

La connaissance préalable de la présentation des unités d'apprentissage est nécessaire à leur utilisation

### Exemple d'Unité d'Apprentissage / Séances de 35'

A titre indicatif, chaque situation est représentée proportionnellement à sa durée

#### Séance 1

##### Situation 1

#### Séance 2

##### Situation 2

##### Evolution 1 et 2 de la situation 2

#### Séance 3

##### Situation 3

##### Evolution 1 et 2 de la situation 3

#### Séance 4

##### Situation 4

##### Evolution 1 de la situation 4

#### Séance 5

##### Situation 5

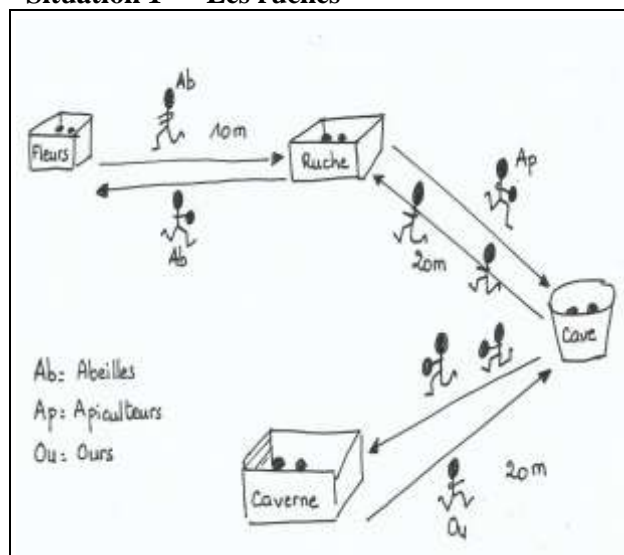
#### Séance 6

##### Situation 6

### 6 situations pour réaliser 6 séances

#### Situation 1 Les ruches

#### Gérer son effort pendant la course



**B :** Avoir transporté le plus d'objets après passage dans les 3 rôles (Ab, Ap, Ou)

**OR :** - 4 espaces matérialisés :

- les fleurs (différents objets symbolisant le pollen) à 10 m de la ruche
- la ruche
- la cave de l'apiculteur (caisse) à 20 m de la ruche
- la caverne des ours à 20 m de la cave

- 50 objets : 30 dans la caisse des fleurs, 10 dans la ruche, 10 dans la maison des apiculteurs.

- 6 équipes identifiables (chasubles) : 3 équipes jouent (Ab/Ap/Ou), 3 autres observent.

- Chaque observateur comptabilise les objets transportés par un coureur.

- Temps de jeu de 3 minutes pour chaque rôle: passage de toutes les équipes aux 3 rôles.

- Un document pour écrire les résultats.

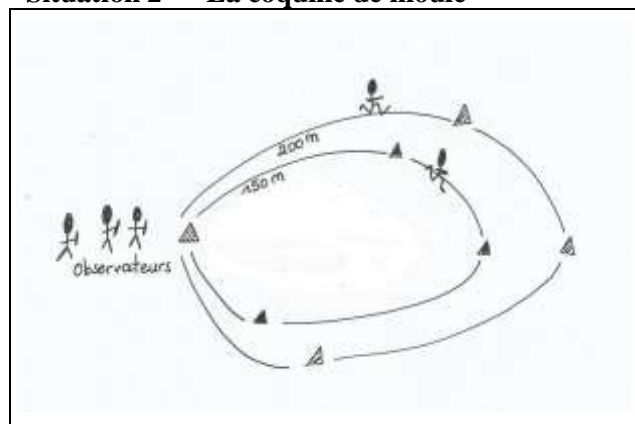
**CR :** - Avoir transporté le maximum d'objets

- Résultat collectif pour le gain du jeu. Résultat individuel pour chacun.

**ME :** - Gérer son effort pour tenir le temps du jeu.

#### Situation 2 La coquille de moule

#### Courir en continuité



**B:** Courir 4 tours sans s'arrêter

**OR :** - En classe, identifier des groupes et des binômes de niveaux à partir de la situation 1.

- Binômes observateur/coureur.

- 2 parcours de distances différentes (150 et 200m).

- Pour les coureurs : choisir un parcours en respectant le CR.

- Pour les observateurs : compter les tours et noter les éventuels arrêts.

**CR :** - Effectuer le parcours choisi sans s'arrêter ni marcher.

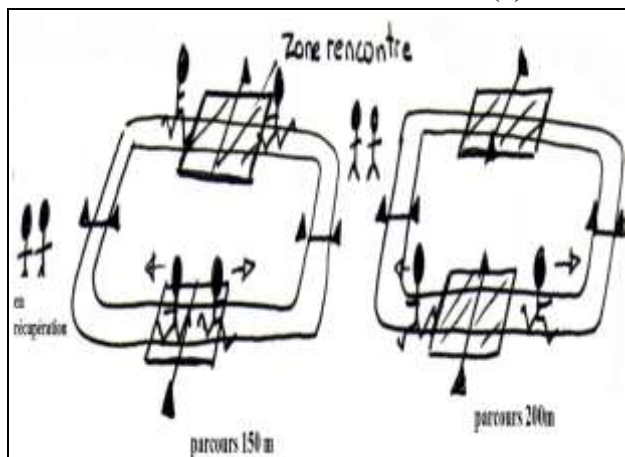
**ME :** - Gérer son effort pour ne pas marcher.

**E:** 1-augmenter le nombre de tours sur le parcours choisi.

2-respecter son contrat (parcours choisi et nombre de tours à réaliser)

### Situation 3 Course à la rencontre (1)

### Courir régulièrement



**B :** - Croiser son binôme aux mêmes endroits sur toute la durée de la course.

**OR :** - Travail en classe, identifier des groupes et des binômes de niveaux identiques.

- Des parcours circulaires (150 et 200 m) balisés et partagés en 4 distances égales signalées par des plots.
- 2 élèves de même niveau courent en partant dos à dos en sens opposé.
- Sur chaque parcours, la moitié des groupes constitués court pendant que l'autre récupère et/ou observe la zone de rencontre.
- Effectuer 5 tours.
- Zones de rencontre de 6 m.

**CR :** - Rencontrer son binôme dans les zones de rencontre

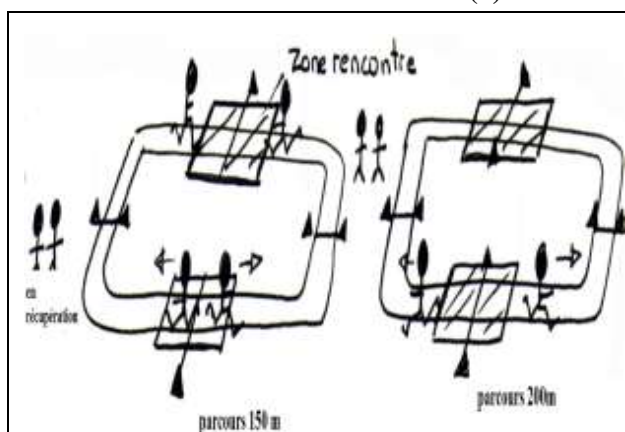
**ME :** - Ajuster sa vitesse à partir d'informations visuelles.

**R :** Ne pas s'arrêter, ne pas marcher.

- E :** 1- Diminution des zones de rencontre  
2- Nombre de tours à effectuer

### Situation 4 Course à la rencontre (2)

### Courir régulièrement



**B :** Croiser son binôme aux mêmes endroits sur toute la durée de la course.

**OR :** - Travail en classe, identifier des groupes et des binômes de niveaux identiques.

- Des parcours circulaires (150 et 200 m) balisés et partagés en 4 distances égales signalées par des plots.
- 2 élèves de même niveau courent en partant dos à dos en sens opposé.
- Sur chaque parcours, la moitié des groupes constitués court pendant que l'autre récupère et/ou observe la zone de rencontre.
- Effectuer 6 tours.

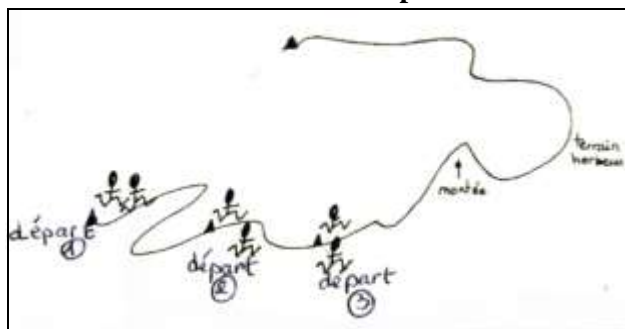
**CR :** - Rencontrer son binôme dans les zones de rencontre

**ME :** - Ajuster sa vitesse à partir d'informations visuelles puis par rapport à soi.

- E :** 1 - Diminution des zones de rencontre  
2 - Diminution du nombre de repères visuels (4 plots à 2)  
3 - Nombre de tours à effectuer

### Situation 5 : Courir sur des espaces variés

### Adapter sa course aux contraintes du terrain



**B :** Courir sans s'arrêter en groupe

**OR :** - Groupes de course homogènes de 4 à 5 élèves.

- Parcours sur terrain varié proposant des départs différenciés selon la distance à parcourir pour chaque groupe. L'arrivée est commune.

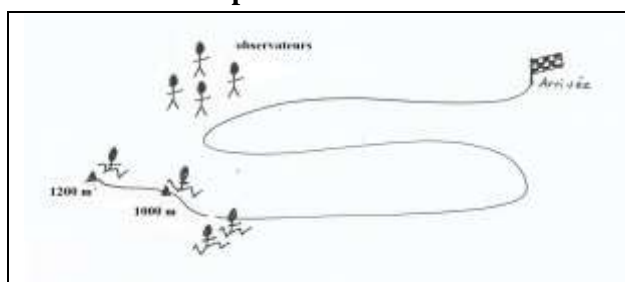
- La moitié des groupes constitués court pendant que l'autre récupère ou observe.

**CR :** - Effectuer le parcours sans s'arrêter en restant ensemble.

**ME :** - Prendre des repères sensoriels (essoufflement, fatigue....) pour adapter sa course et ne pas s'arrêter.

### Situation 6 La performance

### Courir au moins 1000 m sans s'arrêter et sans marcher



**B :** Courir au moins 1000 m

**OR :** - Groupes de course homogènes.

- La classe est divisée en 2 : la moitié court, l'autre récupère ou observe

- Parcours proposant 2 distances réalisées (1000, 1200 m) avec départs différents selon la distance mais arrivée commune.

**CR :** - Effectuer le parcours sans s'arrêter ni marcher.

**ME :** - Prendre des repères sensoriels pour courir régulièrement sans s'arrêter et sans marcher.

**A L'ISSUE DE L'UNITÉ D'APPRENTISSAGE LA MAJORITÉ DES ÉLÈVE EST CAPABLE DE**

**courir 1000 mètres sans s'arrêter et sans marcher**