>- Tous les bâtons tombent, au moins, à proximité du cercle direction.</p>

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Lancer de bâton(ou de javelot)
Séance no : 2
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:

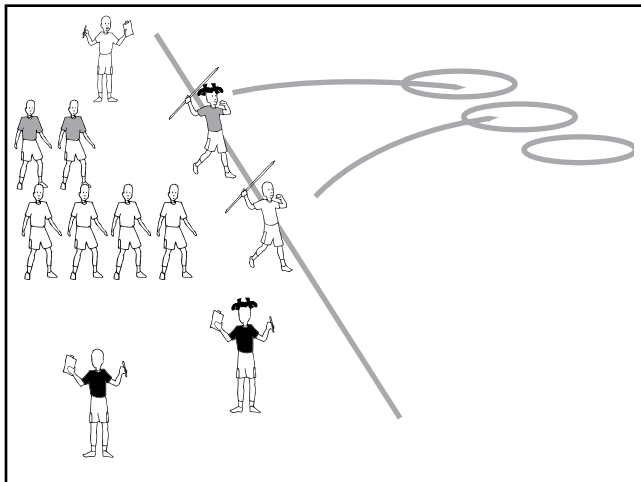
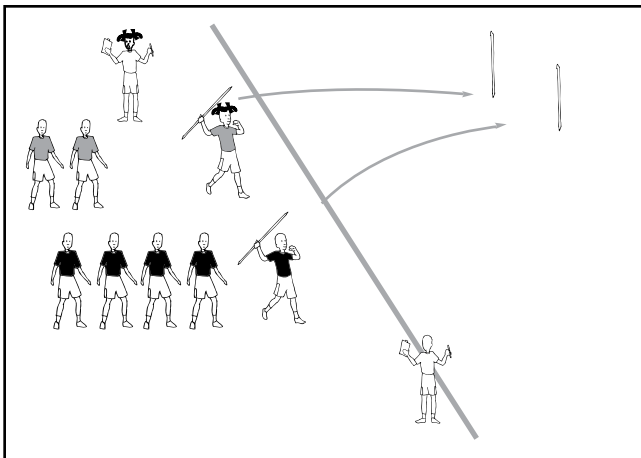
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 bâton pour 2 élèves (assez rectiligne ou 1 javelot) de 1,5 m.

Thème de la séance: Lancer de précision

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils sont capables de lancer le bâton avec un degré de précision prédéterminé.</p>	<p>Quand? Au signal du prof seulement Avec qui ? Les élèves de 2 équipes sont alignés, la 3ème équipe note les erreurs. Où ? Derrière la ligne Comment ? Lancer leurs bâtons entre 2 bâtons plantés au sol. <u>Règles à suivre:</u> le bâton, tenu au niveau de la tête, ne doit pas tourner autour de lui-même.</p>	<p>- Tous les bâtons passent entre les 2 plantés au sol.</p>
<p>2- Qu'ils sont capables de lancer le bâton avec un degré de précision prédéterminé.</p>	<p>Quand? Au signal du prof seulement Avec qui ? les élèves de 2 équipes sont alignés Où ? Derrière la ligne Comment ? Lancer leurs bâtons vers différents cercles tracés au sol et numérotés. Les points sont marqués selon le chiffre touché. <u>Règles à suivre:</u> le bâton, tenu au niveau de la tête, ne doit pas tourner autour de lui-même.</p>	<p>- Tous les bâtons tombent dans l'une ou l'autre direction.</p>



Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Lancer de bâton(ou de javelot)
Séance no : 3
Niveau des élèves : Débutants

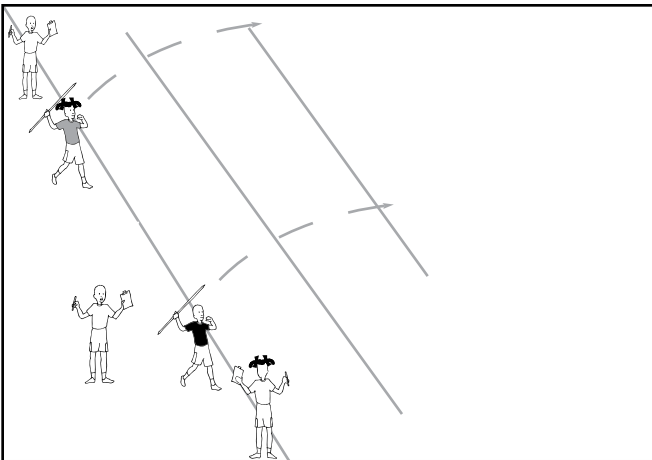
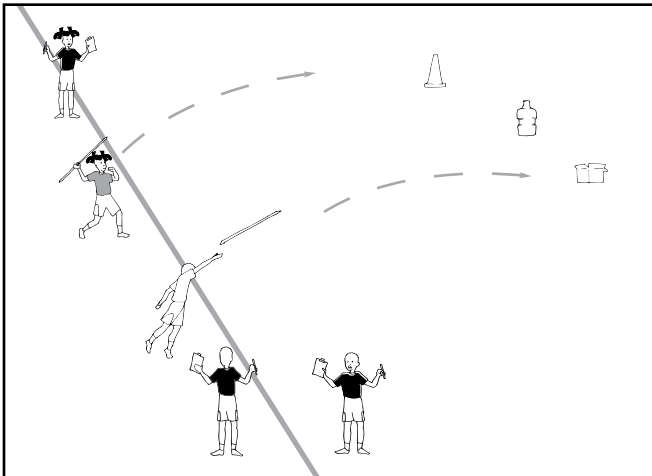
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 bâton pour 2 élèves (assez rectiligne ou 1 javelot) de 1,5 m.

Thème de la séance: Toucher le sol de la pointe du bâton.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils sont capables de contrôler leur distance de lancer.</p>	<p>Quand? Au signal du prof seulement. Avec qui ? Les élèves de 2 équipes sont alignés Où ? de différentes positions (différentes distances). Comment ? Lancer leurs bâtons de différentes positions tracées au sol vers une zone précise. Les points sont marqués selon la position de lancer. <u>Règles à suivre:</u> Le bâton, tenu au niveau de la tête, ne doit pas tourner autour de lui-même.</p>		<p>- Les bâtons atteignent les distances maximums pour ce groupe d'élèves 9 dépend de l'âge et du gabarit.</p>
<p>2- Qu'ils sont capables de contrôler leur distance de lancer.</p>	<p>Quand? Au signal du prof seulement Avec qui ? les élèves de 2 équipes sont alignés Où ? De différentes positions (différentes distances) Comment ? Lancer leurs bâtons de différentes positions tracées au sol vers plusieurs cibles différentes (ils doivent annoncer la cible visée). Les points sont marqués selon la position de lancer. <u>Règles à suivre:</u> Lancer le bâton au signal du prof seulement le bâton, tenu au niveau de la tête, ne doit pas tourner autour de lui-même.</p>		<p>- La plupart des points de chute correspondent à ceux annoncés.</p>

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Lancer de bâton(ou de javelot)
Séance no : 4
Niveau des élèves : Débutants

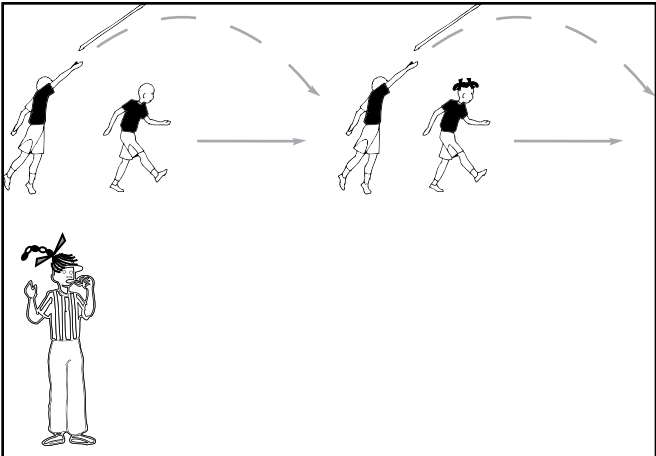
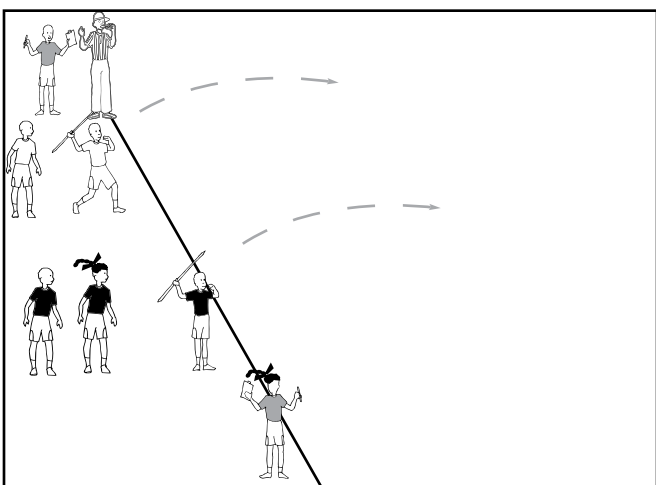
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 bâton pour 2 élèves (assez rectiligne ou 1 javelot) de 1,5 m.

Thème de la séance: Organisation d'un tournoi de lancer de bâton.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent lancer le bâton à répétitions</p>	<p>Avec qui ? Les élèves de 2 équipes sont alignés, la troisième arbitre et marque les points Où ? De différentes positions (différentes distances). Comment ? Lancer leurs bâtons et marcher. A partir du point de chute, lancer encore une fois : Qui parcourt la plus grande distance en 3 lancers ? <u>Règles à suivre:</u> Lancer le bâton au signal du prof seulement. Le bâton, tenu au niveau de la tête, ne doit pas tourner autour de lui-même. LE BATON DOIT TOUCHER LE SOL AVEC LA POINTE.</p>		<p>- La plupart des bâtons touchent le sol avec la pointe.</p>
<p>2-Qu'ils peuvent organiser un tournoi triangulaire de lancer</p>	<p>Quand? Au signal du prof seulement Avec qui ? les élèves de 2 équipes sont alignés, la troisième arbitre et marque les points Où ? de différentes positions (différentes distances). Comment ? Lancer leurs bâtons de la ligne vers des distances de plus en plus éloignées. <u>Règles à suivre:</u> Lancer le bâton au signal du prof seulement le bâton, tenu au niveau de la tête, ne doit pas tourner autour de lui-même. LE BATON DOIT TOUCHER LE SOL AVEC LA POINTE.</p>		<p>- Les arbitres signalent les fautes à temps. - Les points sont notés correctement. - Les résultats sont donnés.</p>

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Lancer de bâton(ou de javelot)
Séance no : 5
Niveau des élèves : Débutants

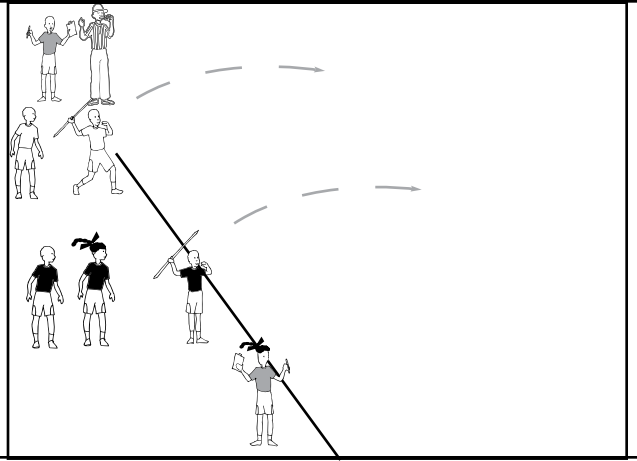
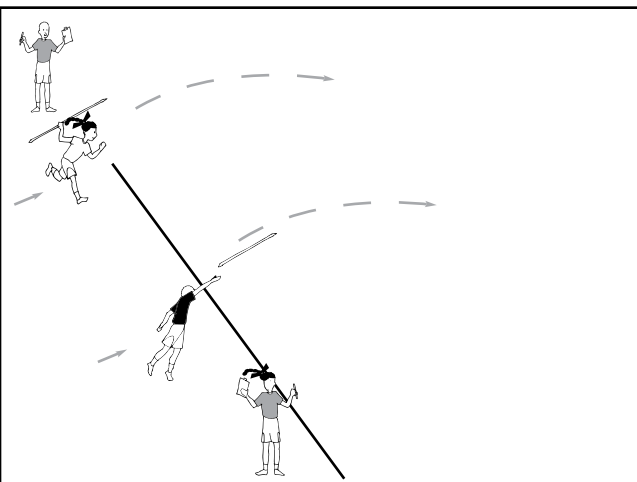
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 bâton pour 2 élèves (assez rectiligne ou 1 javelot) de 1,5 m.

Thème de la séance: Lancer léger avec élan

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent lancer plus loin grâce à une extension de jambes.</p>	<p>Quand? Au signal du prof seulement. Avec qui ? Les élèves de 2 équipes sont alignés, la troisième arbitre et marque les points. Comment ? Lancer leurs bâtons de la ligne étant, le plus loin possible, d'abord les jambes droites, ensuite en pliant et dépliant les jambes brusquement. <u>Règles à suivre:</u> le bâton, tenu au niveau de la tête, ne doit pas tourner autour de lui-même. LE BATON DOIT TOUCHER LE SOL AVEC LA POINTE.</p>		<p>- Tous lancent plus loin que lors des lancers SANS extension de jambes.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent lancer plus loin grâce à une course d'élan.</p>	<p>Quand? Au signal du prof seulement Avec qui ? les élèves de 2 équipes sont alignés, la troisième arbitre et marque les points. Où ? devant la ligne Comment ? Courir sur 5 mètres jusqu'à la ligne, puis Lancer leurs bâtons le plus loin possible. <u>Règles à suivre:</u> Lancer le bâton au signal du prof seulement le bâton, tenu au niveau de la tête, ne doit pas tourner autour de lui-même. le bâton doit toucher le sol avec la pointe.</p>		<p>- Tous lancent plus loin que lors des lancers avec extension de jambes seulement.</p>

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Lancer de bâton(ou de javelot)
Séance no : 6
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 bâton pour 2 élèves (assez rectiligne ou 1 javelot) de 1,5 m.

Thème de la séance: Tournoi triangulaire.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

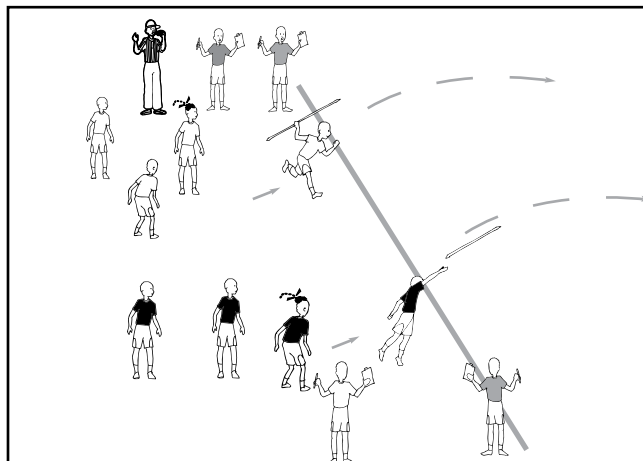
Comportements

Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)

Indicateurs de réussite

1- Qu'ils peuvent organiser un tournoi triangulaire de lancer de bâton (ou de Javelot si ce matériel est disponible).

Avec qui ? Les élèves de 2 équipes sont alignés, la troisième arbitre et marque les points.
Où ? Devant la ligne
Avec quoi? Le bâton, tenu au niveau de la tête,
Comment ? Courir sur 10 mètres jusqu'à la ligne, puis Lancer le bâton le plus loin possible
Règles à suivre: Lancer le bâton au signal du prof seulement
Le bâton ne doit pas tourner autour de lui-même. le bâton doit toucher le sol avec la pointe.



- Les arbitres signalent les fautes à temps.
- Les points sont notés correctement.
- Les résultats sont donnés.

Cycle de Football

■ Dominante: Bio- informationnelle¹

¹ Cette dimension se réfère à tous les indices captés dans l'environnement, que ce soit par la vue (ex. : position des partenaires, des adversaires, de la balle) ou l'ouïe (demande à voix haute d'un partenaire, bruit de pas d'un poursuivant, coup de sifflet de l'arbitre)

■ Niveau des élèves: 1,2,3^{ème} année ou débutants

Notes préliminaires :

L'instituteur ou l'institutrice n'ont pas nécessairement une formation en Éducation Physique. Cela est très certainement vrai en Haïti où il n'y a pas d'école de formation de cadres en éducation physique ou en sport. Cependant, **il est possible d'enseigner des activités comme le Football sans formation dans cette activité.**

En effet, dans l'approche proposée dans ce manuel, la référence directe à la technique a peu de place. **Ce sont les mises en situation qui permettront de canaliser l'action de l'élève de sorte que les réponses motrices soient celles que nous attendons d'eux.** N'oublions pas les objectifs de l'éducation physique sont, entre autres, mettre l'élève en contact avec cette partie du patrimoine de l'humanité constituée par l'activité physique et le sport. À ce titre, **l'objectif de l'éducation physique n'est pas de chercher à détecter des futurs champions de l'élite sportive.** La technique, si elle est intrinsèque au sport, n'est pas un but en soi.

Analyse de l'activité :

Le Football, le Rugby, le Handball et la majorité des sports collectifs sont des activités où l'élève analyse les informations pour élaborer une réponse motrice. Exemple : La position des adversaires, la trajectoire de la balle. Ces informations sont analysées inconsciemment, au moins en partie, la réponse considérée comme appropriée également.

Les sports dits collectifs comprennent tous **une phase d'attaque et une phase de défense.** Quand une équipe attaque (elle est

donc en possession du ballon), l'autre défend son camp. Cela est vrai pour le Handball, le Rugby, le Basket-ball et le Volley-ball. L'instituteur pourra, selon cette constatation, décider de travailler la défense ou l'attaque selon la classe à laquelle il a affaire. D'autres réalités, d'ordre tactique, pourront guider ses choix pédagogiques.

Par exemple :

- Les élèves, qui ont un certain niveau de pratique, savent que s'agglutiner autour de la balle est contre-productif. D'où la notion de DÉMARQUAGE (« Aller là où il n'y a personne » dans un langage adapté aux enfants).
- Lors d'une passe, le lanceur ne reste pas figé sur place. Des choix tactiques s'offrent à lui, par exemple, il peut suivre sa balle afin de soutenir l'actuel porteur de balle (« passer et suivre sa balle » ou partir dans une direction décidée par lui afin éventuellement de recevoir encore la balle (« passe et va »).

Règles à suivre¹

Voici les principales règles que l'instituteur fera respecter par les élèves, et que les élèves auront à faire respecter quand ils assurent le déroulement des tournois :

- Défense de toucher la balle avec les bras et les mains (sauf le gardien). Tout touché de balle entraîne une remise en jeu par l'équipe adverse, là où la faute a été commise.
- Défense de pousser, de tirer de frapper les camarades.
- Quand la balle sort sur le côté, la remise en jeu se fait avec les 2 mains derrière la ligne, là où la balle est sortie

¹ Le règlement de chaque activité physique occupe très souvent tout un manuel. Les règles énoncées ici sont un minimum qui assurent le déroulement de l'activité sans la dénaturer

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Football
Séance no : 1
Niveau des élèves : Débutants

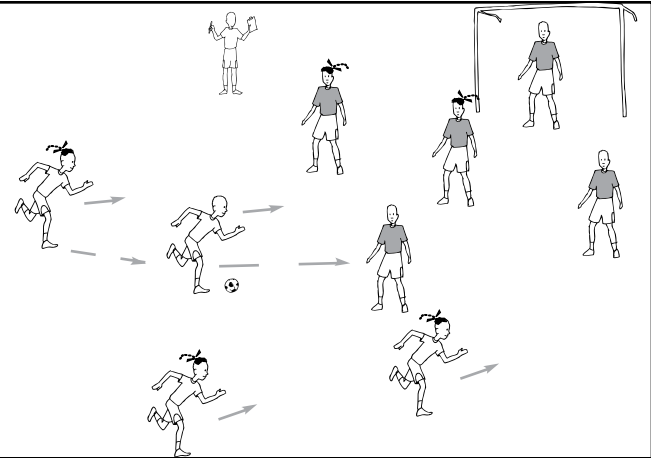
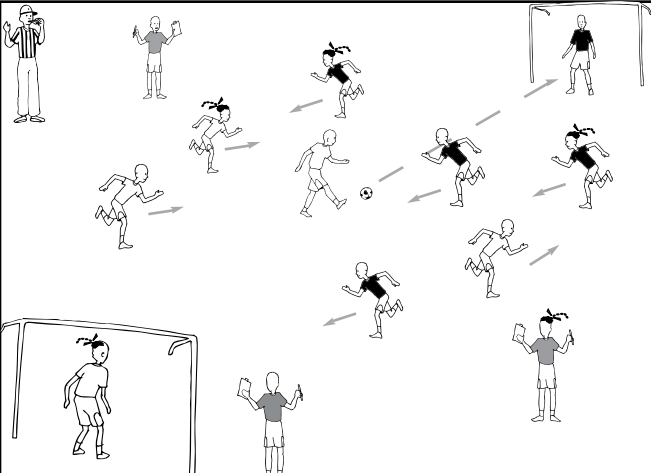
Thème de la séance: Compréhension du but et des règles du jeu.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Matériel requis:

- 1 balle/ 2 élèves
- 1 bandeau par élève (3 couleurs différentes)
- 4 pierres (ou autre- à utiliser comme « poteaux de but)

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)		Indicateurs de réussite
1- Qu'ils ont compris le but du jeu.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts. Qd ? Au signal de l'instituteur Comment ? Les élèves conduisent la balle avec les pieds et arrivés devant les buts, s'arrêtent et tirent. Ils reviennent à leur point de départ. Ceux de l'équipe adverse (à qui il n'est pas demandé d'intervenir) récupèrent le ballon et font de même dans l'autre direction. La 3ème équipe compte le nombre de buts marqués.</p>		-Tous les élèves ont effectué 5 tirs au but au moins.
2- Qu'ils respectent les règles du jeu.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts MALGRÉ LES ADVERSAIRES. Cette fois, ces derniers doivent donc défendre leur camp. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central. <u>Règles à suivre</u> : Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres.</p>		- Tous les joueurs ont touché au moins 5 fois au ballon.

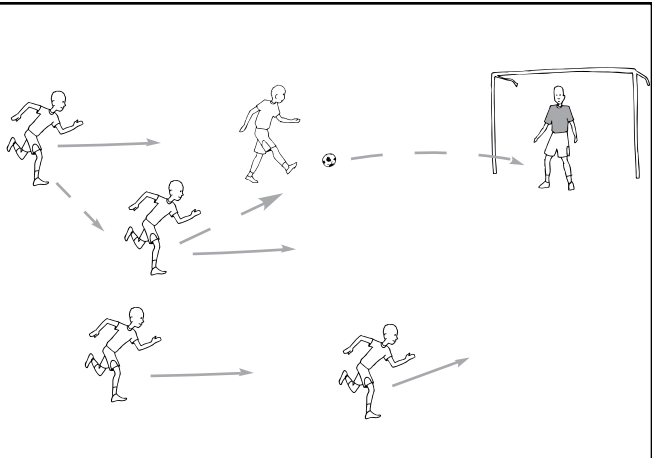
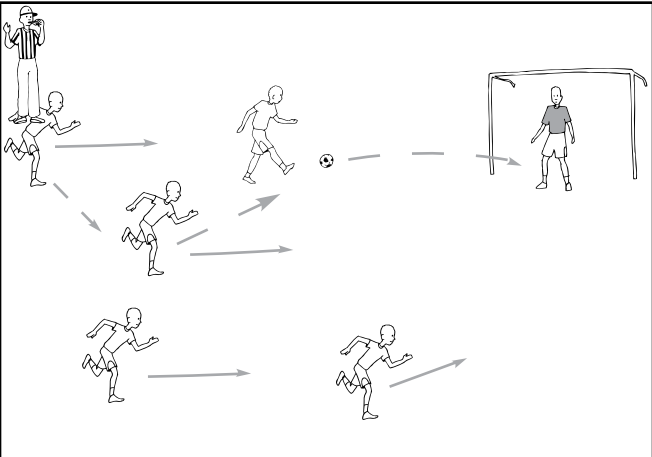
Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Football
Séance no : 2
Niveau des élèves : Débutants

Thème de la séance: Passes aux co-équipiers

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Matériel requis:
- 1 balle/ 2 élèves
- 1 bandeau par élève (3 couleurs différentes)
- 4 pierres (ou autre- à utiliser comme « poteaux de but)

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils peuvent passer la balle aux partenaires	<p>Où ? En partant de leur camp jusqu'au camp adverse</p> <p>Qd ? Au signal de l'instituteur</p> <p>Comment ? L'équipe conduit la balle avec les pieds en faisant des passes et arrivés devant les buts, tirent. Ils reviennent à leur point de départ.</p> <p><u>Règles exceptionnelles à suivre :</u> - Pas plus de 3 touchers de balles (pr obliger aux porteurs de balle à faire des passes). Chaque équipe passe à tour de rôle. - Tous doivent toucher la balle</p> 	- Tous les élèves ont touché la balle.
2- Qu'ils peuvent passer la balle VERS L'AVANT aux partenaires.	<p>Où ? En partant de leur camp jusqu'au camp adverse</p> <p>Qd ? Au signal de l'instituteur</p> <p>Comment ? L'équipe conduit la balle avec les pieds en faisant des passes et arrivés devant les buts, tirent. Ils reviennent à leur point de départ.</p> <p><u>Règles exceptionnelles à suivre :</u> - Pas plus de 3 touchers de balles. - PAS DE PASSES VERS L'ARRIERE (pr obliger l'avancée vers le camp adverse).</p> 	-Tous ont fait une passe vers l'avant.

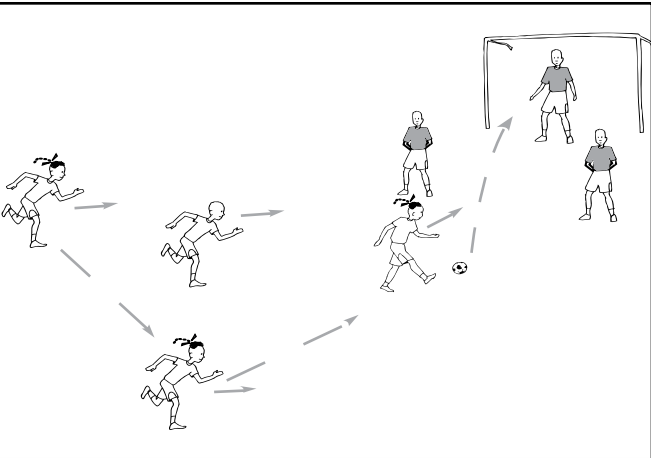
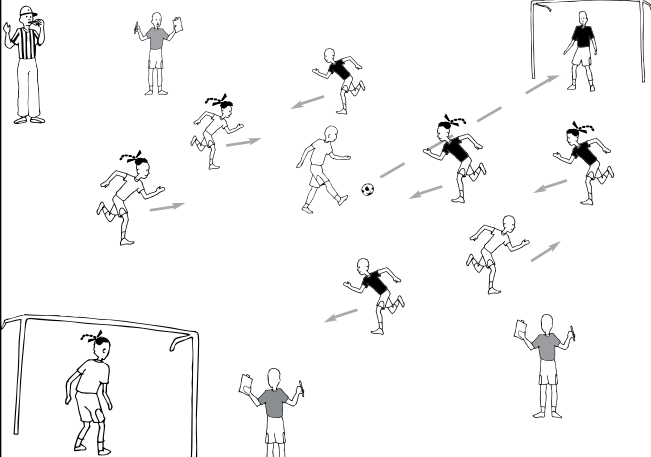
Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Football
Séance no : 3
Niveau des élèves : Débutants

Thème de la séance: Attaque vers le camp adverse.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Matériel requis:
- 1 balle/ 2 élèves
- 1 bandeau par élève (3 couleurs différentes)
- 4 pierres (ou autre- à utiliser comme « poteaux de but)

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils avancent vers le but adverse.	<p>Comment ? Partant de leur camp, les élèves conduisent la balle avec les pieds et arrivés devant les buts, s'arrêtent et tirent. Ils reviennent à leur point de départ. Les adversaires défendent leur camp AVEC 2 JOUEURS seulement, LES MAINS DERRIÈRE LE DOS. Puis au tour de l'autre équipe dans l'autre direction. La 3ème équipe compte le nombre de buts marqués.</p> <p><u>Règles à respecter :</u> - Tous les élèves doivent toucher à la balle. - Pas plus de 3 touchers de balle par élève et par attaque.</p> 	-Tous les élèves vont en direction du but adverse.
2- Qu'ils respectent les règles du jeu.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires.</p> <p>Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.</p> <p><u>Règles à suivre :</u> - Défense de toucher le ballon avec les mains (sauf le gardien) Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres</p> 	- Les arbitres signalent les fautes quand elles sont commises

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Football
Séance no : 4
Niveau des élèves : Débutants

Thème de la séance: Démarquage (se mettre là où il n'y a personne pour recevoir le ballon)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Matériel requis:

- 1 balle/ 2 élèves
- 1 bandeau par élève (3 couleurs différentes)
- 4 pierres (ou autre- à utiliser comme « poteaux de but)

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Football
Séance no : 5
Niveau des élèves : Débutants

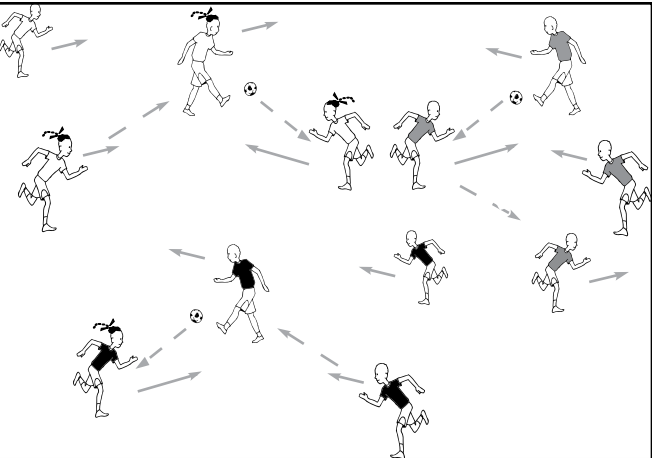
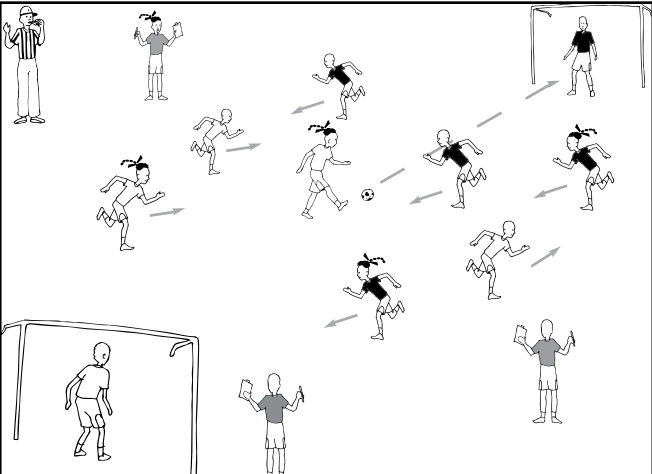
Thème de la séance: Tirs au but

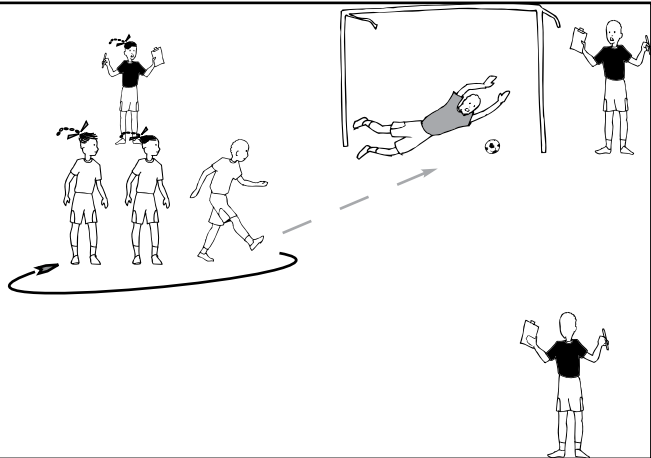
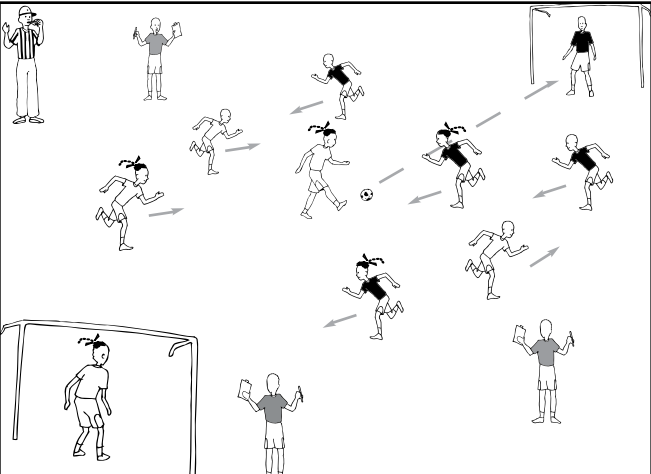
Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Matériel requis:

- 1 balle/ 2 élèves
- 1 bandeau par élève (3 couleurs différentes)
- 4 pierres (ou autre- à utiliser comme « poteaux de but)

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils vont là où il n'y a personne.	<p>- Où ? Dans le terrain - Qd ? Au signal de l'instituteur. - Avec qui ? Chaque équipe joue séparément. - Comment ? En faisant des passes à l'intérieur du terrain. <u>Règles exceptionnelles à suivre</u> : - Pas plus de 2 contrôles de balle - l'élève se déplace après chaque passe, là où AUCUN DE SES CO-ÉQUIPIERS SE TROUVENT</p> 	- Pas d'agglutination d'élèves autour de la balle.
2- Qu'ils sont capables de faire respecter les règles du jeu.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central <u>Règles à suivre</u> : - Défense de toucher le ballon avec les mains (sauf le gardien) Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres Ici, L'ACCENT EST MIS SUR LES ELEVE-ARBITRES.</p> 	- Les élève- arbitres assurent correctement le déroulement des tournois quand c'est leur tour.

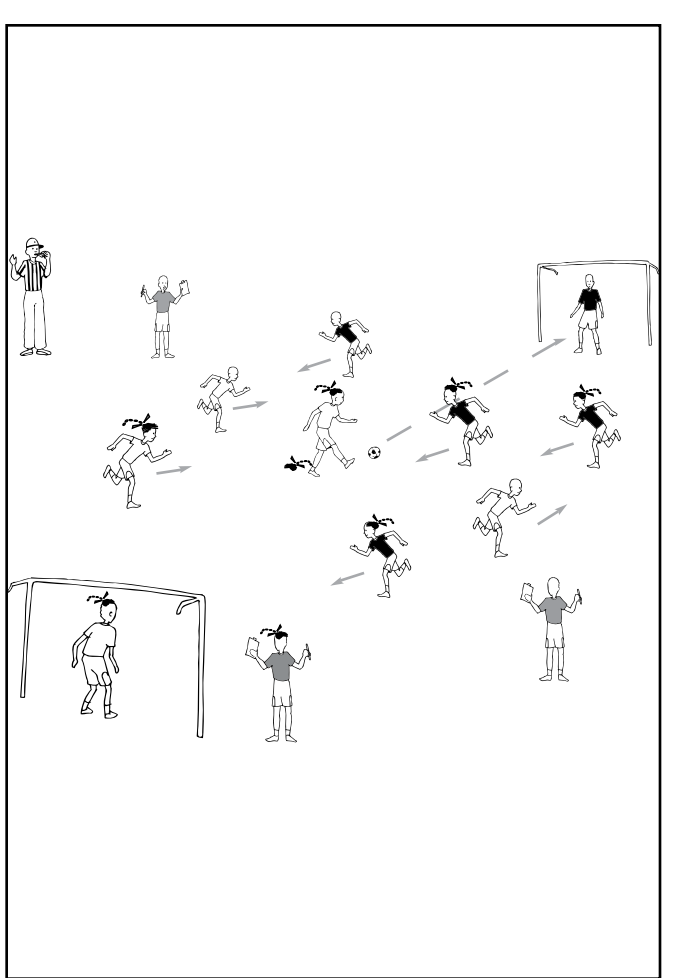
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils tirent au but.	<p>- Où ? Dans le terrain - Qd ? Au signal de l'instituteur. - Avec qui ? Chaque équipe tire séparément, la troisième contrôle le nombre de pas, les tirs qui aboutissent et compte les points marqués - Comment ? D'abord sans élan, puis en prenant 3 pas d'élan. Pour varier les situations, l'instituteur pourra varier L'ANGLE de tir.</p> 	- Tous ont tiré au moins 6 fois.
2- Qu'ils sont capables de faire respecter les règles du jeu.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central Ici, L'ACCENT EST MIS SUR LES ELEVES-ARBITRE.</p> 	- Les élèves arbitre assurent correctement le déroulement des tournois quand c'est leur tour.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Football
Séance no : 6
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:
- 1 balle/ 2 élèves
- 1 bandeau par élève (3 couleurs différentes)
- 4 pierres (ou autre- à utiliser comme « poteaux de but)

Thème de la séance: Tournoi triangulaire de football.

Objectifs généraux de la séance:
A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)		Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils sont capables de participer à un tournoi triangulaire.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central <u>Règles à suivre</u> : - Défense de toucher le ballon avec les mains (sauf le gardien) Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres.</p>		<ul style="list-style-type: none"> -Toutes les règles ont été renforcées. -Les élèves assurent le bon déroulement de séances. - Les fautes sont signalées.

Cycle de Jeux Traditionnels et Sportifs

■ Dominante: Psycho-socio affective¹

¹ Toute activité implique un investissement affectif de la part de l'élève. Cet investissement varie par rapport à l'activité considérée (ex: il est plus effrayant de sauter à la perche que de courir) ou par rapport à la situation sociale spécifique considérée (un élève timide s'engagera moins facilement dans un sport collectif qu'un autre).

■ Niveau des élèves: Toutes les années ou tous les niveaux

Notes préliminaires

Les jeux NON-SPORTIFS ont une grande importance dans le développement affectif de l'enfant:

Ils ne sont pas nécessairement tournés vers la compétition, en ce sens peuvent offrir une alternative au Sport de fédération.

Ils mettent en jeu d'autres types de relations et engagent davantage l'affectivité et les réseaux de relation.

Ils permettent d'augmenter la variété d'activités que l'instituteur peut proposer, surtout en Haïti où, comme nous l'avons vu, le matériel est rare et de ce fait, certaines activités impossibles à pratiquer.

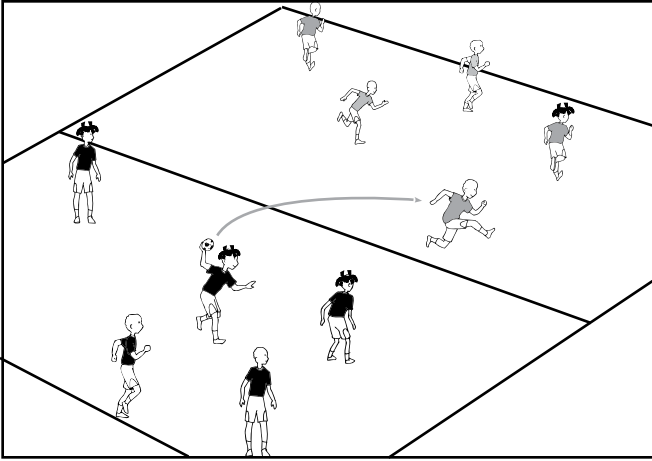
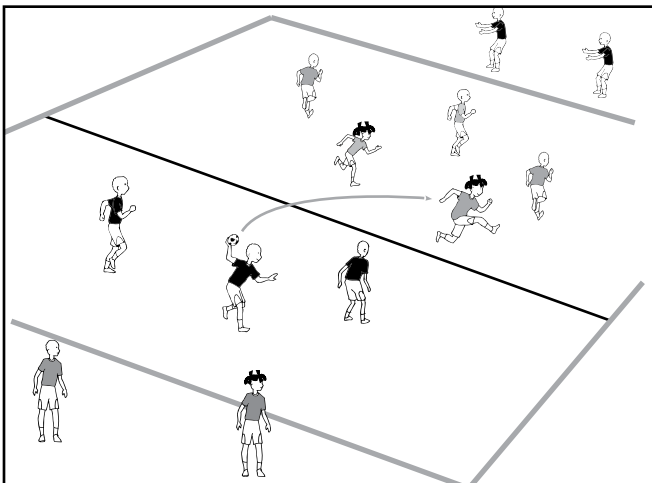
Le cycle de jeux traditionnels peut être repris plus souvent que n'importe lequel, car l'enfant ne s'en lassera pratiquement jamais.

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 1
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Ballon prisonnier.

Objectifs généraux de la séance:
A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

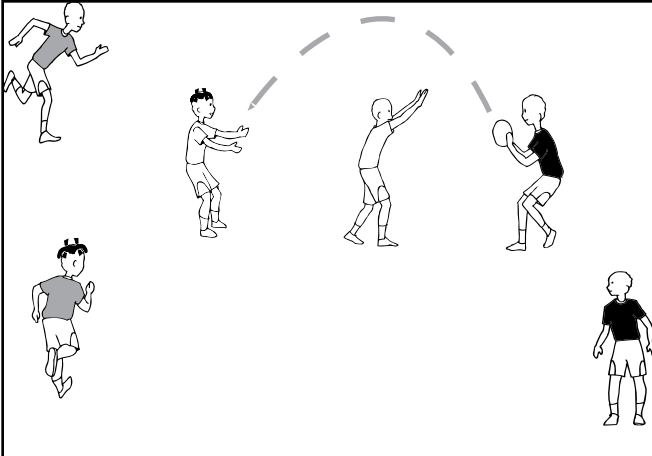
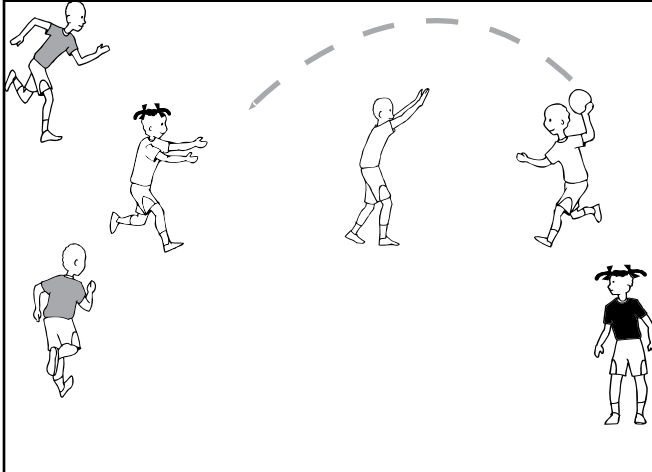
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Toucher le plus d'adversaires possibles dans l'autre camp. Comment ? Les élèves lancent la balle avec la main vers le camp adverse. Chaque élève touché va « en prison » derrière le camp adverse. La 3ème équipe compte les points et surveille les lignes de délimitation <u>Règle à suivre</u> : défense de franchir les lignes de délimitation de chaque camp.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>
<p>1- Qu'ils aident leur partenaire.</p>	<p>Même situation et même but du jeu. Mais cette fois, les « prisonniers » peuvent se libérer en récupérant la balle et en touchant un élève du camp adverse avec la balle.</p>		<p>- Certains élèves ont fait des passes aux « prisonniers ». - Certains prisonniers ont pu se libérer.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 2
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Alimba (les 10 passes).

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Faire des passes à ses partenaires pour marquer des points (10 passes=1 point). Comment ? Sur place, sans se déplacer, sans que la balle ne soit interceptée par les adversaires. La 3ème équipe compte les points et recommence à chaque interception.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Même jeu. Comment ? En déplacement cette fois.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 3
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lutte-aux- ballons.

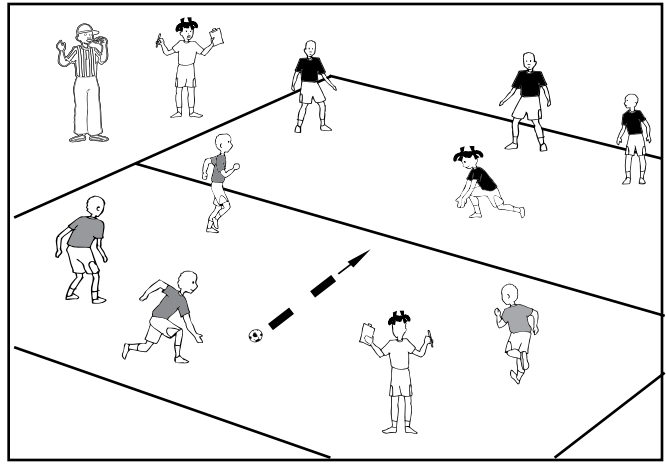
Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

1- Qu'ils ont compris le but du jeu.

But du jeu : Faire rouler les balles derrière la ligne de fond du camp adverse.
Comment ? Avec les mains seulement.
La 3ème équipe surveille les sorties de balles et compte les points.
Règles à suivre : - Défense de toucher la balle avec les pieds.
- Défense de bousculer, frapper tirer les adversaires.
- Défense de soulever la balle.



- L'équipe ayant fait passer le plus de balles derrière la ligne adverse est déclarée gagnante.

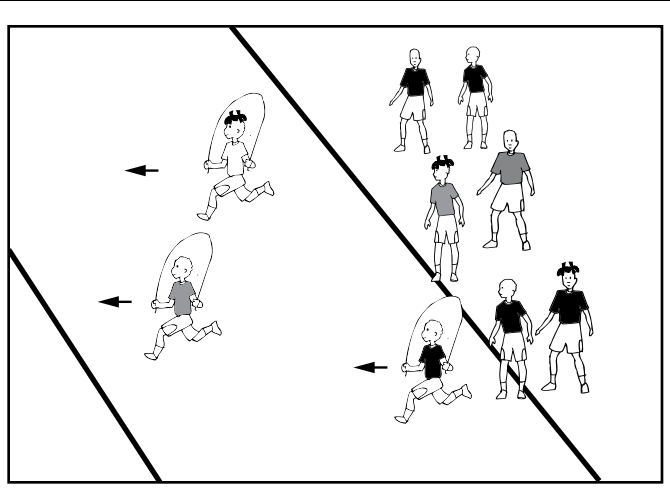
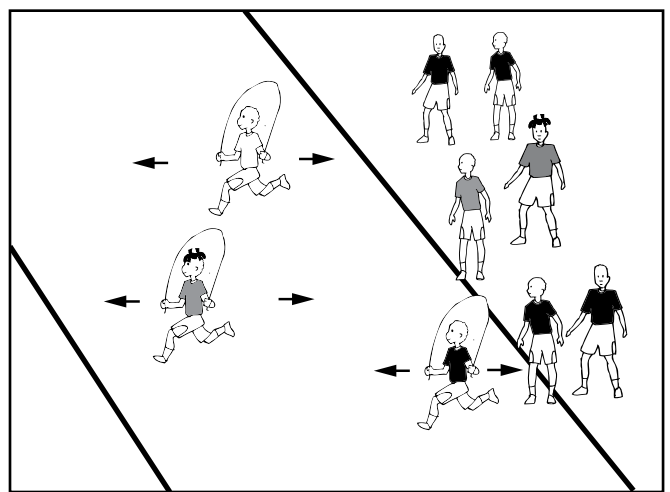
Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 4
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Sauter à la corde

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)		Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils peuvent sauter à la corde</p>	<p>But du jeu: Sauter à la corde en se déplaçant vers la ligne d'arrivée. Comment?: 3 par 3 les élèves partent au signal de l'instituteur et cherchent à arriver au bout de la piste en premier <u>Règles à suivre:</u> Défense de se déplacer en courant ou en marchant.</p>		<p>- Les élèves convergent tous vers la ligne d'arrivée</p>
<p>2-Idem</p>	<p>Idem, mais en aller/retour</p>		<p>- Idem</p>

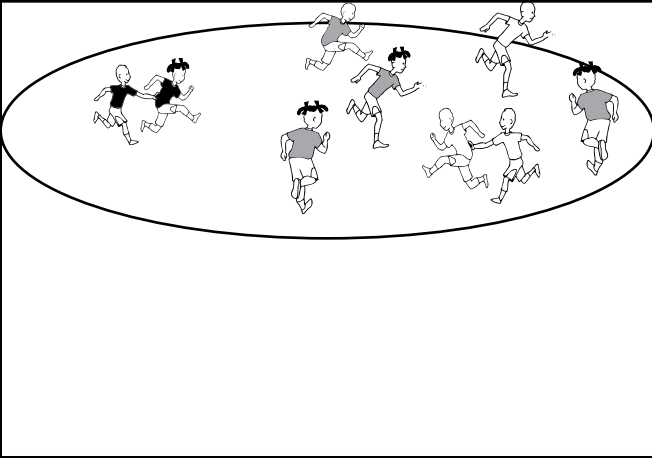
Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 5
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lago (poursuite)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Avoir compris le but du jeu	<p>But du jeu: Toucher tous les fuyards Où? dans un grand cercle Comment?: 1 élève est désigné poursuivant. Les autres ne doivent pas se laisser toucher. Une fois touché, l'élève devient un 2ème poursuivant, puis un troisième, ainsi de suite. <u>Règles à suivre:</u> - Défense d'attraper les habits - Défense de frapper les autres ou de les faire tomber</p> 	- Tous les élèves ont été touchés.

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 6
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lago-Delly

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

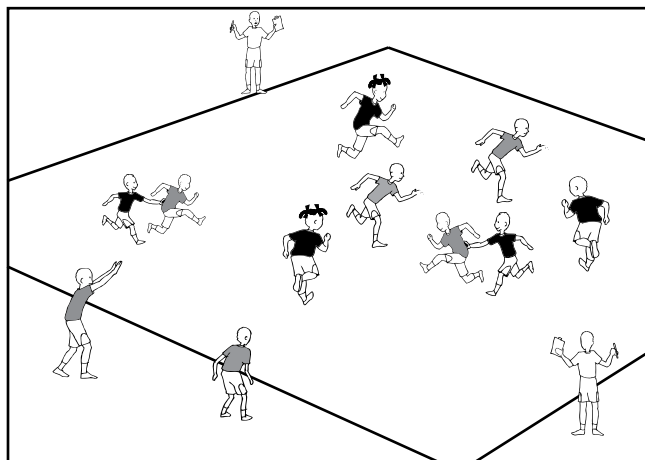
Comportements

Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)

Indicateurs de réussite

1- Toucher le plus d'adversaires possible

But du jeu: Toucher le plus de fuyards possible
Comment?: Deux équipes s'affrontent. La 3ème arbitre.
Quand un adversaire est touché, il est relégué à l'arrière et peut être délivré par une touche d'un co-équipier.
Règles à suivre:



- L'équipe qui a le plus de prisonnier a la fin de la partie est déclarée gagnante.

Cycle de Course de vitesse

■ Dominante: Bio-Energétique¹

¹ Elle se réfère au degré auquel les systèmes de production d'énergie de l'organisme sont sollicités pour la mise en œuvre par l'élève de l'activité. Toutes les activités requièrent de l'énergie, mais certaines sont considérées comme « plus énergétiques » que d'autres

■ Niveau des élèves: 1, 2, 3^{ème} années ou débutants

Notes préliminaires:

La course de vitesse est l'une des activités les plus faciles à enseigner. En effet, elle demande peu de matériel et peu de connaissances techniques du professeur. Tous les élèves courent déjà sur la cour de récréation.

Analyse de l'activité :

La course se distingue de la marche non pas par la vitesse tel que l'on pourrait le croire, mais par rapport au fait que la course comporte un moment de suspension et un atterrissage. Il n'est pas question ici de faire une analyse biomécanique de la course de vitesse, mais il est possible néanmoins de rappeler l'existence de la phase d'impulsion et celle de la phase d'atterrissage à chaque pas.

Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 1
Niveau des élèves : Tous les niveaux

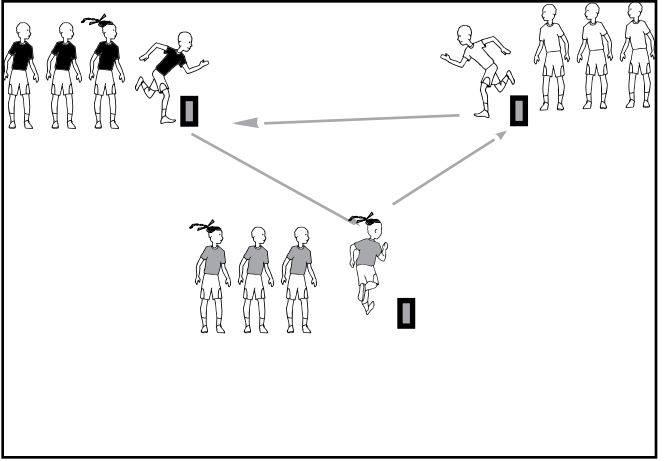
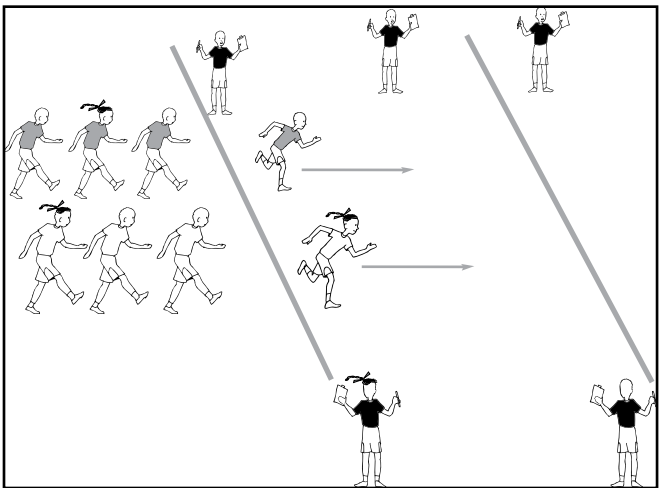
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- 3 objets quelconques (bouteille, boîte...).

Thème de la séance: Réaction à un signal.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent réagir rapidement à un signal visuel.</p>	<p>Quand? L'instituteur fait un signal prévu de la main. Comment ? En triangle et partent au signal pour toucher un objet placé au sol, à chaque sommet du triangle. Avec qui ? Les 3 joueurs de chaque équipe partent ensemble, chacun dans la direction qui leur est assignée. Les coureurs gagnants marquent un point. A la fin, le marqueur comptabilise les points de chaque équipe. Celle qui a le plus grand score gagne.</p>		<p>- Tous partent au signal prévu.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent réagir rapidement à un signal sonore.</p>	<p>Quand? L'instituteur énumère plusieurs mots, mais un seul est prévu pour être le signal de départ. Comment ? Les élèves sont alignés derrière une ligne de départ et courent au signal, jusqu'à la ligne de fond. Ceux qui partent au mauvais mot sont éliminés. Avec qui ? 2 équipes s'affrontent, 1 équipe arbitre. Les coureurs. 2 par 2 Où ? Piste de 40 mètres.</p>		<p>- Tous partent au signal prévu.</p>

Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 2
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Réaction à un signal de départ/course de vitesse.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent réagir rapidement à un signal.</p>	<p>Quand? Au signal du prof. Comment ? les 2 équipes sont alignées. Chaque co-'equipier à 3 mètres de distance. Ceux qui sont derrière doivent toucher ceux qui sont devant, qui partent à leur tour, ainsi de suite Le dernier touché doit franchir la ligne de fond. Avec qui ? 2 équipes s'affrontent, 1 équipe arbitre. Où ? piste de 40 mètres au moins. <u>Règles à suivre:</u> défense d'attraper les habits, de frapper, de tirer ou pousser</p>		<p>- Tous partent au signal prévu.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent courir le plus vite possible.</p>	<p>Quand? Au signal d'un élève -arbitre. Comment ? 2 élèves partent le plus vite possible et courent jusqu'à la ligne de fond. Avec qui ? 2 équipes s'affrontent, 1 équipe arbitre : 1 donne le départ, 2 surveillent les faux départ, 2 surveillent l'arrivée. 2 autres chronométrent les courses et 2 notent les temps de vitesse (dépendant naturellement de l'effectif de la classe). Où ? Sur une piste de 40 mètres.</p>		<p>- Tous courent visiblement le plus vite possible.</p>

Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 3
Niveau des élèves : Tous les niveaux

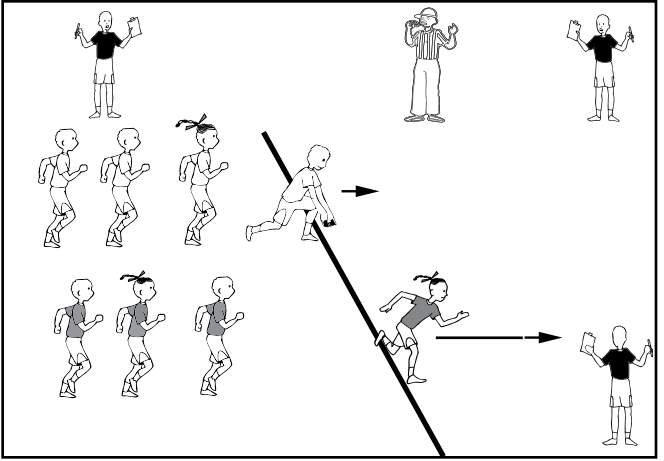
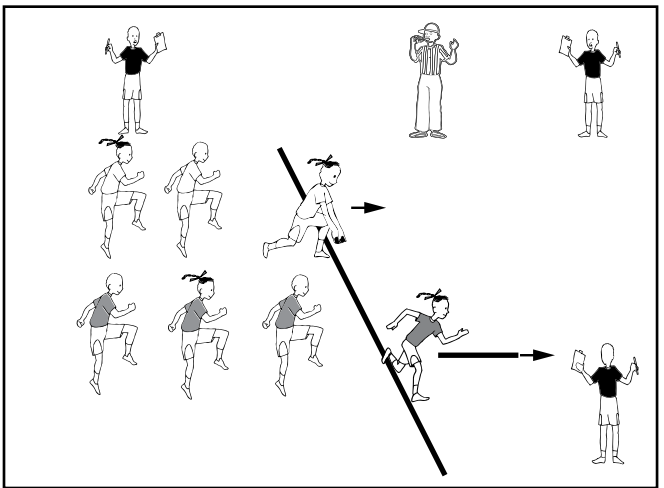
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Partir à partir d'une position basse (au sol).

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)		Indicateurs de réussite
<p>1-Qu'ils peuvent courir le plus vite possible.</p>	<p>Quand? Au signal du professeur Comment? Les élèves qui MARCHAIENT sur place touchent le sol des 2 mains et courent jusqu'à la ligne de fond. Avec qui? 2 équipes s'affrontent par vagues successives (ex : 6 élèves, 3 bandeaux rouges, 3 bandeaux verts. Les bleus arbitrent et compte les points).</p>		<p>- Tous partent au signal prévu et après avoir touché le sol.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent courir le plus vite possible.</p>	<p>Quand? Au signal du professeur. Comment? Les élèves qui COURRAIENT sur place touchent le sol des 2 mains et courent jusqu'à la ligne de fond. Avec qui? 2 équipes s'affrontent par vagues successives (ex : 6 élèves, 3 bandeaux rouges, 3 bandeaux vert. Les bleus arbitrent et compte les points).</p>		<p>- Tous partent au signal prévu et après avoir touché le sol.</p>

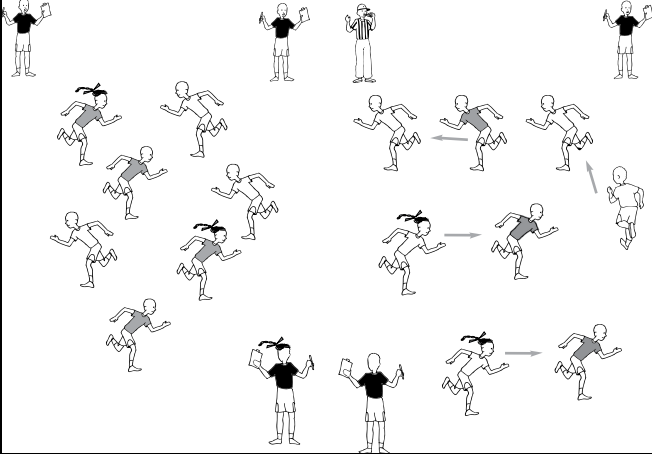
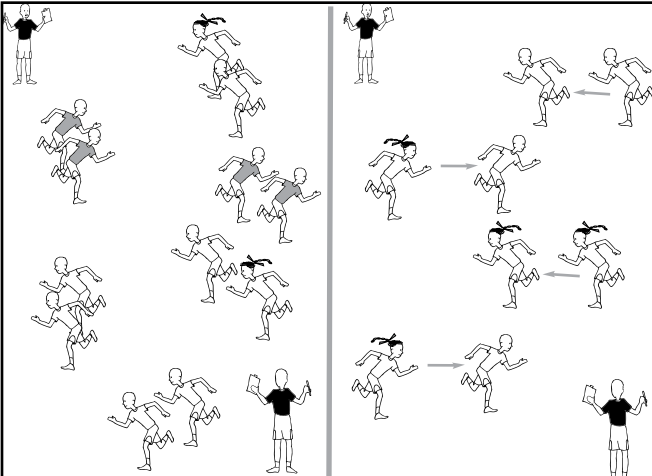
Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 4
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Différenciation d'un signal.

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils sont capable de courir vite en discriminant un signal.</p>	<p>Comment ? 2 équipes courent librement dans le terrain sans se toucher. Le prof cite la couleur de l'équipe qui devra poursuivre l'autre. Chacun essaie de toucher un adversaire pour marquer un point. Avec qui ? la 3ème équipe compte les points. <u>Règles à suivre:</u> Défense de frapper, de tirer, de pousser ou d'attraper les habits.</p>		<p>- Les poursuivants réagissent tout de suite au signal, les pourchassés aussi.</p>
<p>2- Qu'ils sont capable de courir vite en discriminant un signal.</p>	<p>Comment ? 2 équipes courent librement 2 PAR 2 dans le terrain sans se toucher. Le prof cite la couleur de l'équipe qui devra poursuivre l'autre. Chacun essaie de toucher un adversaire pour marquer un point. Avec qui ? 2 équipes s'affrontent, la 3ème équipe compte les point. <u>Règles à suivre:</u> Défense de frapper, de tirer, de pousser ou d'attraper les habits.</p>		<p>- Les poursuivants réagissent tout de suite au signal, les pourchassés aussi.</p>

Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 5
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:

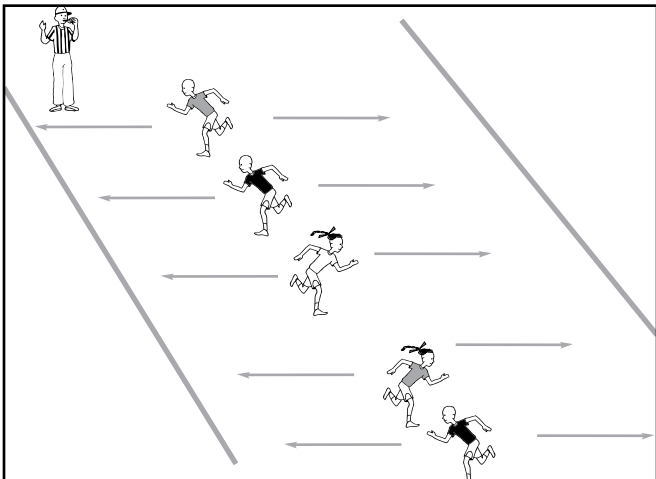
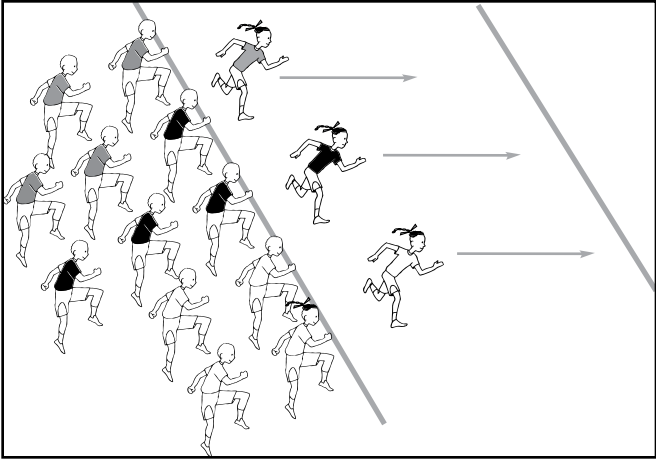
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Notion de changement de cadence et de vitesse.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils sont capables de moduler leur VITESSE DE DEPLACEMENT.</p>	<p>Comment ? Les élèves courent sur place en montant les genoux, au signal ils passent à la course EN GARDANT LA MEME CADENCE (rythme). Avec qui ? Par vagues de plusieurs élèves.</p>	<p>- Tous gardent le même rythme.</p>
<p>2- Qu'ils sont capables de moduler leur VITESSE DE COURSE.</p>	<p>Comment ? les élèves font l'aller retour au petit trot sur 40 mètres. Au signal, ils doivent courir à toute vitesse. Au 2ème signal, recommencer à trotter. Avec qui ? Par vagues de plusieurs élèves, toutes équipes confondues.</p>	<p>- Tous changent de rythme au signal.</p>



Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 6
Niveau des élèves : Tous les niveaux

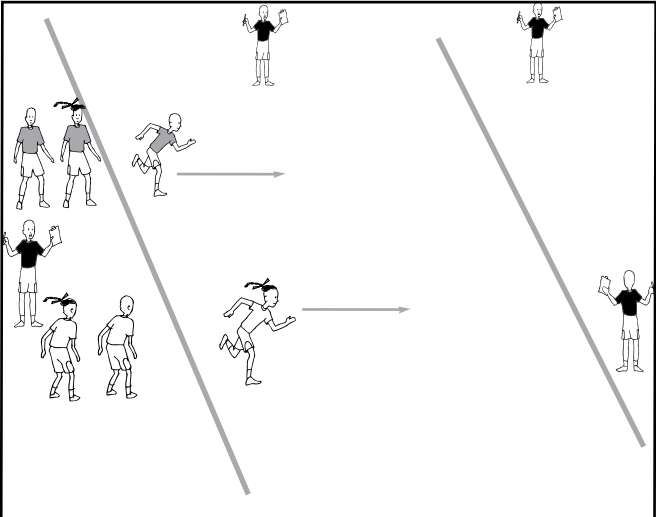
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Organisation d'un tournoi de course

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils sont capables d'organiser un tournoi triangulaire de course de vitesse.</p>	<p>Quand? Au signal d'un élève -arbitre Comment ? 2 adversaires partent le plus vite possible et courent jusqu'à la ligne de fond Avec quoi ? Avec qui ? 2 équipes s'affrontent, 1 équipe arbitre : 1 donne le départ , 2 surveillent les faux départ, 2 surveillent l'arrivée. Où ? Piste de 40 mètres.</p> <p>Les coureurs gagnants marquent un point. A la fin le marqueur comptabilise les points de chaque équipe. Celle qui a le plus grand score gagne.</p> 	<p>Tous les arbitres ont assuré leur taches correctement:</p> <ul style="list-style-type: none">- Les infractions signalées.- Les points comptés et communiqués.- L'équipe gagnantes désignée.

Cycle de Saut en Longueur

■ Dominante: Bio-Mécanique¹

¹ Cette dimension se réfère au geste technique particulier à l'activité, à ce qu'on appelle communément la technique. C'est, par exemple, la position du bras lors du lancer de balle, ou le pied que l'on pose en dernier avant le saut en longueur.

■ Niveau des élèves: 1,2,3^{ème} année ou débutants

Analyse sommaire de l'activité

Les sauts comprennent 4 phases: La course d'élan, l'impulsion, la suspension et l'atterrissage.

- **La course d'élan:**

Elle fournit au corps une vitesse qui sera convertie en saut grâce à l'impulsion. L'élève court vite, pose le pied d'appel pour se propulser dans les airs.

- **L'impulsion:**

L'impulsion est le dernier pas avant la phase de suspension. Tous les sauteurs auront un pied préférentiel pour sauter. Les séances leur permettront de prendre conscience duquel des deux est le pied d'appel (le pied avec lequel ils se sentent mieux pour sauter).

- **La suspension:**

Le corps se retrouvant dans les airs après l'impulsion, il s'agit d'atterrir le plus loin possible (sans se faire mal, évidemment). Les gestes techniques visant à assurer un certain prolongement de cette phase ne feront pas l'objet de commentaires dans le cadre de ce manuel.

- **L'atterrissage:**

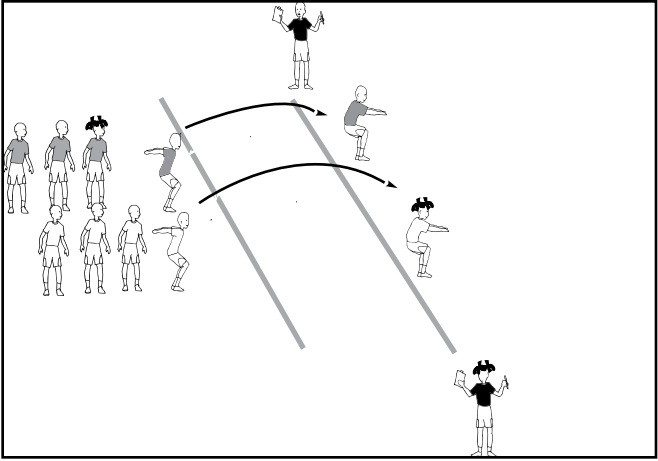
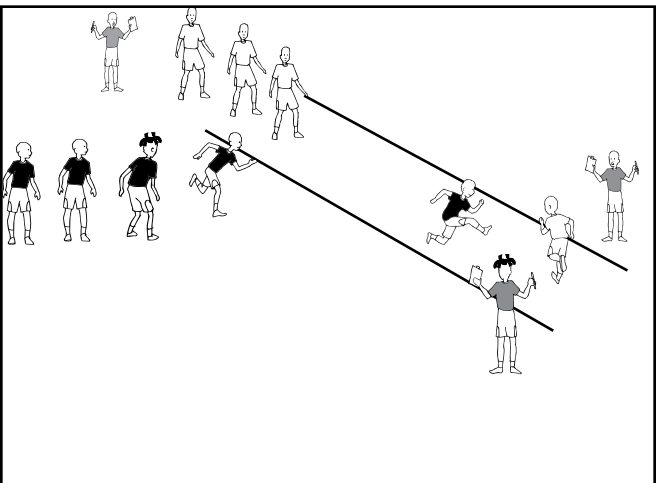
C'est la dernière phase du saut. Elle marque le point où sera mesuré la longueur du saut dans la zone d'appel (délimitée d'avance par une ligne ou rectangle).

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Saut en longueur
Séance no : 1
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe) .

Thème de la séance: Sauter en longueur.

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils sautent en longueur.</p>	<p>Comment ? Les PIEDS JOINTS, À partir d'une 1ère ligne, les élèves sautent. Où ?Au de-là de la 2ème ligne. Quand ? Au coup de sifflet de l'instituteur. Avec qui ? Par vagues de 3 (1 élève par équipe). Mettre la 2ème ligne à une distance facile à sauter par tous. Augmenter la distance au fur et à mesure. <u>Règle à suivre</u> : Défense de toucher ou de dépasser la ligne.</p>		<p>- Tous atterrissent les pieds joints au-delà de la dernière ligne.</p>
<p>2- Qu'ils ont compris le but du jeu « la rivière aux caïmans ».</p>	<p>But du jeu : - Pour les lapins, sauter par-dessus la « rivière » sans se faire toucher par les caïmans. - Pour les caïmans, attraper le plus de lapins possible. Comment ? Courir pour prendre son élan et sauter par-dessus la rivière. Une équipe est caïman, l'autre lapin. La 3ème juge et compte le nombre de touchés. Quand ? au signal de l'instituteur.</p>		<p>- Tous les lapins fuient les caïmans. - Tous les caïmans cherchent à attraper les lapins.</p>

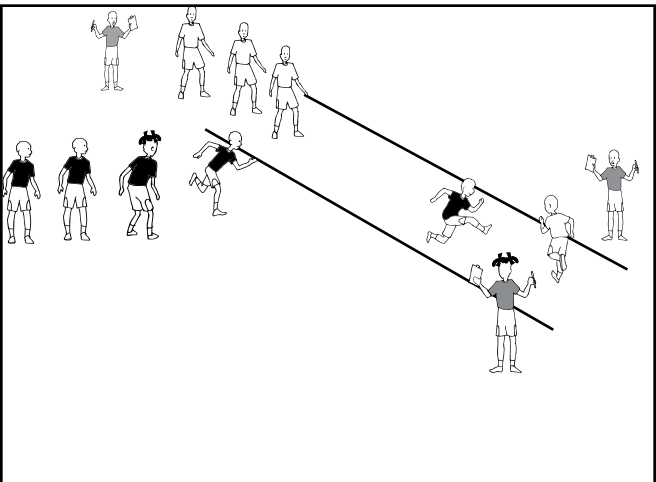
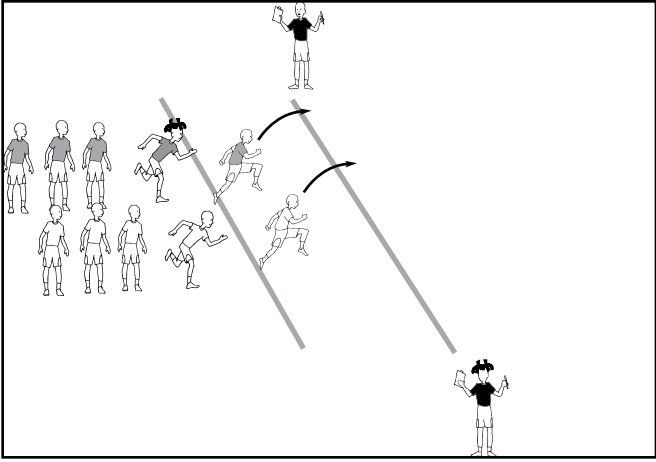
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Saut en longueur
Séance no : 2
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Prendre un élan pour sauter.

Objectifs généraux de la séance:
A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils sautent en longueur AVEC UNE COURSE D'ÉLAN.</p>	<p>Quand ? Au coup de sifflet. Comment ? Idem que la séance précédente, mais cette fois les élèves peuvent prendre 3 pas d'élan. Puis 4 pas, puis 5 pas jusqu'à 10 pas. Après, la course d'élan est à leur choix pour qu'ils découvrent seuls que AU-DELÀ D'UN CERTAIN NOMBRE DE PAS, LA COURSE EST CONTRE-PRODUCTIVE. Une équipe d'arbitrage compte le nombre de pas.</p>	<p>- Tous peuvent citer le nombre de pas qui leur convient.</p>
<p>2- Qu'ils ont compris le but du jeu « la rivière aux caïmans ».</p>	<p>But du jeu : - Pour les lapins, sauter par-dessus la « rivière » sans se faire toucher par les caïmans. - Pour les caïmans, attraper le plus de lapins possible. Comment ? Courir pour prendre son élan et sauter par-dessus la rivière. Une équipe est caïman, l'autre lapin. La 3ème juge et compte le nombre de touchés. Quand ? Au signal de l'instituteur.</p>	<p>- Les lapins sautent la où il n'y a pas de caïmans.</p>



Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Saut en longueur

Séance no : 3

Niveau des élèves : Débutants

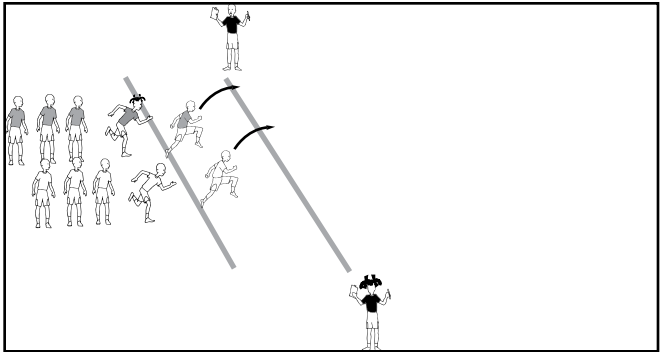
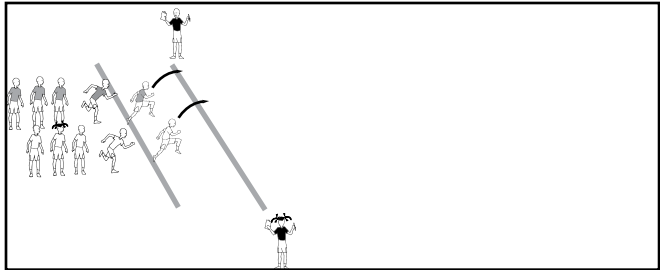
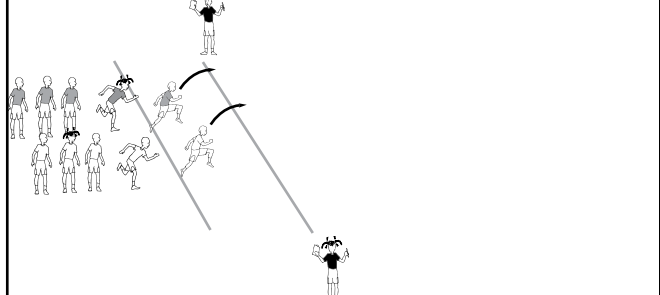
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Trouver son pied d'appel (le dernier pied posé au sol pour l'impulsion juste avant le saut lui-même)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils posent le pied GAUCHE en dernier avant de sauter.	Quand ? Au coup de sifflet, Avec qui ? Les élèves sautent à tour de rôle. Une équipe est désignée pour jouer le rôle d'arbitre Comment ? les élèves peuvent prendre 10 pas d'élan. Une équipe peut compter le nombre de pas et vérifier quel pied est posé en dernier.		- Tous réussissent à sauter avec le pied GAUCHE.
2- Qu'ils posent le pied Droit en dernier avant de sauter.	Idem que précédemment, MAIS AVEC LE PIED DROIT		- Tous réussissent à sauter avec le pied Droit.
3- Qu'ils ont choisi le pied qui leur permet de sauter plus loin.	Idem que précédemment. Mais cette fois les élèves déclarent quel pied est leur pied d'appel, juste avant de sauter.		- Tous peuvent dire avec quel pied ils se sentent le plus à l'aise pour sauter.

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Saut en longueur

Séance no : 4

Niveau des élèves : Débutants

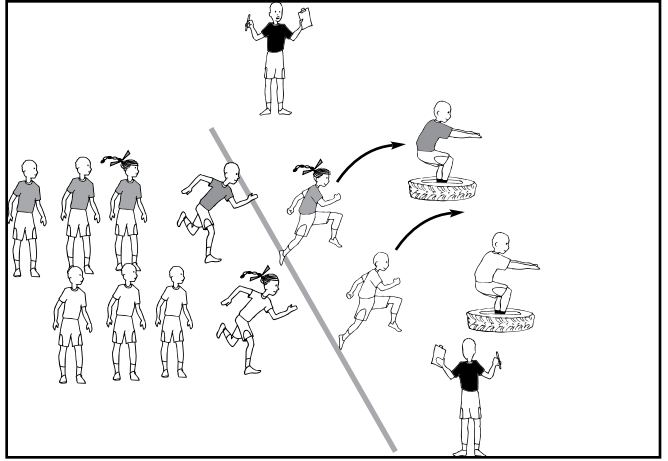
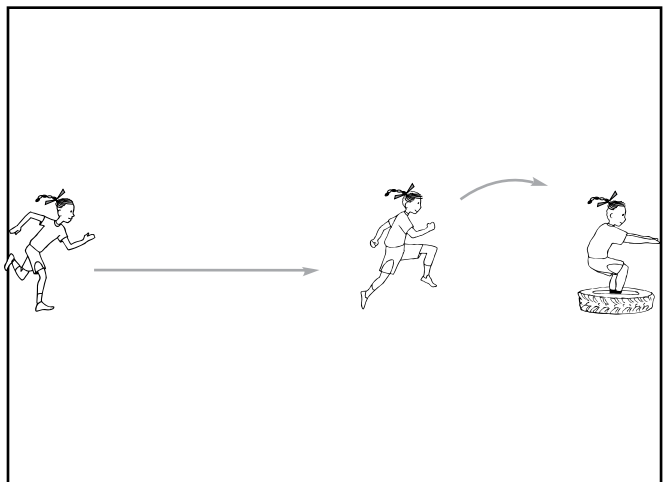
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Utilisation du pied d'appel.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

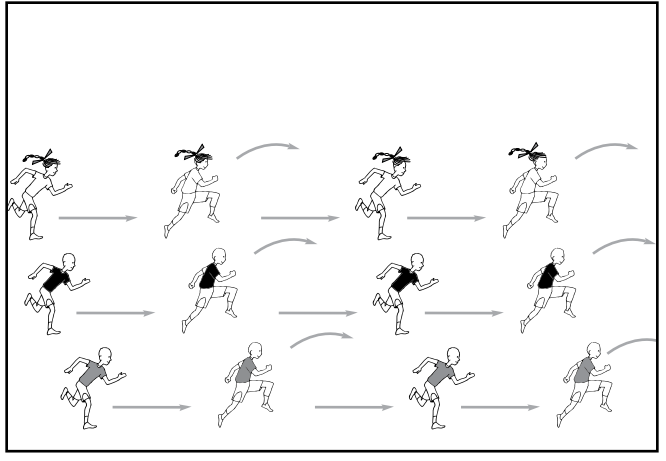
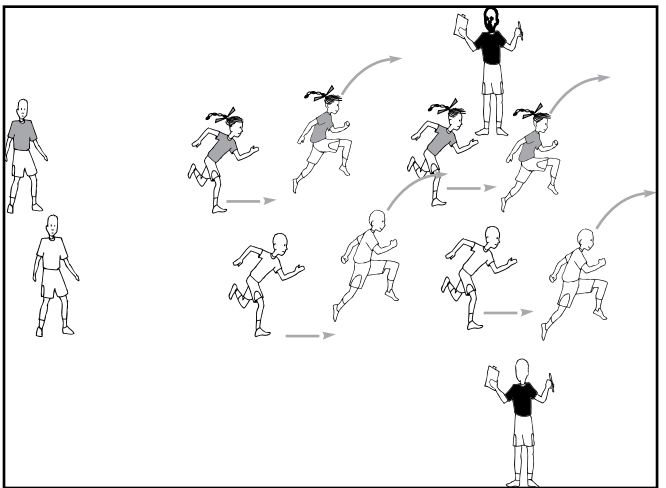
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils sont capables d'utiliser leur pied d'appel.	<p><u>Quand</u> ? Au coup de sifflet. <u>Avec qui</u> ? Les élèves sautent à tour de rôle. Une équipe est désignée pour jouer le rôle d'arbitre et compter le nombre de pas et vérifier quel pied est posé en dernier. Comment ? Ils sautent en utilisant une course d'élan avec leur pied d'appel pour atterrir sur les 2 pieds joints, dans 1 pneu libre.</p>		- Tous sautent avec leur pied d'appel.
2- Qu'ils sont capables d'utiliser leur pied d'appel après un élan.	<p><u>Quand</u> ? Au coup de sifflet. <u>Avec qui</u> ? Les élèves courent ensemble autour du terrain. <u>Où</u> ? Autour du terrain, des pneus sont placés le long des côtés. <u>Comment</u> ? en prenant plusieurs pas d'élan et, avec leur pied d'appel, Ils sautent pour atterrir sur les 2 pieds, dans 1 pneu libre.</p>		- Tous sautent avec leur pied d'appel.

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Saut en longueur
Séance no : 5
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Impulsion/Prise d'élan.

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent utiliser une détente (impulsion) pour sauter.</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur. Comment ? Les élèves font des sauts sur 40 mètres sans course d'élan. 3 pas et sautent. (qui fait le moins de sauts?). Avec qui ? Par vagues successives entre 2 équipes. La 3ème arbitre. <u>Règles à suivre:</u> sauter avec son pied d'appel.</p>		<p>- Visiblement les élèves s'efforcent de sauter loin pour réduire le nombre de pas.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent utiliser la course d'élan pour sauter.</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur Comment ? Les élèves font 5 pas et sautent. (qui fait le moins de sauts sur une distance donnée -ex 40 mètres ?). Avec qui ? Par vagues successives entre 2 équipes. La 3ème arbitre. <u>Règles à suivre:</u> Sauter avec son pied d'appel.</p>		<p>- Visiblement les élèves s'efforcent de sauter loin pour réduire le nombre de pas.</p>

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Saut en longueur
Séance no : 6
Niveau des élèves : Débutants

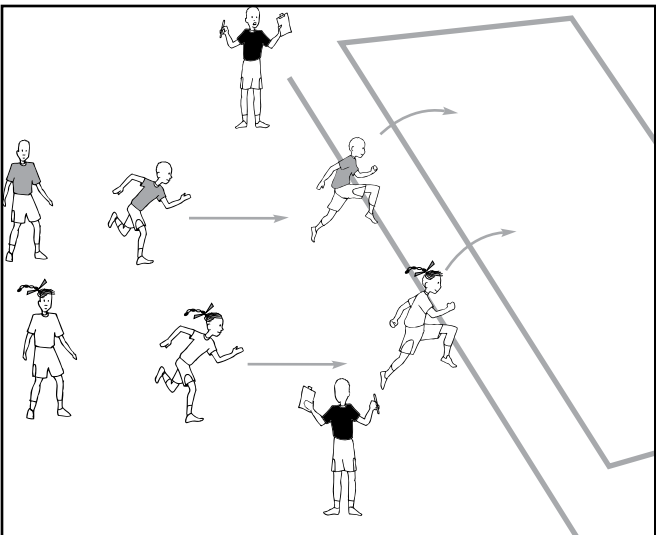
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Organisation d'un tournoi de saut en longueur.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils sont capables de gérer un tournoi triangulaire de Saut en longueur.	<p>Quand ? Au coup de sifflet. Avec qui ? Les élèves sautent à tour de rôle. Une équipe est désignée pour jouer le rôle d'arbitre, mesure et note les distances sautées par chacun. Après, changement de rôle. Comment ? les élèves peuvent prendre autant de pas d'élan. Chaque élève aura droit à 3 sauts. <u>Règles à suivre</u> : défense de piétiner (« mordre ») la ligne d'appel. Où ? : le sautoir est délimité par un carré et une ligne d'appel.</p> 	- Toutes les équipes ont su assurer le déroulement du tournoi.

Cycle de HandBall

■ Dominante: Bio- informationnelle¹

¹ Cette dimension se réfère à tous les indices captés dans l'environnement, que ce soit par la vue (ex. : position des partenaires, des adversaires, de la balle) ou l'ouïe (demande à voix haute d'un partenaire, bruit de pas d'un poursuivant, coup de sifflet de l'arbitre).

■ Niveau des élèves: 1,2,3^{ème} années ou débutants

Notes préliminaires¹

L'instituteur ou l'institutrice n'ont pas nécessairement une formation en éducation physique. Cela est très certainement vrai en Haïti où il n'y a pas d'école de formation de cadres en éducation physique ou en sport. Cependant, il est possible d'enseigner des activités comme le Handball sans formation dans cette activité. En effet, dans l'approche proposée dans ce manuel, la référence directe à la technique a peu de place. Ce sont les mises en situation qui permettront de canaliser l'action de l'élève de sorte que les réponses motrices soient celles que nous attendons d'eux. N'oublions pas **les objectifs de l'éducation physique, sont entre autres, de mettre l'élève en contact avec cette partie du patrimoine de l'humanité constituée par l'activité physique et le sport.** À ce titre, l'objectif de l'éducation physique n'est pas de chercher à détecter des futurs champions de l'élite sportive. La technique, si elle est intrinsèque au sport, n'est pas un but en soi.

Analyse sommaire de l'activité

Le Handball est une activité où l'élève analyse les informations pour élaborer une réponse motrice. Exemple : La position des adversaires, la trajectoire de la balle. Ces informations sont analysées inconsciemment, au moins en partie, la réponse considérée comme

¹ Ces notes sont reprises à chaque fois que des activités partagent les mêmes caractéristiques.

appropriée également.

Les sports dits collectifs comprennent, pour la plupart, **une phase d'attaque et une phase de défense**. Quand une équipe attaque, l'autre défend son camp. Cela est vrai pour le Handball, le Rugby, le Basket-ball et le Volley-ball. L'instituteur pourra, selon cette constatation, décider de travailler la défense ou l'attaque selon la classe à laquelle il a affaire.

D'autres réalités, d'ordre tactique pourront guider ses choix pédagogiques :

- Les élèves, qui ont un certain niveau de pratique, savent que s'agglutiner autour de la balle est contre-productif. D'où la notion de DÉMARQUAGE (« Aller là où il n'y a personne » dans un langage adapté aux enfants).
- Lors d'une passe, le lanceur ne reste pas figé sur place. Des choix tactiques s'offrent à lui, par exemple, il peut suivre sa balle afin de soutenir l'actuel porteur de balle (« passer et suivre sa balle » ou partir dans une direction décidée par lui afin éventuellement de recevoir encore la balle (« passe et va »).

Règles à suivre

Voici les principales règles que l'instituteur fera respecter par les élèves, et que les élèves auront à faire respecter quand ils assurent le déroulement des tournois :

- Défense de courir avec la balle.
- Il est permis de faire 3 pas avec la balle
- Défense de toucher la balle avec les jambes et les pieds (sauf le gardien)
- Il est permis de faire rebondir la balle pour se déplacer avec elle.
- Défense de pousser, de tirer de frapper les camarades
- Quand la balle sort sur le côté, la remise en jeu se fait avec la main, derrière la ligne, là où la balle est sortie.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année

Activité : HandBall

Séance no : 1

Niveau des élèves : Débutants

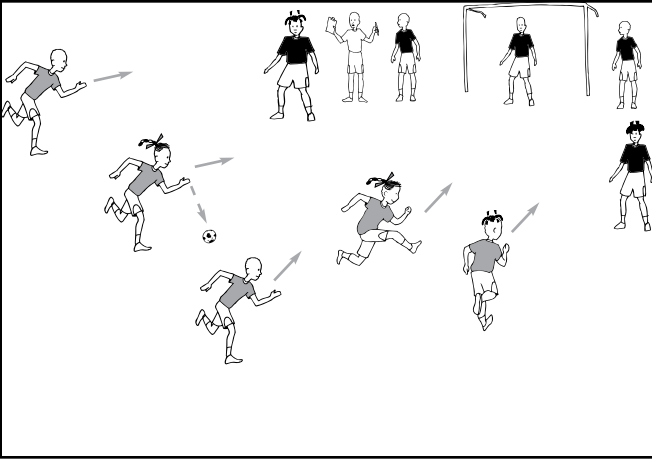
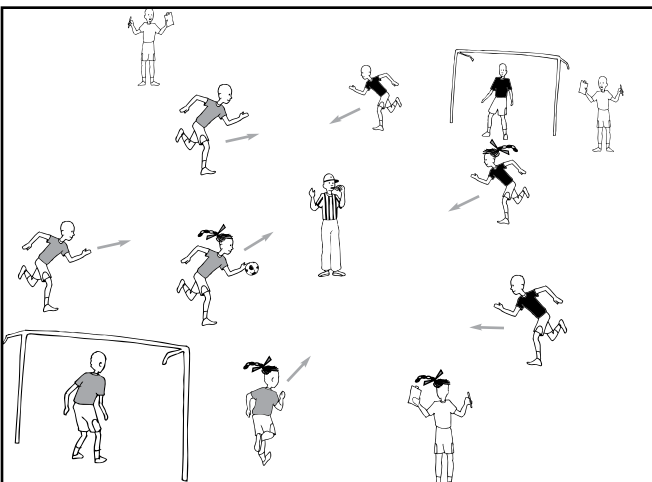
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Compréhension du but et des règles du jeu.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils ont compris le but du jeu	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts. Où ? Derrière la ligne de but. Qd ? Au signal de l'instituteur Comment ? Les élèves conduisent la balle en la faisant rebondir et arrivés devant les buts, s'arrêtent et tirent. Ils reviennent à leur point de départ. Ceux de l'équipe adverse récupèrent le ballon et font de même dans l'autre direction. La 3ème équipe compte le nombre de buts marqués.</p> 	- Tous les élèves ont effectué 5 tirs au but au moins.
2- Qu'ils respectent les règles du jeu	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central. <u>Règles à suivre :</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Pas plus de 3 pas sans faire rebondir (Dribbler) la balle.- Défense de recommencer à dribbler une fois celui-ci arrêté.- Défense de toucher le ballon avec les pieds (sauf le gardien).- Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres. 	- Tous les joueurs ont touché au moins 5 fois au ballon.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année

Activité : HandBall

Séance no : 2

Niveau des élèves : Débutants

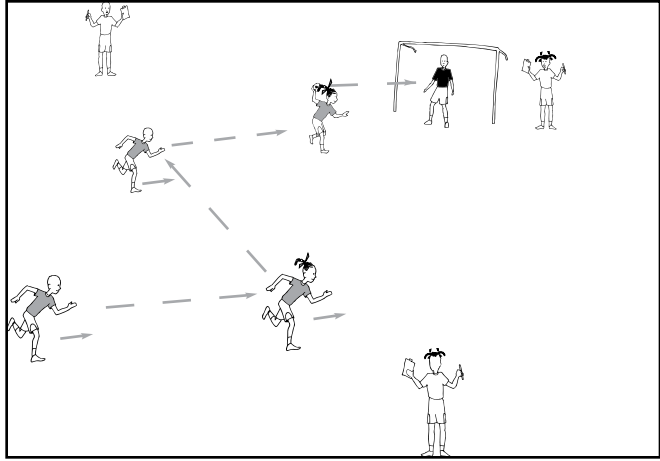
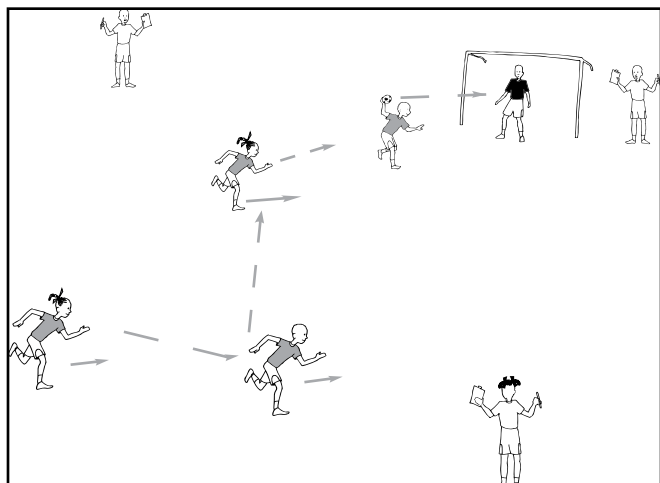
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Faire des passes vers l'avant

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

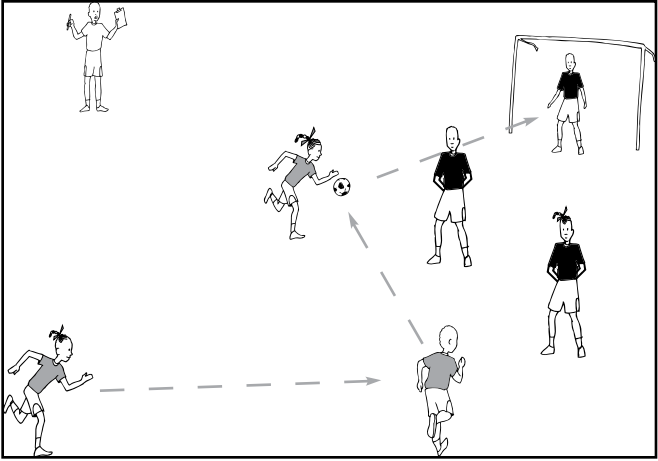
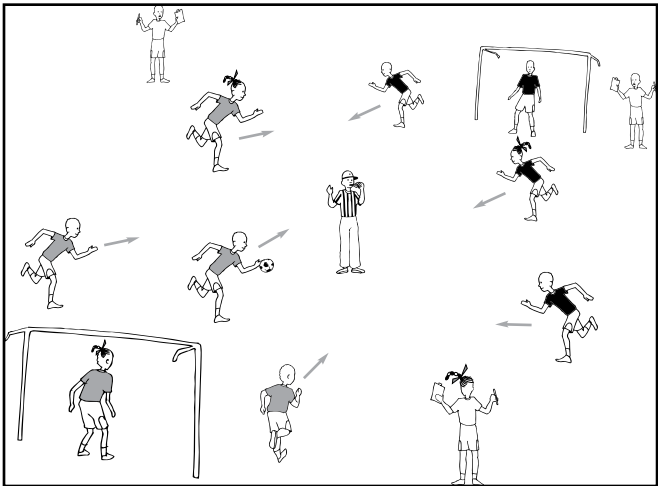
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Passer la balle aux partenaires.	<p>Où ? En partant de leur camp jusqu'au camp adverse.</p> <p>Qd ? Au signal de l'instituteur.</p> <p>Comment ? L'équipe progresse avec la balle à la main, en faisant des passes et arrivés devant les buts, tirent. Ils reviennent à leur point de départ. Chaque équipe passe à tour de rôle.</p> <p><u>Règles à suivre</u> : - Pas plus de 3 pas avec la balle (normalement, en handball, on peut faire rebondir le ballon comme en basket).</p> <p>- Tous doivent avoir touché la balle.</p>		- Tous les élèves ont touché la balle.
2- Passer la balle VERS L'AVANT aux partenaires.	<p>Où ? En partant de leur camp jusqu'au camp adverse.</p> <p>Qd ? Au signal de l'instituteur.</p> <p>Comment ? L'équipe progresse avec la balle à la main, en faisant des passes et arrivés devant les buts, tirent. Ils reviennent à leur point de départ.</p> <p><u>Règles spéciales à suivre</u> :</p> <p>- Pas plus de 3 touchers de balles.</p> <p>- Pas de passes vers l'arrière (pour obliger l'avancée vers le camp adverse).</p> <p>- Tous ont fait une passe vers l'avant.</p>		- Les élèves ont fait peu de passes vers l'arrière.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : HandBall
Séance no : 3
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Avancer vers le camp adverse.

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont avancent vers le but adverse.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts Comment ? L'équipe progresse avec la balle à la main, en faisant des passes et arrivés devant les buts, s'arrêtent et tirent. Ils reviennent à leur point de départ. Ceux de l'équipe adverse défendent leur but AVEC 2 JOUEURS seulement, LES MAINS DERRIÈRE LE DOS. Puis au tour de l'autre équipe dans l'autre direction. La 3ème équipe compte le nombre de buts marqués. - Tous les élèves doivent toucher à la balle - Pas plus de 2 touchers de balle par élève et par attaque.</p>		<p>-Tous les élèves vont en direction du but adverse.</p>
<p>2- Qu'ils respectent les règles du jeu.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central. Qd ? Chaque rencontre dure 5 minutes seulement.</p>		<p>- Tous les joueurs ont touché au moins 5 fois au ballon.</p>

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : HandBall
Séance no : 4
Niveau des élèves : Débutants

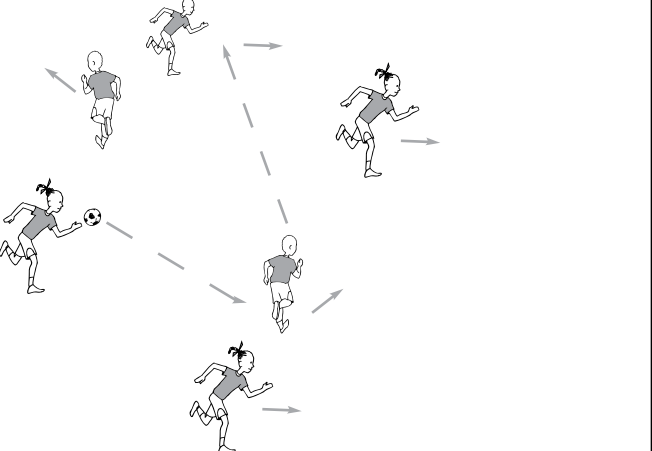
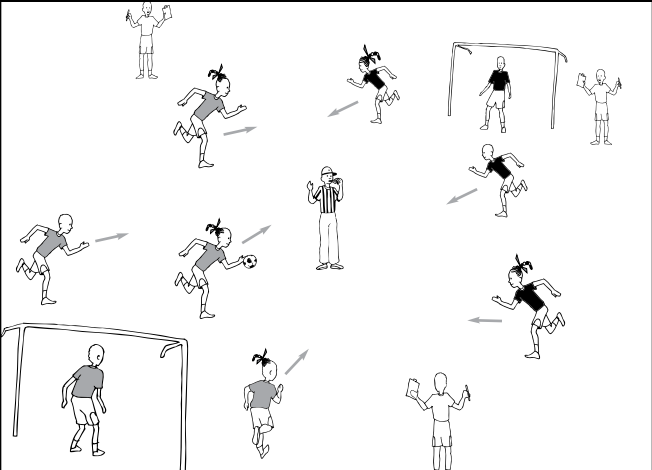
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Se démarquer

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils vont là où il n'y a personne.</p>	<p>- Où ? Dans le terrain. - Qd ? Au signal de l'instituteur. - Avec qui ? chaque équipe joue séparément. - Comment ? en faisant des passes à l'intérieur du terrain. Règles à suivre : - Pas plus de 2 contrôles de balle. - L'élève se déplace après chaque passe.</p>		<p>- Tous se démarquent (vont là où il n'y a personne) après la passe.</p>
<p>2- Qu'ils sont capables de faire respecter les règles du jeu.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central. Ici, L'ACCENT EST MIS SUR LES ARBITRES.</p>		<p>- Toutes les fautes sont signalées.</p>

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année

Activité : HandBall

Séance no : 5

Niveau des élèves : Débutants

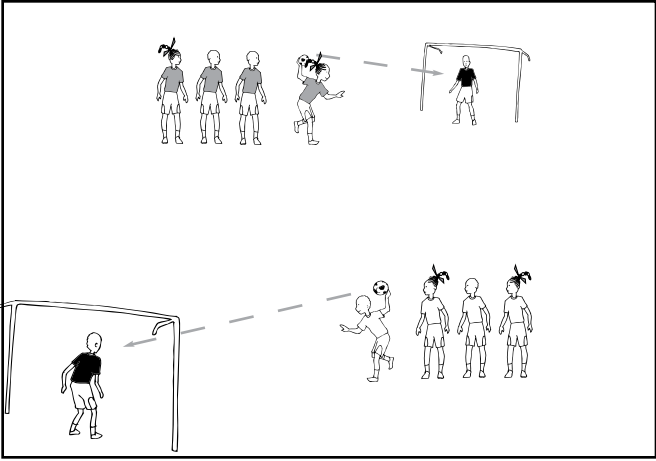
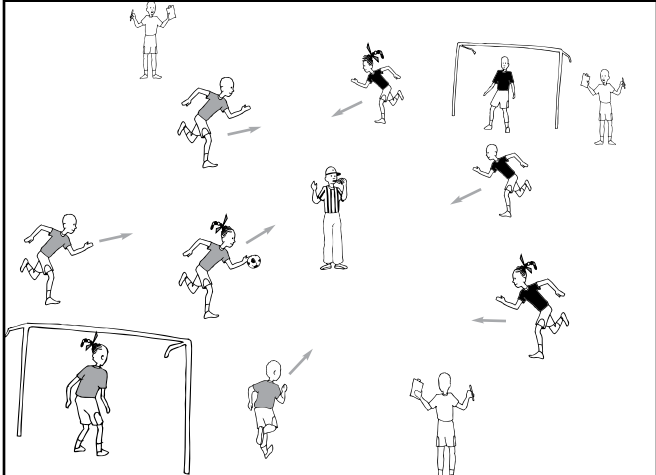
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Tir au but.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils tirent au but.	<p>- Où ? Dans le terrain - Qd ? Au signal de l'instituteur. - Avec qui ? Chaque équipe tire séparément, la troisième contrôle le nombre de pas, les tirs qui aboutissent et compte les points marqués. - Comment ? En prenant 3 pas d'élan.</p> <p>Pour varier les situations, l'instituteur pourra varier L'ANGLE de tir.</p> 	- Tous ont tiré au moins 6 fois.
2- Qu'ils sont capables de faire respecter les règles du jeu.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.</p> <p>Ici, L'ACCENT EST MIS SUR LES ELEVES-ARBITRE.</p> 	- Les élève-arbitres assurent correctement le déroulement des tournois quand c'est leur tour.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : HandBall
Séance no : 6
Niveau des élèves : Débutants

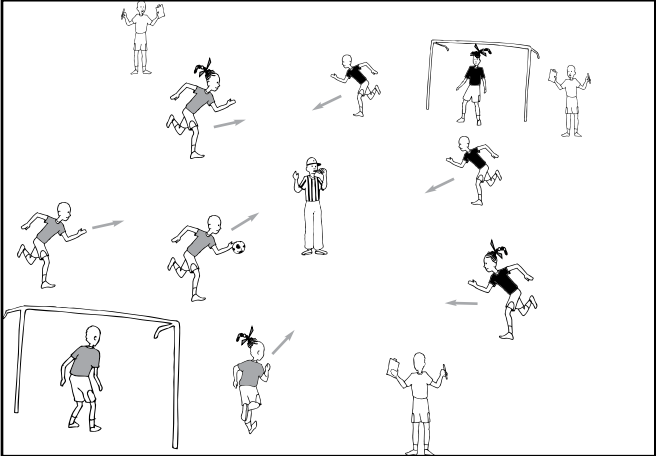
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Tournoi triangulaire de Handball.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils sont capables de participer à un tournoi triangulaire.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central. Changement de rôle à la fin de chaque rencontre.</p> 	- Les 3 rencontres se déroulent les unes après les autres sans incident majeur.

Cycle de Lutte

■ Dominante: Bio-Informationnelle¹

¹ Cette dimension se réfère à tous les indices captés dans l'environnement, que ce soit par la vue (ex. : position des partenaires, des adversaires, de la balle) ou l'ouïe (demande à voix haute d'un partenaire, bruit de pas d'un poursuivant, coup de sifflet de l'arbitre).

■ Niveau des élèves: 1,2,3^{ème} année ou débutants

Notes préliminaires

Les sports de combat sont présents dans certaines écoles. Le karaté ou le judo s'y retrouvent parfois dans le cadre du sport de compétition, mais pas dans le cadre de l'Éducation Physique. En effet, cette activité au sein de l'école s'adresse à des élèves qui se destinent à la compétition. La lutte est aussi un sport de combat. Cette activité est présente dans de nombreuses cultures sous diverses formes. Il ne sera guère possible de pratiquer la lutte libre, car pour projeter l'adversaire, il faudrait disposer de tapis. Ces derniers impliqueraient un investissement que les écoles les mieux loties hésiteraient à faire.

L'activité que nous présentons ici s'inspire de la lutte Africaine, où il suffit que l'adversaire pose le genou ou une main par terre pour qu'il perde des points. Elle tire certaines de ses règles de la lutte greco-romaine où passer derrière l'adversaire confère des points. Faire sortir l'opposant du cercle confère aussi des points et s'apparente à la lutte Japonaise (sumo).

Analyse sommaire de l'activité

Tous les sports de combat comprennent une attaque et une défense. L'attaquant a un avantage tactique qu'il peut plus facilement transformer en point. Cependant l'adversaire a la possibilité de se défendre et de contre-attaquer.

Règles à respecter

Voici les règles que nous respecterons dans le cadre de ce manuel:

- Défense de frapper son opposant
 - Défense de projeter son adversaire au sol
 - Défense de déchirer les habits de l'adversaire
 - Passer derrière l'adversaire confère un point
 - Obliger l'adversaire à poser le genou ou la main au sol confère un point à l'opposant.
 - Faire sortir l'adversaire du cercle de combat confère un point à celui qui est resté dans le cercle.
-

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lutte

Séance no : 1

Niveau des élèves : Débutants

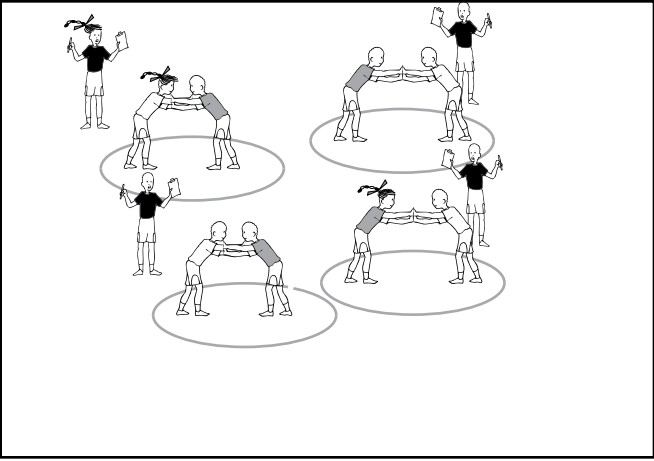
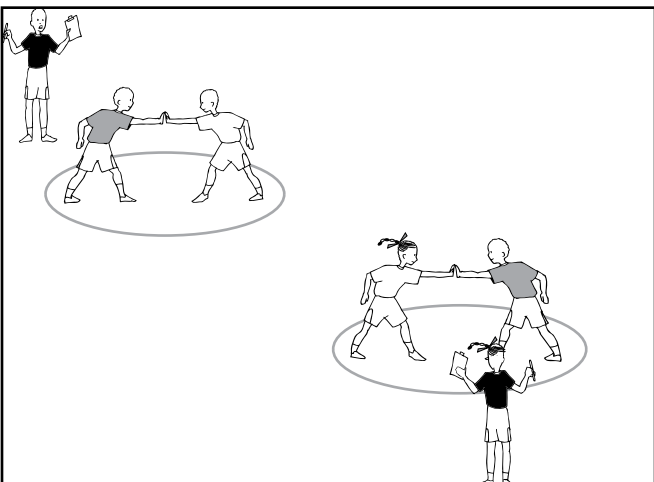
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Pousser/tirer- Respect de l'adversaire.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent tirer et pousser leur camarade.	<p>Quand? Au signal d'un(e) élève-arbitre. Comment ? Faire sortir son adversaire du cercle à l'aide des mains et des bras. On compte les points qui s'ajoutent par équipe. Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème –d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle. Où ? à l'intérieur d'un cercle tracé au sol. <u>Règles à suivre:</u> Défense de frapper, d'agripper les habits, d'étrangler.</p>		<p>- Tous poussent et tirent - Certains sont entraînés hors du cercle .</p>
2- Qu'ils peuvent tirer et pousser leur camarade.	<p>Quand? Au signal d'un(e) élève-arbitre. Comment ? Faire sortir son adversaire du cercle en se tenant la main droite (on peut changer de main après 1 phase de jeu). On compte les points qui s'ajoutent par équipe. Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème –d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle. Où ? à l'intérieur d'un cercle tracé au sol</p>		<p>- Tous poussent et tirent à tour de rôle. - Certains sont entraînés hors du cercle.</p>

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lutte

Séance no : 2

Niveau des élèves : Débutants

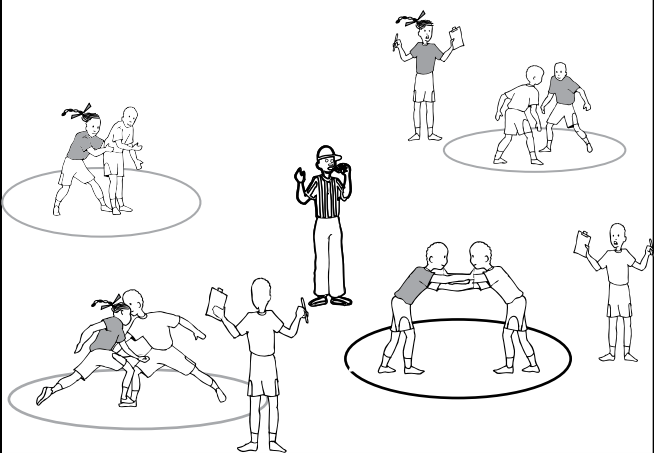
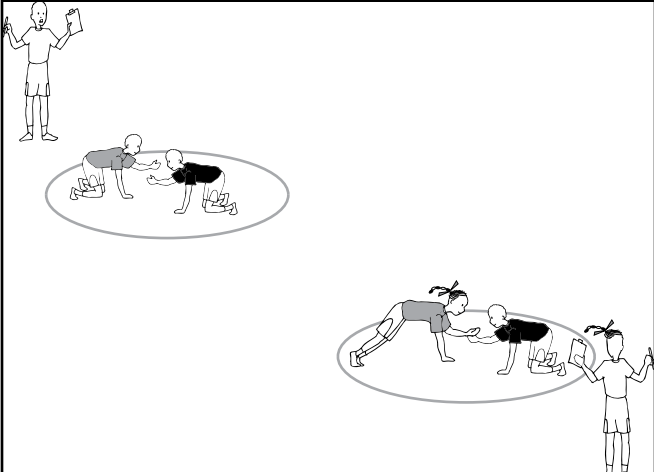
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Equilibre/ déséquilibre- respect de l'adversaire.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent déséquilibrer un adversaire debout.	<p>Quand? Au signal de l'arbitre. Comment ? Forcer l'adversaire à toucher le sol en y posant la main ou le genou. Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème -d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle. Où ? Plusieurs cercles peuvent être aménagés <u>Règles à suivre:</u> Défense de frapper, d'agripper les habits, d'étrangler.</p>		- Tous tentent de faire poser le genou à l'adversaire, par la force ou la feinte.
2- Qu'ils peuvent déséquilibrer un adversaire à 4 pattes.	<p>Quand? Au signal d'un arbitre. Comment ? Face à face, les 2 mains par terre, jambes jointes, déséquilibrer l'adversaire en lui enlevant un bras du sol, en poussant ou en tirant. Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème -d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>		- Tous tentent de déséquilibrer l'adversaire, par la force ou la feinte.

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Lutte
Séance no : 3
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:

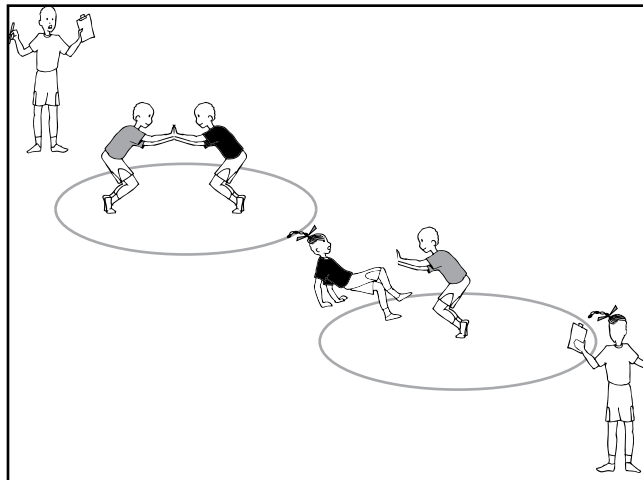
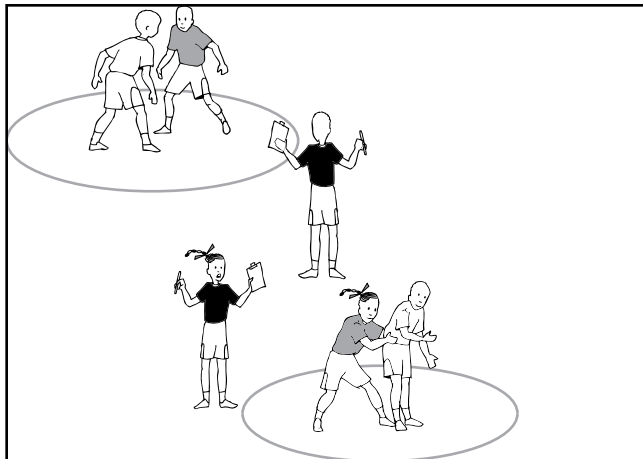
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Notion de feinte.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils peuvent prendre avantage tactique sur l'adversaire (Dans certaines cultures, en lutte, celui qui réussi à passer derrière l'adversaire gagne des points).</p>	<p>Quand? Au signal d'un arbitre Comment ? Passer derrière l'adversaire et le ceinturer Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème –d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>	<p>- Tous tentent de contourner l'adversaire. - Tous feignent l'adversaire en faisant semblant d'aller sur le côté et en allant de l'autre.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent prendre avantage tactique sur l'adversaire.</p>	<p>Quand? Au signal d'un arbitre. Comment ? Accroupi, les 2 mains paumes contre paumes, déséquilibre l'adversaire Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème – d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>	<p>- Tous feignent l'adversaire en enlevant les mains brusquement.</p>



Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lutte

Séance no : 4

Niveau des élèves : Débutants

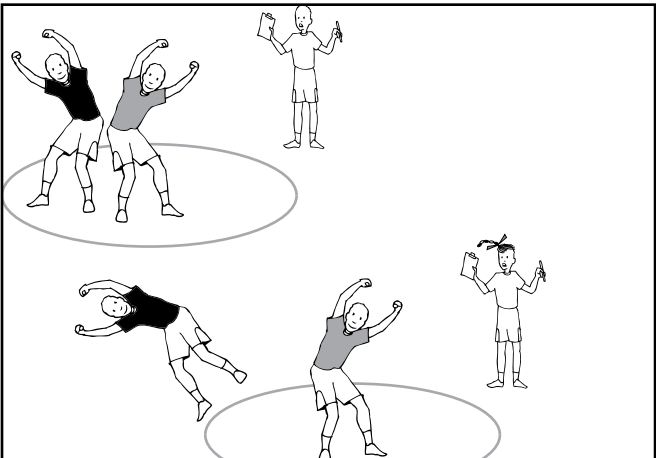
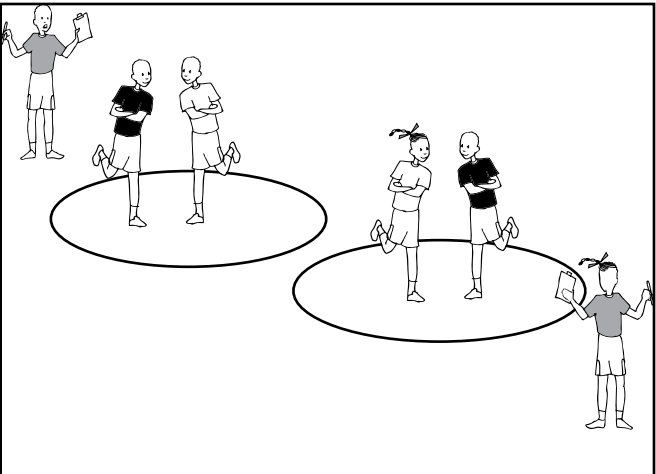
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Déséquilibre par percussion.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent déséquilibrer l'adversaire.	<p>Quand? Au signal d'un arbitre. Comment ? Dos à dos, essayer faire l'adversaire perdre l'équilibre en se tapant les fesses. Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème –d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>		- Dans chaque groupe de 2 lutteurs, l'un des élèves parvient à déséquilibrer l'autre.
2- Qu'ils peuvent déséquilibrer l'adversaire sans perdre l'équilibre soi-même.	<p>Quand? Au signal d'un arbitre. Comment ? Étant sur un pied, forcer l'adversaire à sortir du cercle en le poussant de l'épaule (les bras sont croisés). Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème –d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>		- Dans chaque groupe de 2 lutteurs, l'un des élèves parvient à faire sortir l'autre.

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lutte

Séance no : 5

Niveau des élèves : Débutants

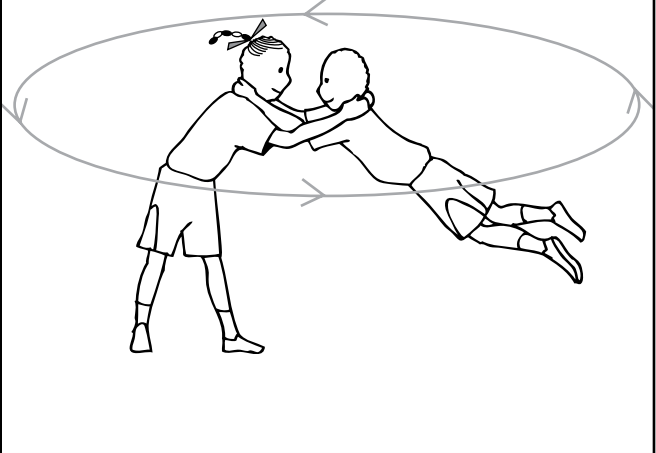
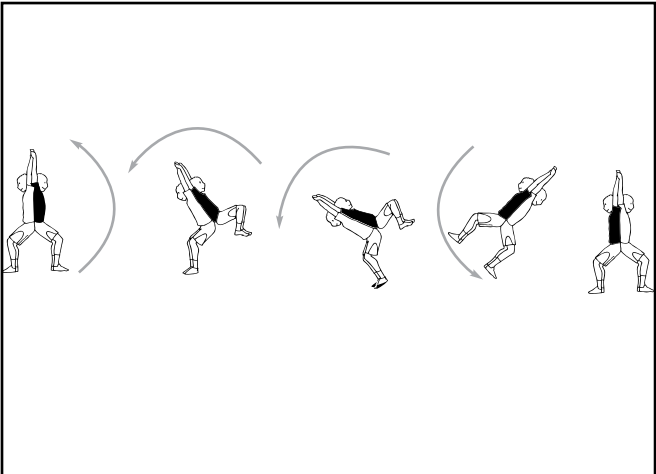
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Manipulation du corps du lutteur-adversaire.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent interagir avec un partenaire.	<p>Avec qui ? 2 par 2, Comment ? Les partenaires se tiennent le cou , mains croisées sur la nuque. L'un tourne sur place en faisant tourner l'autre autour de lui sans toucher le sol <u>Règles à suivre:</u> Défense de lâcher l'adversaire en tournant.</p>		- Tous élèves réussissent à faire tourner 3 fois au moins leur partenaire.
2- Qu'ils ont compris le but de l'exercice.	<p>Avec qui ? 2 par 2, Comment ? Les partenaires, dos à dos, les bras levés, se tiennent les mains. L'un charge l'autre sur le dos, l'autre plie les jambes et se laisse rouler en arrière sur le dos du 1er jusqu'à se retrouver de l'autre côté debout. <u>Règles à suivre:</u> Défense de lâcher l'adversaire en tournant.</p>		- Tous élèves réussissent à faire passer 3 fois au moins leur partenaire.

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lutte

Séance no : 6

Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Tournoi triangulaire de lutte.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

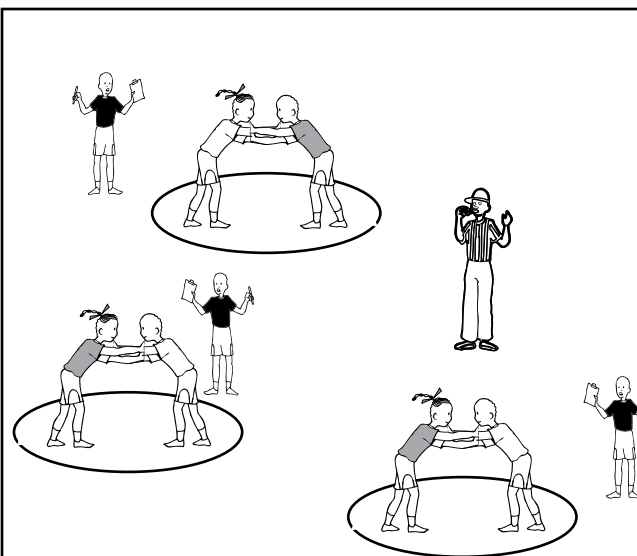
Comportements

Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)

Indicateurs de réussite

1- Qu'ils peuvent assurer le bon déroulement d'un tournoi de lutte.

Quand? Au signal des élève- arbitres.
Comment ? 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre.
Les lutteurs cherchent :
-à faire le genou de l'adversaire toucher le sol.
-à sortir l'adversaire du cercle.
-à faire l'adversaire poser une main au sol
Avec qui ? 2 par 2 avec un arbitre et un marqueur de points.
Où ? chaque couple de lutteur dans son cercle.



- Quand c'est leur tour, les élèves-arbitres signalent à temps les fautes et comptent les points correctement.

Cycle de Lancer de poids

■ Dominante: Biomécanique¹

¹ Cette dimension se réfère au geste technique particulier à l'activité, à ce qu'on appelle communément la technique. C'est, par exemple, la position du bras lors du lancer de balle, ou le pied que l'on pose en dernier avant le saut en longueur.

■ Niveau des élèves: 1ère, 2ème, 3ème année ou débutants

Notes préliminaires

Comme cela a été souligné plus haut, beaucoup d'activités physiques ont peu de chances d'être pratiquées dans les écoles Haïtiennes par manque de formation des professeurs, parce que ces activités ne font pas vraiment partie des habitudes du milieu dans lequel évoluent élèves et enseignants et par manque de matériel. C'est le cas du lancer de javelot. Cependant, il y a moyen d'aborder des activités voisines qui s'apparentent à cette discipline olympique. Cela est particulièrement vrai dans le cadre de ce manuel, étant donné que le but de ces cours n'est pas la compétition sportive, mais de mettre l'élève en contact avec des activités motrices faisant partie de ce qui se pratique dans le monde actuel. Ainsi dans ce cycle de lancers légers, des ballons et des bâtons pourront être utilisés.

Certains points seront l'objet d'une attention particulière de l'instituteur:

■ La sécurité

La préoccupation première de l'instituteur est de sensibiliser les élèves aux risques liés à l'activité. En effet, les élèves ne devront lancer le poids, la pierre lourde, le javelot ou le bâton qu'au signal et aux indications de l'enseignant. Celui-ci se sera assuré, au préalable, qu'aucun élève ne se trouve sur la trajectoire éventuelle des

engins. Il ne sera pas permis aux élèves de manipuler les poids, bâtons ou javelots en dehors de la séance. De même, les élèves ne doivent pas effectuer de lancers hors de la zone prédéterminée par l'enseignant.

■ **L'aire ou zone de lancer**

Elle devra être absolument vide d'élèves, sauf quand certains iront ramasser les engins lancés, pour les ramener. A ce moment aucun lancer ne sera permis.

■ **La technique**

Les lancers, en tant que disciplines sportives, sont des activités réclamant un bon niveau de technicité. Cependant, au niveau des cours d'éducation physique, les références à la technique seront rares. Les mises en situation seront suffisantes pour déterminer comment les élèves agiront vis-à-vis de l'engin. N'oublions pas que l'instituteur lui-même n'a pas nécessairement eu une expérience dans cette activité. Le but étant une large pratique globale pour une large expérience motrice, les séances proposées ne réclament donc pas une grande habilité technique.

Analyse sommaire de l'activité

Tout lancer, lourd ou léger, comprend une préparation, un élan et une projection.

- **La préparation** est le moment où l'élève détermine la tenue de l'engin, la position du corps par rapport à la direction vers laquelle l'engin va s'envoler.
- **L'élan** doit lui permettre de lancer le poids plus loin que s'il restait statique. L'élève devra pouvoir convertir son élan

(course, flexion suivies d'extension des jambes et rotation du tronc) en force de lancement. La liaison entre l'élan et le lancer est importante. L'expérimentation sous diverses formes, telle que conçue dans ces quelques séances, devrait lui permettre d'acquérir certaines sensations qu'il pourra réinvestir plus tard dans ces activités ou dans d'autres situations.

- **La projection** est dans la suite directe le l'élan dont elle dépend. L'angle d'envol devrait se situer autour de 45 degrés, mais cette notion d'angle n'a pas à être abordée à un tel niveau de pratique. Elle figure ici à titre indicatif.

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lancer lourd

Séance no : 1

Niveau des élèves : Débutants

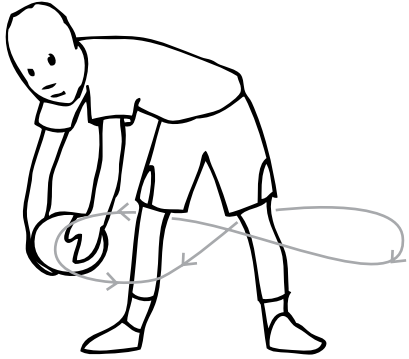
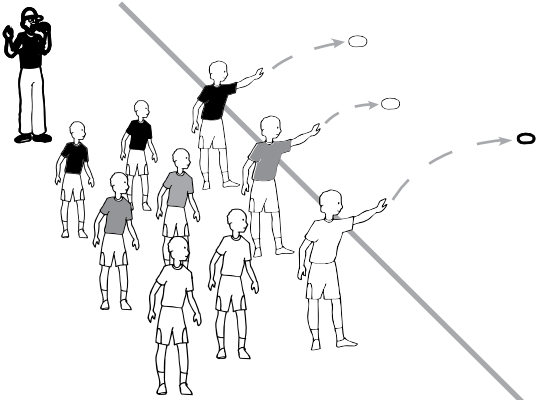
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 pierre lourde (ou un boulet) pour 2 élèves

Thème de la séance: Manipuler le poids lourd (pour s'y familiariser)/ lancer sans élan.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent manipuler le poids	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement (sécurité)</p> <p>Avec quoi ? Une pierre suffisamment lourde pour représenter un défi, mais pas trop lourde pour permettre des manipulations par l'élève.</p> <p>Comment ? jambes écartées, décrire des huit entre ses jambes avec le poids.</p> <p>Règles à suivre: - Ne pas lancer le poids en direction des autres - Ne pas lâcher le poids au sol</p>		- Aucun poids ne tombe au sol
2- Qu'ils peuvent lancer le poids sans élan	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement (sécurité)</p> <p>Avec qui ? 2 par 2, les autres élèves sont alignés derrière.</p> <p>Avec quoi ? Une pierre suffisamment lourde pour représenter un défi, mais pas trop lourde pour permettre des manipulations par l'élève.</p> <p>Comment ? jambes immobiles, pierre tenue dans les 2 mains: lancer la pierre lourde</p> <p>Règles à suivre: Ne pas se déplacer</p>		- Toutes les consignes de sécurité sont respectées

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lancer lourd

Séance no : 2

Niveau des élèves : Débutants

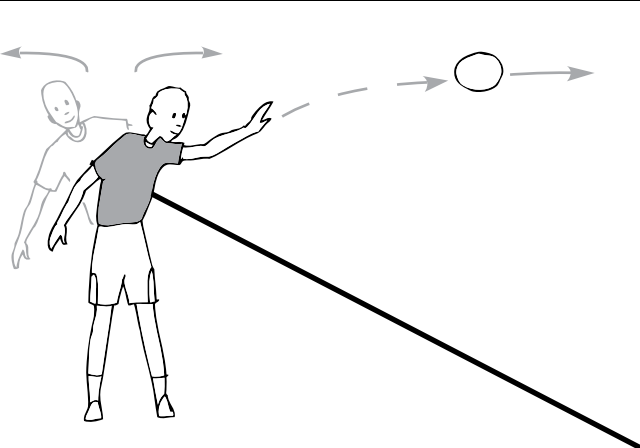
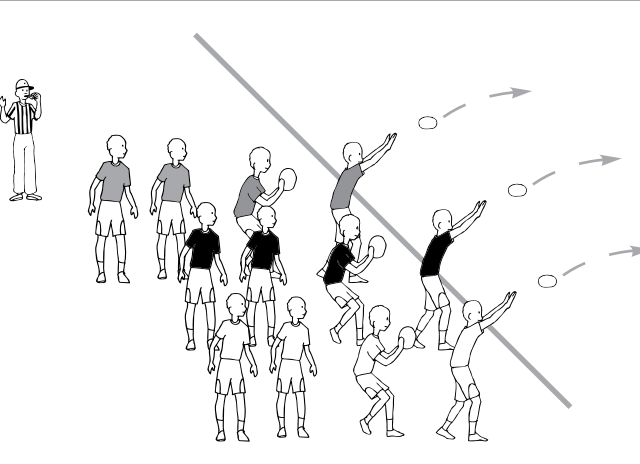
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 pierre lourde (ou un boulet) pour 2 élèves

Thème de la séance: Lancer le poids avec un élan statique (sans se déplacer)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu' ils peuvent lancer le poids avec une torsion du tronc	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement</p> <p>Avec qui ? Les élèves sont alignés, devant eux, personne</p> <p>Avec quoi ? Avec une pierre ou un poids en main à la hauteur de la poitrine</p> <p>Comment ? Jambes écartées : faire une torsion du tronc vers la droite, une vers la gauche puis vers la droite encore et lancer la pierre.</p> <p><u>Règles à suivre:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Ne pas lancer le poids en direction des autres- Ne pas lâcher le poids au sol	 <p>The diagram shows a person in a starting position for a weight throw. They are standing with feet apart, arms extended forward. A dashed line indicates the path of the weight being thrown from the hand towards the right. A curved arrow above the person's head shows the trunk twisting to the right. A solid diagonal line is drawn from the bottom right corner of the diagram towards the top left, indicating the direction of the throw.</p>	<ul style="list-style-type: none">-Tous lancent le poids sans déplacement.-Toutes les consignes de sécurité sont respectées.
2- Qu' ils peuvent lancer le poids avec un élan sans déplacement	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement</p> <p>Avec qui ? Les élèves sont alignés, devant eux, personne.</p> <p>Avec quoi ? Avec une pierre ou un poids en main, à la hauteur de la poitrine.</p> <p>Comment ? Jambes pliées, déplier les jambes brusquement et lancer la pierre lourde.</p> <p><u>Règles à suivre:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Ne pas lancer le poids en direction des autres.- Ne pas lâcher le poids au sol.	 <p>The diagram shows a group of students in a line, each holding a weight. They are in a starting position with knees slightly bent. A dashed line indicates the path of the weight being thrown from the hand towards the right. A solid diagonal line is drawn from the bottom right corner of the diagram towards the top left, indicating the direction of the throw. A small figure of a teacher is shown on the left side of the line.</p>	<ul style="list-style-type: none">- Tous lancent le poids sans déplacement.- Toutes les consignes de sécurité sont respectées.

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lancer lourd

Séance no : 3

Niveau des élèves : Débutants

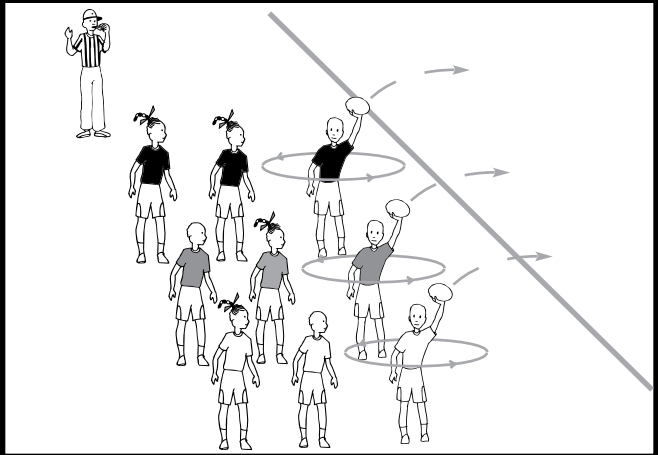
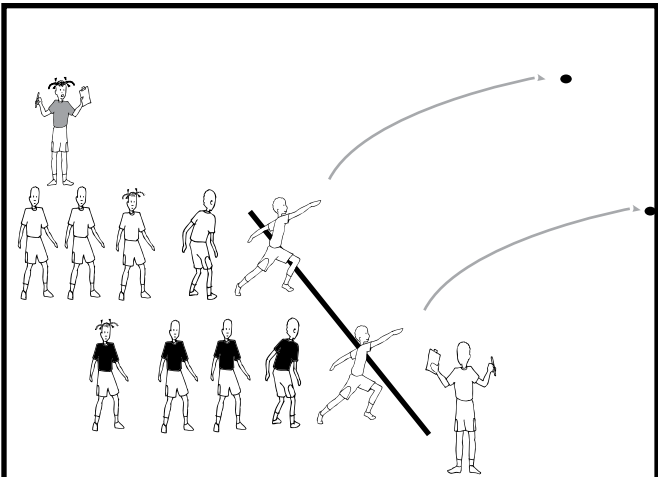
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 pierre lourde (ou un boulet) pour 2 élèves

Thème de la séance: Lancer sans déplacement

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu' ils peuvent lancer le poids sans se déplacer</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement Avec qui ? Les élèves sont alignés, devant eux, personne Comment ? Jambes écartées, pierre tenue au dessus de la tête, décrire 3 grands cercles avec le tronc puis lancer vers l'avant Avec quoi ? 1 pierre lourde (ou un boulet) Règles à suivre:</p>		<p>-Tous lancent le poids sans déplacement -Toutes les consignes de sécurité sont respectées</p>
<p>2- Qu' ils peuvent lancer le poids avec un élan sans déplacement</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement Avec qui ? 2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre et compte les points : celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe Comment ? Jambes EN FENTE (une jambe devant l'autre, pliée) pierre tenue dans les 2 mains. Déplier la jambe avant brusquement et lancer la pierre lourde <u>Règles à suivre:</u> - Ne pas lancer le poids en direction des autres - Ne pas lâcher le poids au sol</p>		<p>-Tous lancent le poids sans déplacement -Toutes les consignes de sécurité sont respectées</p>

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lancer lourd

Séance no : 4

Niveau des élèves : Débutants

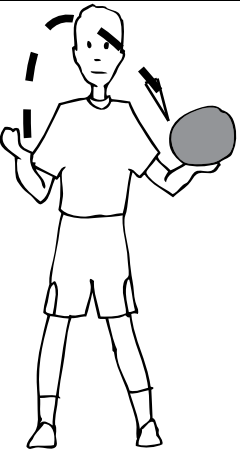
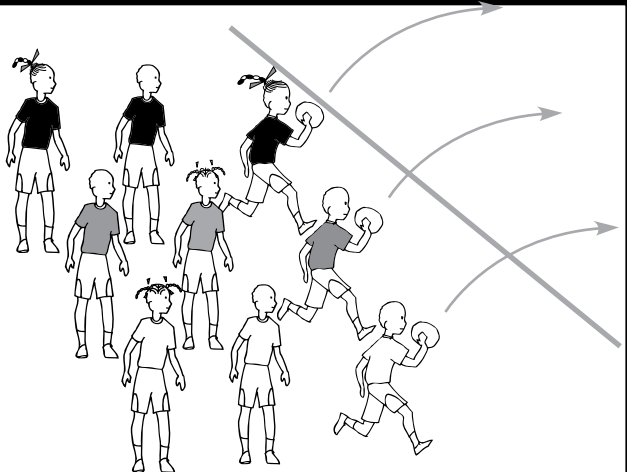
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 pierre lourde (ou un boulet) pour 2 élèves

Thème de la séance:

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent manipuler un objet lourd en le lançant	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement.</p> <p>Avec qui ? Les élèves sont alignés, devant eux, personne.</p> <p>Comment ? Jambes écartées, pierre tenue au dessus de la tête, Jongler avec le poids tenu vers l'avant.</p> <p>Avec quoi ? 1 pierre lourde (ou un boulet)</p>		<p>- Tous lancent le poids sans déplacement</p> <p>- Toutes les consignes de sécurité sont respectées</p>
2- Qu'ils peuvent lancer le poids avec un élan sans déplacement	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement</p> <p>Avec qui ? 2 par2</p> <p>Comment ? Avec pas plus de 10 pas, les élèves courent et lancent le poids.</p> <p>2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre et compte les points : celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe</p> <p>Règles à suivre: Ne pas lancer le poids si un élève est dans la direction du lancer</p> <p>On peut réduire le nombre de pas au fur et à mesure.</p>		<p>- Tous lancent avec 2 pas</p>

Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Lancer lourd
Séance no : 5
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:

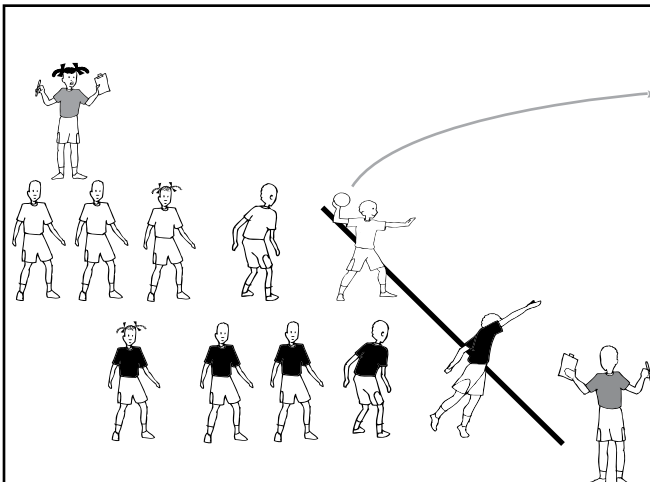
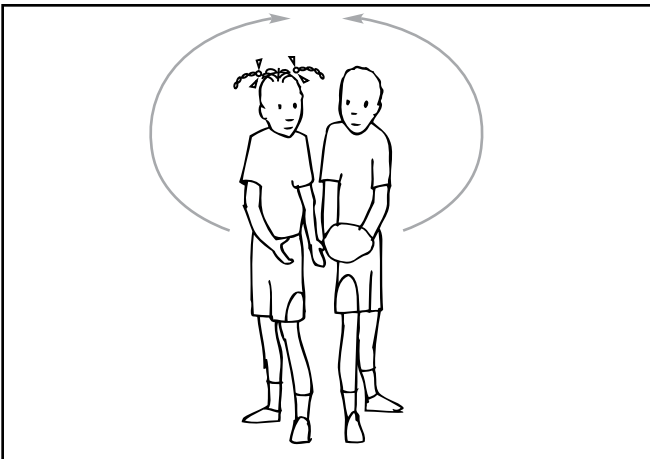
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 pierre lourde (ou un boulet) pour 2 élèves

Thème de la séance: Prise d'élan linéaire

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils peuvent manipuler un objet lourd.</p>	<p>Avec qui ? 2 par2 Comment ? Donner le poids sur le côté à l'adversaire qui le remet de l'autre côté. <u>Règles à suivre:</u> - Ne pas lancer le poids - Ne pas laisser tomber le poids par terre</p>	<p>- Tous effectuent 10 répétitions de l'exercice au moins.</p>
<p>2- Qu'ils effectuent 2 pas pour lancer le poids.</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement. Avec qui ? 2 par2. Comment ? L'AIRES DE LANCER EST SITUÉE SUR LE COTÉ OPPOSÉ AU BRAS LANCEUR. Le lanceur effectue 2 pas d'élan. Au dernier moment, le lanceur, d'une torsion du tronc se tourne et lance. 2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre et compte les points : celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe. Règles à suivre: Ne pas lancer le poids si un élève est dans la direction du lancer.</p>	<p>- Tous lancent avec 2 pas.</p>



Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année

Activité : Lancer lourd

Séance no : 6

Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 pierre lourde (ou un boulet) pour 2 élèves

Thème de la séance: Tournoi trianulaire

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

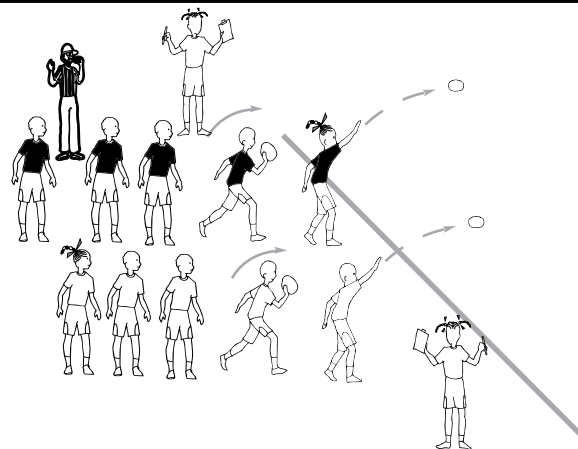
Comportements

Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)

Indicateurs de réussite

2- Qu'ils peuvent organiser un tournoi triangulaire de lancer de poids

Quand? Au signal de l'instituteur seulement
Avec qui ? 2 par2
Où? A l'intérieur du cercle de 2 mètres de diamètre
Comment ? les élèves prennent leur élan et lancent le poids.
2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre et compte les points : celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe
Règles à suivre:
Ne pas lancer le poids si un élève est dans la direction du lancer
celui qui sort du cercle en lançant est éliminé



- Les arbitres signalent les fautes à temps
- Les points sont notés correctement
- Les résultats donnés

Cycle de Rugby

■ Dominante: Bio-Informationnelle¹

¹ Cette dimension se réfère à tous les indices captés dans l'environnement, que ce soit par la vue (ex. : position des partenaires, des adversaires, de la balle) ou l'ouïe (demande à voix haute d'un partenaire, bruit de pas d'un poursuivant, coup de sifflet de l'arbitre).

■ Niveau des élèves: 4,5,6^{ème} année ou avancés

Notes préliminaires

L'instituteur ou l'institutrice n'ont pas nécessairement une formation en éducation physique. Cela est très certainement vrai en Haïti où il n'y a pas d'école de formation de cadres en éducation physique ou en sport. Cependant, il est possible d'enseigner des activités comme le Handball sans formation dans cette activité. En effet, dans l'approche proposée dans ce manuel, la référence directe à la technique a peu de place. Ce sont les mises en situation qui permettront de canaliser l'action de l'élève de sorte que les réponses motrices soient celles que nous attendons d'eux. N'oublions pas les objectifs de l'éducation physique, sont entre autres, de mettre l'élève en contact avec cette partie du patrimoine de l'humanité constituée par l'activité physique et le sport. À ce titre, l'objectif de l'éducation physique n'est pas de chercher à détecter des futurs champions de l'élite sportive. La technique, si elle est intrinsèque au sport, n'est pas un but en soi.

Analyse de l'activité

Le Rugby est une activité où l'élève analyse les informations pour élaborer une réponse motrice. Exemple : La position des adversaires, la trajectoire de la balle. Ces informations sont analysées inconsciemment, au moins en partie, la réponse considérée comme appropriée également.

Les sports dits collectifs comprennent, pour la plupart, une phase

d'attaque et une phase de défense. Quand une équipe attaque, l'autre défend son camp. Cela est vrai pour le Handball, le Rugby, le Basket-ball et le Volley-ball. L'instituteur pourra, selon cette constatation, décider de travailler la défense ou l'attaque selon la classe à laquelle il a affaire.

D'autres réalités, d'ordre tactique pourront guider ses choix pédagogiques :

- Les élèves, qui ont un certain niveau de pratique, savent que s'agglutiner autour de la balle est contre-productif. D'où la notion de DÉMARQUAGE (« Aller là où il n'y a personne » dans un langage adapté aux enfants).
- Lors d'une passe, le lanceur ne reste pas figé sur place. Des choix tactiques s'offrent à lui, par exemple, il peut suivre sa balle afin de soutenir l'actuel porteur de balle (« passer et suivre sa balle ») ou partir dans une direction décidée par lui afin éventuellement de recevoir encore la balle (« passe et va »).

Règles à suivre

Les règles du rugby que nous allons respecter sont les suivantes:

- Défense de frapper les adversaires
 - Si la balle tombe des mains du porteur, elle est perdue pour son équipe
 - Défense de faire des passes en avant.
 - Défense d'attraper les habits
 - Les remises en jeu en cas de sortie du ballon se font derrière la ligne au point où est sorti la balle.
-

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année

Activité : Rugby

Séance no : 1

Niveau des élèves : Débutants

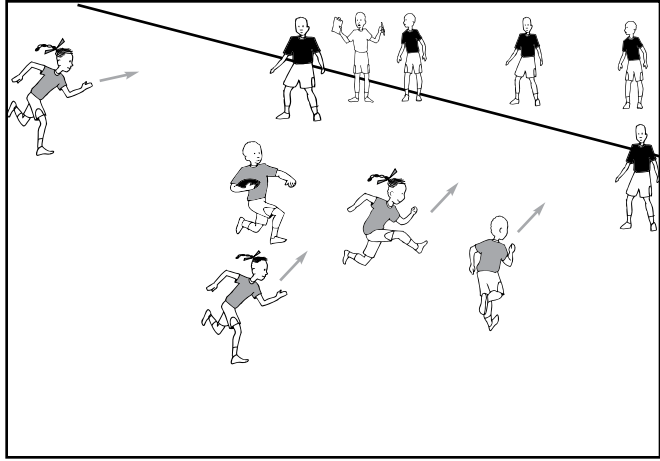
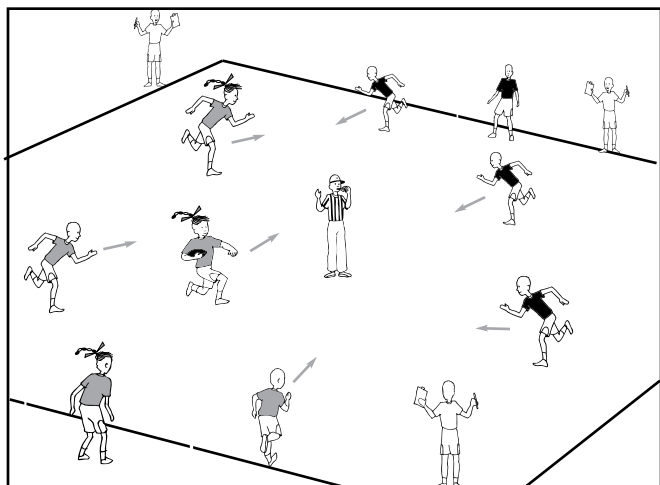
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Compréhension du but et des règles du jeu.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

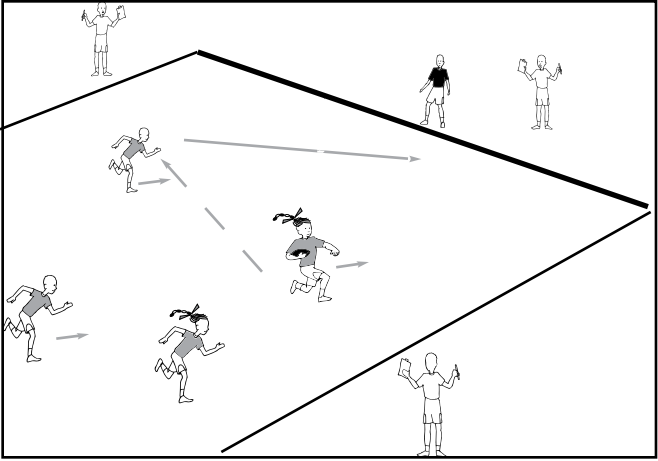
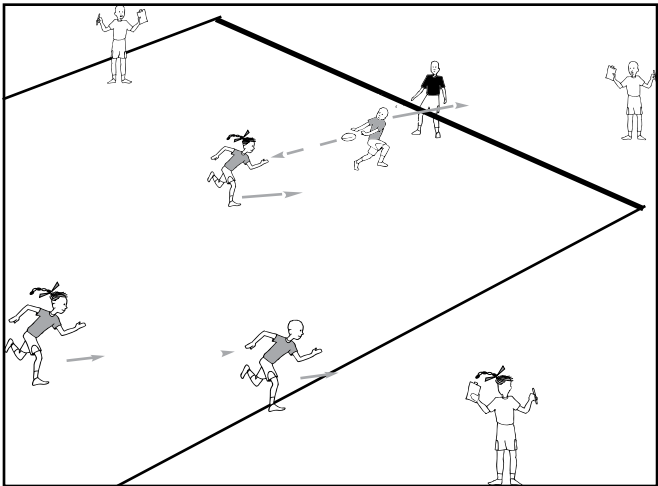
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils ont compris le but du jeu.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon Derrière la ligne. Qd ? : Au signal de l'instituteur. Comment ? : Les élèves courent avec la balle et passé la ligne, déposent la balle au sol. Ils reviennent à leur point de départ. Ceux de l'équipe adverse récupèrent le ballon et font de même dans l'autre direction. La 3ème équipe compte le nombre "d'essais". <u>Règles du Rugby</u> - Défense de toucher le ballon avec les pieds. - Pas de passes vers l'avant.</p>		-Tous les élèves ont tenté 5 essais au moins.
2- Qu'ils respectent les règles du jeu.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon derrière la ligne de but malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central. <u>Règles à suivre :</u> - Pas plus de 3 pas sans faire rebondir (Dribbler) la balle. - Défense de recommencer à dribbler une fois celui-ci arrêté. - Défense de toucher le ballon avec les pieds (sauf le gardien). - Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres.</p>		- Tous les joueurs ont touché au moins 5 fois au ballon.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Rugby
Séance no : 2
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Faire des passes (en arrière) en avançant

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

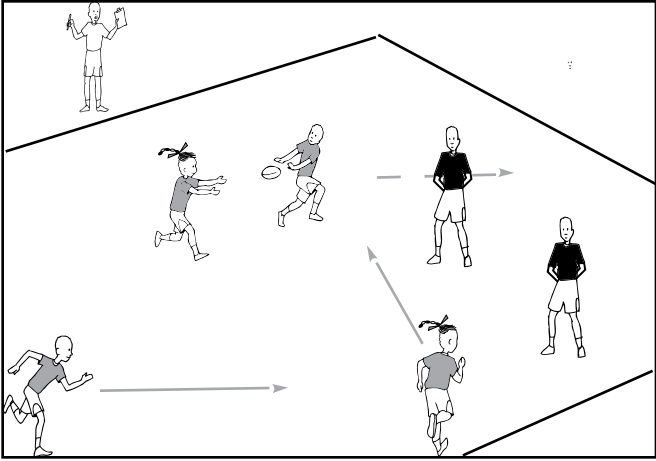
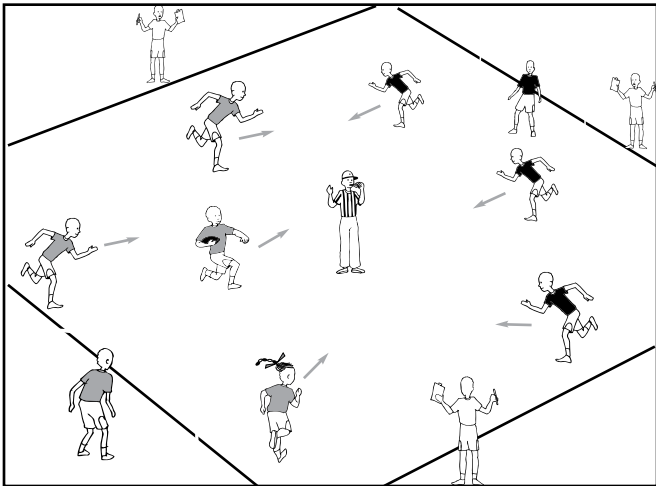
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu' ils sont capable de passer la balle aux partenaires.</p>	<p>Où ? En partant de leur camp jusqu'au camp adverse (Chaque équipe passe à tour de rôle.) Qd ? Au signal de l'instituteur. Comment ? L'équipe progresse avec la balle à la main, en faisant des passes en arrière et arrivés à la ligne, déposent la balle et Ils reviennent à leur point de départ. <u>Règles à suivre</u> : PAS DE PASSES EN AVANT - Tous doivent avoir touché la balle avant de déposer la balle. Défense de frapper les autres, de déchirer intentionnellement le maillot des autres.</p>		<p>- Tous les élèves ont touché la balle.</p>
<p>2- Qu'ils sont capables de jouer globalement au Rugby.</p>	<p>Où ? : En partant de leur camp jusqu'au camp adverse. Qd ? : Au signal de l'instituteur Comment ? L'équipe progresse avec la balle à la main, en faisant des passes. L'autre équipe s'y oppose et tente de récupérer la balle. <u>Règles spéciales à suivre</u> : - Pas plus de 3 touchers de balles.</p>		<p>- Peu de passes ont été effectuées vers l'arrière.</p>

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Rugby
Séance no : 3
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Avancer vers le camp adverse.

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont avancent vers le but adverse.</p>	<p>Comment ? : En partant de leur camp L'équipe progresse avec la balle à la main, en faisant des passes. Ils reviennent à leur point de départ. Ceux de l'équipe adverse défendent leur but AVEC 2 JOUEURS seulement, LES MAINS DERRIÈRE LE DOS. Puis au tour de l'autre équipe dans l'autre direction. La 3ème équipe compte le nombre de buts marqués. <u>Règle à respecter :</u> - Tous les élèves doivent toucher à la balle - Pas plus de 2 touchers de balle par élève et par attaque</p>		<p>-Tous les élèves vont en direction du but adverse.</p>
<p>2- Qu'ils respectent les règles du jeu.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central Qd ? Chaque rencontre dure 5 minutes seulement <u>Règles à suivre :</u> Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres</p>		<p>- Tous les joueurs ont touché au moins 5 fois au ballon.</p>

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année

Activité : Rugby

Séance no : 4

Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Se démarquer.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils vont là où il n'y a personne.	<ul style="list-style-type: none">- Où ? dans le terrain- Qd ? Au signal de l'instituteur.- Avec qui ? chaque équipe joue séparément.- Comment ? en faisant des passes à l'intérieur du terrain. Règles à suivre : <ul style="list-style-type: none">- Pas plus de 2 contrôles de balle- l'élève se déplace après chaque passe		- Tous se démarquent après la passe.
2- Qu'ils sont capables de faire respecter les règles du jeu.	But du jeu : Faire passer le ballon derrière la ligne malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central <u>Règles à respecter :</u> <ul style="list-style-type: none">- Défense de recommencer à dribbler une fois celui-ci arrêté.- Défense de toucher le ballon avec les pieds (sauf le gardien)- Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres. Ici, L'ACCENT EST MIS SUR LES ARBITRE.		- Toutes les fautes sont signalées correctement.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année

Activité : Rugby

Séance no : 2

Niveau des élèves : Débutants

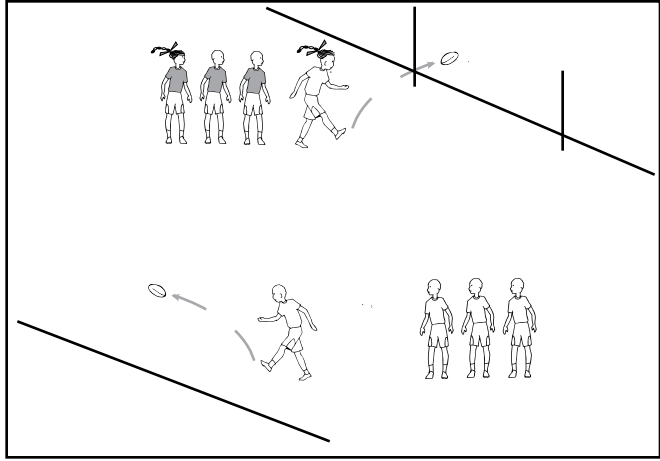
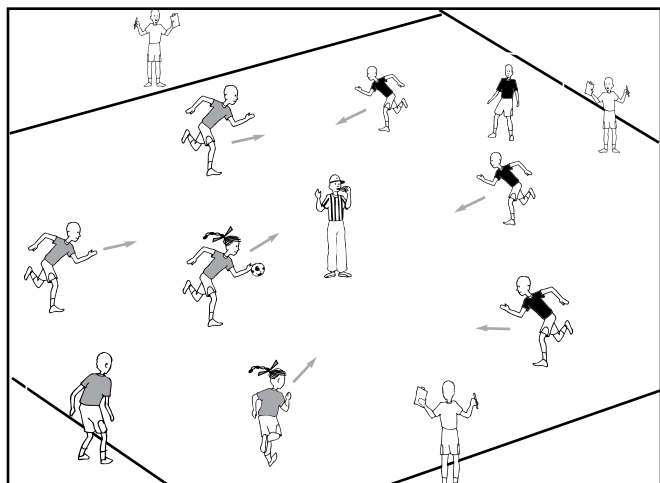
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Tir au but

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils tirent au but.	<p>- Où ? dans le terrain. - Qd ? Au signal de l'instituteur. - Avec qui ? chaque équipe tire séparément, la troisième contrôle le nombre de pas, les tirs qui aboutissent et compte les points marqués. - Comment ? En prenant 3 pas d'élan. La balle doit passer entre les 2 batôns plantés au sol.</p> <p>Pour varier les situations, l'instituteur pourra varier L'ANGLE de tir</p>		- Tous ont tiré au moins 6 fois.
2- Qu'ils sont capables de faire respecter les règles du jeu.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central. Règles à suivre : - Défense de toucher le ballon avec les pieds (sauf le gardien) Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres.</p> <p>Ici, L'ACCENT EST MIS SUR LES ELEVES-ARBITRE.</p>		- Les élèves arbitre assurent correctement le déroulement des tournois quand c'est leur tour.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année

Activité : Rugby

Séance no : 6

Niveau des élèves : Débutants

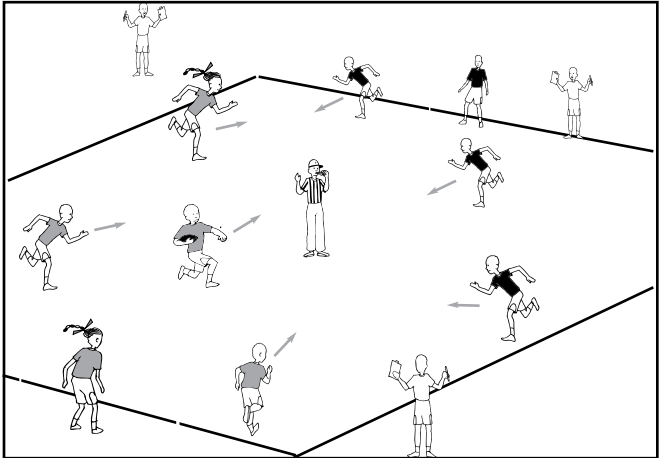
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Tournoi triangulaire de Handball.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils sont capables de participer à un tournoi triangulaire.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires.</p> <p>Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.</p> <p><u>Règles à suivre :</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Défense de toucher le ballon avec les mains (sauf le gardien).- Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres.		<ul style="list-style-type: none">- Toutes les fautes sont signalées à temps.- Les points sont comptés.- Les résultats correctement communiqués.

Cycle de Jeux Traditionnels et Sportifs

■ Dominante: Psycho-socio affective¹

¹ Toute activité implique un investissement affectif de la part de l'élève. Cet investissement varie par rapport à l'activité considérée (ex: il est plus effrayant de sauter à la perche que de courir) ou par rapport à la situation sociale spécifique considérée (un élève timide s'engagera moins facilement dans un sport collectif qu'un autre).

■ Niveau des élèves: Toutes les années ou tous les niveaux

Notes préliminaires

Les jeux NON-SPORTIFS ont une grande importance dans le développement affectif de l'enfant:

Ils ne sont pas nécessairement tournés vers la compétition, en ce sens peuvent offrir une alternative au Sport de fédération.

Ils mettent en jeu d'autres types de relations et engagent davantage l'affectivité et les réseaux de relation.

Ils permettent d'augmenter la variété d'activités que l'instituteur peut proposer, surtout en Haïti où, comme nous l'avons vu, le matériel est rare et de ce fait, certaines activités impossibles à pratiquer.

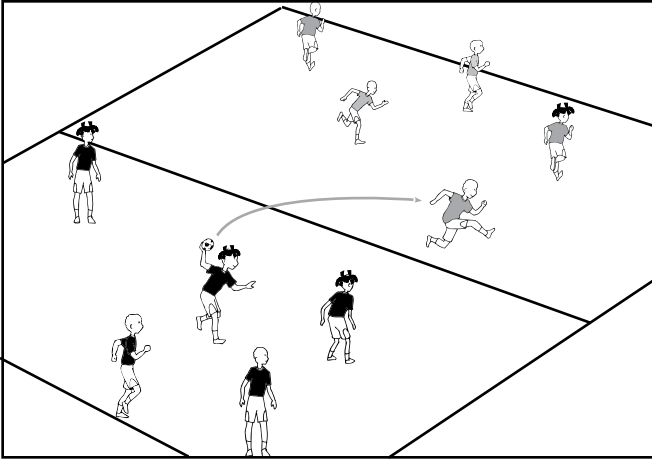
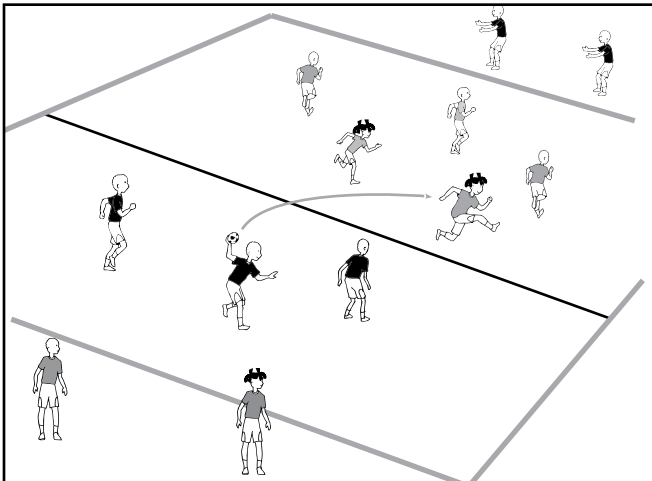
Le cycle de jeux traditionnels peut être repris plus souvent que n'importe lequel, car l'enfant ne s'en lassera pratiquement jamais.

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 1
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Ballon prisonnier.

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

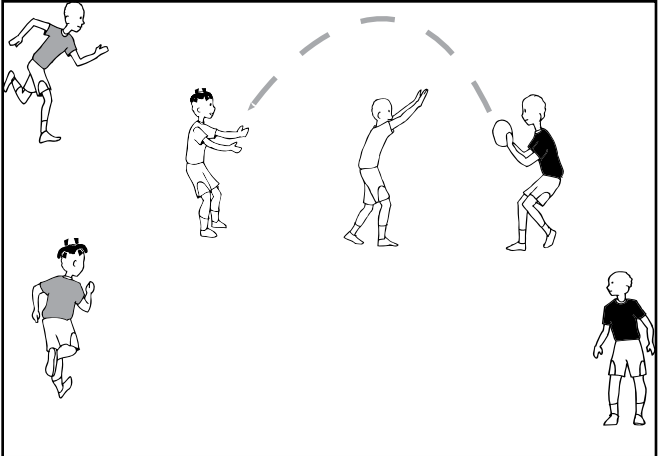
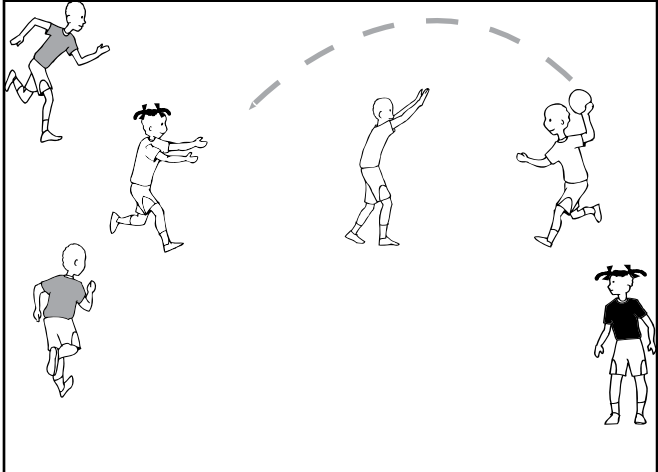
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Toucher le plus d'adversaires possibles dans l'autre camp. Comment ? Les élèves lancent la balle avec la main vers le camp adverse. Chaque élève touché va « en prison » derrière le camp adverse. La 3ème équipe compte les points et surveille les lignes de délimitation <u>Règle à suivre</u> : défense de franchir les lignes de délimitation de chaque camp.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>
<p>1- Qu'ils aident leur partenaire.</p>	<p>Même situation et même but du jeu. Mais cette fois, les « prisonniers » peuvent se libérer en récupérant la balle et en touchant un élève du camp adverse avec la balle.</p>		<p>- Certains élèves ont fait des passes aux « prisonniers ». - Certains prisonniers ont pu se libérer.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 2
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Alimba (les 10 passes).

Objectifs généraux de la séance:
A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Faire des passes à ses partenaires pour marquer des points (10 passes=1 point). Comment ? Sur place, sans se déplacer, sans que la balle ne soit interceptée par les adversaires. La 3ème équipe compte les points et recommence à chaque interception.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Même jeu. Comment ? En déplacement cette fois.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 3
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lutte-aux- ballons.

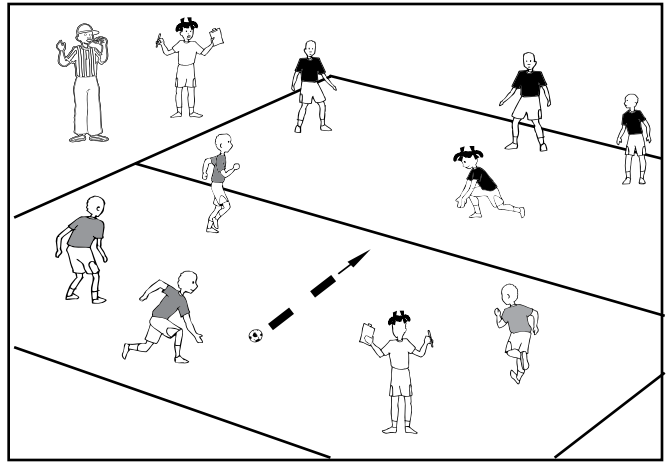
Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

1- Qu'ils ont compris le but du jeu.

But du jeu : Faire rouler les balles derrière la ligne de fond du camp adverse.
Comment ? Avec les mains seulement.
La 3ème équipe surveille les sorties de balles et compte les points.
Règles à suivre : - Défense de toucher la balle avec les pieds.
- Défense de bousculer, frapper tirer les adversaires.
- Défense de soulever la balle.



- L'équipe ayant fait passer le plus de balles derrière la ligne adverse est déclarée gagnante.

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 4
Niveau des élèves : Tous les niveaux

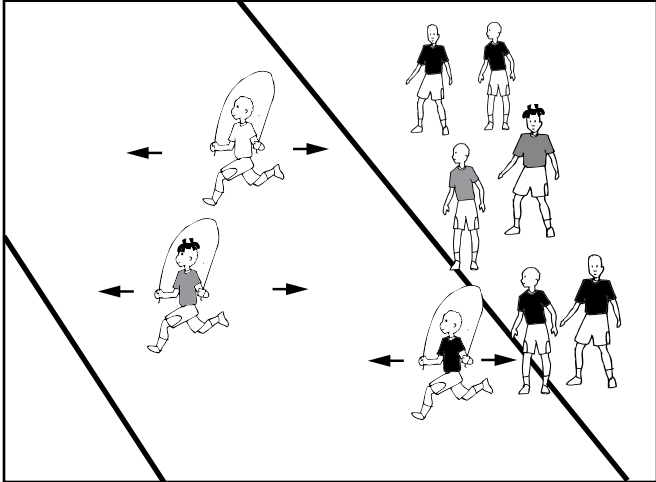
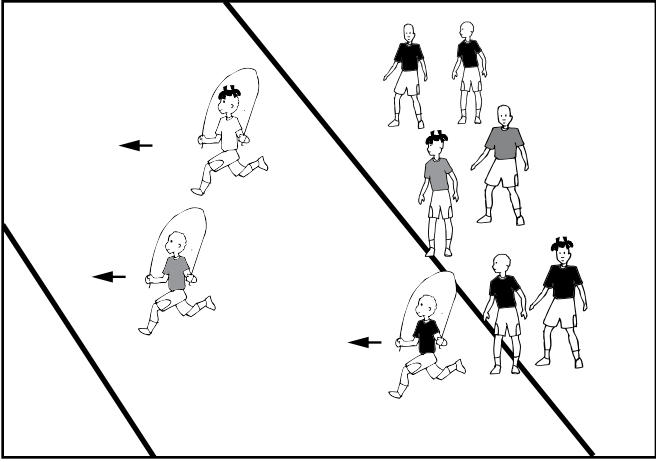
Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Sauter à la corde

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)		Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils peuvent sauter à la corde</p>	<p>But du jeu: Sauter à la corde en se déplaçant vers la ligne d'arrivée. Comment?: 3 par 3 les élèves partent au signal de l'instituteur et cherchent à arriver au bout de la piste en premier <u>Règles à suivre:</u> Défense de se déplacer en courant ou en marchant.</p>		<p>- Les élèves convergent tous vers la ligne d'arrivée</p>
<p>2-Idem</p>	<p>Idem, mais en aller/retour</p>		<p>- Idem</p>



Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 5
Niveau des élèves : Tous les niveaux

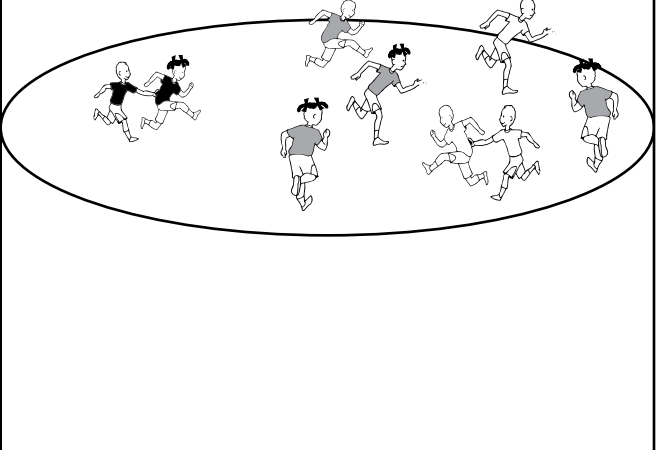
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lago (poursuite)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Avoir compris le but du jeu	<p>But du jeu: Toucher tous les fuyards Où? dans un grand cercle Comment?: 1 élève est désigné poursuivant. Les autres ne doivent pas se laisser toucher. Une fois touché, l'élève devient un 2ème poursuivant, puis un troisième, ainsi de suite.</p> <p><u>Règles à suivre:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Défense d'attraper les habits- Défense de frapper les autres ou de les faire tomber	 <p>- Tous les élèves ont été touchés.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 6
Niveau des élèves : Tous les niveaux

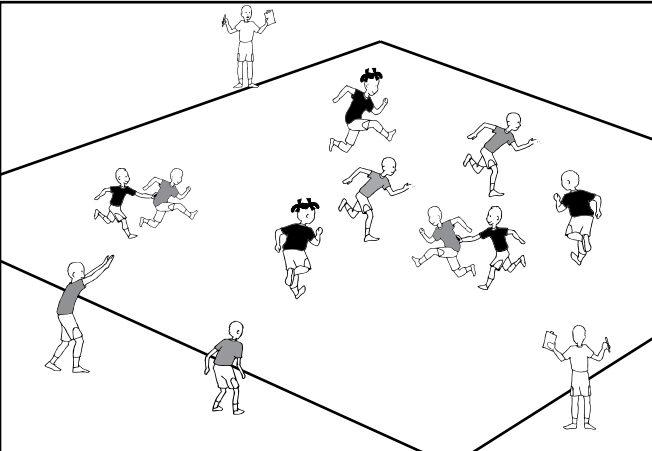
Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lago-Delly

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

<p>1- Toucher le plus d'adversaires possible</p>	<p>But du jeu: Toucher le plus de fuyards possible Comment?: Deux équipes s'affrontent. La 3ème arbitre. Quand un adversaire est touché, il est relégué à l'arrière et peut être délivré par une touche d'un co-équipier. Règles à suivre:</p>		<p>- L'équipe qui a le plus de prisonnier a la fin de la partie est déclarée gagnante.</p>
--	--	---	--

Cycle de Course d'Endurance

■ Dominante:
Bio- Énergétique

■ Niveau des élèves:
1,2,3^{ème} année ou débutants
4,5,6^{ème} année ou avancés

Notes préliminaires :

La course d'endurance est une activité qui peut être pratiquée à tous les niveaux sans grande difficulté. Le matériel requis est voisin de zéro, seul l'espace de course doit être disponible.

Analyse sommaire de l'activité :

La course d'endurance réclame une dépense énergétique conséquente. Elle est très peu de technique. Elle requiert en revanche une réflexion tactique liée à la gestion de la course.

Biomécaniquement, la course d'endurance ou de vitesse diffère de la marche dans le fait qu'elle comprend une phase de suspension, si brève soit-elle, et une phase d'atterrissage.

Le but de ce cycle est d'enseigner aux élèves que « pour courir longtemps, il faut courir lentement ». En effet, l'attitude générale du débutant est de se précipiter dans la course sans réaliser que s'ils courent trop vite, ils ne pourront pas courir pendant 12 minutes, ou même pendant plus de 3 minutes.

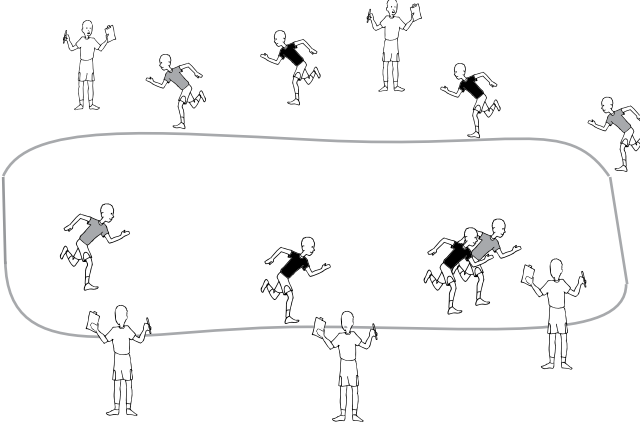
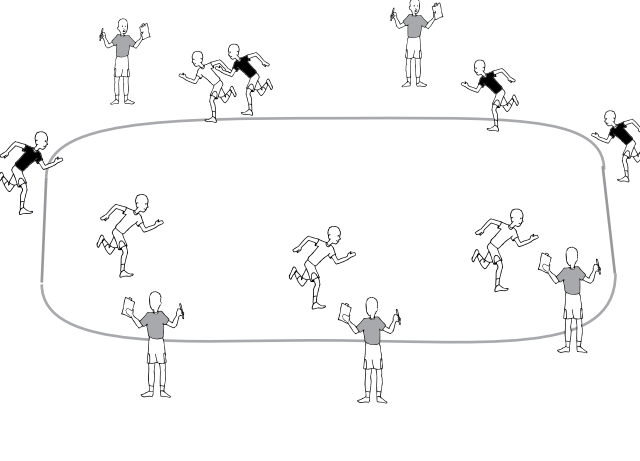
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 1
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Courir et marcher pendant plusieurs minutes

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent courir et marcher pendant le plus longtemps possible</p>	<p>Quand? Au coup de sifflet du maître Comment ? Alternier marche et course sans arrêt Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui compte et note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. Où ? à la périphérie du terrain <u>Règles à suivre:</u> L'élève qui s'arrête complètement est éliminé</p>		<p>- Les enfants courent sans se gêner, sans s'essouffler, avec un rythme régulier</p>
<p>2- Qu'ils peuvent courir et marcher pendant le plus longtemps possible</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: FINALEMENT, CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISSES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Les enfants courent sans se gêner, sans s'essouffler, avec un rythme régulier</p>

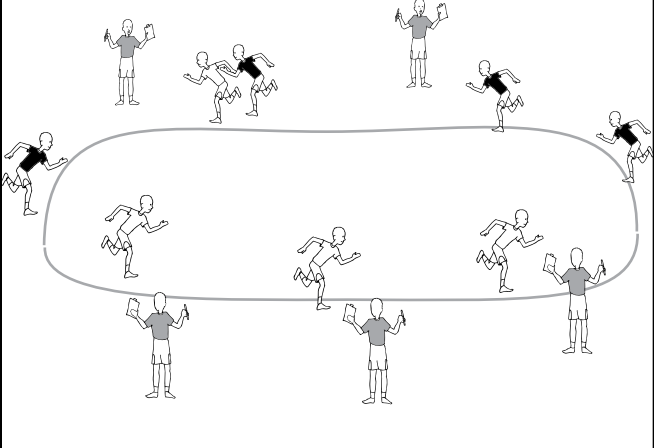
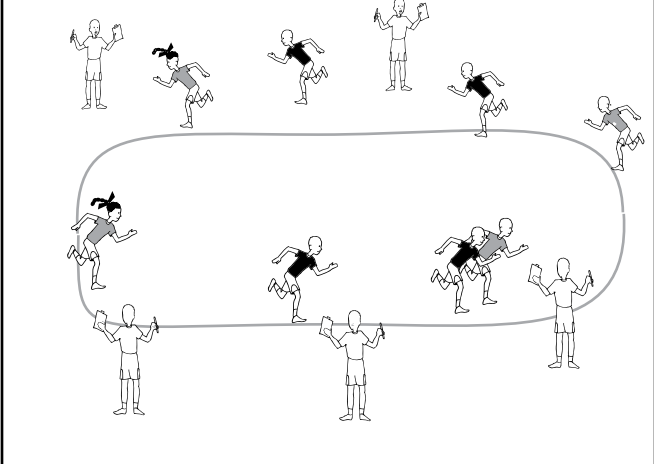
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 2
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Test de cooper (12 minutes de course)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent courir 12 minutes sans s'arrêter, à leur rythme (test de cooper).</p>	<p>Quand? Au coup de sifflet du maître Comment ? Course sans arrêt Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. . Où ? à la périphérie du terrain <u>Règles à suivre:</u> L'élève qui s'arrête complètement doit recommencer.</p>		<p>- Tous courent pendant les 12 minutes requises.</p>
<p>1-Qu'ils peuvent courir 12 minutes sans s'arrêter, à leur rythme (test de cooper).</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: FINALEMENT CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISSES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Idem.</p>

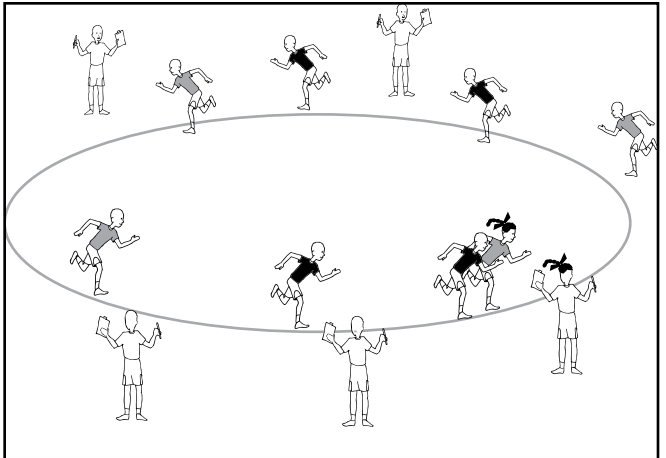
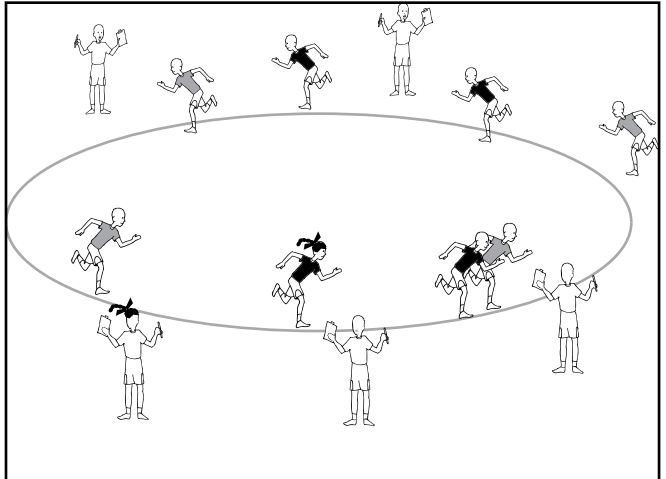
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 3
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Parcourir une grande distance

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Courir sans s'arrêter ni marcher sur la plus grande distance possible.</p>	<p>Quand? Départ : Au coup de sifflet du maître. Arrêt : A la limite de capacité de l'élève Comment ? Courir sans arrêt Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui compte et note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. Où ? à la périphérie du terrain Règles à suivre: L'élève qui s'arrête complètement est considéré comme ayant atteint sa limite de distance</p>	 <p>The diagram shows an oval running track with 8 runners in motion. Four timekeepers stand at the perimeter of the track, holding stopwatches to record the runners' progress.</p>	<p>- Tous ont effectué le même nombre tours ou plus, que la dernière séance</p>
<p>1- Courir sans s'arrêter ni marcher sur la plus grande distance possible.</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>	 <p>The diagram is identical to the one above, showing an oval running track with 8 runners and 4 timekeepers at the perimeter.</p>	<p>- Tous ont effectué le même nombre tours ou plus, que la dernière séance</p>

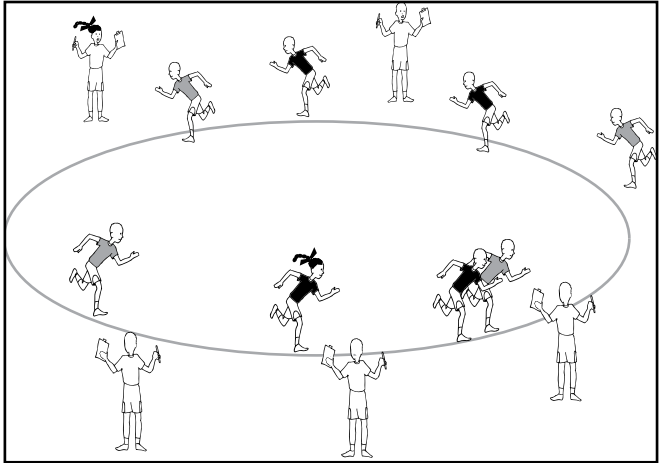
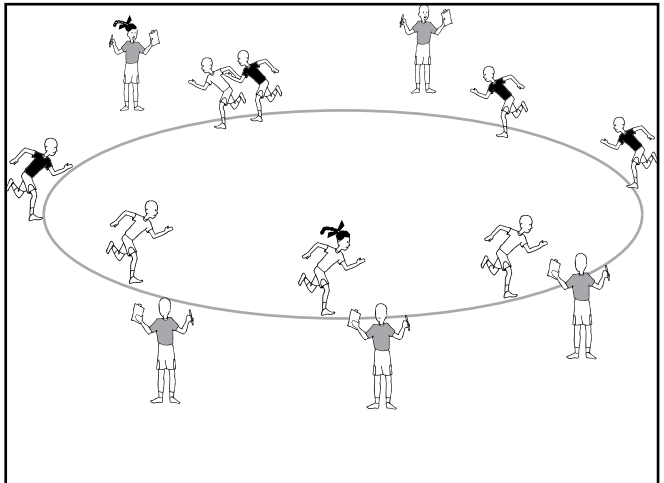
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 4
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Parcourir un nombre de tours prédéterminé dans un minimum de temps

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Courir sans s'arrêter ni marcher "n" tours de terrain</p>	<p>Quand? Départ : Au coup de sifflet du maître. Comment ? Courir sans arrêt pendant "n" tours (n dépendant de la performance précédente de l'élève et correspondant à un progrès par rapport à la séance précédente) Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui compte et note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. Où ? à la périphérie du terrain</p>	 <p>The diagram shows a circular track with several runners in motion. One person stands at the perimeter, holding a clipboard, representing the role of the counter.</p>	<p>- Tous ont effectivement couru "n" tours de terrain</p>
<p>2- Idem</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISSES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>	 <p>The diagram is similar to the first one, showing a circular track with runners and a counter. It illustrates the concept of role rotation during the activity.</p>	<p>- Tous ont effectivement couru "n" tours de terrain</p>

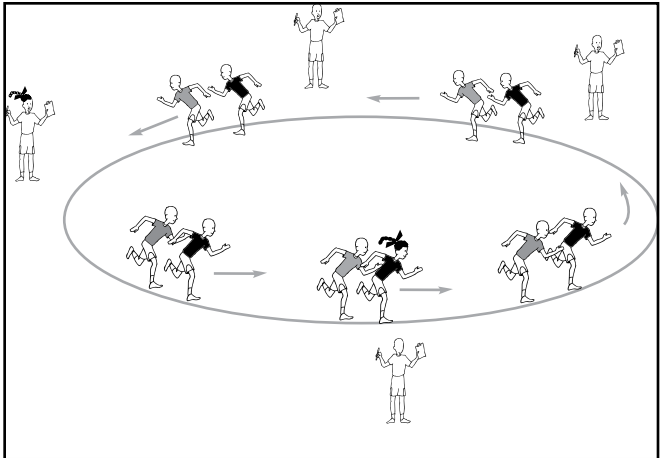
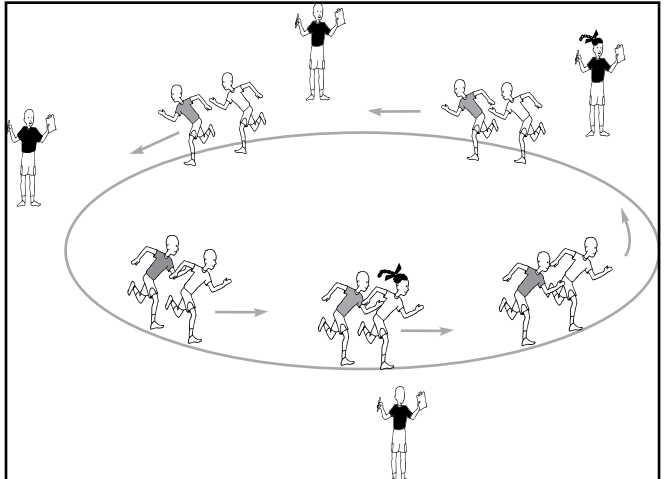
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 5
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Suivre un rythme imposé

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Courir en respectant l'allure de son camarade pendant 2 mn."</p>	<p>Quand? Départ : Au coup de sifflet du maître. Le maître siffle chaque 2 minutes Comment ? Courir sans arrêt pendant 2 minutes. Avec qui ? tous les élèves sont associés à un camarade. L'un d'eux court, l'autre le suit au même rythme. Après 2 minutes, changement de leader. Un 3ème s'assure que le rythme est effectivement suivi Où ? à la périphérie du terrain.</p>		<p>- Tous ont pu courir au même rythme que leur camarade</p>
<p>2- Idem</p>	<p>- Idem - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Tous ont pu courir au même rythme que leur camarade</p>

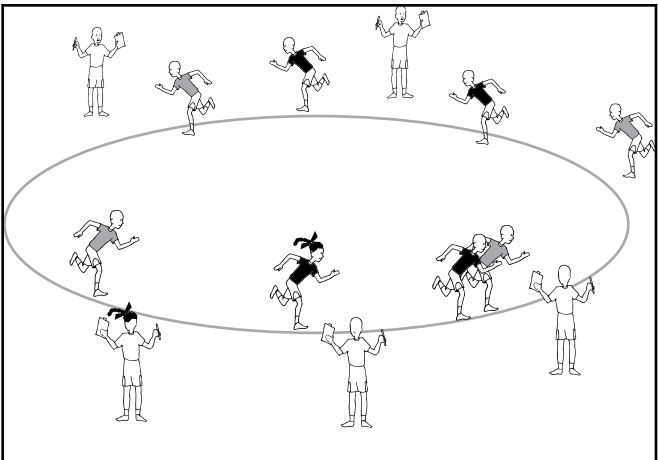
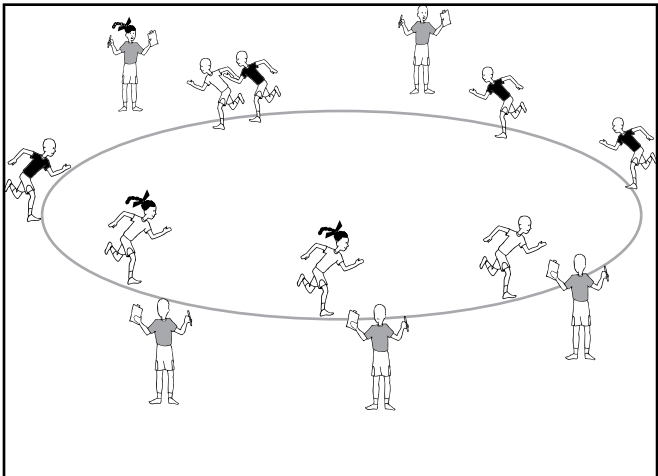
Classe : 1ère ,2ème ou 3ème année
Activité : Endurance
Séance no : 6
Niveau des élèves : Débutants et initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Tournoi triangulaire

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent organiser le déroulement d'un tournoi triangulaire.</p>	<p>Quand? Au coup de sifflet du maître Comment ? Courir au petit trôt sans arrêt pendant 12 minutes. Avec qui ? 2 élèves sont associés à un camarade qui compte et note le temps mis et le nombre de tours parcourus par les 2 autres. Il note aussi d'éventuels changement de rythme. Où ? À la périphérie du terrain. <u>Règles à suivre:</u> L'élève qui s'arrête complètement ou qui marche doit recommencer</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Tous les arrêts sont comptabilisés. - Les élèves assurent correctement le comptage des tours et l'attribution des points.
<p>2- Idem</p>	<p>- Idem. - Changement de rôle : UN DES COUREURS DEVIENT COMPTEUR ET LE COMPTEUR DEVIENT COUREUR. PUIS IL Y AURA UN AUTRE CHANGEMENT DE RÔLE: CHAQUE ÉLÈVE DEVRA ÊTRE COUREUR À 2 REPRISES ET DEVRA ÊTRE COMPTEUR UNE FOIS.</p>		<p>- Idem</p>

Cycle de Lancer de Poids

■ Dominante: Biomécanique¹

¹ Cette dimension se réfère au geste technique particulier à l'activité, à ce qu'on appelle communément la technique. C'est, par exemple, la position du bras lors du lancer de balle, ou le pied que l'on pose en dernier avant le saut en longueur.

■ Niveau des élèves: 4,5,6^{ème} années ou initiés

Notes préliminaires

Comme cela a été souligné plus haut, beaucoup d'activités physiques ont peu de chances d'être pratiquées dans les écoles Haïtiennes par manque de formation des professeurs, parce que ces activités ne font pas vraiment partie des habitudes du milieu dans lequel évoluent élèves et enseignants et par manque de matériel. C'est le cas du lancer de javelot. Cependant, il y a moyen d'aborder des activités voisines qui s'apparentent à cette discipline olympique. Cela est particulièrement vrai dans le cadre de ce manuel, étant donné que le but de ces cours n'est pas la compétition sportive, mais de mettre l'élève en contact avec des activités motrices faisant partie de ce qui se pratique dans le monde actuel. Ainsi dans ce cycle de lancers légers, des ballons et des bâtons pourront être utilisés.

Certains points seront l'objet d'une attention particulière de l'instituteur:

■ **La sécurité**

La préoccupation première de l'instituteur est de sensibiliser les élèves aux risques liés à l'activité. En effet, les élèves ne devront lancer le poids, la pierre lourde, le javelot ou le bâton qu'au signal et aux indications de l'enseignant. Celui-ci se sera assuré, au préalable, qu'aucun élève ne se trouve sur la trajectoire éventuelle des engins. Il ne sera pas permis aux élèves de manipuler les poids,

bâtons ou javelots en dehors de la séance. De même, les élèves ne doivent pas effectuer de lancers hors de la zone prédéterminée par l'enseignant.

■ **L'aire ou zone de lancer**

Elle devra être absolument vide d'élèves, sauf quand certains iront ramasser les engins lancés, pour les ramener.

■ **La technique**

Les lancers, en tant que disciplines sportives, sont des activités réclamant un bon niveau de technicité. Cependant, au niveau des cours d'éducation physique, les références à la technique seront rares. Les mises en situation seront suffisantes pour déterminer comment les élèves agiront vis-à-vis de l'engin. N'oublions pas que l'instituteur lui-même n'a pas nécessairement eu une expérimentation dans cette activité. Le but étant de pratiquer globalement l'activité pour une large expérience motrice, les séances proposées ne réclament donc pas une grande habileté technique.

Analyse de l'activité

Tout lancer, lourd ou léger, comprend une préparation, un élan et une projection.

- **La préparation** est le moment où l'élève détermine la tenue de l'engin, la position du corps par rapport à la direction vers laquelle l'engin va s'envoler.
- **L'élan** doit lui permettre de lancer le poids plus loin que s'il restait statique. L'élève devra pouvoir convertir son élan (course, flexion suivies d'extension des jambes) en force de lancement. La liaison entre l'élan et le lancer est importante. L'expérimentation sous diverses formes, telle que conçue dans

ces quelques séances, devrait lui permettre d'acquérir certaines sensations qu'il pourra réinvestir plus tard dans ces activités ou dans d'autres situations.

- **La projection** est dans la suite directe le l'élan dont elle dépend. L'angle d'envol devrait se situer autour de 45 degrés, mais cette notion n'a pas à être abordée à un tel niveau de pratique. Elle figure ici à titre indicatif.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année
Activité : Lancer lourd
Séance no : 1
Niveau des élèves : Initiés

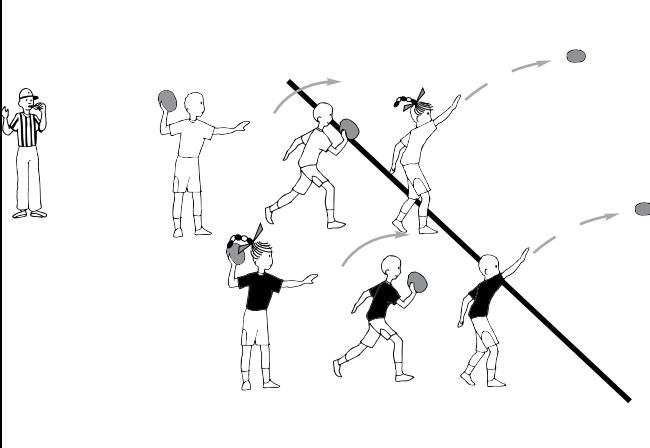
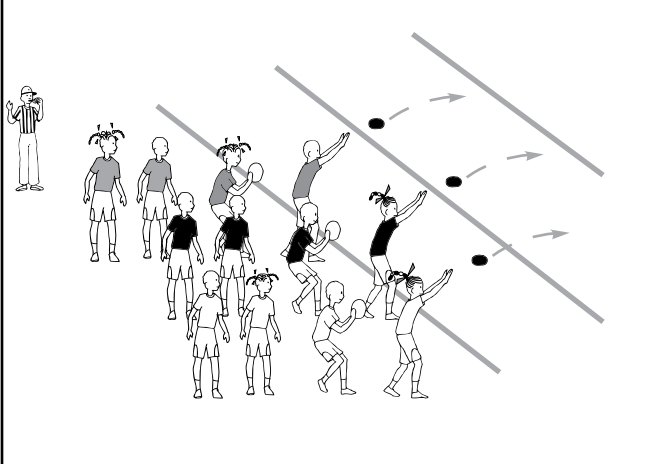
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Lancer global.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils effectuent 2 pas pour lancer le poids.</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement Avec qui ? 2 par 2 Comment ? L'AIRES DE LANCER EST SITUÉE SUR LE COTÉ OPPOSÉ AU BRAS LANCEUR. Le lanceur effectue 2 pas d'élan. Au dernier moment, le lanceur, d'une torsion du tronc se tourne et lance 2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre: celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe. Règles à suivre: Ne pas lancer le poids si un élève est dans la direction du lancer</p>		<p>- Tous lancent après 2 pas d'élan.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent Lancer volontairement à différentes distances.</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement (sécurité). Avec qui ? 2 par 2, les autres élèves sont alignés derrière. La 3ème équipe observe Avec quoi ? Une pierre suffisamment lourde pour représenter un défi, mais pas trop lourde pour permettre des manipulations par l'élève. Comment ? jambes immobiles, pierre tenue dans les 2 mains: lancer la pierre lourde à la hauteur des différentes zones tracées au sol, à différents niveaux.</p>		<p>- Les élèves lancent selon les différentes zones tracées au sol.</p>

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Lancer lourd

Séance no : 2

Niveau des élèves : Initiés

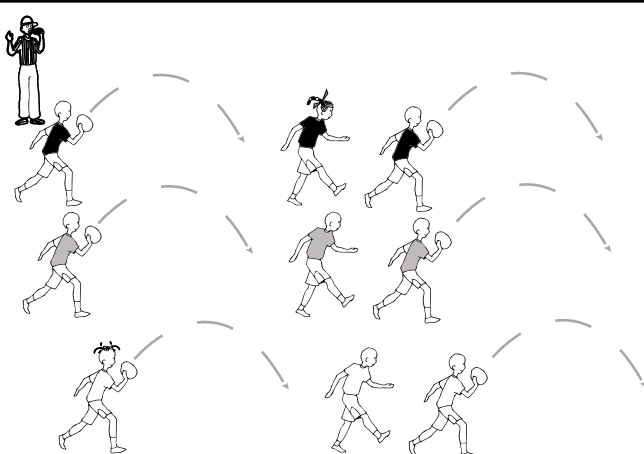
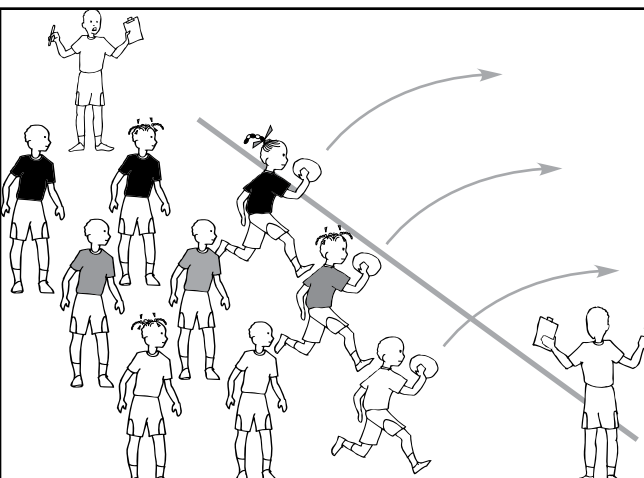
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Lancer le poids sans se déplacer.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Lancer le poids plusieurs fois de suite.	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement. Avec qui ? Les élèves sont alignés, 2 par 2, devant eux, personne. Avec quoi ? Avec une pierre ou un poids en main à la hauteur de la poitrine. Comment ? Lancer la pierre, marcher, ramasser la pierre, lancer ainsi de suite sur une distance déterminée. Qui lance le moins de fois pour parcourir cette distance? <u>Règles à suivre:</u> - Ne pas lancer le poids en direction des autres - Ne pas lâcher le poids au sol</p>		<p>- Tous lancent le poids loin devant eux. - Toutes les consignes de sécurité sont respectées.</p>
2- Qu'ils peuvent organiser un tournoi triangulaire de lancer de poids.	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement Avec qui ? 2 par 2.. Où? A l'intérieur du cercle de 2 mètres de diamètre. Comment ? les élèves prennent leur élan et lancent le poids. 2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre et compte les points : celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe. <u>Règles à suivre:</u> Ne pas lancer le poids si un élève est dans la direction du lancer. Celui qui sort du cercle en lançant est éliminé.</p>		<p>-Les arbitres signalent les fautes à temps. -Les points sont notés correctement. -Les résultats donnés.</p>

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Lancer lourd

Séance no : 3

Niveau des élèves : Initiés

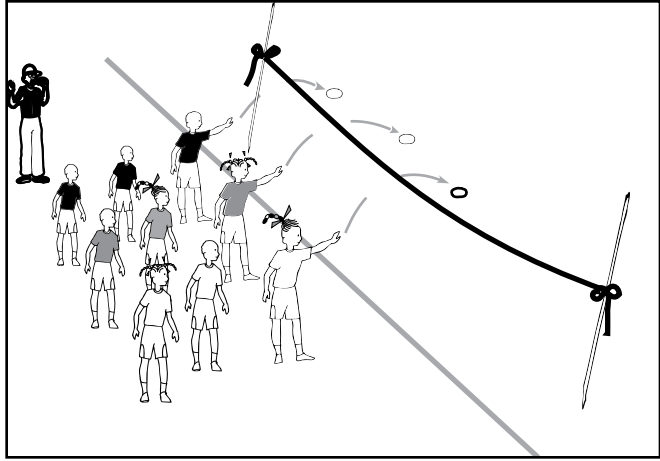
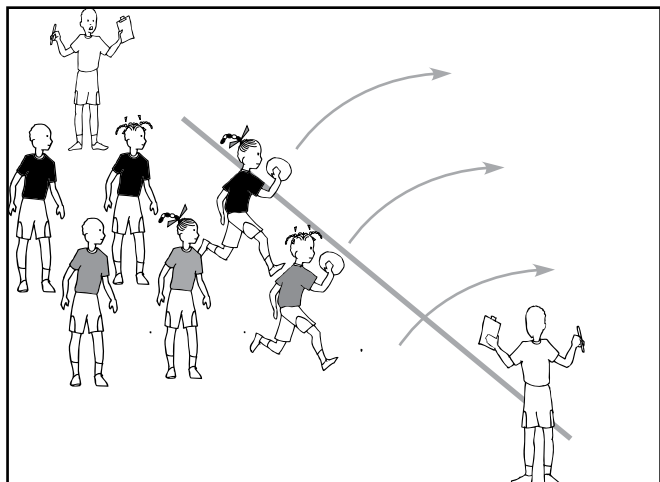
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lancer sans déplacement.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Lancer le poids avec un angle de trajectoire élevé (45 dgr).</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement.</p> <p>Avec quoi ? 1 pierre lourde (ou un boulet)</p> <p>Avec qui ? Les élèves sont alignés, 3 par 3, devant eux, personne.</p> <p>Comment ? Lancer le poids par dessus une corde placée à portée de lancement, sans course d'élan.</p>		<p>Tous les poids passent au dessus de la corde</p> <p>Toutes les consignes de sécurité sont respectées.</p>
<p>2- Organiser un tournoi triangulaire de lancer de poids</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement</p> <p>Avec qui ? 2 par 2</p> <p>Où? A l'intérieur du cercle de 2 mètres de diamètre.</p> <p>Comment ? les élèves prennent leur élan et lancent le poids.</p> <p>2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre et compte les points : celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe.</p> <p>Règles à suivre:</p> <p>Ne pas lancer le poids si un élève est dans la direction du lancer.</p> <p>Celui qui sort du cercle en lançant est éliminé.</p>		<ul style="list-style-type: none">- Les arbitres signalent les fautes à temps.- Les points sont notés -correctement.- Les résultats donnés.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année
Activité : Lancer lourd
Séance no : 4
Niveau des élèves : Initiés

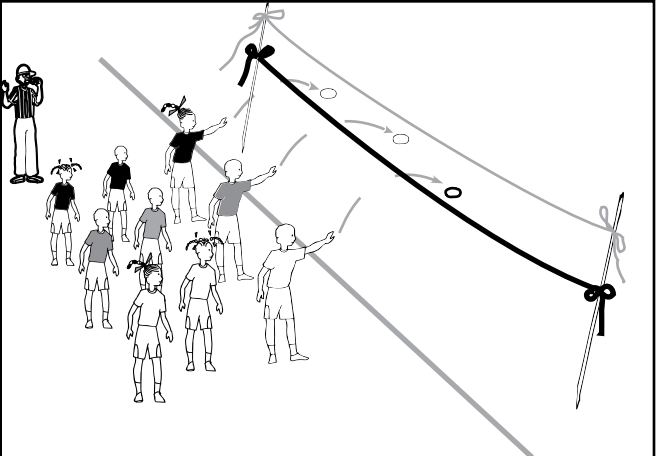
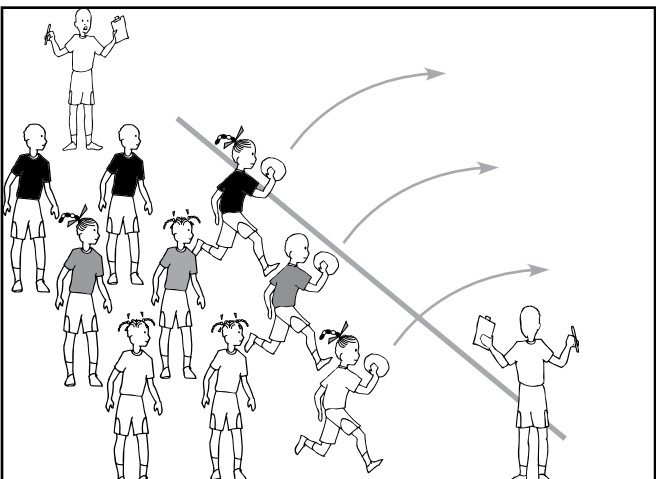
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Lancer à 45 dgr

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Lancer le poids avec un angle de trajectoire élevé (45 dgr).</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement. Avec quoi ? 1 pierre lourde (ou un boulet). Avec qui ? Les élèves sont alignés, devant eux, personne. Comment ? Lancer le poids ENTRE 2 CORDES placées à portée de lancement (afin de favoriser un angle d'envol optimum).</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Tous les poids passent entre les 2 cordes. - Toutes les consignes de sécurité sont respectées.
<p>2- Organiser un tournoi triangulaire de lancer de poids.</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement. Avec qui ? 2 par 2. Où? A l'intérieur du cercle de 2 mètres de diamètre. Comment ? les élèves prennent leur élan et lancent le poids. 2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre et compte les points : celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe. <u>Règles à suivre:</u> Ne pas lancer le poids si un élève est dans la direction du lancer. Celui qui sort du cercle en lançant est éliminé.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Les arbitres signalent les fautes à temps. - Les points sont notés correctement. - Les résultats donnés.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Lancer lourd

Séance no : 5

Niveau des élèves : Initiés

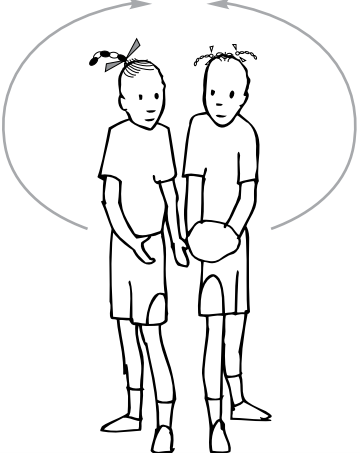
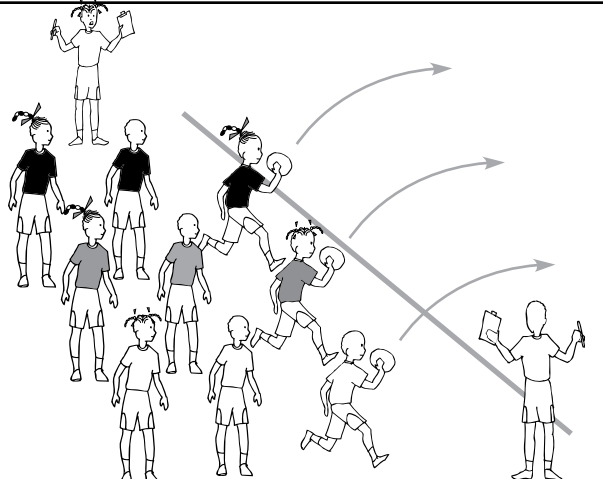
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Manipulation du poids.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent manipuler un objet lourd.	<p>Avec qui ? 2 par2 Comment ? Donner le poids sur le côté à l'adversaire qui le remet de l'autre côté. <u>Règles à suivre:</u> - Ne pas lancer le poids. - Ne pas laisser tomber le poids par terre.</p>		- Tous effectuent 10 répétitions de l'exercice au moins.
2- Organiser un tournoi triangulaire de lancer de poids.	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement Avec qui ? 2 par2. Où? A l'intérieur du cercle de 2 mètres de diamètre. Comment ? les élèves prennent leur élan et lancent le poids. 2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre et compte les points : celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe. <u>Règles à suivre:</u> Ne pas lancer le poids si un élève est dans la direction du lancer. Celui qui sort du cercle en lançant est éliminé</p>		- Les arbitres signalent les fautes à temps. - Les points sont notés -correctement. - Les résultats donnés.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année
Activité : Lancer lourd
Séance no : 6
Niveau des élèves : Initiés

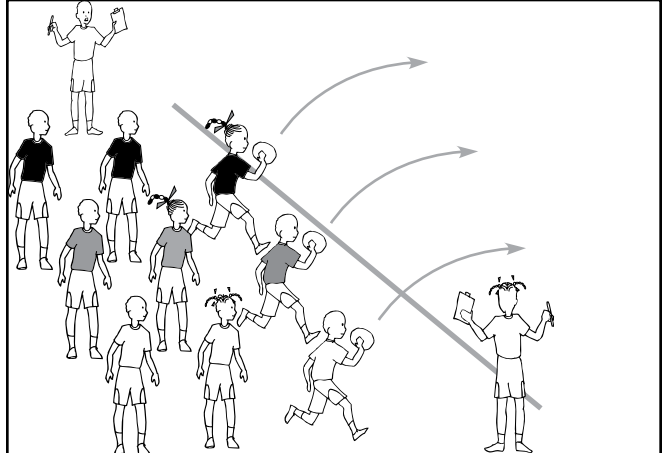
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Tournoi triangulaire.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent organiser un tournoi triangulaire de lancer de poids.</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur seulement Avec qui ? 2 par 2 Où? A l'intérieur du cercle de 2 mètres de diamètre Comment ? les élèves prennent leur élan et lancent le poids. 2 équipes s'affrontent la 3ème arbitre et compte les points : celui qui a lancé plus loin que l'autre marque un point pour son équipe Règles à suivre: Ne pas lancer le poids si un élève est dans la direction du lancer celui qui sort du cercle en lançant est éliminé</p>		<p>- Toutes les effractions sont signalées. - Les points comptés et donnés.</p>

Cycle de HandBall

■ Dominante: Bio-informationnelle¹

¹ Cette dimension se réfère à tous les indices captés dans l'environnement, que ce soit par la vue (ex. : position des partenaires, des adversaires, de la balle) ou l'ouïe (demande à voix haute d'un partenaire, bruit de pas d'un poursuivant, coup de sifflet de l'arbitre).

■ Niveau des élèves: 4,5,6^{ème} années ou initiés

Notes préliminaires

L'instituteur ou l'institutrice n'ont pas nécessairement une formation en éducation physique. Cela est très certainement vrai en Haïti où il n'y a pas d'école de formation de cadres en éducation physique ou en sport. Cependant, il est possible d'enseigner des activités comme le Handball sans formation dans cette activité. En effet, dans l'approche proposée dans ce manuel, la référence directe à la technique a peu de place. Ce sont les mises en situation qui permettront de canaliser l'action de l'élève de sorte que les réponses motrices soient celles que nous attendons d'eux. N'oublions pas les objectifs de l'éducation physique, sont entre autres, de mettre l'élève en contact avec cette partie du patrimoine de l'humanité constituée par l'activité physique et le sport. À ce titre, l'objectif de l'éducation physique n'est pas de chercher à détecter des futurs champions de l'élite sportive. La technique, si elle est intrinsèque au sport, n'est pas un but en soi.

Analyse de l'activité

Le Handball est une activité où l'élève analyse les informations pour élaborer une réponse motrice. Exemple : La position des adversaires, la trajectoire de la balle. Ces informations sont analysées inconsciemment, au moins en partie, la réponse considérée comme appropriée également.

Les sports dits collectifs comprennent, pour la plupart, **une phase**

d'attaque et une phase de défense. Quand une équipe attaque, l'autre défend son camp. Cela est vrai pour le Handball, le Rugby, le Basket-ball et le Volley-ball. L'instituteur pourra, selon cette constatation, décider de travailler la défense ou l'attaque selon la classe à laquelle il a affaire.

D'autres réalités, d'ordre tactique pourront guider ses choix pédagogiques :

- Les élèves, qui ont un certain niveau de pratique, savent que s'agglutiner autour de la balle est contre-productif. D'où la notion de DÉMARQUAGE (« Aller là où il n'y a personne » dans un langage adapté aux enfants).
- Lors d'une passe, le lanceur ne reste pas figé sur place. Des choix tactiques s'offrent à lui, par exemple, il peut suivre sa balle afin de soutenir l'actuel porteur de balle (« passer et suivre sa balle ») ou partir dans une direction décidée par lui afin éventuellement de recevoir encore la balle (« passe et va »).

Règles à suivre

Voici les principales règles que l'instituteur fera respecter par les élèves, et que les élèves auront à faire respecter quand ils assurent le déroulement des tournois :

- Défense de courir avec la balle tenue en main.
 - Il est permis de faire rebondir la balle pour se déplacer avec elle.
 - Il est permis de faire seulement 3 pas avec la balle.
 - Défense de toucher la balle avec les jambes et les pieds (sauf le gardien)
 - Défense de pousser, de tirer de frapper les camarades
 - Quand la balle sort sur le côté, la remise en jeu se fait avec la main derrière la ligne, là où la balle est sortie.
-

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : HandBall

Séance no : 1

Niveau des élèves : Initiés

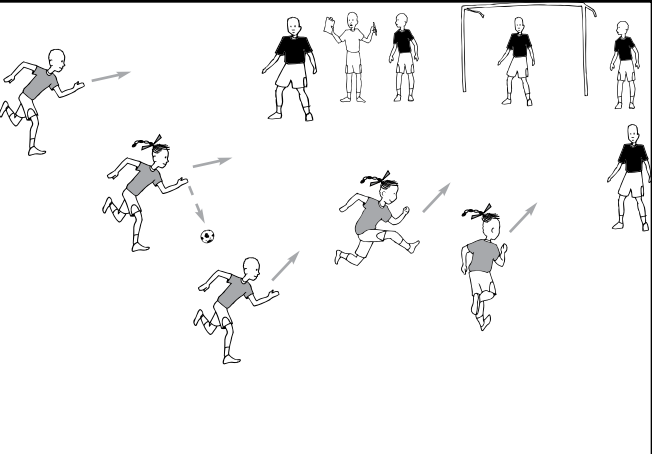
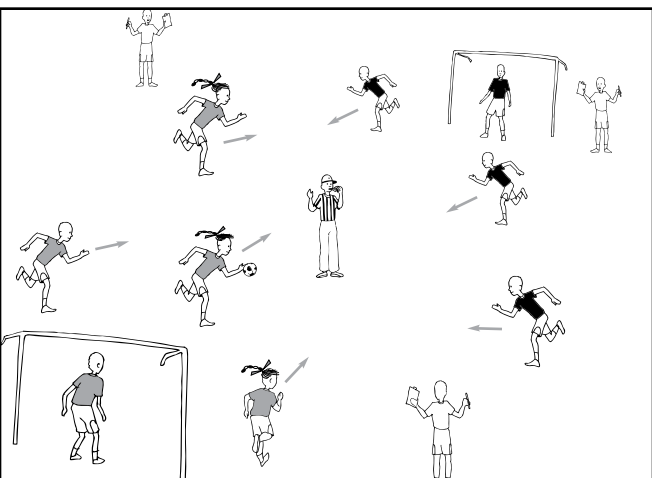
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- 1 ballon pour 2 élèves.

Thème de la séance: Rappel du but du jeu/Passe puis tir.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent mener la balle jusqu'à la phase de tir.	<p>Quand? Une équipe après l'autre. Comment ? Les élèves progressent vers le camp adverse EN SE PASSANT LA BALLE DE LA MAIN et, arrivés devant le but, tirent. <u>Règles à suivre:</u> Défense de toucher la balle avec les pieds et les jambes, de pousser tirer ou frapper les camarades. Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins.</p>		- Toutes les séries de passes se terminent en tir au but.
2-Qu'ils peuvent globalement pratiquer le Handball.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.</p>		- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse.

Classe : 4ère ,5ème ou 6ème année

Activité : HandBall

Séance no : 2

Niveau des élèves : Initiés

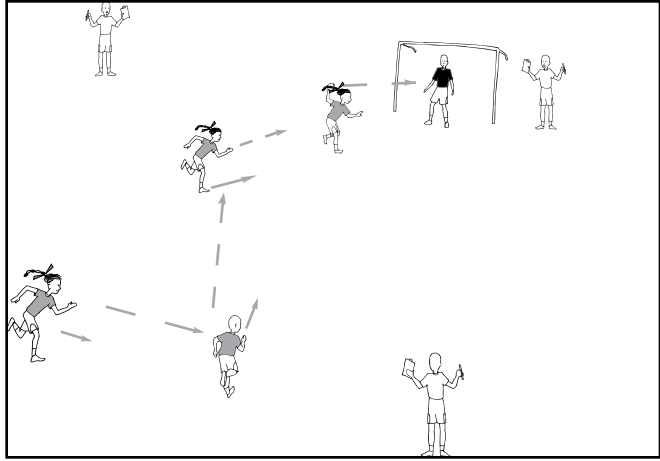
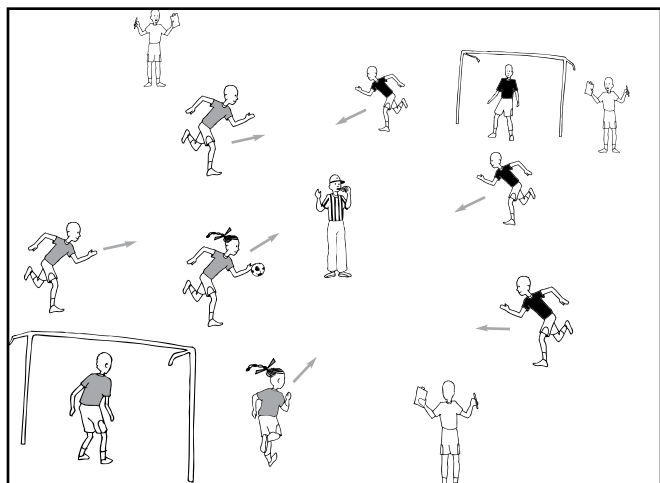
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Passe et suit.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent passer la balle et la suivre.	<p>Quand? Au signal de l'instituteur Avec qui ? Chaque équipe , l'une après l'autre Comment ? Le porteur de balle fait la passe à un partenaire et part dans la même direction que celle du ballon.. Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins.</p>		- Tous suivent leur balle après leur passe.
2-Qu'ils peuvent globalement pratiquer le Handball.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.</p>		- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse.

Classe : 4^{ème} ,5^{ème} ou 6^{ème} année
Activité : HandBall
Séance no : 3
Niveau des élèves : Initiés

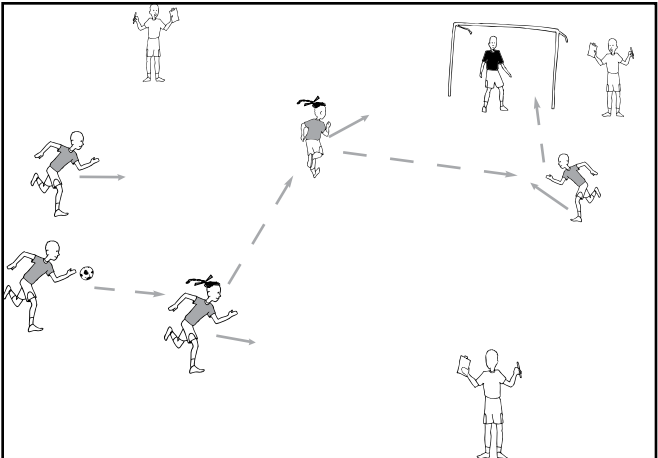
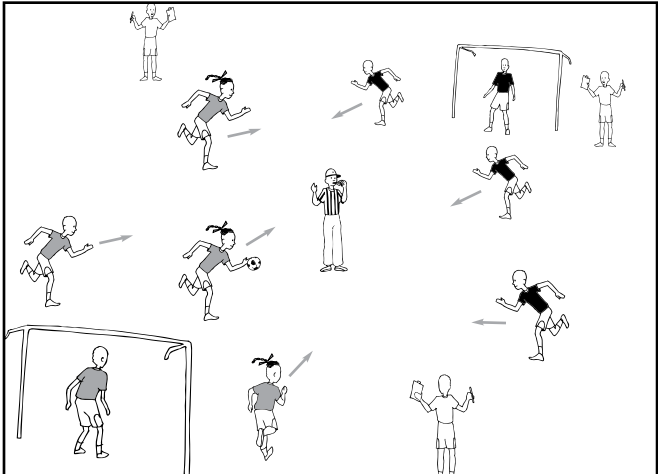
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Passe et va.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent passer la balle et partir dans une autre direction.</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur. Avec qui ? Chaque équipe , l'une après l'autre. Comment ? Le porteur de balle fait la passe à un partenaire et part dans UNE AUTRE DIRECTION que celle du ballon, MAIS VERS L'AVANT. Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins.</p>		<p>- Aucun élève ne suit sa balle.</p>
<p>2-Qu'ils peuvent globalement pratiquer le Handball.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3^{ème} arbitre. L'instituteur est arbitre central.</p>		<p>- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse.</p>

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : HandBall

Séance no : 4

Niveau des élèves : Initiés

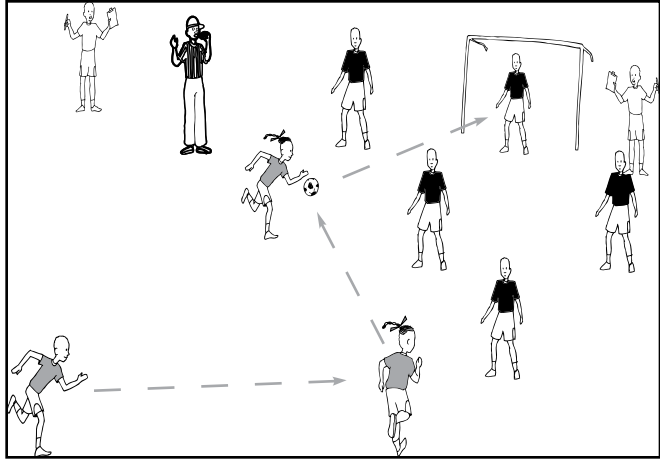
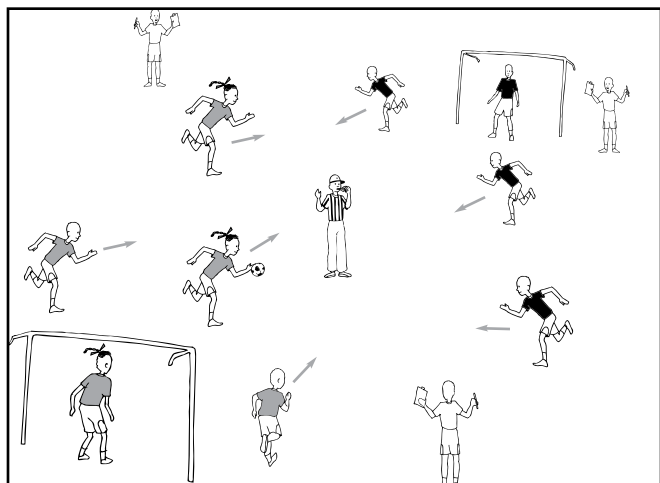
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Attaque.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1-Qu'ils peuvent mener une attaque en HandBall.</p>	<p>Quand? Seulement au signal de l'instituteur Avec qui ? Une équipe est alignée en attaque et une autre en défense. La troisième note les écarts par rapport aux consignes et aux règles. Après une phase de jeu, changement de rôle Avec quoi ? Avec le ballon Où ? A partir de leur camp Comment ? En faisant des passes, Les élèves progressent vers le camp adverse, malgré les adversaires, et terminent leur avancée par un tir au but. Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p>		<p>- Les élèves tentent d'avancer vers le but adverse malgré les adversaires.</p>
<p>2-Qu'ils peuvent globalement pratiquer le Handball.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.</p>		<p>- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse.</p>

Classe : 4ère ,5ème ou 6ème année

Activité : HandBall

Séance no : 5

Niveau des élèves : Initiés

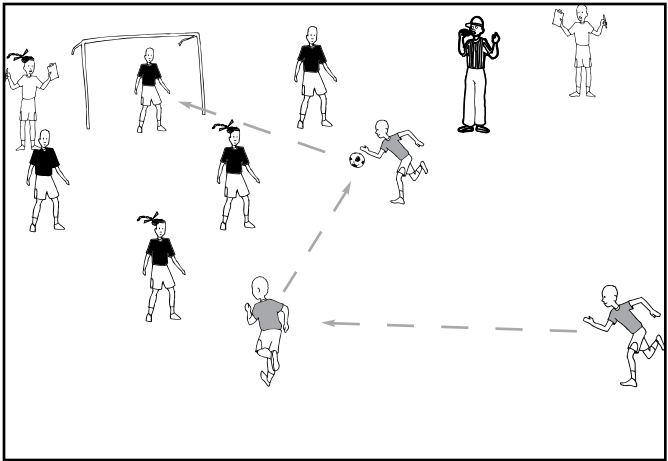
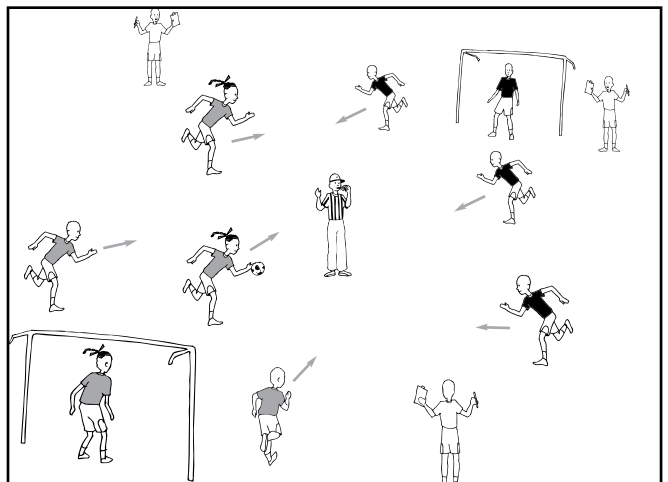
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Attaque et repli.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1-Qu'ils savent se replier après une attaque.	<p>Quand? Au signal du professeur. Avec qui ? Une équipe est alignée en attaque et une autre en défense. La troisième note les écarts par rapport aux consignes et aux règles. Après une phase de jeu, changement de rôle Où ? A partir de son camp. Comment ? Après une progression d'attaque suivie d'un tir ou d'une perte de balle, tous les coéquipiers reculent ensemble pour défendre leur camp. <u>Règles à suivre:</u> Les adversaires n'attaquent pas Après une phase de jeu, changement de rôle Tous doivent toucher à la balle.</p>		- Aucun élève ne reste à l'avant après une perte de balle ou un tir.
2-Qu'ils peuvent globalement pratiquer le Handball.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.</p>		- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année
Activité : HandBall
Séance no : 6
Niveau des élèves : Initiés

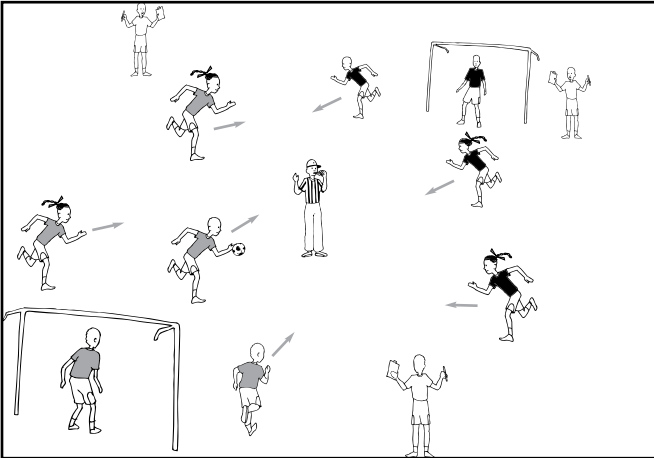
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Tournoi de Handball.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1-Qu'ils peuvent assurer le déroulement d'une rencontre de HandBall.	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.</p> <p><u>Règles à suivre:</u> Défense de toucher la balle avec les pieds et les jambes, de pousser tirer ou frapper les camarades.</p> 	- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse.

Cycle de Jeux Traditionnels et Sportifs

■ Dominante: Psycho-socio affective¹

¹ Toute activité implique un investissement affectif de la part de l'élève. Cet investissement varie par rapport à l'activité considérée (ex: il est plus effrayant de sauter à la perche que de courir) ou par rapport à la situation sociale spécifique considérée (un élève timide s'engagera moins facilement dans un sport collectif qu'un autre).

■ Niveau des élèves: Toutes les années ou tous les niveaux

Notes préliminaires

Les jeux NON-SPORTIFS ont une grande importance dans le développement affectif de l'enfant:

Ils ne sont pas nécessairement tournés vers la compétition, en ce sens peuvent offrir une alternative au Sport de fédération.

Ils mettent en jeu d'autres types de relations et engagent davantage l'affectivité et les réseaux de relation.

Ils permettent d'augmenter la variété d'activités que l'instituteur peut proposer, surtout en Haïti où, comme nous l'avons vu, le matériel est rare et de ce fait, certaines activités impossibles à pratiquer.

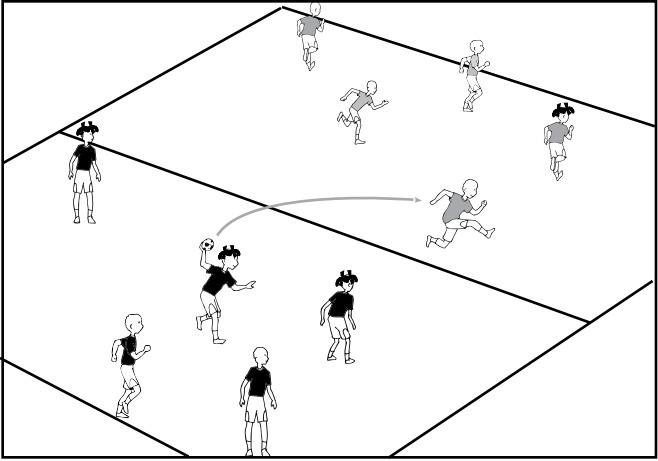
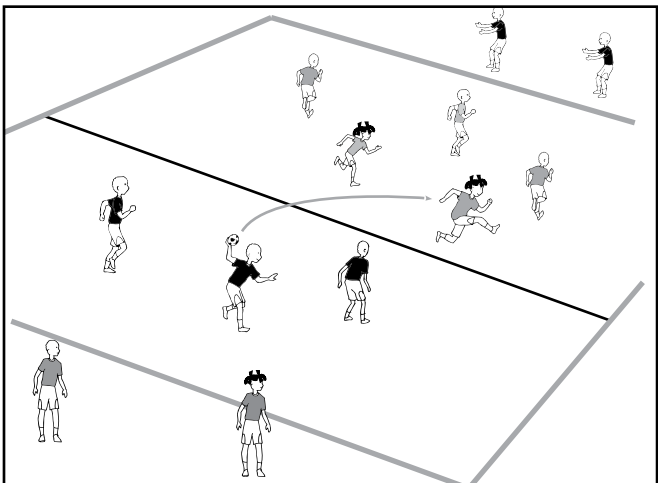
Le cycle de jeux traditionnels peut être repris plus souvent que n'importe lequel, car l'enfant ne s'en lassera pratiquement jamais.

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 1
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Ballon prisonnier.

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

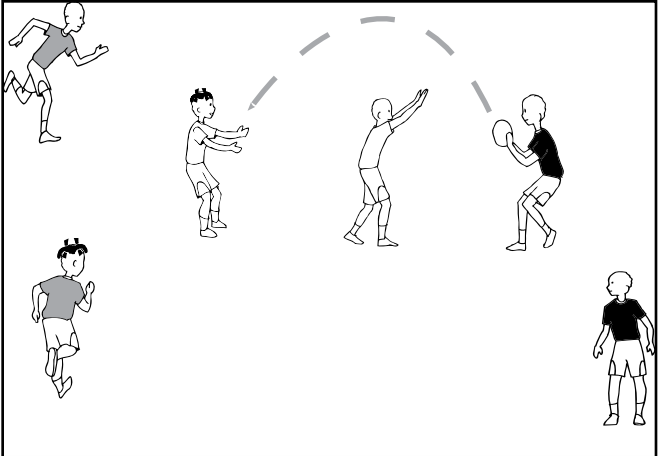
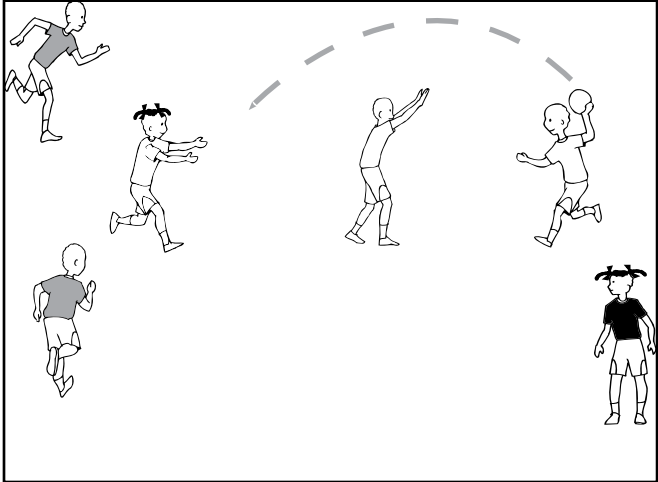
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Toucher le plus d'adversaires possibles dans l'autre camp. Comment ? Les élèves lancent la balle avec la main vers le camp adverse. Chaque élève touché va « en prison » derrière le camp adverse. La 3ème équipe compte les points et surveille les lignes de délimitation <u>Règle à suivre</u> : défense de franchir les lignes de délimitation de chaque camp.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>
<p>1- Qu'ils aident leur partenaire.</p>	<p>Même situation et même but du jeu. Mais cette fois, les « prisonniers » peuvent se libérer en récupérant la balle et en touchant un élève du camp adverse avec la balle.</p>		<p>- Certains élèves ont fait des passes aux « prisonniers ». - Certains prisonniers ont pu se libérer.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 2
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Alimba (les 10 passes).

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Faire des passes à ses partenaires pour marquer des points (10 passes=1 point). Comment ? Sur place, sans se déplacer, sans que la balle ne soit interceptée par les adversaires. La 3ème équipe compte les points et recommence à chaque interception.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Même jeu. Comment ? En déplacement cette fois.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 3
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lutte-aux- ballons.

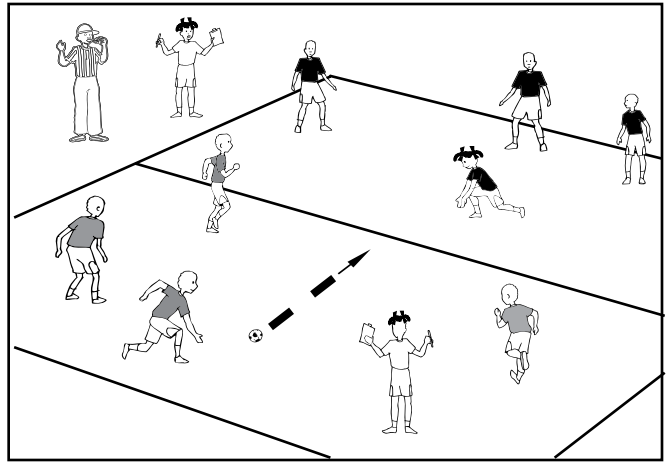
Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

1- Qu'ils ont compris le but du jeu.

But du jeu : Faire rouler les balles derrière la ligne de fond du camp adverse.
Comment ? Avec les mains seulement.
La 3ème équipe surveille les sorties de balles et compte les points.
Règles à suivre : - Défense de toucher la balle avec les pieds.
- Défense de bousculer, frapper tirer les adversaires.
- Défense de soulever la balle.



- L'équipe ayant fait passer le plus de balles derrière la ligne adverse est déclarée gagnante.

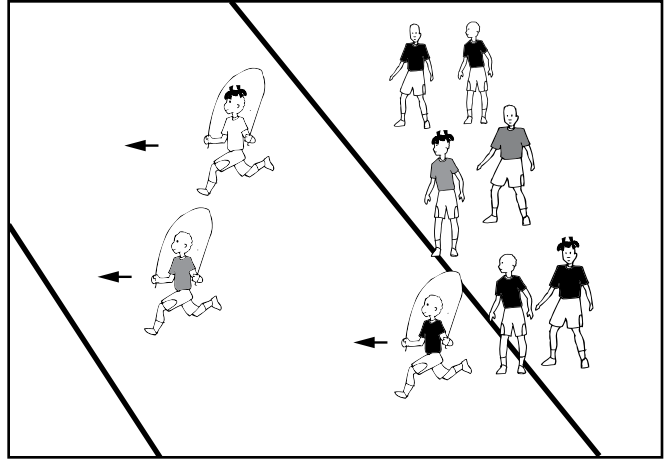
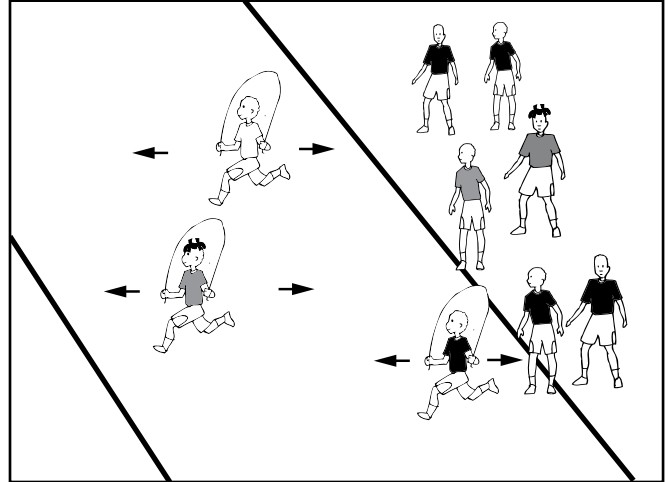
Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 4
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Sauter à la corde

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent sauter à la corde</p>	<p>But du jeu: Sauter à la corde en se déplaçant vers la ligne d'arrivée. Comment?: 3 par 3 les élèves partent au signal de l'instituteur et cherchent à arriver au bout de la piste en premier <u>Règles à suivre:</u> Défense de se déplacer en courant ou en marchant.</p>		<p>- Les élèves convergent tous vers la ligne d'arrivée</p>
<p>2-Idem</p>	<p>Idem, mais en aller/retour</p>		<p>- Idem</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 5
Niveau des élèves : Tous les niveaux

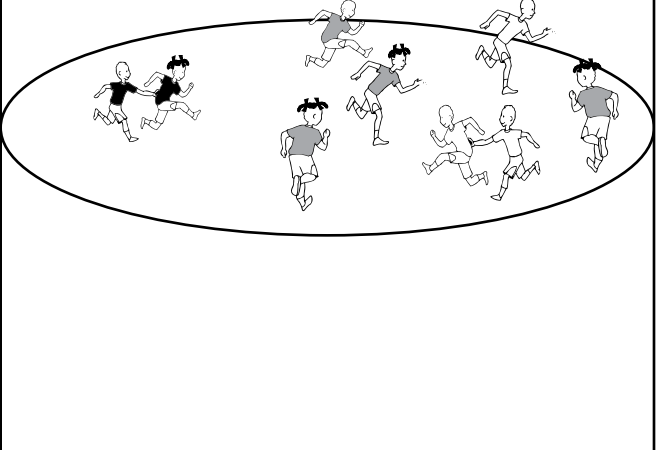
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lago (poursuite)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Avoir compris le but du jeu	<p>But du jeu: Toucher tous les fuyards Où? dans un grand cercle Comment?: 1 élève est désigné poursuivant. Les autres ne doivent pas se laisser toucher. Une fois touché, l'élève devient un 2ème poursuivant, puis un troisième, ainsi de suite.</p> <p><u>Règles à suivre:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Défense d'attraper les habits- Défense de frapper les autres ou de les faire tomber	 <p>- Tous les élèves ont été touchés.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 6
Niveau des élèves : Tous les niveaux

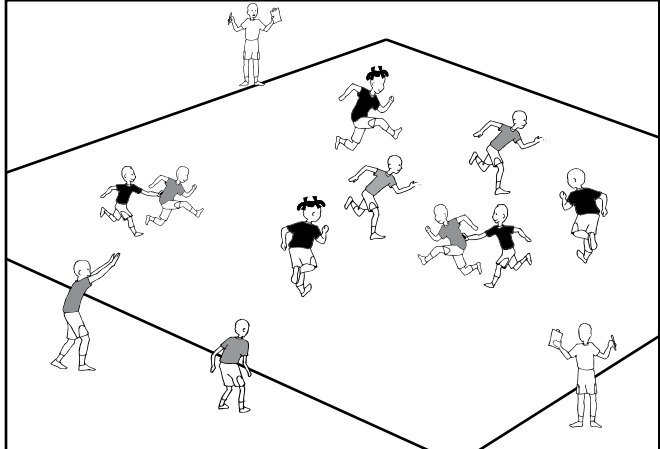
Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lago-Delly

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

<p>1- Toucher le plus d'adversaires possible</p>	<p>But du jeu: Toucher le plus de fuyards possible Comment?: Deux équipes s'affrontent. La 3ème arbitre. Quand un adversaire est touché, il est relégué à l'arrière et peut être délivré par une touche d'un co-équipier. Règles à suivre:</p>		<p>- L'équipe qui a le plus de prisonnier a la fin de la partie est déclarée gagnante.</p>
--	--	---	--

Cycle de Course d'Obstacles

■ Dominante: Bio-Energétique¹

¹ Elle se réfère au degré auquel les systèmes de production d'énergie de l'organisme sont sollicités pour la mise en œuvre par l'élève de l'activité. Toutes les activités requièrent de l'énergie, mais certaines sont considérées comme « plus énergétiques » que d'autres

■ Niveau des élèves: 1,2,3^{ème} année ou débutants

Notes préliminaires

La course d'obstacles se situe en suite directe de la course de vitesse.

S'il est difficile de parler de course de haies, à cause du manque de matériel chronique dans les écoles haïtiennes, il est possible d'enseigner aux élèves la course avec le handicap constitué par des obstacles de tous genres.

Analyse de l'activité

La course d'obstacles est une course de vitesse. Elle n'est pas une course interrompue par des sauts en hauteur. L'observation des coureurs de classe internationale démontre que leur centre de gravité demeure à peu près au même niveau durant tout le parcours. En effet au lieu de sauter pour passer la haie, ils penchent le buste vers l'avant.

Mais notre but ici n'est pas de former des champions de course de haies, mais de permettre à nos élèves d'entrer en contact avec une activité faisant partie du patrimoine culturel de l'humanité.

Nous éviterons donc l'abus de démonstrations et de références techniques surtout que les instituteurs n'ont pas pour vocation d'être spécialistes des activités physiques.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année

Activité : Course d'obstacles

Séance no : 1

Niveau des élèves : Débutants

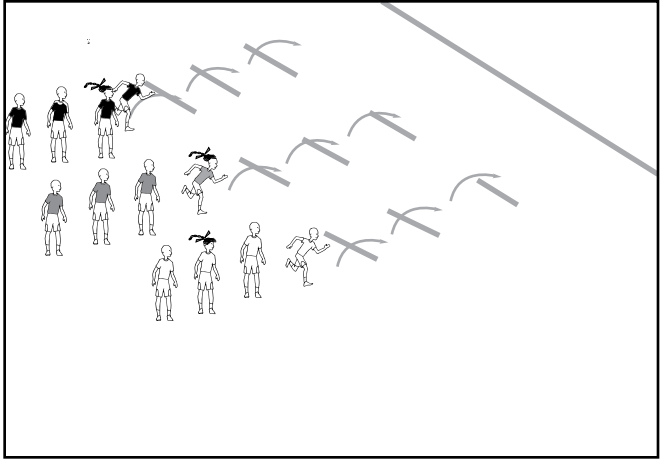
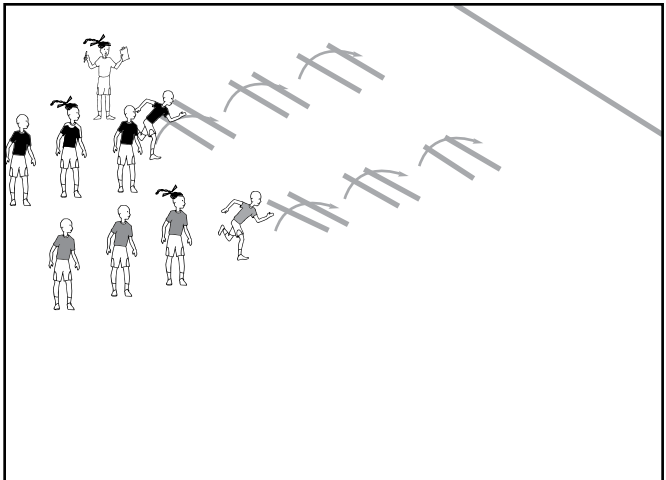
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- 1 douzaine de bâtons.

Thème de la séance: Courir en franchissant des obstacles

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent courir en franchissant des obstacles.	<p>Quand? Au signal du prof. Avec qui ? 3 par 3 (1 coureur venant de chaque équipe). Où ? À partir de la ligne d'arrivée, sur une piste de 40 mètres environ, jonchées de bâtons espacés de 7,5 mètres. Comment ? Courir le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée. <u>Règles à suivre:</u> défense de toucher aux obstacles.</p>		- Aucun d'obstacles ne sont touchés.
2- Qu'ils peuvent courir en franchissant des obstacles.	<p>Quand? Au signal du prof. Avec qui ? 2 par 2, les membres de la 3ème équipe font office d'arbitres. Après, changement de rôle. Où ? À partir de la ligne d'arrivée, sur une piste de 40 mètres environ, jonchées de BÂTONS PLACÉS 2 À 2 et chaque couple de bâtons espacés de 7,5 mètres. Comment ? Courir le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée. <u>Règles à suivre:</u> Défense de toucher aux obstacles.</p>		- Le ¾ des obstacles sont franchis sans être touchés.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année

Activité : Course d'obstacles

Séance no : 2

Niveau des élèves : Débutants

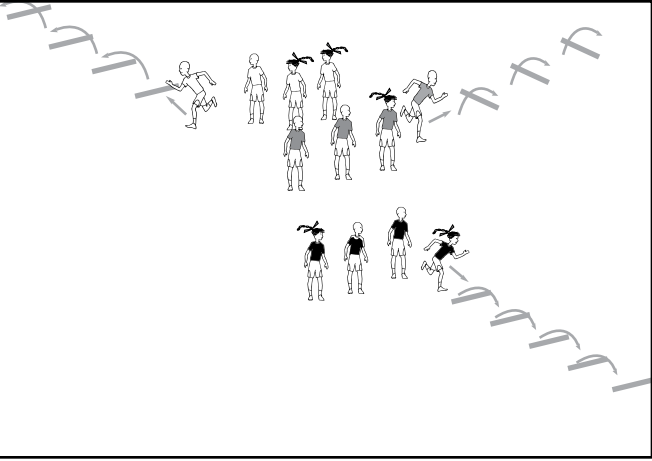
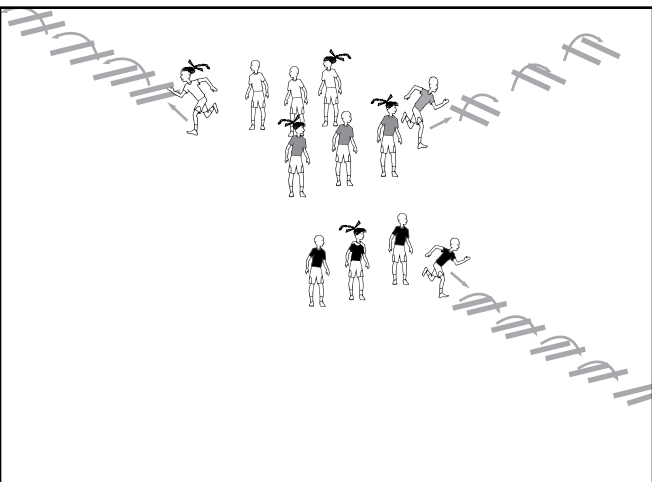
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 douzaine de bâtons

Thème de la séance: Courir en franchissant différents types d'obstacles

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Courir en franchissant des obstacles.	<p>Quand? Au signal de l'instituteur. Avec qui ? 3 par 3 (équipe différentes) Où ? à partir de la ligne d'arrivée, sur 3 pistes (LES PISTES SONT ORIENTÉES DIFFÉREMMENT) de 40 mètres environ, jonchées de bâtons espacés de 2 mètres, Comment ? 3 élèves partent en même temps, (ex: en étoile. Ayant franchi le dernier obstacles, le partenaires suivant part aussi : quelle équipe fini le parcours en premier ?</p>		- Aucun obstacle n'est touché.
2- Courir en franchissant des obstacles	<p>Quand? Au signal du prof. Avec qui ? 3 par 3. Où ? à partir de la ligne d'arrivée, sur une piste de 40 mètres environ, Les pistes encore orientées différemment, jonchées de BÂTONS PLACÉS 2 À 2 ET CHAQUE COUPLE DE BÂTONS ESPACÉS DE 7,5 MÈTRES. Comment ? Courir le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée. <u>Règles à suivre:</u> défense de toucher aux obstacles.</p>		- Aucun obstacle n'est touché.

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Course d'obstacles
Séance no : 3
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:

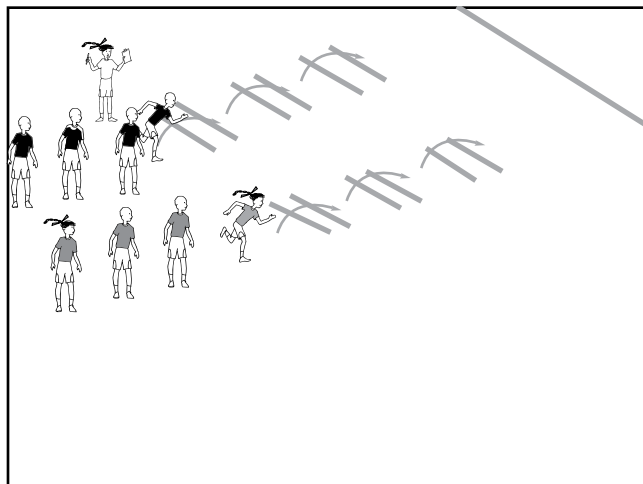
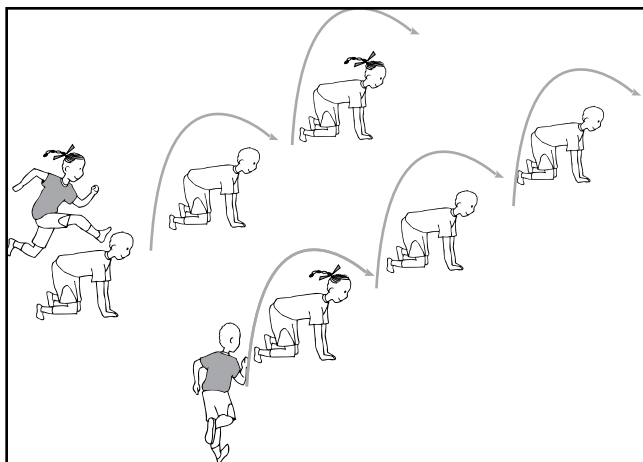
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 douzaine de bâtons

Thème de la séance: Franchir des obstacles surélevés

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- De courir sans jamais toucher aux obstacles.</p>	<p>Où ? sur la piste, les élèves d'1 équipe est à 4 pattes, espacés de 8 mètres. Comment ? les élèves des 2 autres équipes partent et franchissent leurs camarades à 4 pattes.</p> <p><u>Règles à suivre:</u> Défense de heuter les élève-obstacles.</p>	<p>- Aucun « élève- obstacle » n'est touché.</p>
<p>2- Qu'ils sont capables d'organiser un tournoi triangulaire de course d'obstacles.</p>	<p>Quand? Au signal de l'élève -arbitre. Avec qui ? 2 par 2. les élèves de la 3ème équipe arbitrent (surveillent les obstacles, chronomètrent et notent les points). Où ? à partir de la ligne d'arrivée, sur une piste de 40 mètres environ, jonchées de bâtons espacés de 8 mètres. Comment ? Courir le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée.</p> <p><u>Règles à suivre:</u> défense de toucher aux obstacles.</p>	<p>- Les arbitres assurent le déroulement correct des rencontres.</p>



Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Course d'obstacles
Séance no : 4
Niveau des élèves : Débutants

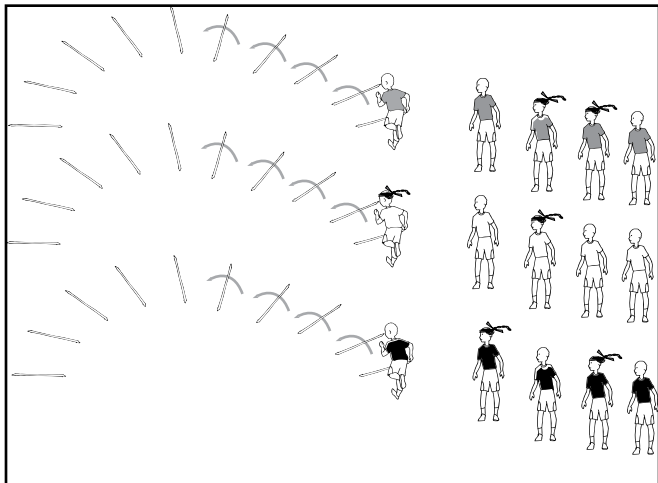
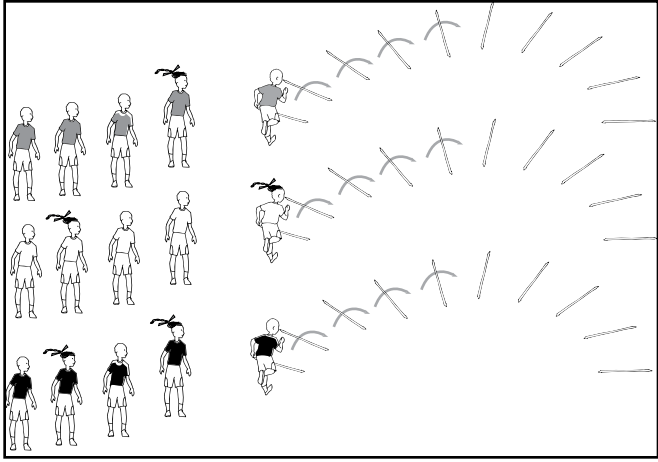
Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 douzaine de bâtons

Thème de la séance: Franchir des obstacles dans diverses situations

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils peuvent courir en franchissant des obstacles.</p>	<p>Quand? Au signal du prof. Avec qui ? 3 par 3. Où ? À partir de la ligne d'arrivée, sur une piste de 40 mètres environ, jonchées de bâtons espacés de 8 mètres, MAIS PLACES SUIVANT UNE COURBE. Comment ? Courir le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée.</p>	<p>- Aucun obstacle n'est touché.</p>
<p>2-Qu'ils peuvent courir en franchissant des obstacles</p>	<p>Quand? Au signal du prof Avec qui ? 3 par 3 Où ? À partir de la ligne d'arrivée, sur une piste de 40 mètres environ, jonchées de bâtons espacés de 8 mètres, mais placés suivant une courbe ORIENTÉE DANS L'AUTRE SENS. Comment ? Courir le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée.</p>	<p>- Aucun obstacle n'est touché.</p>



Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Course d'obstacles
Séance no : 5
Niveau des élèves : Débutants

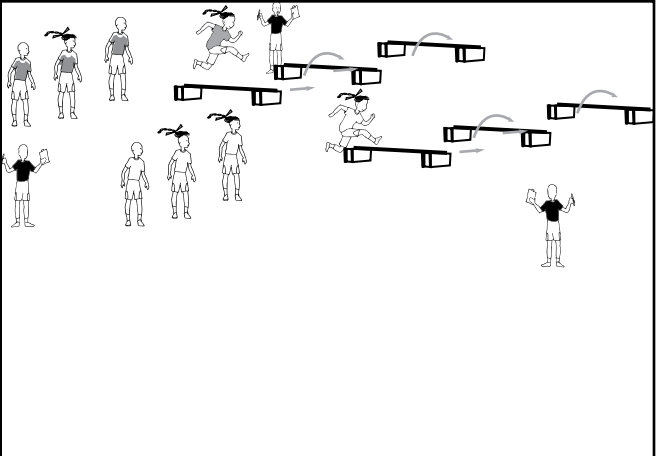
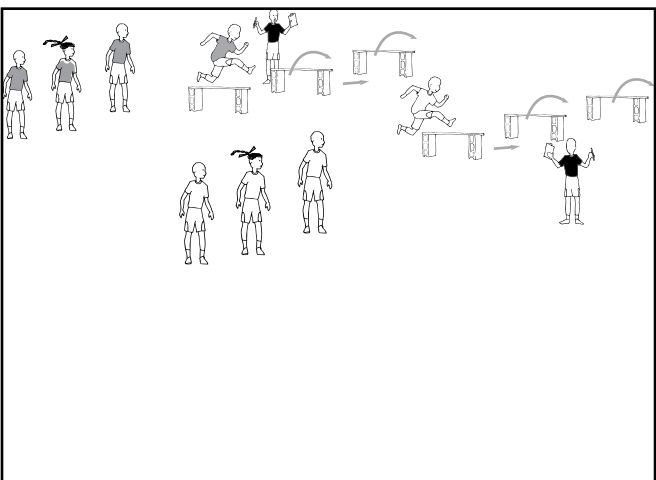
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- 1 douzaine de bâtons .
- 2 douzaines de blocs.

Thème de la séance: Franchir des “ haies ” de différentes hauteurs.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>2- Courir en franchissant les obstacles.</p>	<p>Quand? Au signal du prof. Avec qui ? 2 par 2. Où ? à partir de la ligne d'arrivée, sur une piste de 40 mètres environ, jonchées de « Haies » (2 blocs HORIZONTALS sur lesquels sont posés un bâton) espacées de 8 mètres. Comment ? Courir le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée. Règles à suivre: défense de toucher aux obstacles</p>	 <p>The diagram shows a 40-meter track with two horizontal obstacle courses. Each obstacle is made of two blocks with a stick on top. Runners are shown jumping over the sticks. A teacher is at the end of the track. The obstacles are spaced 8 meters apart.</p>	<p>- Aucun élève ne renverse d'obstacle.</p>
<p>2- Courir en franchissant les obstacles.</p>	<p>Quand? Au signal du prof. Avec qui ? 2 par 2. Où ? à partir de la ligne d'arrivée, sur une piste de 40 mètres environ, jonchées de « Haies » (2 blocs VERTICAUX sur lesquels sont posés un bâton) espacées de 8 mètres. Comment ? Courir le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée. Règles à suivre: défense de toucher aux obstacles.</p>	 <p>The diagram shows a 40-meter track with two vertical obstacle courses. Each obstacle is made of two blocks with a stick on top. Runners are shown jumping over the sticks. A teacher is at the end of the track. The obstacles are spaced 8 meters apart.</p>	<p>- Peu élèves renversent d'obstacle.</p>

Classe : 1ère, 2ème ou 3ème année
Activité : Course d'obstacles
Séance no : 6
Niveau des élèves : Débutants

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)
- 1 douzaine de bâtons
- 2 douzaines de blocs

Thème de la séance: Tournoi triangulaire.

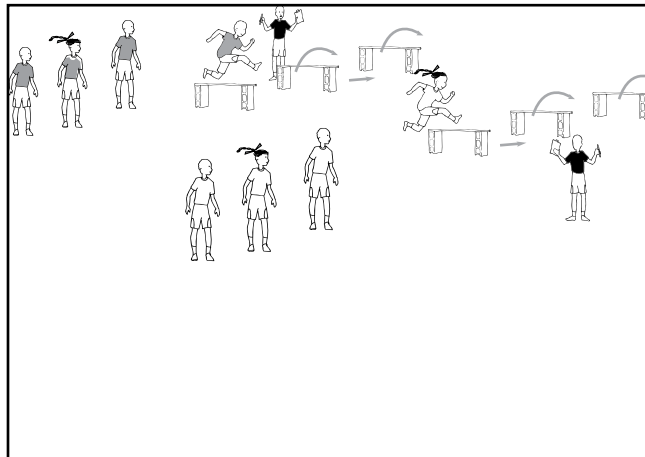
Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

1- Qu'ils sont capables d'organiser un tournoi triangulaire de course d'obstacles.

Quand? Au signal de l'élève -arbitre.
Avec qui ? 2 par 2. les élèves de la 3ème équipe arbitrent (surveillent les haies, chronomètrent et notent les points).
Où ? à partir de la ligne d'arrivée, sur une piste de 40 mètres environ, jonchées de « Haies » (2 blocs VERTICAUX sur lesquels sont posés un bâton) espacées de 8 mètres.
Comment ? Courir le plus vite possible pour franchir la ligne d'arrivée.
Règles à suivre: défense de toucher aux obstacles.



- Les arbitres assurent le déroulement correct des rencontres.

Cycle de Triple Saut

■ Dominante: Bio-mécanique¹

¹ Cette dimension se réfère au geste technique particulier à l'activité, à ce qu'on appelle communément la technique. C'est, par exemple, la position du bras lors du lancer de balle, ou le pied que l'on pose en dernier avant le saut en longueur.

■ Niveau des élèves: 1,2,3^{ème} année ou débutants

Analyse sommaire de l'activité

Les sauts comprennent 4 phases: La course d'élan, l'impulsion, la suspension et l'atterrissage.

■ **La course d'élan**

Elle fournit au corps une vitesse qui sera convertie en saut grâce à l'impulsion. L'élève court vite, pose le pied d'appel pour se propulser dans les airs.

■ **Les impulsions**

Le triple saut comprend 3 impulsions. Les élèves sautent à cloche pied sur le pied gauche, atterrissent sur le pied droit. Ils prennent un élan avec ce même pied droit pour atterrir sur les deux pieds (cela donne le rythme ininterrompu suivant: pied gauche/pied gauche / pied droit/ 2 pieds-pour certains élèves, la séquence est inversée, car ils ont un différent pied d'appel).

■ **La dernière suspension**

Le corps se retrouvant dans les airs après l'impulsion, il s'agit d'atterrir le plus loin possible (sans se faire mal, évidemment). Les gestes techniques visant à assurer un certain prolongement de cette phase ne feront pas l'objet de commentaires dans le cadre de ce manuel.

■ **Le dernier atterrissage**

C'est la dernière phase du saut. Elle marque le point où sera mesuré la longueur du saut dans la zone d'appel (délimitée d'avance par une ligne ou rectangle).

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Triple saut

Séance no : 1

Niveau des élèves : Initiés

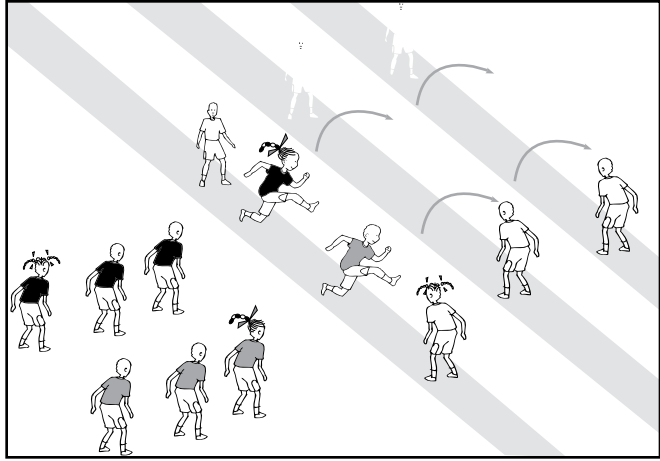
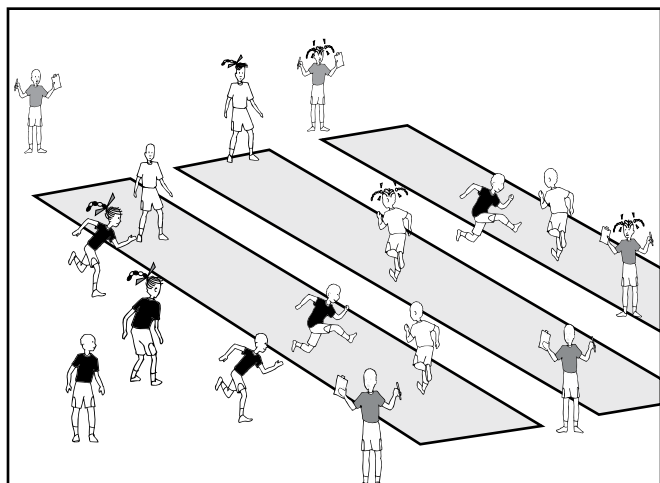
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Coordonner 3 sauts successifs

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent accomplir 3 sauts successifs sans élan	<p>Quand? Au signal de l'arbitre, ils partent. Comment ? sauter successivement par-dessus les 3 « rivières ». Avec qui ? l'équipe 1 s'élançe au signal de l'instituteur. Où ? les 3 zones (rivières) sont délimitées par l'instituteur, mesurent 1m50 et sont espacés de 5m. L'autre équipe s'élançe après. La 3ème équipe observe et note ceux qui ont touché à la zone. <u>Règles à suivre:</u> défense de poser le pied dans la rivière.</p>		- Tous sautent sans toucher les zones (rivières).
2- Qu'ils ont compris le jeu des 3 rivières	<p>But du jeu: Traverser l'espace des trois rivières sans se faire toucher par les caïmans, ni « tremper le pied dans l'eau » Avec qui? Les lapins (2 équipes) traversent les 3 rivières, les caïmans (la 3ème équipe) se trouvent disséminés dans les 3 rivières et ne peuvent en sortir</p>		- Tous sautent sans toucher les zones (rivières).

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Triple saut

Séance no : 2

Niveau des élèves : Initiés

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Utilisation de la vitesse en élan pour sauter plus loin.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils effectuer 3 sauts successifs AVEC ÉLAN.	<p>Comment ? Sauter successivement par-dessus les 3 « rivières » et traverser la ligne de fond.</p> <p>Avec qui ? L'équipe 1 s'élanç au signal de l'instituteur.</p> <p>Où ? Les 3 zones (rivières) sont délimitées par l'instituteur, mesurent 1m50 et sont espacés de 5m. L'autre équipe s'élanç après.</p> <p>La 3ème équipe observe et note ceux qui ont touché à la zone.</p> <p><u>Règles à suivre:</u> Défense de poser le pied dans la rivière.</p>		- Tous sautent sans toucher les zones (rivières).
2- Qu'ils ont compris le but du jeu (Lapins : traverser sans se faire toucher ; Caïmans : attraper les lapins qui traversent).	<p>Quand? Au signal de l'arbitre les élèves s'élançent.</p> <p>Comment ? Sauter successivement par-dessus les 3 « rivières » sans se faire toucher.</p> <p>Avec qui ? l'équipe 1 s'élanç au signal de l'instituteur.</p> <p>Où ? Idem que précédemment.</p> <p><u>Règles à suivre:</u> Défense de poser le pied dans la rivière (lapins). Ne pas sortir de la rivière et ne pas pousser ou frapper (Caïmans).</p>		- Tous sautent sans toucher les zones (rivières).

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Triple saut

Séance no : 3

Niveau des élèves : Initiés

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Impulsion successive sur un pied.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils sont capables d'exécuter globalement un triple saut SANS COURSE D'ÉLAN.	<p>Quand? Au signal de l'arbitre. Avec qui ? 2 par 2. Où ? À partir de la ligne de départ, vers l'aire de saut. Comment ? Les élèves sautent à cloche pied sur le pied gauche, atterrissent sur le pied droit. Ils prennent un élan avec ce même pied droit pour atterrir sur les deux pieds (cela donne le rythme ininterrompu suivant: pied gauche/pied gauche / pied droit/ 2 pieds).</p>		- Tous réussissent à effectuer 3 sauts sans s'arrêter.
2- Idem.	<p>Quand? Au signal de l'arbitre. Avec qui ? 2 par 2. Où ? À partir de la ligne de départ, vers l'aire de saut. Comment ? Les élèves sautent à cloche pied sur le pied droit, atterrissent sur le pied gauche. Ils prennent un élan avec ce même pied gauche pour atterrir sur les deux pieds (cela donne le rythme ininterrompu suivant: PIED DROIT/PIEDDROIT / PIED GAUCHE/ 2 PIEDS).</p>		Tous réussissent à effectuer 3 sauts sans s'arrêter.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Triple saut

Séance no : 4

Niveau des élèves : Initiés

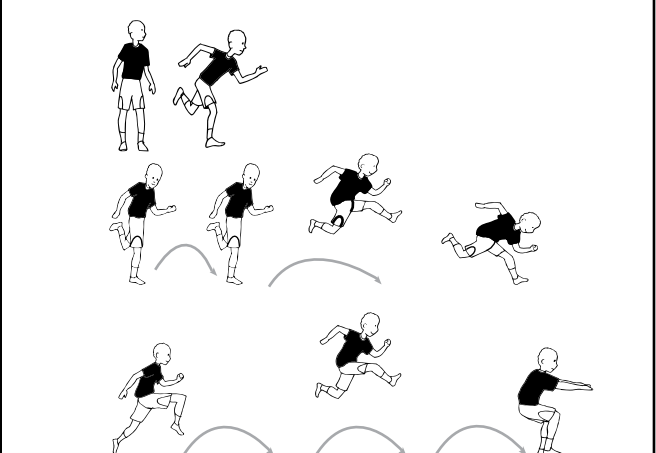
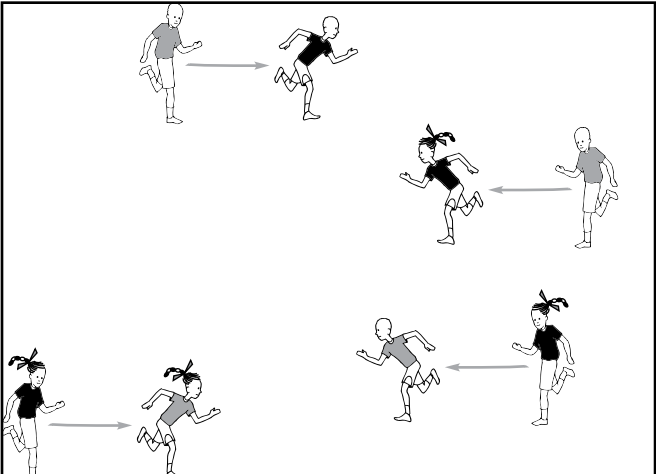
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Saut avec course d'élan.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- -Qu'ils sont capables d'exécuter globalement un triple saut AVEC COURSE D'ÉLAN	<p>Quand? Au signal de l'arbitre. Avec qui ? 3 par 3. Où ? À partir de la ligne de départ, vers l'aire de saut. Comment ? Après un élan de plusieurs pas, les élèves sautent à cloche pied sur le pied gauche, atterrissent une première fois sur le pied droit. Ils prennent un élan avec ce même pied droit pour atterrir sur les deux pieds (cela donne le rythme ininterrompu suivant: pied gauche/pied gauche / pied droit/ 2 pieds)</p>	 <p>The diagram shows three sequential jumps of a person. The first jump is on the left leg, the second on the right leg, and the third on both legs. Arched lines indicate the trajectory of the body during each jump.</p>	- Tous réussissent à effectuer 3 sauts sans s'arrêter avec le rythme: gauche/gauche/ droite/2 pieds.
2- Qu'ils peuvent se déplacer à cloche pied.	<p>Comment ? Tenir une jambe à hauteur des fesses, sautiller sur l'autre (alternier en cas de fatigue). Une équipe unijambiste poursuit une autre. La troisième compte le nombre d'attrappés. <u>Règles à suivre:</u> - Défense de pousser, de frapper, d'agripper les habits. - Défense de mettre 2 pieds au sol en même temps.</p>	 <p>The diagram shows two teams of children hopping on one leg. Arrows indicate the direction of movement and the sequence of hops. One team is shown hopping towards the other, and the other team is shown hopping away.</p>	- Les effractions aux règles sont signalées par les élèves.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Triple saut

Séance no : 5

Niveau des élèves : Initiés

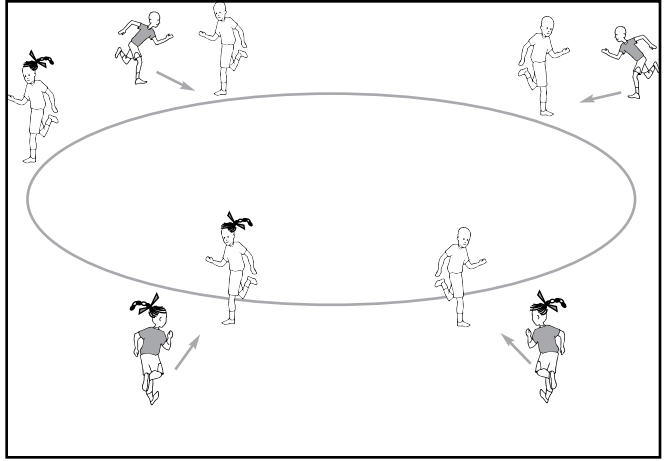
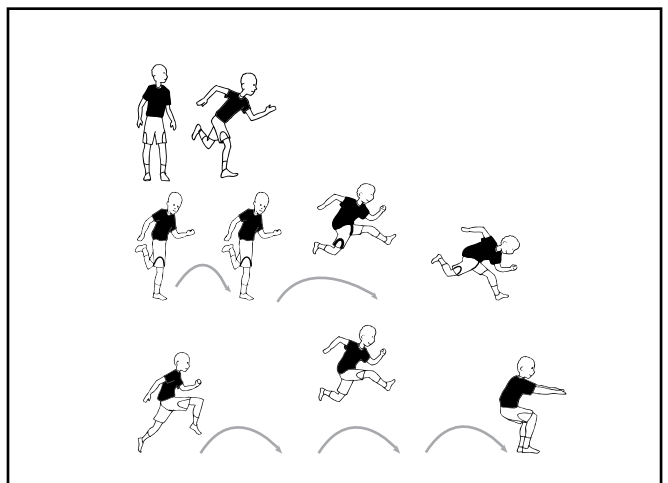
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Saut avec course d'élan.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils ont compris le but du jeu.	<p>Où ? Les élèves « unijambistes » sont autour d'une zone(cercle) qu'ils défendent. Comment ? Ils tiennent une jambe à hauteur des fesses. Et sautillent sur l'autre (fatigués, ils peuvent alterner les jambes). Les autres (les 2 autres équipes) essaient de rentrer dans la zone. Ceux qui sont touchés sont éliminés.</p> <p><u>Règles à suivre:</u> Défense de pousser, de frapper, d'agripper les habits.</p>		- Tous arrivent à se déplacer à cloche-pied.
2- Qu'ils sont capables d'exécuter globalement un triple saut AVEC COURSE D'ÉLAN.	<p>Quand? Au signal de l'arbitre. Avec qui ? 3 par 3. Où ? À partir de la ligne de départ, vers l'aire de saut. Comment ? Après un élan de plusieurs pas, les élèves sautent à cloche pied sur le pied gauche, atterrissent une première fois sur le pied droit. Ils prennent un élan avec ce même pied droit pour atterrir sur les deux pieds (cela donne le rythme ininterrompu suivant: pied DROIT/pied DROIT / pied GAUCHE/ 2 pieds).</p>		- Tous arrivent à sauter avec le rythme droite/droite/gauche/2 pieds.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Triple saut

Séance no : 6

Niveau des élèves : Initiés

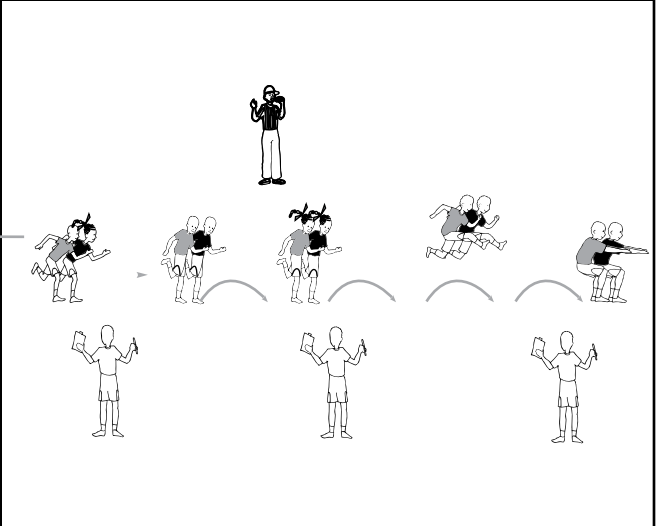
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).

Thème de la séance: Tounoi de triple saut.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils sont capables d'assurer le déroulement correct d'un tournoi de triple saut.	<p>Quand ? Au coup de sifflet, Avec qui ? Les élèves sautent à tour de rôle. Une équipe est désignée pour jouer le rôle d'arbitre, mesurent et notent les distances sautées par chacun. Après, changement de rôle. Comment ? les élèves peuvent prendre autant de pas d'élan. Chaque élève aura droit à 3 essais. <u>Règles à suivre</u> : Défense de piétiner (« mordre ») la ligne ou la zone d'appel Où ? : le sautoir est délimité par un carré et une ligne d'appel.</p> 	<p>- Les élèves signalent les piétinements de la zone d'appel. - Ils notent correctement les distances sautées.</p>

Cycle de Rugby

■ Dominante: Bio-Informationnelle¹

¹ Cette dimension se réfère à tous les indices captés dans l'environnement, que ce soit par la vue (ex. : position des partenaires, des adversaires, de la balle) ou l'ouïe (demande à voix haute d'un partenaire, bruit de pas d'un poursuivant, coup de sifflet de l'arbitre).

■ Niveau des élèves: 4,5,6^{ème} année ou avancés

Notes préliminaires

L'instituteur ou l'institutrice n'ont pas nécessairement une formation en éducation physique. Cela est très certainement vrai en Haïti où il n'y a pas d'école de formation de cadres en éducation physique ou en sport. Cependant, il est possible d'enseigner des activités comme le Handball sans formation dans cette activité. En effet, dans l'approche proposée dans ce manuel, la référence directe à la technique a peu de place. Ce sont les mises en situation qui permettront de canaliser l'action de l'élève de sorte que les réponses motrices soient celles que nous attendons d'eux. N'oublions pas les objectifs de l'éducation physique, sont entre autres, de mettre l'élève en contact avec cette partie du patrimoine de l'humanité constituée par l'activité physique et le sport. À ce titre, l'objectif de l'éducation physique n'est pas de chercher à détecter des futurs champions de l'élite sportive. La technique, si elle est intrinsèque au sport, n'est pas un but en soi.

Analyse de l'activité

Le Rugby est une activité où l'élève analyse les informations pour élaborer une réponse motrice. Exemple : La position des adversaires, la trajectoire de la balle. Ces informations sont analysées inconsciemment, au moins en partie, la réponse considérée comme appropriée également.

Les sports dits collectifs comprennent, pour la plupart, **une phase d'attaque et une phase de défense**. Quand une équipe attaque, l'autre défend son camp. Cela est vrai pour le Handball, le Rugby, le Basket-ball et le Volley-ball. L'instituteur pourra, selon cette constatation, décider de travailler la défense ou l'attaque selon la classe à laquelle il a affaire.

D'autres réalités, d'ordre tactique pourront guider ses choix pédagogiques :

- Les élèves, qui ont un certain niveau de pratique, savent que s'agglutiner autour de la balle est contre-productif. D'où la notion de DÉMARQUAGE (« Aller là où il n'y a personne » dans un langage adapté aux enfants).
- Lors d'une passe, le lanceur ne reste pas figé sur place. Des choix tactiques s'offrent à lui, par exemple, il peut suivre sa balle afin de soutenir l'actuel porteur de balle (« passer et suivre sa balle ») ou partir dans une direction décidée par lui afin éventuellement de recevoir encore la balle (« passe et va »).

Règles à suivre

Les règles du rugby que nous allons respecter sont les suivantes:

- Défense de frapper les adversaires.
- Défense de faire des passes en avant.
- Si la balle tombe des mains du porteur, elle est perdue pour son équipe.
- Défense d'attraper les habits.
- Les remises en jeu en cas de sortie du ballon se font derrière la ligne au point où est sorti la balle.

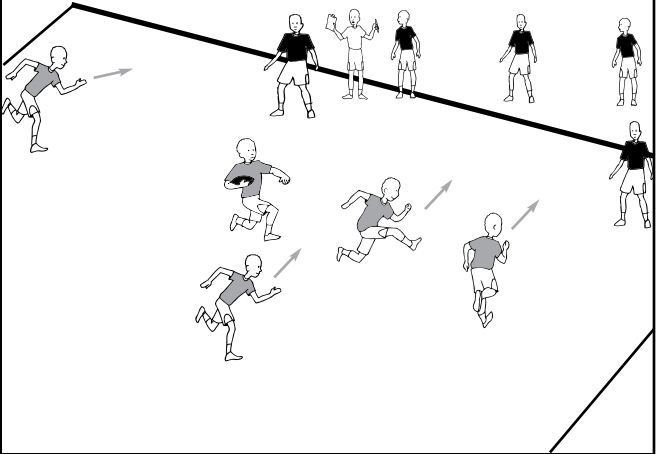
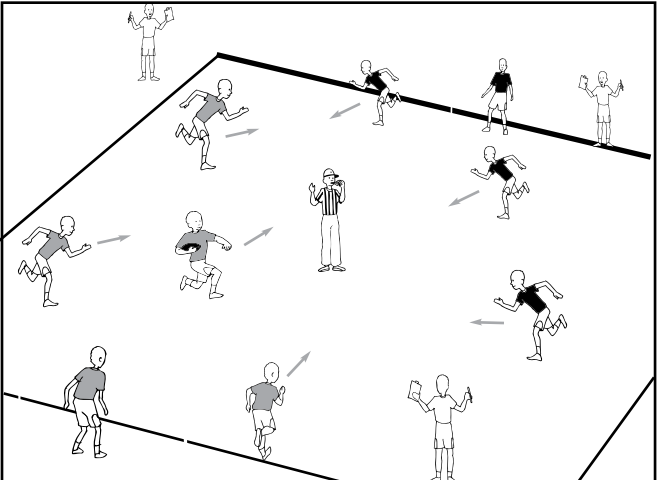
Classe :4ème, 5ème ou 6ème année
Activité : Rugby
Séance no : 1
Niveau des élèves : Initiés

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Compréhension du but et des règles du jeu.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent mener la balle jusqu'à la ligne de but adverse.</p>	<p>Quand? Une équipe après l'autre. Comment ? Les élèves progressent vers le camp adverse EN SE PASSANT LA BALLE DE LA MAIN et, arrivés à la ligne de but, déposent la balle derrière celle-ci (appelé un « essais ») <u>Règles à suivre:</u> Défense de toucher la balle avec les pieds et les jambes, de pousser tirer ou frapper les camarades. Si un joueur est touché par un adversaire, il doit lâcher celle-ci qui peut être récupérée par n'importe quel joueur de n'importe quel équipe. Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p>		<p>-Tous les élèves ont tenté 5 essais au moins.</p>
<p>2-Qu'ils peuvent globalement pratiquer le rugby.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon derrière la ligne de but malgré les adversaires Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central</p>		<p>- Tous les joueurs ont touché au moins 5 fois au ballon.</p>

Classe :4ème, 5ème ou 6ème année

Activité : Rugby

Séance no : 2

Niveau des élèves : Initiés

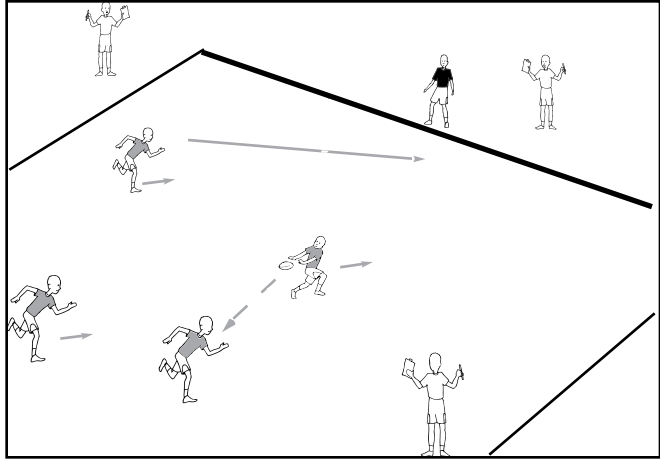
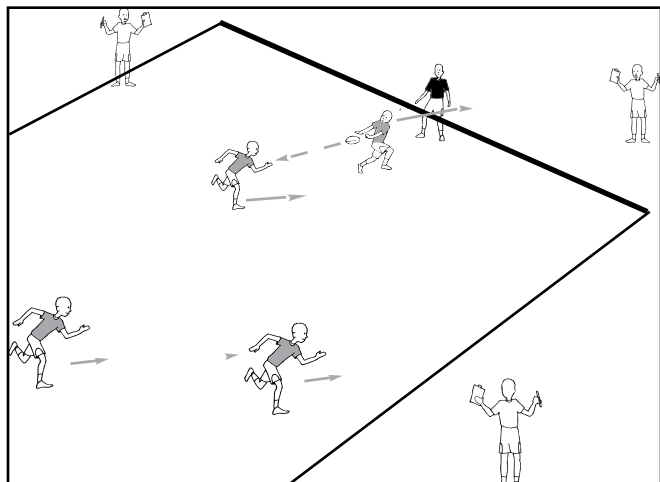
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Faire des passes et accompagner le porteur

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent passer la balle et accompagner le porteur	<p>Quand? Au signal de l'instituteur. Avec qui ? Chaque équipe , l'une après l'autre Comment ? Le porteur de balle fait la passe à un partenaire et part dans la même direction que celle du porteur. Arrivés à la ligne de but, ils déposent la balle derrière celle-ci (appelé un « essais ») Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins.</p>		- Tous les élèves ont touché la balle.
2- Qu'ils sont capables de jouer globalement au Rugby.	<p>Où ? : En partant de leur camp jusqu'au camp adverse. Qd ? : Au signal de l'instituteur Comment ? : L'équipe progresse avec la balle à la main, en faisant des passes. L'autre équipe s'y oppose et tente de récupérer la balle. <u>Règle spéciale à suivre :</u> - Pas plus de 3 touchers de balles.</p>		- Pas de passes vers l'arrière.

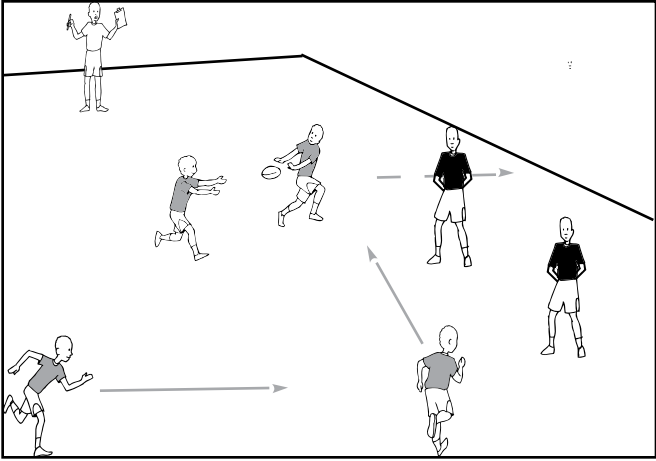
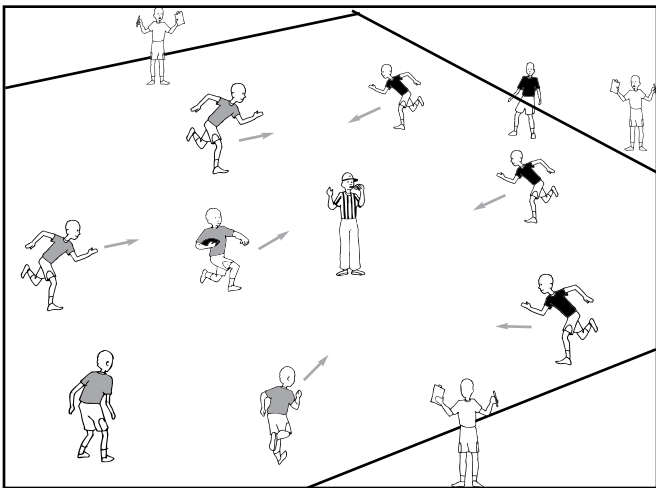
Classe :4ème, 5ème ou 6ème année
Activité : Rugby
Séance no : 3
Niveau des élèves : Initiés

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Passe et va.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent passer la balle et partir dans une autre direction.</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur Avec qui ? Chaque équipe , l'une après l'autre Comment ? Le porteur de balle fait la passe à un partenaire et part dans UNE AUTRE DIRECTION que celle du ballon, MAIS VERS L'AVANT. Arrivés à la ligne de but, ils déposent la balle derrière celle-ci (appelé un « essais ») Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p> <p>- Pas plus de 2 touchers de balle par élève et par attaque</p>		<p>-Tous les élèves vont en direction du but adverse.</p>
<p>2- Qu'ils respectent les règles du jeu.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central. Qd ? Chaque rencontre dure 5 minutes seulement</p>		<p>- Tous les joueurs ont touché au moins 5 fois au ballon.</p>

Classe :4ème, 5ème ou 6ème année

Activité : Rugby

Séance no : 4

Niveau des élèves : Initiés

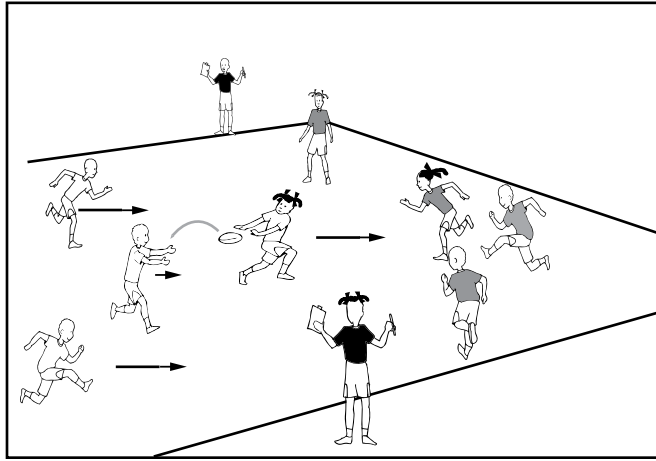
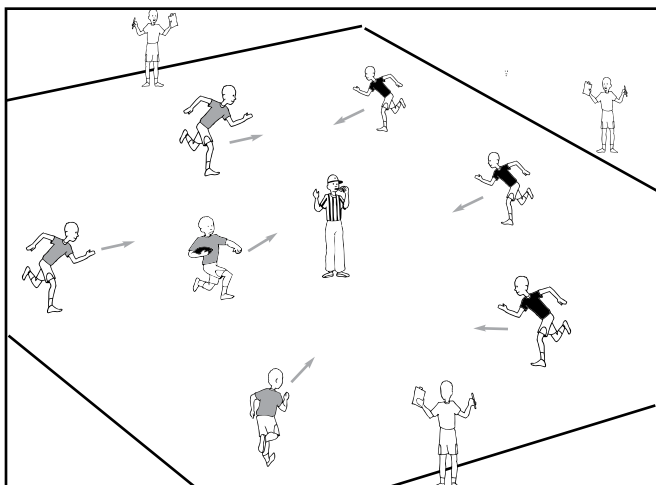
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Attaque

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1-Qu'ils peuvent mener une attaque en rugby	<p>Quand? Seulement au signal de l'instituteur Avec qui ? Une équipe est alignée en attaque et une autre en défense. La troisième note les écarts par rapport aux consignes et aux règles. Après une phase de jeu, changement de rôle. Où ? A partir de leur camp Comment ? En faisant des passes, Les élèves progressent vers le camp adverse, malgré les adversaires, et terminent leur avancée en déposant la balle derrière la ligne de but.</p> <p>Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p>		- Tous se démarquent après la passe
2- Qu'ils sont capables de faire respecter les règles du jeu	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central Règles à respecter : - Pas de passes vers l'avant. - Défense de toucher le ballon avec les pieds (sauf le gardien) Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres. Ici, L'ACCENT EST MIS SUR LES ARBITRES.</p>		- Les fautes sont signalées correctement.

Classe :4ème, 5ème ou 6ème année
Activité : Rugby
Séance no : 5
Niveau des élèves : Initiés

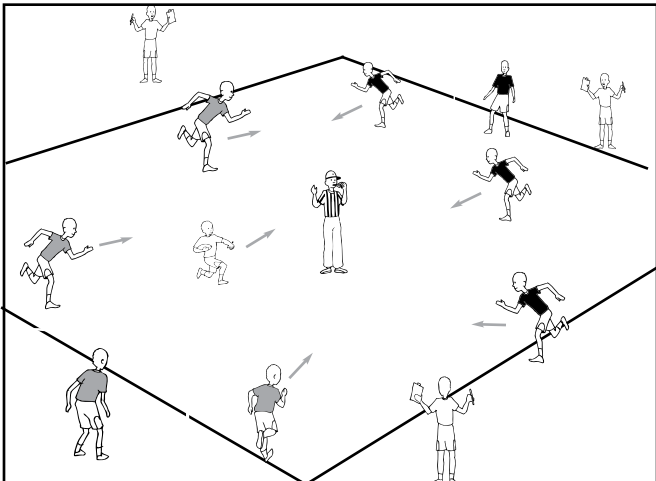
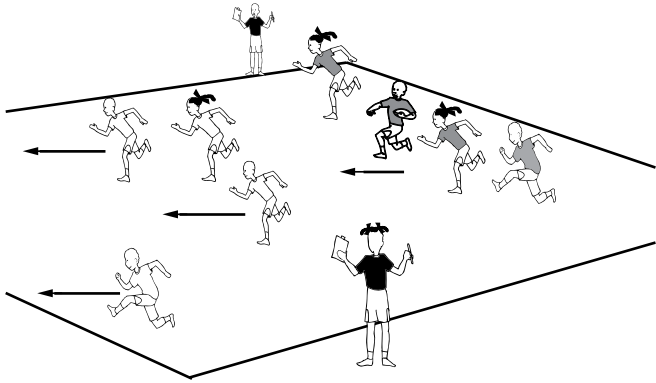
Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Attaque suivi de repli collectif.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1-Qu'ils savent se replier après une attaque.</p>	<p>Avec qui ? Une équipe est alignée en attaque et une autre en attente. La troisième note les écarts par rapport aux consignes et aux règles. Après une attaque, changement de rôle. Où ? A partir de son camp. Comment ? Après une progression d'attaque suivie d'un tir ou d'une perte de balle, tous les coéquipiers reculent ENSEMBLE pour le repli vers leur camp. <u>Règles à suivre:</u> Les adversaires n'attaquent qu'au signal de l'arbitre. Après une phase de jeu, changement de rôle. Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p>	<p>- Tous ont tiré au moins 6 fois.</p>
<p>2- Qu'ils sont capables de faire respecter les règles du jeu.</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central. Ici, L'ACCENT EST MIS SUR LES ELEVE-ARBITRES.</p>	<p>- Les élève- arbitres assurent correctement le déroulement des tournois quand c'est leur tour.</p>



Classe :4ème, 5ème ou 6ème année
Activité : Rugby
Séance no : 6
Niveau des élèves : Initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

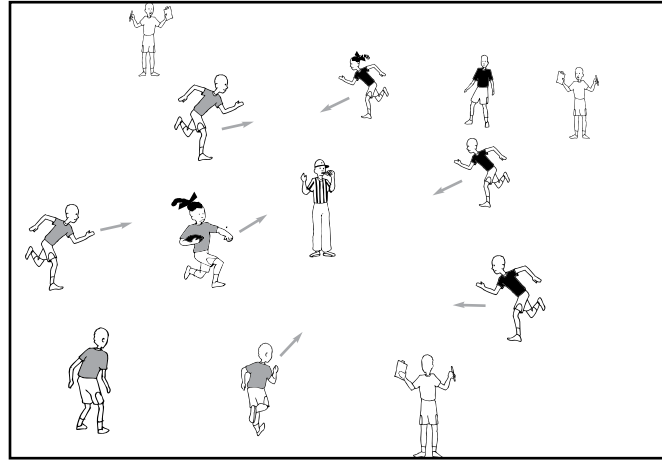
Thème de la séance: Tournoi triangulaire de Rugby.

Objectifs généraux de la séance:
A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

1- Qu'ils sont capables de participer à un tournoi triangulaire.

But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires.
Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.
Règles à suivre : - Défense de toucher le ballon avec les mains (sauf le gardien).
Défense de pousser, tirer, d'agresser les autres.



- Toutes les fautes sont signalées à temps.
- Les points sont comptés.
- Les résultats correctement communiqués.

Cycle de Lutte

■ Dominante: Bio-Informationnelle¹

¹ Cette dimension se réfère à tous les indices captés dans l'environnement, que ce soit par la vue (ex. : position des partenaires, des adversaires, de la balle) ou l'ouïe (demande à voix haute d'un partenaire, bruit de pas d'un poursuivant, coup de sifflet de l'arbitre).

■ Niveau des élèves: 4^{ème}, 5^{ème}, 6^{ème} année ou initiés

Notes préliminaires

Les sports de combat sont présents dans certaines écoles. Le karaté ou le judo s'y retrouvent parfois dans le cadre du sport de compétition, mais pas dans le cadre de l'Éducation Physique. En effet, cette activité au sein de l'école s'adresse à des élèves qui se destinent à la compétition. La lutte est aussi un sport de combat. Cette activité est présente dans de nombreuses cultures sous diverses formes. Il ne sera guère possible de pratiquer la lutte libre, car pour projeter l'adversaire au sol, il faudrait disposer de tapis. Ces derniers impliqueraient un investissement que les écoles les mieux loties hésiteraient à faire.

L'activité que nous présentons ici s'inspire de la **lutte Africaine**, où il suffit que l'adversaire pose le genou ou une main par terre pour qu'il perde des points. Elle tire certaines de ses règles de la **lutte greco-romaine** où passer derrière l'adversaire confère des points. faire sortir l'opposant du cercle s'apparente à la lutte Japonaise (**sumo**).

Analyse sommaire de l'activité

Tous les sports de combat comprennent une attaque et une défense. L'attaquant a un avantage tactique qu'il peut plus facilement transformer en point. Cependant l'adversaire a la possibilité de se défendre et de contre-attaquer.

Règles à respecter

Voici les règles que nous respecterons dans le cadre de ce manuel:

- Défense de frapper son opposant.
 - Défense de projeter son adversaire au sol.
 - Défense de déchirer les habits de l'adversaire.
 - Passer derrière l'adversaire confère un point.
 - Obliger l'adversaire à poser le genou ou la main au sol confère un point à l'opposant.
 - Faire sortir l'adversaire du cercle de combat confère un point à celui qui est resté dans le cercle.
-

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Lutte

Séance no : 1

Niveau des élèves : Initiés

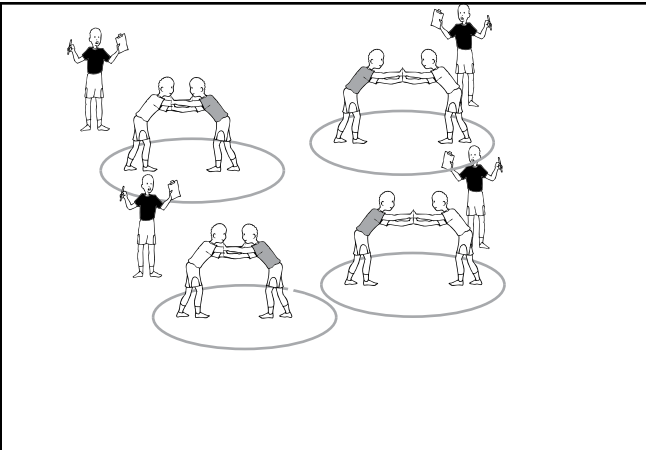
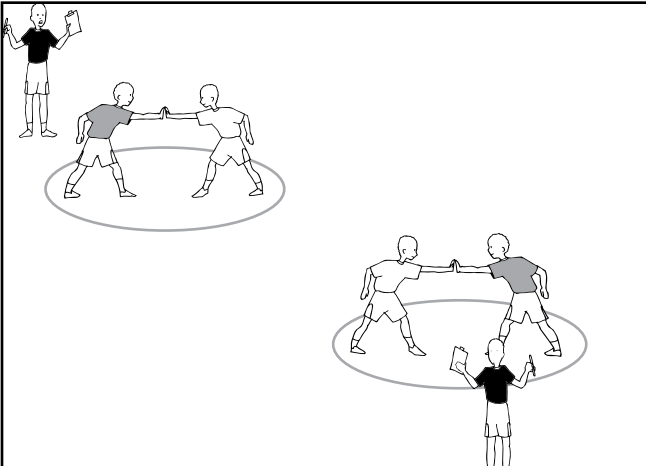
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Pousser/tirer- Respect de l'adversaire.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent tirer et pousser leur camarade.	<p>Quand? Au signal d'un élève-arbitre</p> <p>Comment ? Faire sortir son adversaire du cercle à l'aide des mains et des bras. On compte les points qui s'ajoutent par équipe.</p> <p>Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p> <p>Où ? à l'intérieur d'un cercle tracé au sol</p> <p><u>Règles à suivre:</u></p> <ul style="list-style-type: none">-Défense de frapper, d'agripper les habits, d'étrangler.- Défense de projeter l'adversaire au sol		<ul style="list-style-type: none">- Tous poussent et tirent- Certains sont entraînés hors du cercle.
2- Qu'ils peuvent tirer et pousser leur camarade.	<p>Quand? Au signal d'un élève-arbitre.</p> <p>Comment ? Faire sortir son adversaire du cercle en se tenant la main droite (puis changer de main). On compte les points qui s'ajoutent par équipe.</p> <p>Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème –d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p> <p>Où ? à l'intérieur d'un cercle tracé au sol</p>		<ul style="list-style-type: none">- Tous poussent et tirent à tour de rôle.- Certains sont entraînés hors du cercle.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Lutte

Séance no : 2

Niveau des élèves : Initiés

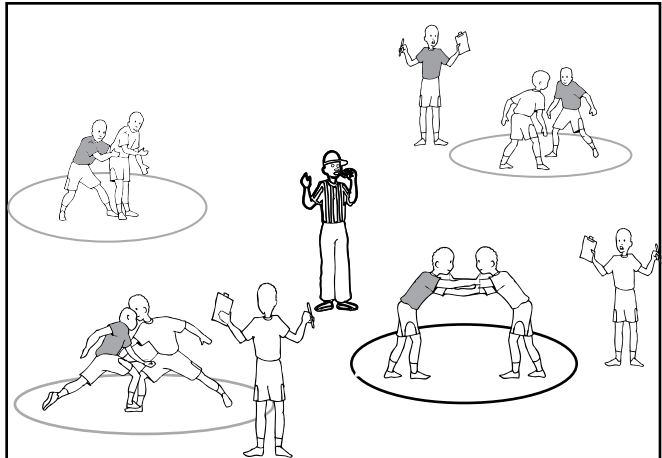
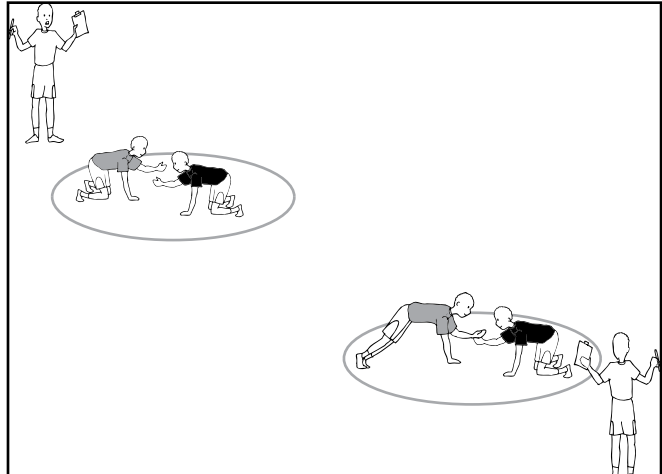
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe) .

Thème de la séance: Equilibre/ déséquilibre- respect de l'adversaire.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent déséquilibrer un adversaire debout.	<p>Quand? Au signal d'un arbitre. Comment ? Forcer l'adversaire à toucher le sol en y posant la main ou le genou. Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème -d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle. Où ? Plusieurs cercles peuvent être aménagés.</p>		- Tous tentent de faire poser le genou à l'adversaire, par la force ou la feinte.
2- Qu'ils peuvent déséquilibrer un adversaire à 4 pattes.	<p>Quand? Au signal d'un arbitre. Comment ? Face à face, les 2 mains par terre, jambes jointes, déséquilibrer l'adversaire en lui enlevant un bras. Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème -d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>		- Tous tentent de faire poser le genou à l'adversaire, par la force ou la feinte.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Lutte

Séance no : 3

Niveau des élèves : Initiés

Matériel requis:

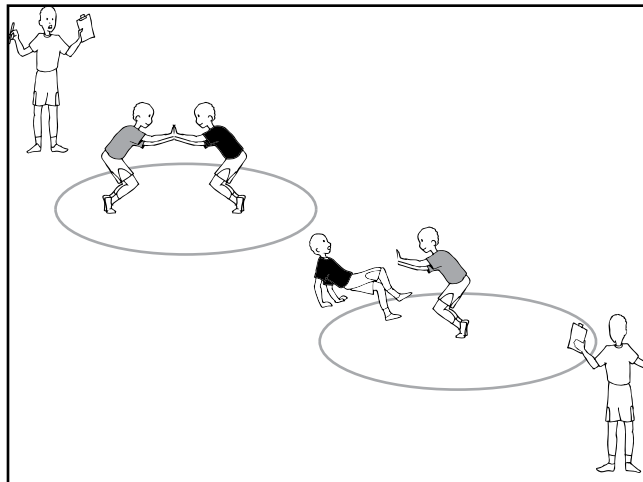
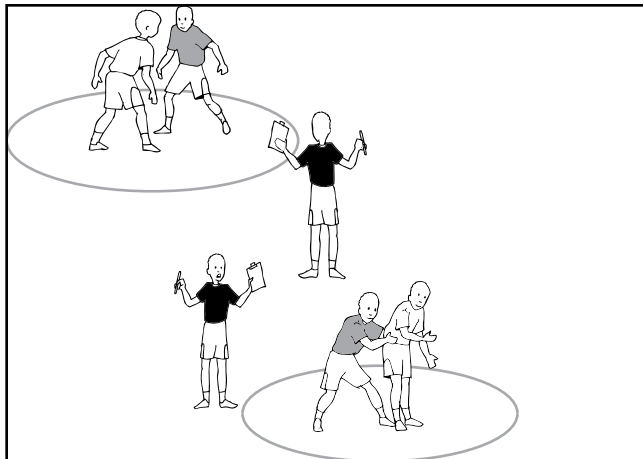
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Notion de feinte

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Qu'ils peuvent prendre avantage tactique sur l'adversaire (Dans certaines cultures, celui qui réussit à passer derrière l'adversaire gagne des points).	<p>Quand? Au signal d'un arbitre. Comment ? Passer derrière l'adversaire et le ceinturer. Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème -d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>	<p>- Tous tentent de contourner l'adversaire. - Tous feignent l'adversaire en faisant semblant d'aller sur le côté. En allant de l'autre.</p>
2- Qu'ils peuvent prendre avantage tactique sur l'adversaire.	<p>Quand? Au signal d'un arbitre. Comment ? Accroupi, les 2 mains paumes contre paumes, déséquilibre l'adversaire Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème -d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>	<p>- Tous feignent l'adversaire en enlevant les mains brusquement.</p>



Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Lutte

Séance no : 4

Niveau des élèves : Initiés

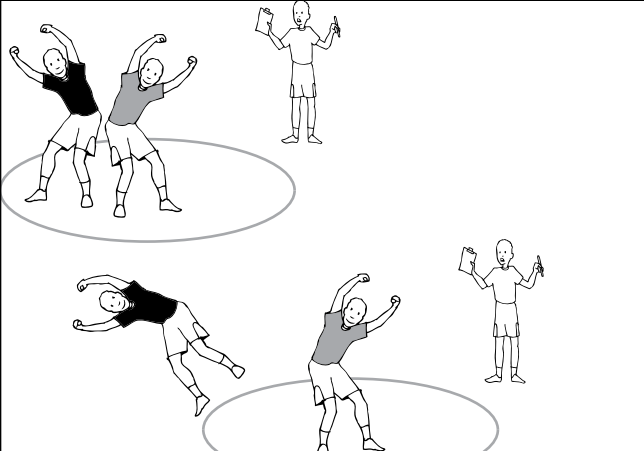
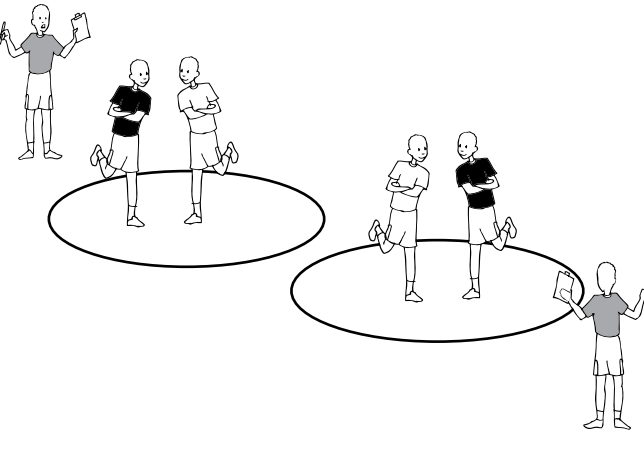
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Déséquilibre par percussion.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Déséquilibrer l'adversaire.	<p>Quand? Au signal d'un arbitre. Comment ? dos à dos, essayer faire l'adversaire perdre l'équilibre en se tapant les fesses. Les pieds ne doivent pas bouger Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème –d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>		- Dans chaque groupe de 2 lutteurs, l'un des élèves parvient à déséquilibrer l'autre.
2- Déséquilibrer l'adversaire sans perdre l'équilibre soi-même.	<p>Quand? Au signal d'un arbitre Comment ? étant sur un pied, forcer l'adversaire à sortir du cercle en le poussant de l'épaule (les bras sont croisés) Avec qui ? 2 élèves d'équipes différentes s'affrontent, le 3ème –d'une autre équipe arbitre et compte les points. Après, changement de rôle.</p>		- Dans chaque groupe de 2 lutteurs, l'un des élèves parvient à faire sortir l'autre.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année

Activité : Lutte

Séance no : 5

Niveau des élèves : Initiés

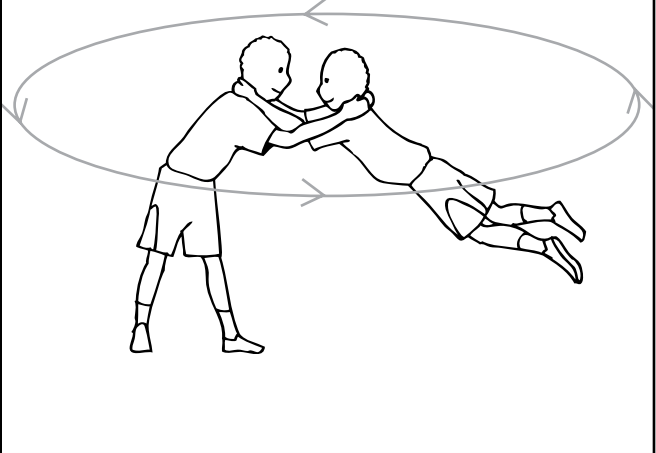
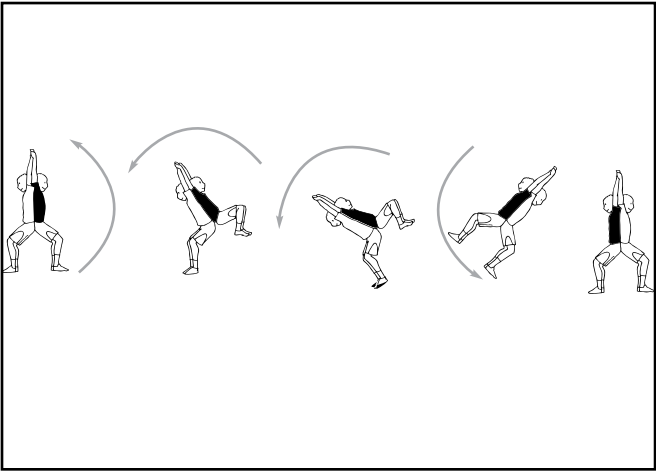
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Manipulation du corps du lutteur-adversaire.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent interagir avec l'adversaire.	<p>Quand? Au signal de l'arbitre seulement. Avec qui ? 2 par 2, Comment ? Les partenaires se tiennent le cou , mains croisées sur la nuque. L'un tourne sur place en faisant tourner l'autre autour de lui sans toucher le sol. <u>Règles à suivre:</u> Défense de lâcher l'adversaire en tournant.</p>		- Tous élèves réussissent à faire tourner 3 fois au moins leur partenaire.
2- Qu'ils ont compris le but de l'exercice.	<p>Quand? Au signal de l'arbitre seulement. Avec qui ? 2 par 2, Comment ? Les partenaires, dos à dos, les bras levés, se tiennent les mains. L'un charge l'autre sur le dos, l'autre plie les jambes et se laisse rouler en arrière sur le dos du 1er jusqu'à se retrouver de l'autre côté debout. <u>Règles à suivre:</u> Défense de lâcher l'adversaire en tournant.</p>		- Tous élèves réussissent à faire passer 3 fois au moins leur partenaire.

Classe : 4ème ,5ème ou 6ème année
Activité : Lutte
Séance no : 6
Niveau des élèves : Initiés

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

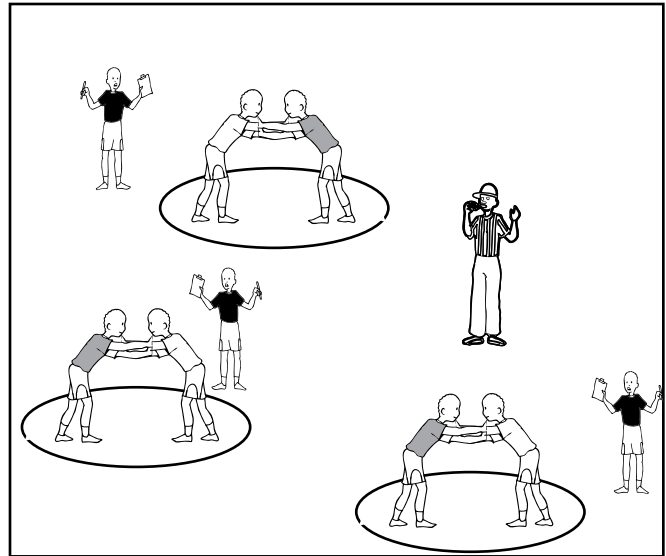
Thème de la séance: Tournoi triangulaire de lutte.

Objectifs généraux de la séance:
A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

1- Qu'ils peuvent assurer le bon déroulement d'un tournoi de lutte.

Quand? Au signal des élève- arbitres.
Comment ? 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre.
Les lutteurs cherchent :
-À faire le genou de l'adversaire toucher le sol
-À sortir l'adversaire du cercle
-À faire l'adversaire poser une main au sol
Avec qui ? 2 par 2 avec un arbitre et un marqueur de points.
Où ? chaque couple de lutteur dans son cercle.



- Quand c'est leur tour, les élève-arbitres signalent à temps les fautes, comptent les points correctement.

Cycle de Course de vitesse

■ Dominante: Bio-Energétique¹

¹ Elle se réfère au degré auquel les systèmes de production d'énergie de l'organisme sont sollicités pour la mise en œuvre par l'élève de l'activité. Toutes les activités requièrent de l'énergie, mais certaines sont considérées comme « plus énergétiques » que d'autres

■ Niveau des élèves: 1, 2, 3^{ème} années ou débutants

Notes préliminaires:

La course de vitesse est l'une des activités les plus faciles à enseigner. En effet, elle demande peu de matériel et peu de connaissances techniques du professeur. Tous les élèves courent déjà sur la cour de récréation.

Analyse de l'activité :

La course se distingue de la marche non pas par la vitesse tel que l'on pourrait le croire, mais par rapport au fait que la course comporte un moment de suspension et un atterrissage. Il n'est pas question ici de faire une analyse biomécanique de la course de vitesse, mais il est possible néanmoins de rappeler l'existence de la phase d'impulsion et celle de la phase d'atterrissage à chaque pas.

Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 1
Niveau des élèves : Tous les niveaux

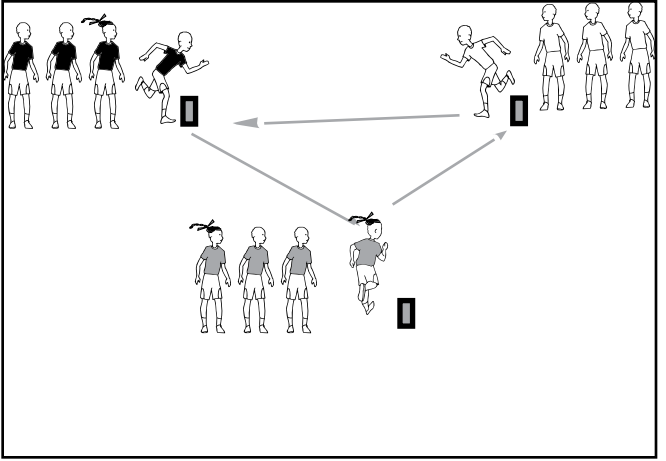
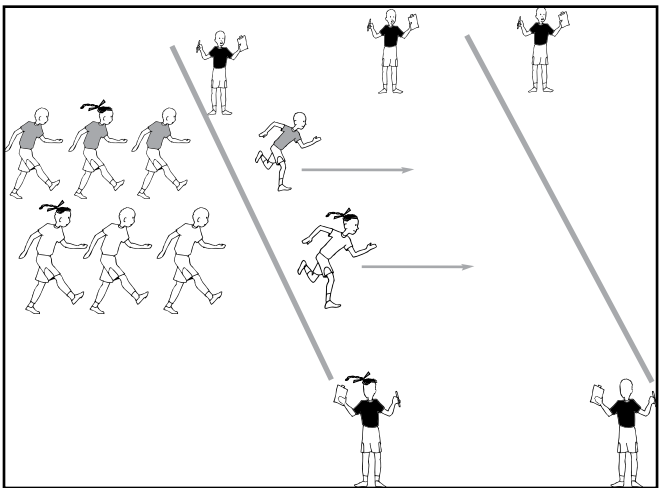
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- 3 objets quelconques (bouteille, boîte...).

Thème de la séance: Réaction à un signal.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent réagir rapidement à un signal visuel.</p>	<p>Quand? L'instituteur fait un signal prévu de la main. Comment? En triangle et partent au signal pour toucher un objet placé au sol, à chaque sommet du triangle. Avec qui? Les 3 joueurs de chaque équipe partent ensemble, chacun dans la direction qui leur est assignée. Les coureurs gagnants marquent un point. A la fin, le marqueur comptabilise les points de chaque équipe. Celle qui a le plus grand score gagne.</p>		<p>- Tous partent au signal prévu.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent réagir rapidement à un signal sonore.</p>	<p>Quand? L'instituteur énumère plusieurs mots, mais un seul est prévu pour être le signal de départ. Comment? Les élèves sont alignés derrière une ligne de départ et courent au signal, jusqu'à la ligne de fond. Ceux qui partent au mauvais mot sont éliminés. Avec qui? 2 équipes s'affrontent, 1 équipe arbitre. Les coureurs. 2 par 2 Où? Piste de 40 mètres.</p>		<p>- Tous partent au signal prévu.</p>

Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 2
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Réaction à un signal de départ/course de vitesse.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent réagir rapidement à un signal.</p>	<p>Quand? Au signal du prof. Comment ? Les 2 équipes sont alignées. Chaque co-équipier à 3 mètres de distance. Ceux qui sont derrière doivent toucher ceux qui sont devant, qui partent à leur tour, ainsi de suite Le dernier touché doit franchir la ligne de fond. Avec qui ? 2 équipes s'affrontent, 1 équipe arbitre. Où ? piste de 40 mètres au moins. <u>Règles à suivre:</u> défense d'attraper les habits, de frapper, de tirer ou pousser</p>		<p>- Tous partent au signal prévu.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent courir le plus vite possible.</p>	<p>Quand? Au signal d'un élève -arbitre. Comment ? 2 élèves partent le plus vite possible et courent jusqu'à la ligne de fond. Avec qui ? 2 équipes s'affrontent, 1 équipe arbitre : 1 donne le départ, 2 surveillent les faux départ, 2 surveillent l'arrivée. 2 autres chronométrent les courses et 2 notent les temps de vitesse (dépendant naturellement de l'effectif de la classe). Où ? Sur une piste de 40 mètres.</p>		<p>- Tous courent visiblement le plus vite possible.</p>

Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 3
Niveau des élèves : Tous les niveaux

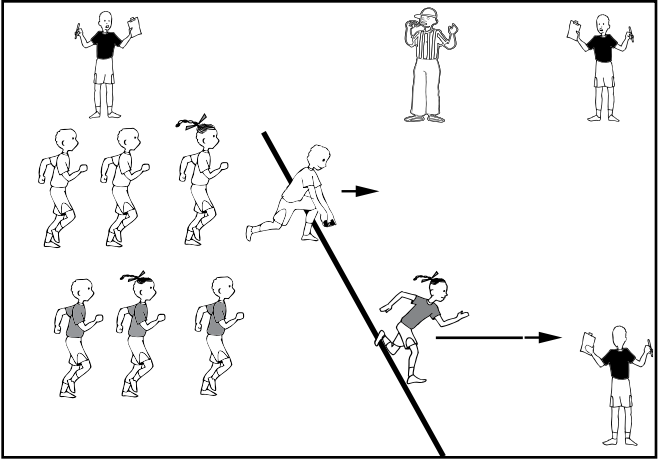
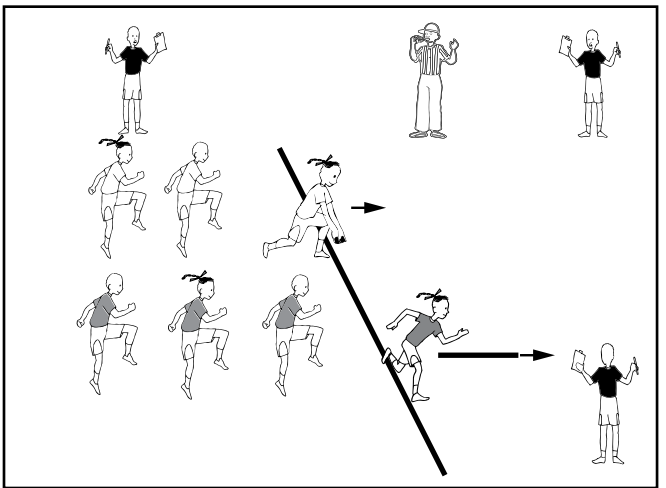
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Partir à partir d'une position basse (au sol).

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1-Qu'ils peuvent courir le plus vite possible.</p>	<p>Quand? Au signal du professeur Comment? Les élèves qui MARCHAIENT sur place touchent le sol des 2 mains et courent jusqu'à la ligne de fond. Avec qui? 2 équipes s'affrontent par vagues successives (ex : 6 élèves, 3 bandeaux rouges, 3 bandeaux verts. Les bleus arbitrent et compte les points).</p>		<p>- Tous partent au signal prévu et après avoir touché le sol.</p>
<p>2- Qu'ils peuvent courir le plus vite possible.</p>	<p>Quand? Au signal du professeur. Comment? Les élèves qui COURRAIENT sur place touchent le sol des 2 mains et courent jusqu'à la ligne de fond. Avec qui? 2 équipes s'affrontent par vagues successives (ex : 6 élèves, 3 bandeaux rouges, 3 bandeaux vert. Les bleus arbitrent et compte les points).</p>		<p>- Tous partent au signal prévu et après avoir touché le sol.</p>

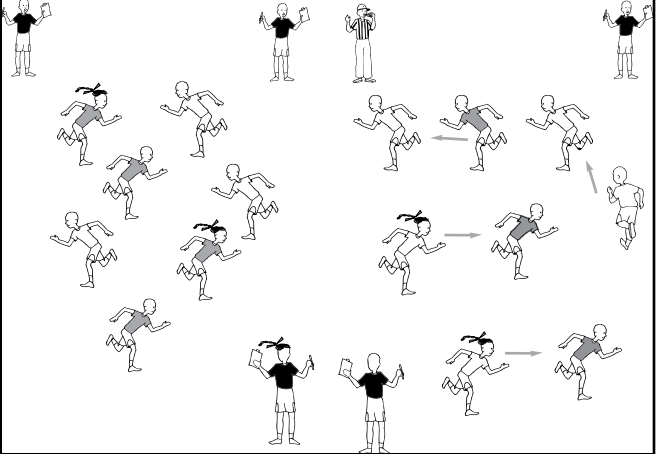
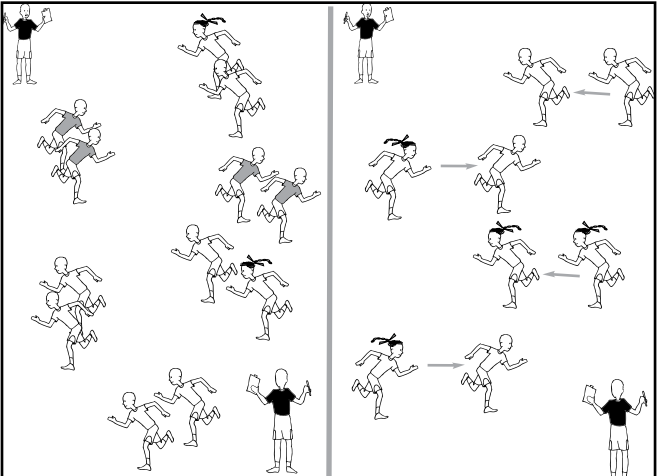
Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 4
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Différenciation d'un signal.

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils sont capable de courir vite en discriminant un signal.</p>	<p>Comment ? 2 équipes courent librement dans le terrain sans se toucher. Le prof cite la couleur de l'équipe qui devra poursuivre l'autre. Chacun essaie de toucher un adversaire pour marquer un point. Avec qui ? la 3ème équipe compte les points. <u>Règles à suivre:</u> Défense de frapper, de tirer, de pousser ou d'attraper les habits.</p>		<p>- Les poursuivants réagissent tout de suite au signal, les pourchassés aussi.</p>
<p>2- Qu'ils sont capable de courir vite en discriminant un signal.</p>	<p>Comment ? 2 équipes courent librement 2 PAR 2 dans le terrain sans se toucher. Le prof cite la couleur de l'équipe qui devra poursuivre l'autre. Chacun essaie de toucher un adversaire pour marquer un point. Avec qui ? 2 équipes s'affrontent, la 3ème équipe compte les point. <u>Règles à suivre:</u> Défense de frapper, de tirer, de pousser ou d'attraper les habits.</p>		<p>- Les poursuivants réagissent tout de suite au signal, les pourchassés aussi.</p>

Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 5
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:

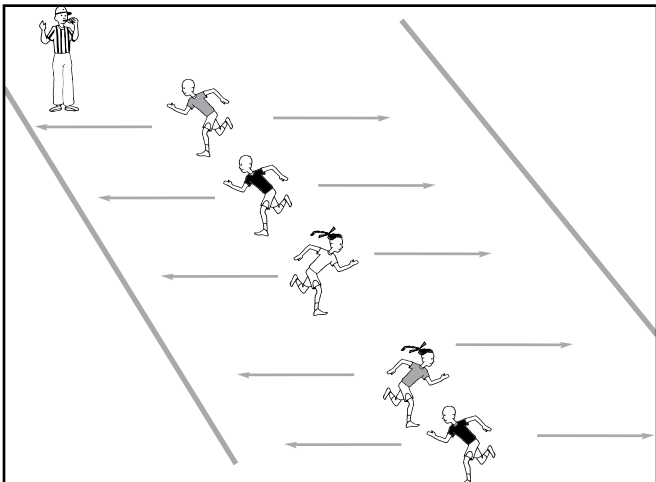
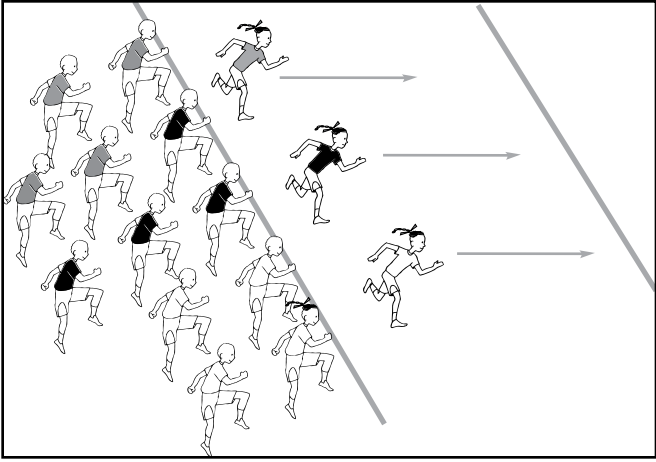
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Notion de changement de cadence et de vitesse.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils sont capables de moduler leur VITESSE DE DEPLACEMENT.</p>	<p>Comment ? Les élèves courent sur place en montant les genoux, au signal ils passent à la course EN GARDANT LA MEME CADENCE (rythme). Avec qui ? Par vagues de plusieurs élèves.</p>	<p>- Tous gardent le même rythme.</p>
<p>2- Qu'ils sont capables de moduler leur VITESSE DE COURSE.</p>	<p>Comment ? Les élèves font l'aller retour au petit trot sur 40 mètres. Au signal, ils doivent courir à toute vitesse. Au 2ème signal, recommencer à trotter. Avec qui ? Par vagues de plusieurs élèves, toutes équipes confondues.</p>	<p>- Tous changent de rythme au signal.</p>



Classe : Toutes
Activité : Course de vitesse
Séance no : 6
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe).
- Un chronomètre ou une montre.

Thème de la séance: Organisation d'un tournoi de course

Objectifs généraux de la séance:

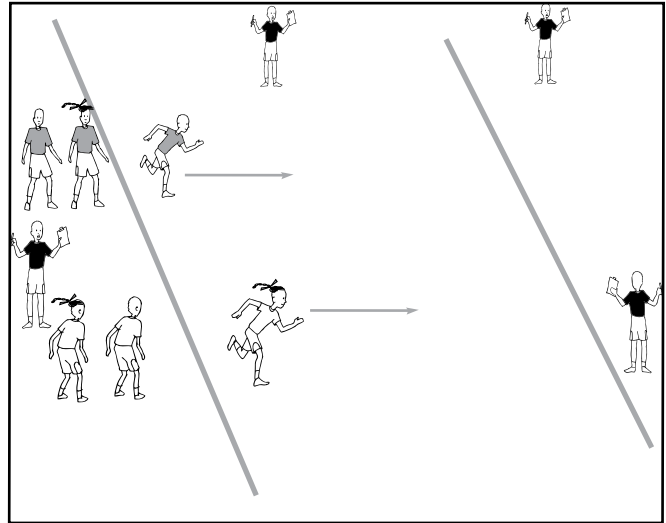
A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

1- Qu'ils sont capables d'organiser un tournoi triangulaire de course de vitesse.

Quand? Au signal d'un élève -arbitre
 Comment ? 2 adversaires partent le plus vite possible et courent jusqu'à la ligne de fond
 Avec quoi ?
 Avec qui ? 2 équipes s'affrontent, 1 équipe arbitre : 1 donne le départ , 2 surveillent les faux départ, 2 surveillent l'arrivée.
 Où ? Piste de 40 mètres.

Les coureurs gagnants marquent un point.
 A la fin le marqueur comptabilise les points de chaque équipe. Celle qui a le plus grand score gagne.



Tous les arbitres ont assuré leur taches correctement:

- Les infractions signalées.
- Les points comptés et communiqués.
- L'équipe gagnantes désignée.

Cycle de Football

■ Dominante: Bio- informationnelle¹

¹ Cette dimension se réfère à tous les indices captés dans l'environnement, que ce soit par la vue (ex. : position des partenaires, des adversaires, de la balle) ou l'ouïe (demande à voix haute d'un partenaire, bruit de pas d'un poursuivant, coup de sifflet de l'arbitre)

■ Niveau des élèves: 1,2,3^{ème} année ou débutants

Notes préliminaires :

L'instituteur ou l'institutrice n'ont pas nécessairement une formation en Éducation Physique. Cela est très certainement vrai en Haïti où il n'y a pas d'école de formation de cadres en éducation physique ou en sport. Cependant, **il est possible d'enseigner des activités comme le Football sans formation dans cette activité.**

En effet, dans l'approche proposée dans ce manuel, la référence directe à la technique a peu de place. **Ce sont les mises en situation qui permettront de canaliser l'action de l'élève de sorte que les réponses motrices soient celles que nous attendons d'eux.** N'oublions pas les objectifs de l'éducation physique sont, entre autres, mettre l'élève en contact avec cette partie du patrimoine de l'humanité constituée par l'activité physique et le sport. À ce titre, **l'objectif de l'éducation physique n'est pas de chercher à détecter des futurs champions de l'élite sportive.** La technique, si elle est intrinsèque au sport, n'est pas un but en soi.

Analyse de l'activité :

Le Football, le Rugby, le Handball et la majorité des sports collectifs sont des activités où l'élève analyse les informations pour élaborer une réponse motrice. Exemple : La position des adversaires, la trajectoire de la balle. Ces informations sont analysées inconsciemment, au moins en partie, la réponse considérée comme appropriée également.

Les sports dits collectifs comprennent tous **une phase d'attaque et une phase de défense**. Quand une équipe attaque (elle est donc en possession du ballon), l'autre défend son camp. Cela est vrai pour le Handball, le Rugby, le Basket-ball et le Volley-ball. L'instituteur pourra, selon cette constatation, décider de travailler la défense ou l'attaque selon la classe à laquelle il a affaire.

D'autres réalités, d'ordre tactique, pourront guider ses choix pédagogiques.

Par exemple :

- Les élèves, qui ont un certain niveau de pratique, savent que s'agglutiner autour de la balle est contre-productif. D'où la notion de DÉMARQUAGE (« Aller là où il n'y a personne » dans un langage adapté aux enfants).
- Lors d'une passe, le lanceur ne reste pas figé sur place. Des choix tactiques s'offrent à lui, par exemple, il peut suivre sa balle afin de soutenir l'actuel porteur de balle (« passer et suivre sa balle ») ou partir dans une direction décidée par lui afin éventuellement de recevoir encore la balle (« passe et va »).

Règles à suivre¹

Voici les principales règles que l'instituteur fera respecter par les élèves, et que les élèves auront à faire respecter quand ils assurent le déroulement des tournois :

- Défense de toucher la balle avec les bras et les mains (sauf le gardien). Tout touché de balle entraîne une remise en jeu par l'équipe adverse, là où la faute a été commise.
- Défense de pousser, de tirer de frapper les camarades.
- Quand la balle sort sur le côté, la remise en jeu se fait avec les 2 mains derrière la ligne, là où la balle est sortie

¹ Le règlement de chaque activité physique occupe très souvent tout un manuel. Les règles énoncées ici sont un minimum qui assurent le déroulement de l'activité sans la dénaturer

Classe : 4ère ,5ème ou 6ème année

Activité : Football

Séance no : 1

Niveau des élèves : Initiés


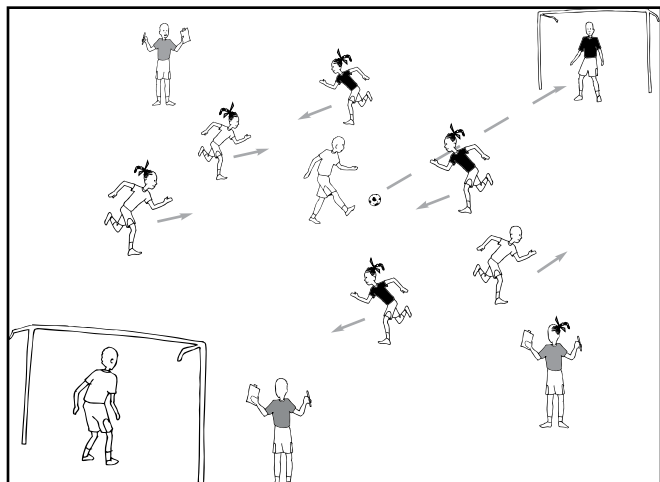
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Passe puis tir

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
1- Qu'ils peuvent mener la balle jusqu'à la phase de tir	<p>Quand? Une équipe après l'autre</p> <p>Comment ? Les élèves progressent vers le camp adverse en se passant la balle du pied et, arrivés devant le but, tirent.</p> <p>Règles à suivre: Défense de toucher la balle avec les mains, de pousser tirer ou frapper les camarades.</p> <p>Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p>		- Toutes les séries de passes se terminent en tir au but
2-Qu'ils peuvent globalement pratiquer le Football	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires</p> <p>Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central</p> <p><u>Règles à suivre:</u> Défense de toucher la balle avec les mains, de pousser tirer ou frapper les camarades.</p>		- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse.

Classe : 4ère ,5ème ou 6ème année
Activité : FootBall
Séance no : 2
Niveau des élèves : Initiés

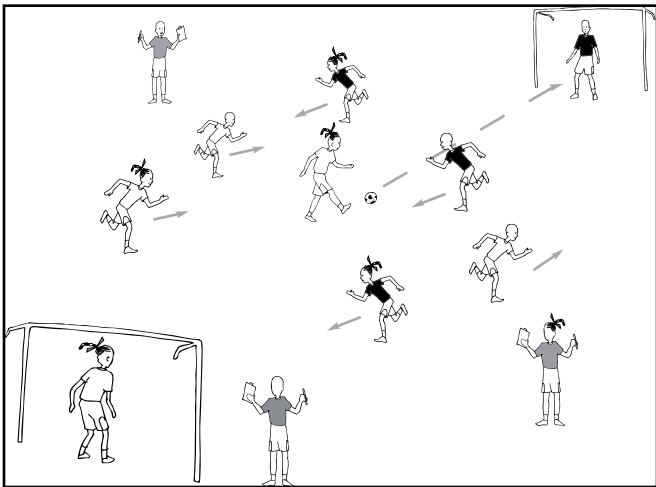
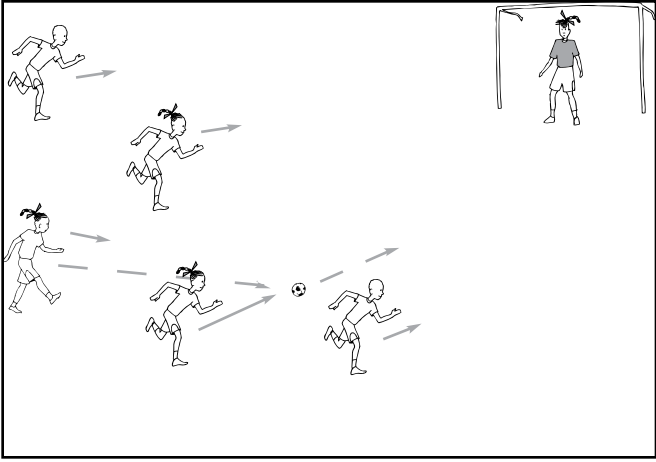
Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Passer et suivre sa balle

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils peuvent passer et suivre leur balle</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur Avec qui ? Chaque équipe , l'une après l'autre Comment ? Le porteur de balle fait la passe à un partenaire et part dans la même direction que celle du ballon.. Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p>	<p>- Tous suivent leur balle après leur passe</p>
<p>2-Qu'ils peuvent globalement pratiquer le Football</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires. Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central</p> <p><u>Règles à suivre:</u> Défense de toucher la balle avec les mains, de pousser tirer ou frapper les camarades.</p>	<p>- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse</p>



Classe : 4^{ème} ,5^{ème} ou 6^{ème} année
Activité : Football
Séance no : 3
Niveau des élèves : Initiés

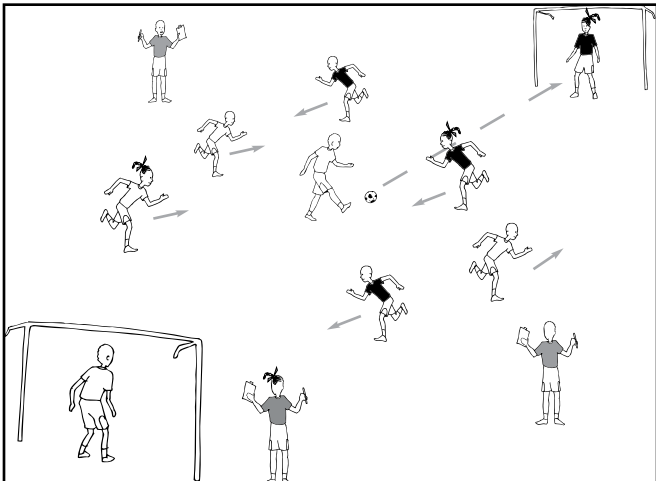
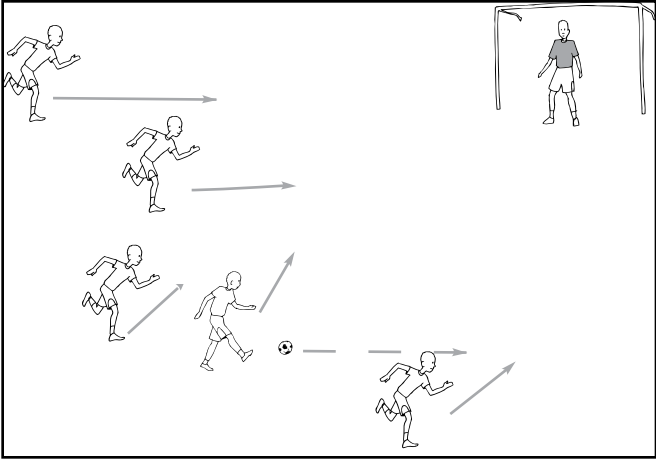
Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Passe et va (aller dans une autre direction)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
<p>1- Qu'ils peuvent passer la balle et partir dans une autre direction (pour se démarquer)</p>	<p>Quand? Au signal de l'instituteur Avec qui ? Chaque équipe , l'une après l'autre Où ? Comment ? Le porteur de balle fait la passe à un partenaire et part dans UNE AUTRE DIRECTION que celle du ballon, MAIS VERS L'AVANT. Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p>	<p>- Aucun élève ne suit sa balle, tous se dirige dans une autre direction</p>
<p>2-Qu'ils peuvent globalement pratiquer le Football</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3^{ème} arbitre. L'instituteur est arbitre central Règles à suivre: Défense de toucher la balle avec les mains, de pousser tirer ou frapper les camarades.</p>	<p>- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse</p>

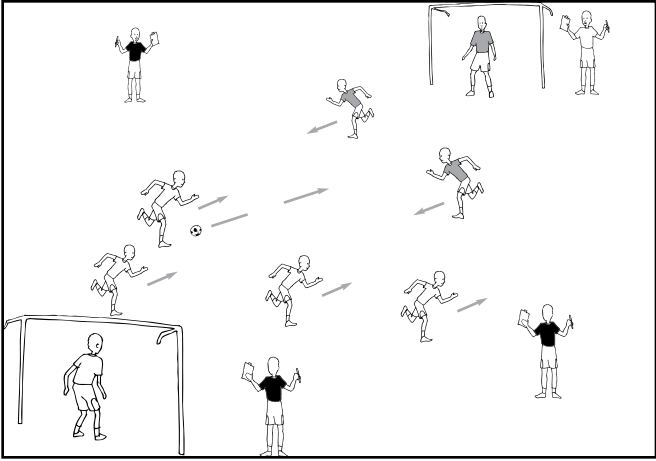
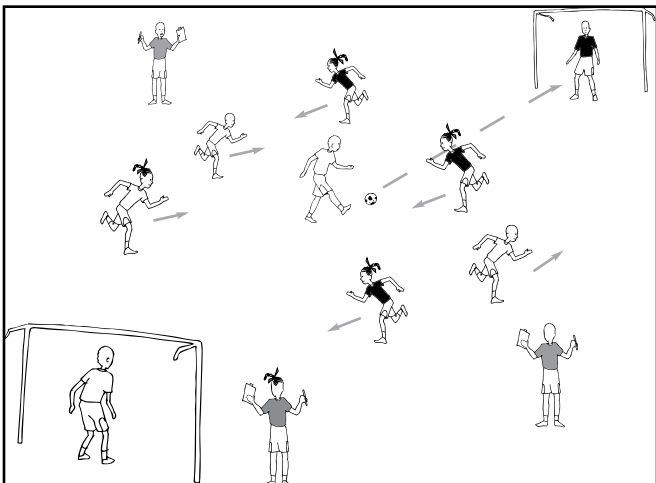


Classe : 4ère ,5ème ou 6ème année
Activité : FootBall
Séance no : 4
Niveau des élèves : Initiés

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Attaque

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1-Qu'ils peuvent mener une attaque en football</p>	<p>Quand? Seulement au signal de l'instituteur Avec qui ? Une équipe est alignée en attaque et une autre en défense. La troisième note les écarts par rapport aux consignes et aux règles. Après une phase de jeu, changement de rôle. Avec quoi ? Avec le ballon Où ? A partir de leur camp Comment ? En faisant des passes, Les élèves progressent vers le camp adverse, malgré les adversaires, et terminent leur avancée par un tir au but. Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p>		<p>- Les élèves tentent d'avancer vers le but adverse malgré les adversaires</p>
<p>2-Qu'ils peuvent assurer le déroulement d'une rencontre de football</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central <u>Règles à suivre:</u> Défense de toucher la balle avec les mains, de pousser tirer ou frapper les camarades.</p>		<p>- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse</p>

Classe : 4ère ,5ème ou 6ème année
Activité : FootBall
Séance no : 5
Niveau des élèves : Initiés

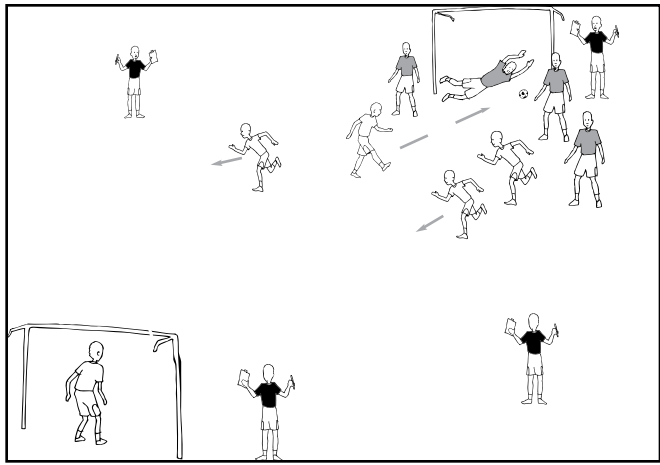
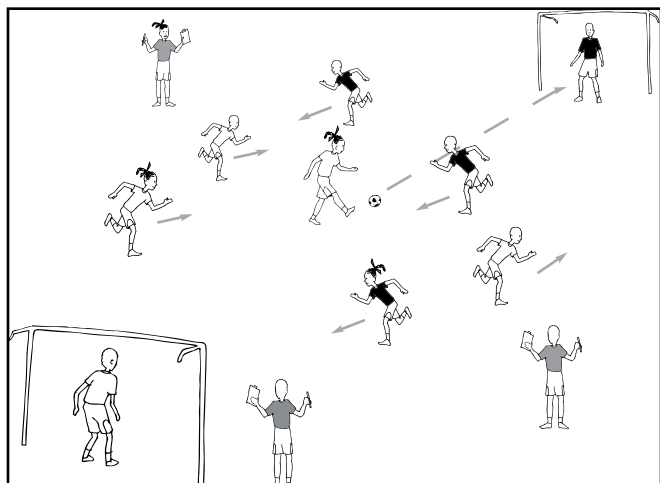
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Attaque et repli

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1-Qu'ils savent se replier après une attaque</p>	<p>Quand? Au signal du professeur Avec qui ? Une équipe est alignée en attaque et une autre en défense. La troisième note les écarts par rapport aux consignes et aux règles. Après une phase de jeu, changement de rôle Où ? A partir de son camp Comment ? Après une progression d'attaque suivie d'un tir ou d'une perte de balle, tous les coéquipiers reculent ensemble pour défendre leur camp Règles à suivre: Les adversaires n'attaquent pas Après une phase de jeu, changement de rôle Tous doivent toucher à la balle 1 fois au moins</p>		<p>- Aucun élève ne reste à l'avant après une perte de balle ou un tir.</p>
<p>2-Qu'ils peuvent assurer le déroulement d'une rencontre de football</p>	<p>But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central <u>Règles à suivre:</u> Défense de toucher la balle avec les mains, de pousser tirer ou frapper les camarades.</p>		<p>- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse</p>

Classe : 4ère ,5ème ou 6ème année
Activité : FootBall
Séance no : 6
Niveau des élèves : Initiés

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Tournoi de Football

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements

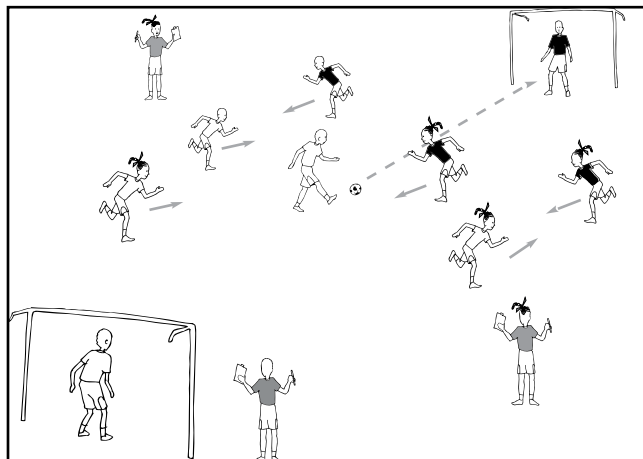
Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)

Indicateurs de réussite

1-Qu'ils peuvent assurer le déroulement d'une rencontre de football

But du jeu : Faire passer le ballon entre les buts malgré les adversaires
Comment ? : 2 équipes s'affrontent, la 3ème arbitre. L'instituteur est arbitre central.

Règles à suivre: - Défense de toucher la balle avec les mains.
- Défense de pousser tirer ou frapper les camarades.



- Tous tentent de faire progresser la balle vers le camp adverse

Cycle de Jeux Traditionnels et Sportifs

■ Dominante: Psycho-socio affective¹

¹ Toute activité implique un investissement affectif de la part de l'élève. Cet investissement varie par rapport à l'activité considérée (ex: il est plus effrayant de sauter à la perche que de courir) ou par rapport à la situation sociale spécifique considérée (un élève timide s'engagera moins facilement dans un sport collectif qu'un autre).

■ Niveau des élèves: Toutes les années ou tous les niveaux

Notes préliminaires

Les jeux NON-SPORTIFS ont une grande importance dans le développement affectif de l'enfant:

Ils ne sont pas nécessairement tournés vers la compétition, en ce sens peuvent offrir une alternative au Sport de fédération.

Ils mettent en jeu d'autres types de relations et engagent davantage l'affectivité et les réseaux de relation.

Ils permettent d'augmenter la variété d'activités que l'instituteur peut proposer, surtout en Haïti où, comme nous l'avons vu, le matériel est rare et de ce fait, certaines activités impossibles à pratiquer.

Le cycle de jeux traditionnels peut être repris plus souvent que n'importe lequel, car l'enfant ne s'en lassera pratiquement jamais.

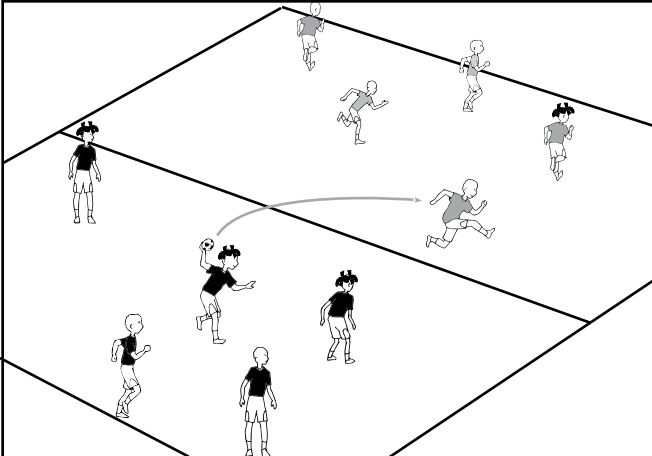
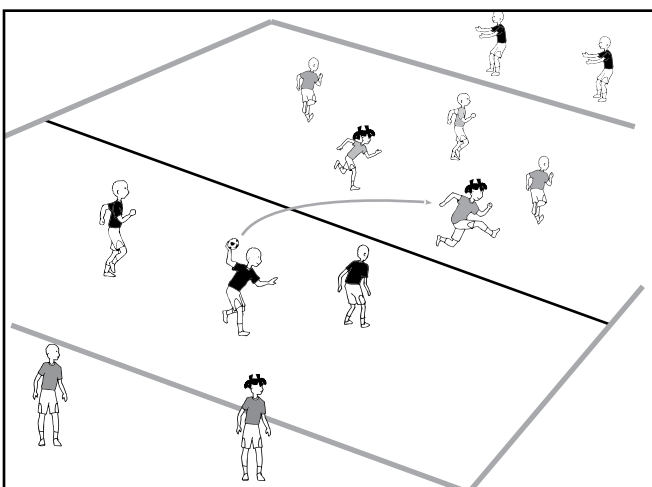
Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 1
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Ballon prisonnier.

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

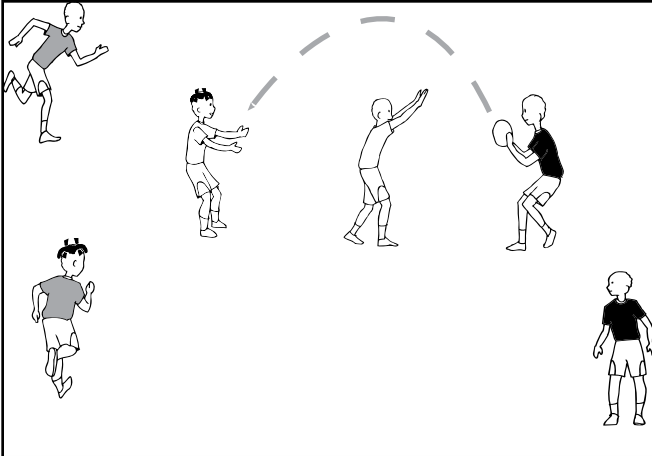
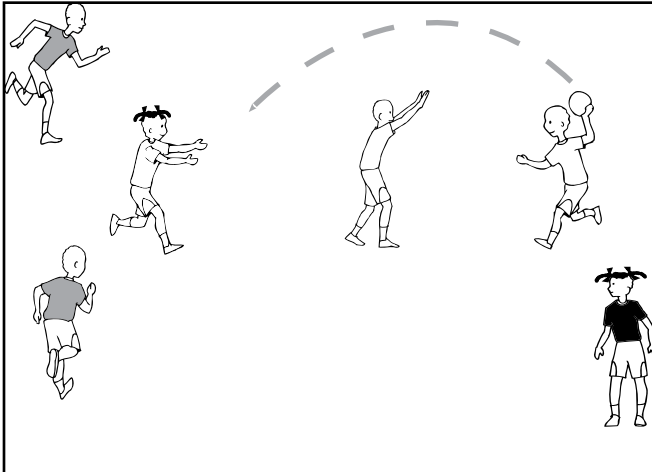
Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Toucher le plus d'adversaires possibles dans l'autre camp. Comment ? Les élèves lancent la balle avec la main vers le camp adverse. Chaque élève touché va « en prison » derrière le camp adverse. La 3ème équipe compte les points et surveille les lignes de délimitation <u>Règle à suivre</u> : défense de franchir les lignes de délimitation de chaque camp.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>
<p>1- Qu'ils aident leur partenaire.</p>	<p>Même situation et même but du jeu. Mais cette fois, les « prisonniers » peuvent se libérer en récupérant la balle et en touchant un élève du camp adverse avec la balle.</p>		<p>- Certains élèves ont fait des passes aux « prisonniers ». - Certains prisonniers ont pu se libérer.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 2
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Alimba (les 10 passes).

Objectifs généraux de la séance:
 A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Faire des passes à ses partenaires pour marquer des points (10 passes=1 point). Comment ? Sur place, sans se déplacer, sans que la balle ne soit interceptée par les adversaires. La 3ème équipe compte les points et recommence à chaque interception.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>
<p>1- Qu'ils ont compris le but du jeu.</p>	<p>But du jeu : Même jeu. Comment ? En déplacement cette fois.</p>		<p>- Tous les élèves ont lancé et attrapé la balle en 4 fois au moins.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 3
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
 - 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lutte-aux- ballons.

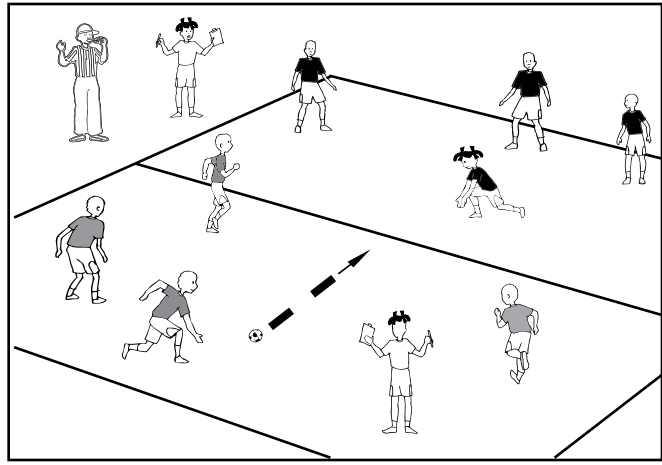
Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
---------------	---	-------------------------

1- Qu'ils ont compris le but du jeu.

But du jeu : Faire rouler les balles derrière la ligne de fond du camp adverse.
 Comment ? Avec les mains seulement.
 La 3ème équipe surveille les sorties de balles et compte les points.
 Règles à suivre : - Défense de toucher la balle avec les pieds.
 - Défense de bousculer, frapper tirer les adversaires.
 - Défense de soulever la balle.



- L'équipe ayant fait passer le plus de balles derrière la ligne adverse est déclarée gagnante.

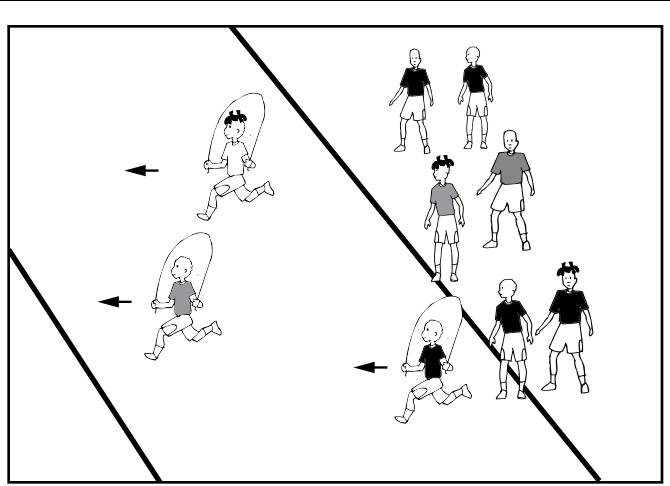
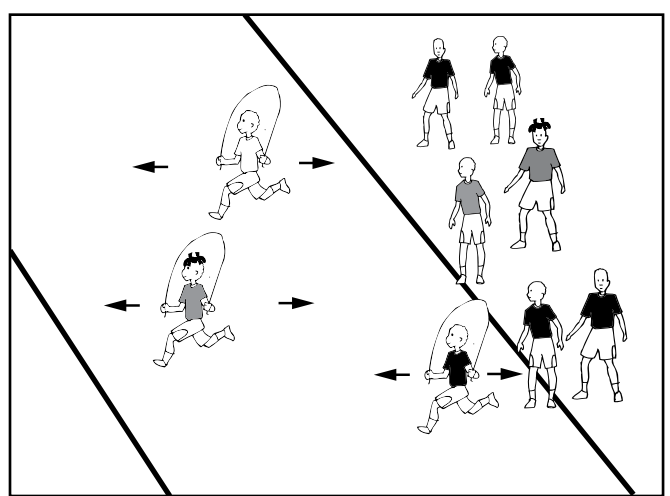
Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 4
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:
- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Sauter à la corde

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite	
<p>1- Qu'ils peuvent sauter à la corde</p>	<p>But du jeu: Sauter à la corde en se déplaçant vers la ligne d'arrivée. Comment?: 3 par 3 les élèves partent au signal de l'instituteur et cherchent à arriver au bout de la piste en premier <u>Règles à suivre:</u> Défense de se déplacer en courant ou en marchant.</p>		<p>- Les élèves convergent tous vers la ligne d'arrivée</p>
<p>2-Idem</p>	<p>Idem, mais en aller/retour</p>		<p>- Idem</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 5
Niveau des élèves : Tous les niveaux

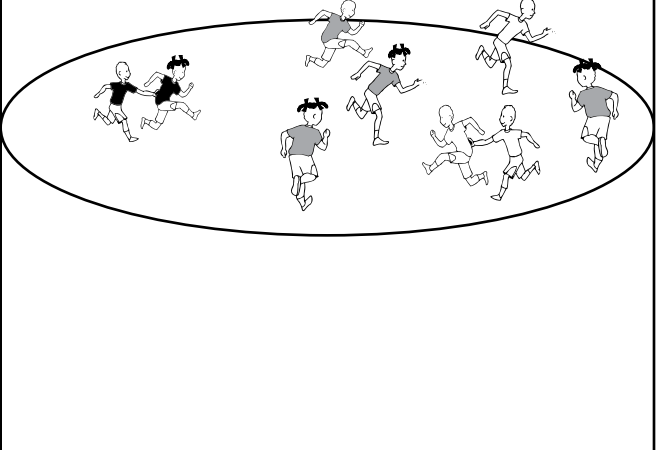
Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lago (poursuite)

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

Comportements	Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)	Indicateurs de réussite
1- Avoir compris le but du jeu	<p>But du jeu: Toucher tous les fuyards Où? dans un grand cercle Comment?: 1 élève est désigné poursuivant. Les autres ne doivent pas se laisser toucher. Une fois touché, l'élève devient un 2ème poursuivant, puis un troisième, ainsi de suite.</p> <p><u>Règles à suivre:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Défense d'attraper les habits- Défense de frapper les autres ou de les faire tomber	 <p>- Tous les élèves ont été touchés.</p>

Classe : Toutes
Activité : Jeux non-sportifs et traditionnels
Séance no : 6
Niveau des élèves : Tous les niveaux

Matériel requis:

- 1 brassard par élèves (1 couleur spécifique pour chaque équipe)

Thème de la séance: Lago-Delly

Objectifs généraux de la séance:

A l'issue de la séance, les élèves doivent être capables de prouver par leur comportement:

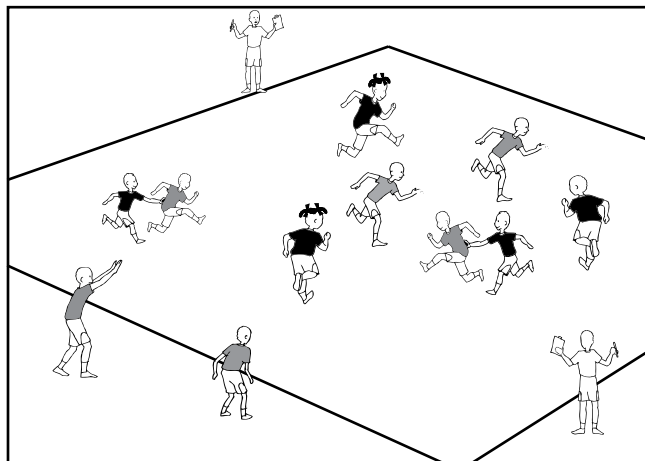
Comportements

Conditions de réalisation (où, quand comment, avec qui, avec quoi?)

Indicateurs de réussite

1- Toucher le plus d'adversaires possible

But du jeu: Toucher le plus de fuyards possible
Comment?: Deux équipes s'affrontent. La 3ème arbitre.
Quand un adversaire est touché, il est relégué à l'arrière et peut être délivré par une touche d'un co-équipier.
Règles à suivre:



- L'équipe qui a le plus de prisonnier a la fin de la partie est déclarée gagnante.

