

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

Pour choisir l'UA adaptée aux élèves, partir de leurs pratiques antérieures **ou** du cycle indiqué  
L'exemple d'UA de 6 séances proposé peut se dérouler différemment voire durer plus longtemps

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

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

**Séance n°1**

Situation 1

**Séance n°2**

Situation 2 et évolution 1

**Séance n°3**

Situation 3 et évolution 1

**Séance n°4**

Situation 4 et évolution 1

**Séance n°5**

Situation 5 et évolution 1

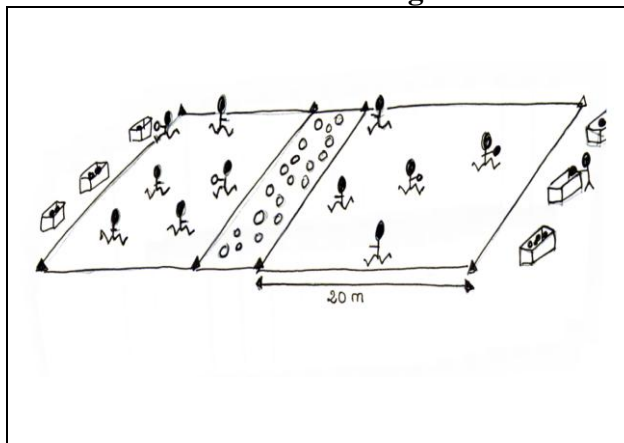
**Séance n°6**

Situation 6 (Evaluation)

**6 situations pour réaliser 6 séances**

**Situation 1 Le déménageur collectif**

*Adapter son effort à la distance à parcourir*



**But :** Rappporter le plus vite possible tous les objets dans les caisses de son équipe

**Organisation :** - 2 équipes

- 90 objets environ dans une zone centrale

- 3 caisses par équipe ( dépôt des objets)

- Distance de 20 m entre les objets et les caisses

- Au signal les enfants courent le plus vite possible et transportent les objets dans leurs caisses

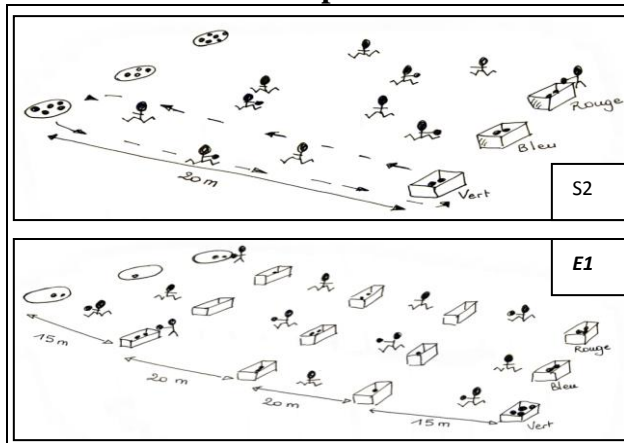
**Critère :** L'équipe gagnante est celle qui a le plus d'objets sur l'ensemble des 3 caisses

**R :** - Transporter un seul objet à la fois

- L'objet est déposé dans la caisse et non lancé

**Situation 2 Remplir la caisse**

*Adapter son effort à la distance à parcourir*



**B :** Rappporter le plus vite possible tous les objets dans la caisse de son équipe

**OR :** - 4 à 5 équipes équipés de dossards

- 4 objets par élève

- 1 cerceau par équipe (départ avec objets)

- 1 caisse par équipe (arrivée/ dépôt des objets)

- distance de 20 m entre cerceau et caisse

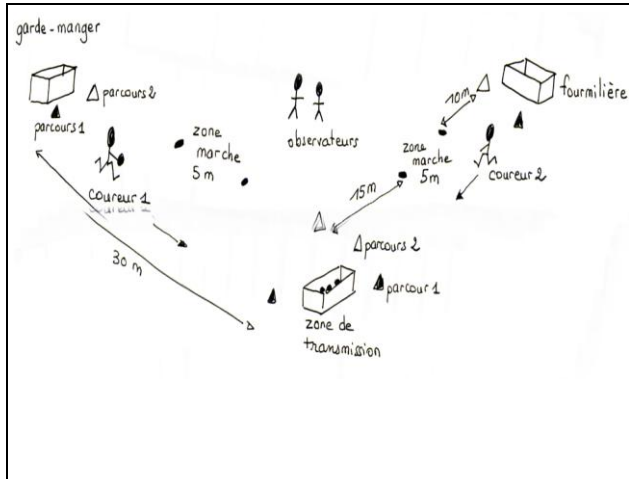
**CR :** L'équipe gagnante est la 1<sup>ère</sup> à avoir déposé les objets dans la caisse.

**R :** - transporter un seul objet à la fois

**E1 :** - ajouter une caisse par élève avec distance entre caisse de 15 ou 20 m et déposer 5 objets dans le cerceau de départ

### Situation 3 Les fourmis folles

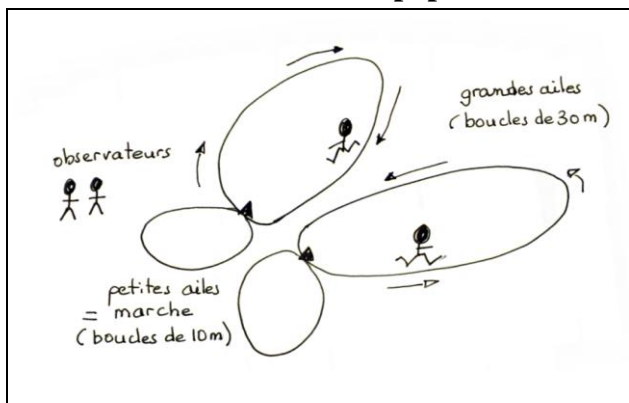
### Gérer sa course par une récupération active



- B** : - Rapporter les objets à la fourmilière en 5 mn maximum
- OR** : - 4 à 5 équipes
- 1 parcours aménagé par équipe
  - 6 objets par équipes
  - 2 coureurs, les autres observent et comptent le nombre d'objets ramenés
  - 3 caisses par équipe
  - 1 distance de 30 m avec 2 possibilités parcours (avec ou sans zone de marche active)
- CR** : - Avoir rapporté tous les objets à la fourmilière avant la fin du temps imparti
- R** : - Transporter un objet à la fois
- Adapter son allure au parcours emprunté
  - Utiliser le moins possible le parcours avec marche active.
- E** : - Augmenter le nombre d'objets par équipe

### Situation 4 Les ailes du papillon

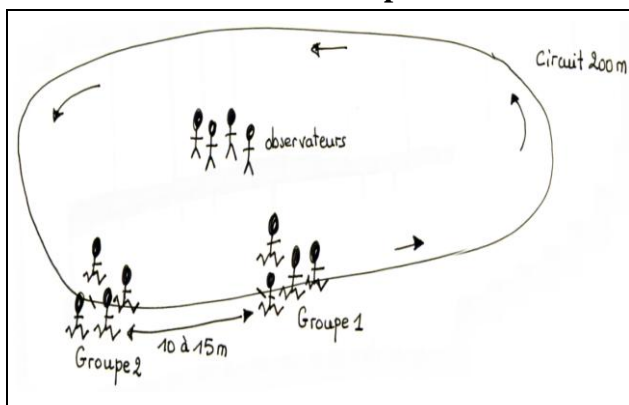
### S'engager dans la continuité



- B** : Effectuer le plus grand nombre de tours des grandes ailes en 5 mn
- OR** : - 4 à 5 équipes
- 1 papillon dessiné à la craie par équipe
  - 2 coureurs, les autres comptent les tours
- CR** : - Pour l'équipe, comptabiliser le plus grand nombre de tours des grandes ailes
- Pour les coureurs, effectuer le plus grand nombre de tours en 5 mn
- R** : - Parcourir le plus longtemps en continuité les grandes ailes
- Utiliser le moins possible les petites ailes pour une marche active
- E** : - Si on utilise les petites ailes pour marcher, le grand tour précédent n'est pas comptabilisé

### Situation 5 La course poursuite

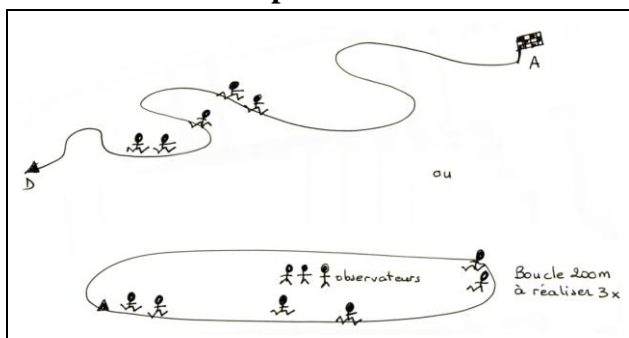
### S'engager dans la continuité collectivement



- B** : - Pour le groupe poursuivant, dépasser l'autre groupe
- Pour le groupe poursuivi, ne pas être rattrapé ni dépassé
- OR** : - Circuit de 200 mètres
- 4 groupes homogènes 2 à 2
  - 2 équipes courent, 2 observent l'écart, informent les équipes et vérifient si les équipes marchent
  - 10 à 15 mètres d'écart entre les 2 groupes de coureurs
  - effectuer 2 tours de circuit
- CR** : - Pour les poursuivis : conserver un écart avec les poursuivants.
- Pour les poursuivants : avoir rattrapé les poursuivis.
- R** : - Ne pas marcher.
- Rester groupé avec son groupe.
- E** : - Effectuer 3 tours

### Situation 6 La performance

### Courir au moins 600 m sans s'arrêter



- B** : Courir au moins 600 m
- OR** : - Groupes de course homogène.
- La classe est divisée en 2 : la moitié court, l'autre observe et note les élèves qui marchent ou s'arrêtent
  - Parcours proposant 1 distance réalisée.
- CR** : - Effectuer le parcours sans s'arrêter ni marcher.
- R** : - 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 600 mètres sans s'arrêter et sans marcher**