**Fiche ressource académique**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Domaines du socle | | | | | | Compétences générales EPS :  **Cocher celles qui sont prioritairement travaillées** | | |  | |
|  | D1 Des langages pour penser et communiquer | | | | | | CG1 Développer sa motricité et apprendre à s’exprimer avec son corps | | |  | |
|  | D2 Les méthodes et les outils pour apprendre | | | | | | CG2 S’approprier par la pratique physique et sportive des méthodes et outils | | |  | |
| APSA SUPPORT  **Course d’Orientation** | D3 La formation de la personne et du citoyen | | | | | | CG3 Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités | | |  | |
|  | D4 Les systèmes naturels et les systèmes techniques | | | | | | CG4 Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière | | |  | |
|  | D5 Les représentations du monde et de l’activité humaine | | | | | | CG5 S’approprier une culture physique sportive et artistique | | |  | |
|  |  | | CHOIX PEDAGOGIQUES | | | | | EVALUATION DE FIN DE CYCLE | | |
|  | « Ce qu’il y a à apprendre » /  Enjeux d’apprentissage | | Exemple de mises en œuvre /  choix de stratégies | | |
| **ATTENDUS 1 et 2 DE FIN DE CYCLE 4 :**  Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu  Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé | ROLE(S)  Orienteur  pratiquant | | **SE DEPLACER AVEC UNE MOTRICITÉ SPÉCIFIQUE POUR S’ÉCONOMISER :**   * Se déplacer et prélever des informations sur le terrain en modifiant sa vitesse de course selon les caractéristiques du parcours (relief, longueur, densité et complexité).   **PRENDRE UN RISQUE CALCULÉ POUR CONSTRUIRE UN PROJET DE DÉPLACEMENT ADAPTÉ À SES RESSOURCES :**   * **Planifier (avant) :** tracer son parcours avant de partir, faire un choix d’itinéraire et/ou de parcours à l’avance et en fonction de ses ressources d’orienteur et de coureur. * **Réguler (pendant)**: reconnaître une erreur pendant la course et modifier si nécessaire le projet. * **Analyser (après) :** comparer son projet avec ce qui a été réalisé et tirer les conséquences de ses erreurs.   **RESPECTER L’ENVIRONNEMENT :**   * Laisser le site dans son état initial (nettoyer ses déchets, respecter la faune et la flore…) * Respecter les autres usagers (maîtriser ses émotions, partager l’espace avec les randonneurs, VTTistes, pêcheurs…). | | **SE DEPLACER AVEC UNE MOTRICITÉ SPÉCIFIQUE POUR S’ÉCONOMISER :**   * Proposer des parcours plus ou moins longs en distance. * Proposer des courses aux scores avec un temps de course maximal plus ou moins important. * Si possible, proposer des courses en variant seulement les dénivelés.   **PRENDRE UN RISQUE CALCULÉ POUR CONSTRUIRE UN PROJET DE DÉPLACEMENT ADAPTÉ À SES RESSOURCES :**   * Varier les formes de groupement et de travail (seul, en binôme, en relais, sous forme de défi, répartition de postes à plusieurs) * Varier les types de parcours (étoile, papillon, classique, suivi d'itinéraire). * Varier les supports utilisés (carte CO, dessin, plan, photo). * Varier les terrains de pratique (urbain, naturel). * Varier la densité et la difficulté des postes. Varier la pression temporelle. * Proposer des outils d’autoévaluation. | | | **Maîtrise insuffisante :** L’élèves’engage régulièrement sur un parcours trop difficile par rapport à ses capacités énergétiques et/ou d’orienteur.  **Planifier** : identifie uniquement les lignes directrices.  **Réguler** : identifie peu ses erreurs, sort souvent des limites (espace/temps).  **Analyser** : n’arrive pas à retracer son parcours.  **Se déplacer** : marche ou sprinte au départ, à l’arrivée ou à la vue du poste. | | |
| **Maîtrise fragile :** L’élèves’engage parfois sur un parcours trop facile par rapport à ses capacités énergétiques et/ou d’orienteur.  **Planifier** : identifie les lignes directrices à prendre pour accéder à proximité des postes ainsi que les points de décision les plus faciles à identifier sur la carte et sur le terrain.  **Réguler** : revient sur la ligne directrice utilisée en cas d’erreur et poursuit son itinéraire.  **Analyser** : retrace partiellement son parcours.  **Se déplacer** : la gestion de la dualité « investissement énergétique/ traitement lucide des informations » est peu efficace | | |
| **Maîtrise satisfaisante :** L’élève s’engage sur un parcours proche de ses capacités énergétiques et d’orienteur, il le réalise régulièrement.  **Planifier** : identifie les lignes directrices à utiliser ainsi que les points de décision lui permettant d’accéder aux postes complexes.  **Réguler** : privilégie un retour sur ses pas pour utiliser une autre ligne directrice afin de trouver le poste.  **Analyser** : retrace son parcours et identifie globalement le type d’erreurs réalisées.  **Se déplacer** : la gestion de la dualité est efficace. La lucidité du traitement de l’information est privilégiée par rapport à l’investissement énergétique. | | |
| **Très bonne maîtrise :** L’élève choisit un parcours adapté à ses capacités énergétiques et d’orienteur qu’il réalise très régulièrement.  **Planifier** : identifie les lignes directrices à utiliser, les principaux points de décision, un point d’attaque associé à une ligne d’arrêt sur les postes les plus complexes.  **Réguler** : se « recale » sur les lignes directrices les plus proches pour rester efficace.  **Analyser** : analyse l’itinéraire réalisé et dégage des stratégies qui auraient permis d’être plus efficient.  **Se déplacer** : court de manière soutenue sur les lignes directrices, sa course est lente à l’approche du point de décision. | | |
|  | |  | | | |  | | |  | |
| **ATTENDU 4 DE FIN DE CYCLE 4 :**  Respecter et faire respecter les règles de sécurité | | ROLE(S)  Orienteur  Citoyen | | **IDENTIFIER ET RESPECTER LES LIMITES DE PRATIQUE (ESPACE ET TEMPS) :**   * Revenir au point de départ avant la fin du temps imparti. * Identifier et respecter les lignes d’arrêt, les zones interdites.   **MAITRISER LES PROCEDURES DE SECURITÉ :**   * Renseigner un tableau de départ et d’arrivée de façon autonome. * Revenir toujours au point de départ. * Appliquer les consignes simples de sécurité pour soi et les autres.   **ANTICIPER LES SITUATIONS RISQUÉES :**   * Adopter un comportement responsable en cas d'incident. * Prévoir une tenue adaptée à la pratique (météo et lieux, montre, matériel). * Partir seul ou en groupe selon son niveau d’autonomie. * Demander de l’aide en cas d’incertitude.   **UTILISER UN VOCABULAIRE SPECIFIQUE :**  Ligne d’arrêt, les éléments d’une carte (échelle, légende plus élaborée : végétation, relief, éléments particuliers), point de décision, point d’attaque, ligne directrice. | | **IDENTIFIER ET RESPECTER LES LIMITES DE PRATIQUE (ESPACE ET TEMPS) :**   * Repérer l’espace de pratique avec les élèves. * Identifier toutes les lignes d’arrêt et autres dangers repérés. * Utiliser des chronomètres/montres. * Proposer une horloge au point de départ.   **MAITRISER LES PROCEDURES DE SECURITÉ :**   * Convenir d’un signal de retour obligatoire (exemple : sifflet/corne de brume). * Inscrire des indications sur la carte : procédure d'alerte en cas d'urgence. * Utiliser systématiquement le même tableau de départ et d’arrivée.   **ANTICIPER LES SITUATIONS RISQUÉES :**  *AVANT LE DEPART :*   * Symboliser sur la carte le point de départ et d’arrivée * Repérer des lignes directrices simples à suivre en cas d’incertitude. * Repérer ou nommer sur la carte des lignes à suivre en cas d’incertitude. * Partir en groupe ou seul selon le milieu. * Repérer les zones les moins faciles dans lesquelles se repérer. | | | **Maîtrise insuffisante :**  L’élève prête peu d’attention à la gestion de sa sécurité. | |
| **Maîtrise fragile :**  L’élève s’engage en sécurité dans l’activité mais il peut parfois manquer d’autonomie dans la gestion des outils et protocoles de sécurité. | |
| **Maîtrise satisfaisante :**  L’élève s’engage en sécurité dans l’activité et il utilise de manière responsable et autonome les outils de sécurité. | |
| **Très bonne maîtrise :**  L’élève s’engage en sécurité dans l’activité et il utilise de manière responsable et autonome les outils de sécurité. Il prend part aux tâches d’organisation et de gestion de l’activité. | |

|  |
| --- |
| **COMPETENCE ATTENDUE :** Construire un itinéraire choisi au regard de ses ressources. S’y engager de manière efficiente en toute sécurité et dans le respect de l’environnement. Réguler son projet de déplacement par l’analyse de ses erreurs.  **SITUATION D’EVALUATION** : « course au score ».  Des postes sont posés sur un terrain partiellement connu ou inconnu afin de permettre à l’élève de mobiliser ses capacités de lecture de carte et de construction d’itinéraire.  Une variété de postes de complexité et de difficulté différentes est proposée pour permettre un choix de l’élève.  Imposer une longueur de parcours suffisante pour mettre en évidence la nécessité de gérer son allure et son effort.  Le dépassement des limites de temps ou le non-respect des autres consignes de sécurité seront sanctionnés.  Critères retenus pour l’évaluation :  -la faisabilité du projet = réussite du parcours en toute sécurité  -la qualité du projet = niveau du parcours et temps réalisé  **Problème posé à l’élève :** dans un temps défini, réaliser le meilleur score possible (le nombre de points attribués varie en fonction du poste). |