|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **FICHE Lancer précis au CYCLE 1** | | |
| **Gestes barrière et éducation physique et sportive**  **La mise en œuvre des activités physiques ne doit pas nous faire oublier de :**   * se laver les mains 30 secondes avant et après l’activité ; * chaque élève dispose de son matériel ; * éternuer et tousser dans son coude ; * ne pas cracher ; * respecter la distanciation entre élève. |

**Compétence 1** : Agir dans l’espace, dans la durée et sur les objets

**Travail préalable**

-Exploration des différents types de lancers en proposant des objets de taille, de nature, de poids, de volume différents à lancer. Par ex., sacs de graines, de sable, anneaux, balles de chiffon, grandes balles, balles de tennis

-Sous forme de jeux et d’ateliers

|  |
| --- |
|  |

**Mise en œuvre lors d’une séance EPS :**

Objectifs :

Lancer précis pour atteindre une cible horizontale ou verticale

Ajuster le geste « lancer à bras cassé » et la direction au but visé (cible, distance)

Mise en place de trois ateliers : après les temps d’exploration et de diversification menés au préalable, proposer un travail autour de la structuration.

Organisation pour **10 élèves** encadrés par 2 adultes : 3 ateliers tournants

Lieux : cour d’école – salle de motricité

Matériel individualisé : kits d’objets à lancer individualisés

Recommandations :

- nommer et différencier les espaces d’actions par des aménagements (bancs, cerceaux, cordes) et des tracés de couleur

-conserver une organisation identique d’un atelier à l’autre

-matérialiser des zones d’attente et de lancer

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Ateliers** | **Dispositif matériel** | **Situations - Consignes** | **Variables -Pistes d’améliorations** |
| **Mise en disponibilité : jeu du repas des animaux (5 mn)** | 1 kit de lancer par enfant (différentes balles, sacs de graines, de sable)  5 animaux en peluche)  1 banc pour délimiter la zone de lancer. | Mission : nourrir un animal. Pour cela, lancer les os, les carottes, les graines aux animaux.  Quand tous les objets sont lancés : les animaux n’ont plus faim, chaque élève ramasse ses objets.  Passage par groupe de 5. | |
| **1.La cible** |  | 1.Le lanceur, face à la cible, saisit les différents objets mis à sa disposition (ballons en mousse, sacs de sable, indiacas…) et enchaîne les lancers.  Passage par groupe de 5.  2.Se placer derrière la latte ou le repère et atteindre les 6 cibles en 6 lancers. | Pour progresser vers les comportements recherchés, varier :  -les objets à lancer  -la distance de la ligne de lancer |
| -6 cibles fixes positionnées à 0.7, 1 et 1.3 m du sol  *Veiller à bien espacer les différentes cibles*  *-6 balles mousse*  -1 ligne de lancer à 2/3 m des cibles, matérialisée un cerceau face à chaque cible ou un tracé à la craie |
| **2.Le chamboule-tout** | C:\Users\bweber1\Desktop\b8875729119b8c106a26a8d91290dc85.jpg  -5 cibles alignées et bien espacées  -5 sacs de graines | Se placer derrière la ligne ou le banc, lancer un sac de graines pour renverser la cible.  Passage par groupe de 5.  5 essais | Pour progresser vers les comportements recherchés, varier :  -la hauteur du socle  -la dispersion des cibles |
| **3.Les caisses** | -5 caisses (50x40x30 cm) ouvertes posées au sol  -ligne de lancer entre 2 et 3 m des caisses matérialisée par un cerceau  -5 balles lestées | Se placer dans son cerceau pour lancer les 5 balles dans la caisse. Chaque balle n’est lancée qu’une fois. | Pour progresser vers les comportements recherchés :  -placer un obstacle bas entre la zone de lancer et la caisse |
| **4 . Ateliers ou parcours** |  | Proposer des ateliers avec des cibles différentes et des types de lancers différents. | Sous forme d’ateliers : les élèves doivent respecter la distance d’1 mètre.  Sous forme de parcours : l’enseignant(e) peut proposer plusieurs départs.  Chaque élève a ses objets et les ramasse après chaque passage. |

Faire expliciter les tâches

Evaluation par l’enseignant à l’aide d’un codage de couleur en fonction de nombre de lancers réussis

**Mise en œuvre lors de la récréation**

Rappel : le moment de récréation doit rester un moment de détente et de choix individuel pour l’enfant.

Il est envisageable de proposer aux élèves les mêmes situations :

-suivre un parcours individualisé permettant de conserver la distanciation physique

-choisir un atelier selon sa préférence et la limitation en nombre d’élèves.

Les gestes barrière sont identiques à ceux de la séance d’EPS.