

MINISTRE DE L'EDUCATION NATIONALE  
ET DE L'ALPHABETISATION (MENA)



*Union – Discipline - Travail*

## FICHES DE LECONS PREPAREES D'EPS

### NIVEAU : 6<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup>



COURS PREPARES PAR : M. KOUASSI KOUAKOU ANZOUA RICHARD

PROFESSEUR AU COLLEGE MODERNE DE DIARABANA

# **COMPETENCE 1**

**Traiter une situation liée au développement des possibilités psychomotrices et organiques en produisant différentes allures en fonction de la durée de l'effort et/ ou de la distance à parcourir**

## Leçon 1 : Fournir un effort de longue durée

### Activité : COURSE D'ENDURANCE



# FICHE DE LECON

**(6<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup>)**

COMPETENCE N° 1 : L'apprenant traite une situation liée au développement des possibilités psychomotrices et organiques en produisant différentes allures en fonction de la durée de l'effort et / ou de la distance à parcourir.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2heures chacune)

Fournir un effort de 15 minutes pour développer ses potentialités cardio-respiratoires.

## ACTIVITE : **COURSE D'ENDURANCE**

SITUATION D'ENTREE : Le chef d'établissement du Collège Moderne de Diarabana demande aux professeurs d'EPS de préparer en ce début d'année, les élèves aux compétitions de la commune. Les meilleurs sur 3000m seront sélectionnés pour former l'équipe de l'établissement.

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-les différents types d'efforts (endurance, résistance, vitesse) et leurs distances -les effets des activités de type endurance sur la fonction cardio-respiratoire -la prise de pulsations cardiaques -les zones de prise de pouls sur l'organisme -l'échauffement adapté à la course d'endurance
COMPRENDRE	-l'utilité de l'échauffement adapté à la course d'endurance -l'utilité de la prise de pouls -pourquoi courir en fonction du temps, de la distance et de ses capacités physiques
EXECUTER	-une course à allure régulière sans marcher ni s'arrêter -la prise de pouls à chaque étape pour estimer son état de fatigue
TRAITER	Une situation de course d'endurance <ul style="list-style-type: none"><li>• faire un échauffement adapté</li><li>• courir à son rythme pendant 15 minutes sans s'arrêter, sans marcher ni s'épuiser à l'extrême</li></ul>

CONDITIONS MATERIELLES : un circuit matérialisé, plots, sifflet, chronomètre

## DEROULEMENT DE LA LECON

<b>ETAPES</b>	<b>SEANCES</b>	<b>CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES</b>	<b>ACTIVITES DES ELEVES</b>
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau de la classe	Traiter une situation de course d'endurance
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	-Prise de pouls au repos et après l'effort -Courir pendant 15 minutes en groupe	Prendre son pouls au repos et après 15 minutes de course modérée en groupe
	3	-Course en fractionnée chacun à son rythme -prise de pouls	Courir 5, 10, 15 minutes modérément à son rythme avec prise de pulsations cardiaques après chaque temps
	4	-Courir pendant 15minutes à une allure régulière -prise de pouls	Courir 15 minutes à une allure modérée, régulière et soutenable sans s'arrêter ni marcher. Prendre son pouls à la fin du temps
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis de la classe	Traiter une situation de course d'endurance en groupe de 15 minutes sans marcher ni s'arrêter. Prendre son pouls à la fin des 15 minutes
Remédiation	6	Remédiation	Corriger les difficultés constatées à l'évaluation

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6	DUREE : 2h		
INSTALLATIONS : circuit matérialisé			
MATERIEL : plots, chronomètre, sifflet			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-les différents types d'efforts et leurs caractéristiques -la prise de pouls -les différentes zones de prise de pouls
EXECUTER	-Un échauffement adapté à la course d'endurance -Une prise de pouls avant et après effort
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de course d'endurance

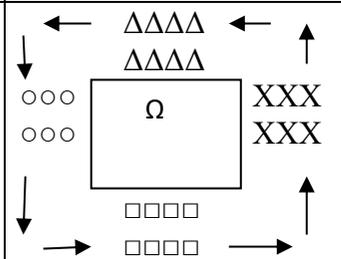
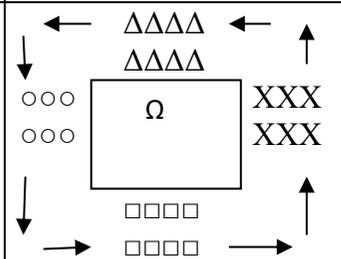
## FICHE D'OBSERVATION

Critères	ALLURE DE LA COURSE			STRUCTURE DU GROUPE			PRISE DE POULS			NOMBRE DE TOURS EFFECTUES
Indicateurs de réussite	<b>B</b> : allure régulière et accélérée vers la fin du temps <b>P</b> : allure en dent de scie <b>M</b> : allure accélérée suivie de marche ou arrêt			<b>B</b> : course groupée <b>P</b> : groupe tiré en avant ou en arrière <b>M</b> : chacun court à sa guise			<b>B</b> : pouls pris au bon endroit et bien comptés <b>P</b> : pouls pris au bon endroit mais mal comptés <b>M</b> : pouls pris au mauvais endroit			
NOM DES ELEVES DU GROUPE	B	P	M	B	P	M	B	P	M	////////////////////
X										

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	Contrôle de l'effectif de la classe  Présentation de la séance  Amener les apprenants à prendre leurs pouls	Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres. Les élèves assis par groupe, écoutent le professeur et posent des questions.  Les élèves apprennent à prendre leurs pouls	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	Les élèves courent autour de l'espace balisé pendant 5 minutes  Les élèves exécutent des exercices d'étirements, assouplissements Les élèves courent encore autour de l'espace balisé pendant 5 minutes		20'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	Disposer les 4 groupes sur les 4 côtés du rectangle matérialisé et les amener à courir. Les observer à l'aide d'une grille d'observation	Les groupes courent à leur rythme en chantant autour du rectangle pendant 15 minutes sans éclater le groupe  Prise de pouls après la course		40'
<b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations  Bilan  Trace écrite	Diriger des exercices de relaxations.  Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.	Par vague, les élèves exécutent des exercices de relaxations.  Assis par groupe, les élèves écoutent, répondent et posent des questions.  Ils prennent note.	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	15'

## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6	DUREE : 2h		
INSTALLATIONS : circuit matérialisé			
MATERIEL : plots, chronomètre, sifflet			

TITRE DE LA SEANCE : Prise de pouls et course et course en fractionnées 4 x 5 minutes

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-les différents types d'efforts et leurs caractéristiques -la prise de pouls -les différentes zones de prise de pouls
EXECUTER	-Un échauffement adapté à la course d'endurance -Une prise de pouls avant et après effort
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de course d'endurance

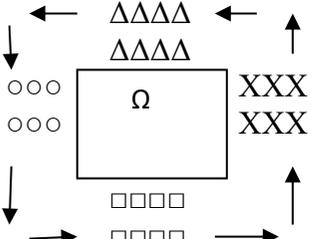
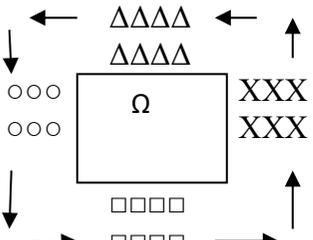
## FICHE D'OBSERVATION

Critères	ALLURE DE LA COURSE			STRUCTURE DU GROUPE			PRISE DE POULS			NOMBRE DE TOURS EFFECTUES
Indicateurs de réussite	<b>B</b> : allure régulière et accélérée vers la fin du temps <b>P</b> : allure en dent de scie <b>M</b> : allure accélérée suivie de marche ou arrêt			<b>B</b> : course groupée <b>P</b> : groupe tiré en avant ou en arrière <b>M</b> : chacun court à sa guise			<b>B</b> : pouls pris au bon endroit et bien comptés <b>P</b> : pouls pris au bon endroit mais mal comptés <b>M</b> : pouls pris au mauvais endroit			
NOM DES ELEVES DU GROUPE	B	P	M	B	P	M	B	P	M	////////////////////
X										

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	Contrôle de l'effectif de la classe  Présentation de la séance  Amener les apprenants à prendre leurs pouls	Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres. Les élèves assis par groupe, écoutent le professeur et posent des questions.  Les élèves apprennent à prendre leurs pouls	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	Les élèves courent autour de l'espace balisé pendant 5 minutes  Les élèves exécutent des exercices d'étirements, assouplissements Les élèves courent encore autour de l'espace balisé pendant 5 minutes		20'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	<b>Activité 1 :</b> demande aux apprenants de se prendre le pouls 2 à 2 au repos <b>Activité 2 :</b> -dispose 2 groupes sur l'espace aménagé pour courir en fractionnées de 4 x 5 minutes pendant que les 2 autre groupes surveillent la régularité de la course et comptent le nombre de tours. -demande aux apprenants laissés au repos de prendre le pouls de ceux qui ont couru <b>Activité 3 :</b> Organise une compétition de groupe entre les différentes couleurs 2 à 2	Prennent les pouls au repos  -Les groupes courent à leur rythme en chantant autour du rectangle en fractionnées 4 x 5 minutes sans éclater le groupe -Les groupes qui organisent surveillent la course avec des fiches d'observations et comptent le nombre des tours  -Prise de pouls après la course -Les groupes compétissent les uns contre les autres	ΔΔΔΔ □□□□  	40'

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>Par vague, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>Assis par groupe, les élèves écoutent, répondent et posent des questions.</p> <p>Ils prennent note.</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
--	---	---	---	------------

### FICHE DE SEANCE 3

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6	DUREE : 2h		
INSTALLATIONS : circuit matérialisé			
MATERIEL : plots, chronomètre, sifflet			

TITRE DE LA SEANCE : Prise de pouls et course en fractionnées 3 x 8 minutes

#### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-les différents types d'efforts et leurs caractéristiques -la prise de pouls -les différentes zones de prise de pouls
EXECUTER	-Un échauffement adapté à la course d'endurance -Une prise de pouls avant et après effort
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de course d'endurance

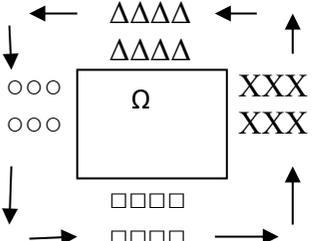
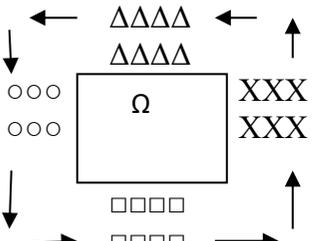
## FICHE D'OBSERVATION

Critères	ALLURE DE LA COURSE			STRUCTURE DU GROUPE			PRISE DE POULS			NOMBRE DE TOURS EFFECTUES
Indicateurs de réussite	<b>B</b> : allure régulière et accélérée vers la fin du temps <b>P</b> : allure en dent de scie <b>M</b> : allure accélérée suivie de marche ou arrêt			<b>B</b> : course groupée <b>P</b> : groupe tiré en avant ou en arrière <b>M</b> : chacun court à sa guise			<b>B</b> : pouls pris au bon endroit et bien comptés <b>P</b> : pouls pris au bon endroit mais mal comptés <b>M</b> : pouls pris au mauvais endroit			
NOM DES ELEVES DU GROUPE	B	P	M	B	P	M	B	P	M	////////////////////
X										

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	Contrôle de l'effectif de la classe  Présentation de la séance  Amener les apprenants à prendre leurs pouls	Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres. Les élèves assis par groupe, écoutent le professeur et posent des questions.  Les élèves apprennent à prendre leurs pouls	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	Les élèves courent autour de l'espace balisé pendant 5 minutes  Les élèves exécutent des exercices d'étirements, assouplissements Les élèves courent encore autour de l'espace balisé pendant 5 minutes		20'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	<b>Activité 1 :</b> demande aux apprenants de se prendre le pouls 2 à 2 au repos <b>Activité 2 :</b> -dispose 2 groupes sur l'espace aménagé pour courir en fractionnées de 3 x 8 minutes pendant que les 2 autre groupes surveillent la régularité de la course et comptent le nombre de tours. -demande aux apprenants laissés au repos de prendre le pouls de ceux qui ont couru <b>Activité 3 :</b> Organise une compétition de groupe entre les différentes couleurs 2 à 2	Prennent les pouls au repos  -Les groupes courent à leur rythme en chantant autour du rectangle en fractionnées 3 x 8 minutes sans éclater le groupe -Les groupes qui organisent surveillent la course avec des fiches d'observations et comptent le nombre des tours  -Prise de pouls après la course -Les groupes compétissent les uns contre les autres	ΔΔΔΔ □□□□  	40'

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>Par vague, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>Assis par groupe, les élèves écoutent, répondent et posent des questions.</p> <p>Ils prennent note.</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
--	---	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6	DUREE : 2h		
INSTALLATIONS : circuit matérialisé			
MATERIEL : plots, chronomètre, sifflet			

TITRE DE LA SEANCE : Prise de pouls et course en fractionnées de 2 x 12 minutes

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-les différents types d'efforts et leurs caractéristiques -la prise de pouls -les différentes zones de prise de pouls
EXECUTER	-Un échauffement adapté à la course d'endurance -Une prise de pouls avant et après effort
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de course d'endurance

## FICHE D'OBSERVATION

Critères	ALLURE DE LA COURSE			STRUCTURE DU GROUPE			PRISE DE POULS			NOMBRE DE TOURS EFFECTUES
Indicateurs de réussite	<b>B</b> : allure régulière et accélérée vers la fin du temps <b>P</b> : allure en dent de scie <b>M</b> : allure accélérée suivie de marche ou arrêt			<b>B</b> : course groupée <b>P</b> : groupe tiré en avant ou en arrière <b>M</b> : chacun court à sa guise			<b>B</b> : pouls pris au bon endroit et bien comptés <b>P</b> : pouls pris au bon endroit mais mal comptés <b>M</b> : pouls pris au mauvais endroit			
NOM DES ELEVES DU GROUPE	B	P	M	B	P	M	B	P	M	////////////////////
X										

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	Contrôle de l'effectif de la classe  Présentation de la séance  Amener les apprenants à prendre leurs pouls	Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres. Les élèves assis par groupe, écoutent le professeur et posent des questions.  Les élèves apprennent à prendre leurs pouls	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	Les élèves courent autour de l'espace balisé pendant 5 minutes  Les élèves exécutent des exercices d'étirements, assouplissements Les élèves courent encore autour de l'espace balisé pendant 5 minutes		20'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	<b>Activité 1 :</b> demande aux apprenants de se prendre le pouls 2 à 2 au repos <b>Activité 2 :</b> -dispose 2 groupes sur l'espace aménagé pour courir en fractionnées de 2 x 12 minutes pendant que les 2 autre groupes surveillent la régularité de la course et comptent le nombre de tours. -demande aux apprenants laissés au repos de prendre le pouls de ceux qui ont couru <b>Activité 3 :</b> Organise une compétition de groupe entre les différentes couleurs 2 à 2	Prennent les pouls au repos  -Les groupes courent à leur rythme en chantant autour du rectangle en fractionnées de 2 x 12 minutes sans éclater le groupe -Les groupes qui organisent surveillent la course avec des fiches d'observations et comptent le nombre des tours  -Prise de pouls après la course  -Les groupes compétissent les uns contre les autres	ΔΔΔΔ □□□□  	40'

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>Par vague, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>Assis par groupe, les élèves écoutent, répondent et posent des questions.</p> <p>Ils prennent note.</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
--	---	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 5

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 5/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : circuit matérialisé			
MATERIEL : plots, chronomètre, sifflet			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier les acquis de la classe

SITUATION DE SORTIE : Afin de participer aux compétitions d'athlétisme de la région qui se dérouleront à Séguéla, les élèves de la classe de ..... du Collège Moderne de Diarabana demande à leur professeurs d'EPS de les préparer à la course d'endurance. Etant membres de la classe,

- 1) citez les différents types d'effort ;
- 2) énumérez deux zones où une prise de pouls est effectuée ;
- 3) dites à partir de combien de minutes on est dans une course d'endurance ;
- 4) courez à une allure régulière autour de l'espace matérialisé pendant 20 minutes sans s'arrêter ni marcher.

## FICHE D'OBSERVATION

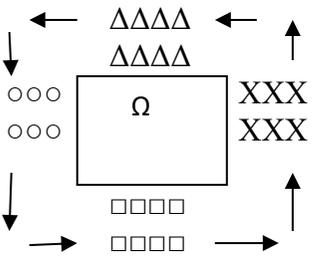
Critères	ALLURE DE LA COURSE			STRUCTURE DU GROUPE			PRISE DE POULS			NOMBRE DE TOURS EFFECTUES
Indicateurs de réussite	<b>B</b> : allure régulière et accélérée vers la fin du temps <b>P</b> : allure en dent de scie <b>M</b> : allure accélérée suivie de marche ou arrêt			<b>B</b> : course groupée <b>P</b> : groupe tiré en avant ou en arrière <b>M</b> : chacun court à sa guise			<b>B</b> : pouls pris au bon endroit et bien comptés <b>P</b> : pouls pris au bon endroit mais mal comptés <b>M</b> : pouls pris au mauvais endroit			
NOM DES ELEVES DU GROUPE	B	P	M	B	P	M	B	P	M	////////////////////
X										

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

CLASSE: .....					
NOM: .....					
PRENOMS: .....					
	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Pouls au repos					
Pouls après effort					
Nombre de tours					

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regroupement des élèves</li> <li>• Contrôle de présence et de tenues</li> <li>• Annonce du titre de la séance</li> <li>• Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li>   <li>• Ecoutent le professeur</li> <li>• Prennent note</li> <li>• Font les tâches écrites en groupe de couleur</li> </ul>	<p>           ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ            □□□□□□□□□□□□□□            ○○○○○○○○○○○○○○○○○            XXXXXXXXXXXXXXXX              Ω            .....            Xxxx            ooooo            Xxxx            ooooo                                ρ              □□□□            ΔΔΔΔ            □□□□            ΔΔΔΔ         </p>	20'
<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Les élèves courent autour de l'espace balisé pendant 5 minutes</p> <p>Les élèves exécutent des exercices d'étirements, assouplissements</p> <p>Les élèves courent encore autour de l'espace balisé pendant 5 minutes</p>		20'

<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b>          Mise en place des situations d'apprentissage          Exercices d'application</p>	<p>-Demande aux apprenants de se prendre le pouls 2 à 2 au repos          -Dispose 2 groupes sur l'espace aménagé pour courir pendant 15 minutes pendant que les 2 autre groupes surveillent la régularité de la course et comptent le nombre de tours.          -demande aux apprenants laissés au repos de prendre le pouls de ceux qui ont couru</p>	<p>Prennent les pouls au repos</p> <p>-Les groupes courent à leur rythme en chantant autour du rectangle pendant 12 minutes sans éclater le groupe          -Les groupes qui organisent surveillent la course avec des fiches d'observations et comptent le nombre des tours</p> <p>Prise de pouls après la course</p>		<p>40'</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b>          Exercices d'étirements et de relaxations          Bilan          Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>Par vague, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>Assis par groupe, les élèves écoutent, répondent et posent des questions.</p> <p>Ils prennent note.</p>		<p>15'</p>

## Leçon 2 : Fournir un effort de courte durée

### Activité : COURSE DE VITESSE



# FICHE DE LECON

**(6ème / 5ème)**

COMPETENCE N° 1: L'apprenant traite une situation liée au développement des possibilités psychomotrices et organiques en produisant différentes allures en fonction de la durée de l'effort et / ou de la distance à parcourir.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2heures chacune)

Fournir un effort d'au plus 9''0 par les garçons et d'au plus 9''9 par les filles pour développer sa capacité de réaction.

## ACTIVITE : **COURSE DE VITESSE**

SITUATION D'ENTREE : Dans le cadre des préparatifs aux compétitions OISSU, le Professeur de la ..... du Collège Moderne de Diarabana, fait courir ses élèves sur 60 mètres pour sélectionner les meilleurs pour constituer l'équipe qui représentera l'établissement.

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-les différents types de courses et leurs caractéristiques : <ul style="list-style-type: none"><li>• course de vitesse : 60m, 100m, 200m, 400m, relais 4x100m et 4x400m</li><li>• course de résistance : 800m, 1500m, 3000m, 3000m steeple</li><li>• course d'endurance : 5000m, 10.000m, semi-marathon (21km), marathon (42km)</li></ul> -les différentes phases d'une course de vitesse (le départ, la mise en action, l'accélération, le maintien de la vitesse, l'arrivée) -les règles liées à la course de vitesse (les faux-départ ; le changement de couloir) -le matériel adéquat à la course de vitesse (starting-block, chronomètre, starter) -les officiels
COMPRENDRE	-l'importance de l'échauffement général et spécifique -l'utilité du signal de départ (sonore, visuel, mixte)
EXECUTER	-un échauffement adapté à la course de vitesse -la réaction au signal -la bonne attitude pendant la course (courir droit devant soi, balancer les bras dans le sens de déplacement, regarder vers la ligne d'arrivée, finir en vitesse)

TRAITER	-Une situation de course de vitesse sur 60 mètres : <ul style="list-style-type: none"> <li>• réaction au signal</li> <li>• attitude pendant la course</li> <li>• arrivée</li> </ul> -prise de performance sur 60 mètres
---------	---

CONDITIONS MATERIELLES : piste de vitesse matérialisée ; chronomètre ; plots

### DEROULEMENT DE LA LECON

ETAPES	SEANCES	CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES	ACTIVITES DES ELEVES
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau de la classe	Traiter une situation de course de vitesse de 60 mètres
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	Réaction au signal	-Réagir promptement aux signaux de départ -Courir 60 mètres à une allure rapide
	3	Travail des attitudes pendant la course	-courir dans l'axe à une allure rapide -balancer les bras dans l'axe de déplacement -allonger les foulées pour aller vite -finir vite à l'arrivée
	4	Prise de performance sur 60m	-chronométrer le temps mis pour courir les 60 mètres
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis de la classe	Traiter une situation de course sur 60 mètres : -réaction prompte au signal -course axiale à vive allure -balancement des bras dans l'axe de déplacement avec allongement des foulées
Remédiation	6	Remédiation	Corriger les difficultés des élèves constatées pendant l'évaluation

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : ..... EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4 DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6	DUREE : 2 heures
INSTALLATIONS : piste de 60 mètres	
MATERIEL : sifflet, chronomètre, plots	

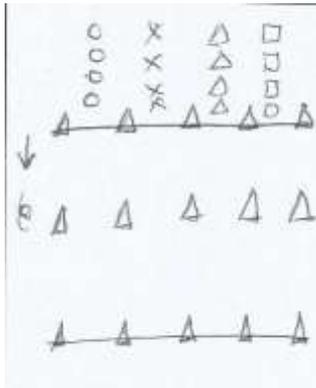
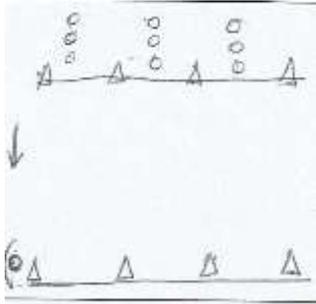
TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Les différents types de courses et leurs caractéristiques -L'échauffement général et spécifique -Les différentes étapes de la course de vitesse -Les règles liées à la pratique de la course de vitesse -Les différents signaux de départ
EXECUTER	-Un échauffement adapté à la course de vitesse -Les différentes étapes de la course de vitesse
APPLIQUER	Les règles de pratique de la course de vitesse
RESPECTER	-Les règles liées à la pratique de la course de vitesse -Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de course de vitesse sur 60 mètres



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• contrôle des présences et des tenues</li> <li>• présentation de la séance</li> <li>• test de la connaissance des élèves</li> </ul>	<p>Les chefs de groupe font l'appel</p> <p>Les élèves écoutent le professeur et répondent aux questions</p>	<p>△△△△△△△△△△△△△△△△ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	20'
<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- les élèves courent en aller et retour en trottinant sur la piste de course pendant 5'</li> <li>- au signal du professeur :</li> <li>• élévation de genoux sur 10mètres puis course accélérée sur 20 mètres</li> <li>• talons aux fesses sur 10 mètres puis course accélérée sur 20 m</li> <li>• ciseaux de jambes sur 10 mètres puis course sur 20 mètres</li> <li>- étirements</li> </ul>		20'
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Course sur 40 mètres avec observation de la technique de course par le professeur</p> <p>Prise de performance sur 60 mètres</p>	<p>Les élèves 2 par 2 courent sur 40 mètres à vive allure</p> <p>Les élèves disposés 3 par 3 courent le plus vite possible sur 60 mètres</p>		1h



## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6		DUREE : 2 heures	
INSTALLATIONS : piste de 60 mètres			
MATERIEL : sifflet, chronomètre, plots			

TITRE DE LA SEANCE : Réagir promptement au signal

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

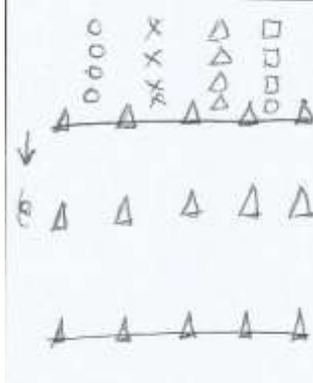
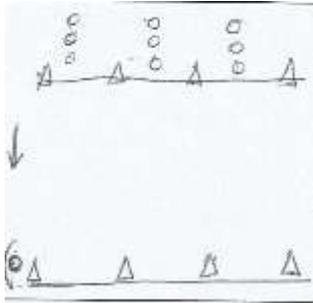
<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-L'échauffement général et spécifique -Les différentes étapes de la course de vitesse -Les règles liées à la pratique de la course de vitesse -Les différents signaux de départ
EXECUTER	-Un échauffement adapté à la course de vitesse -Une réaction prompte aux différents signaux de départ
APPLIQUER	Les règles de pratique de la course de vitesse
RESPECTER	-Les règles liées à la pratique de la course de vitesse -Les règles d'hygiène et de sécurité

## FICHE D'OBSERVATION

<b>CRITERES</b>	<b>DEPART</b>		
<b>INDICATEURS DE REUSSITE</b>	<b>BON</b> : prompt au signal <b>PASSABLE</b> : moins vif au signal <b>MAUVAIS</b> : retardé après le signal		
NOMBRE D'ELEVES	B	P	M

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• contrôle des présences et des tenues</li> <li>• présentation de la séance</li> <li>• test de la connaissance des élèves</li> </ul>	Les chefs de groupe font l'appel  Les élèves écoutent le professeur et répondent aux questions	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'

<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- les élèves courent en aller et retour en trottinant sur la piste de course pendant 5'</li> <li>- au signal du professeur : <ul style="list-style-type: none"> <li>• élévation de genoux sur 10 mètres puis course accélérée sur 20 mètres</li> <li>• talons aux fesses sur 10 mètres puis course accélérée sur 20 m</li> <li>• ciseaux de jambes sur 10 mètres puis course sur 20 mètres</li> </ul> </li> <li>- étirements</li> </ul>		<p>20'</p>
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur met les élèves 2 à 2 sur la piste balisée et donnent le top départ avec différents signaux (a- signaux sonores : coup de sifflet, claquement des mains, voix/ b- signaux visuels : mouvement des mains, levée de drapeau)</p> <p><b>Activité 2 :</b> Le professeur dispose 2 apprenants dans un couloir avec 3 mètres de distance entre les 2 et donne le top départ pour une course poursuite avec handicap</p> <p><b>Activité 3 :</b> Compétition sur 60 mètres entre les groupes de couleur</p>	<p>-Les élèves 2 par 2 réagissent promptement aux différents signaux de départ</p> <p>-Les élèves disposés dans un couloir avec un handicap de 3 mètres de distance réagissent aux signaux et courent vite pour rattraper l'athlète de devant</p> <p>-Les élèves disposés 2 par 2 courent le plus vite possible sur 60 mètres</p> <p>-Les autres groupes contrôlent avec des fiches d'observation</p>		<p>1h</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Exercices de relaxations</p> <p>Bilan de la séance et annonce du prochain cours</p>	<p>Les élèves réalisent des exercices de relaxations sous la conduite du professeur</p> <p>Les élèves écoutent le professeur et posent des questions</p>	<p>△△△△△△△△△△△△△△△△△△ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>10'</p>

### FICHE DE SEANCE 3

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6	NBRE DE GROUPES : 4
DUREE : 2 heures	
INSTALLATIONS : piste de 60 mètres	
MATERIEL : sifflet, chronomètre, plots	

TITRE DE LA SEANCE : Travail des attitudes pendant la course

#### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-L'échauffement général et spécifique -Les différentes étapes de la course de vitesse -Les règles liées à la pratique de la course de vitesse
EXECUTER	-Un échauffement adapté à la course de vitesse -Une course rectiligne dans son couloir à vive allure
APPLIQUER	Les règles de pratique de la course de vitesse
RESPECTER	-Les règles liées à la pratique de la course de vitesse -Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de course de vitesse sur 60 mètres

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	ATTITUDES									ARRIVEE		
	COURSE RECTILIGNE			FOULEES			BALANCEMENT DES BRAS					
INDICATEURS DE REUSSITE	<b>BON</b> : droit devant soi sans regard détourné <b>PASSABLE</b> : droit devant soi et en fonction de l'adversaire <b>MAUVAIS</b> : course serpentée			<b>BON</b> : rapide et ample <b>PASSABLE</b> : rapide sans amplitude ou ample sans rapide <b>MAUVAIS</b> : ni rapide et ni ample			<b>BON</b> : dans le sens de déplacement, bras cassés <b>PASSABLE</b> : dans le sens de déplacement, bras tendus <b>MAUVAIS</b> : bras collés au corps ou sur la poitrine ou balancés sur le côté			<b>BON</b> : vive et en force <b>PASSABLE</b> : saut à l'arrivée <b>MAUVAIS</b> : ralentir avant la ligne d'arrivée		
NOMBRE D'ELEVES	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• contrôle des présences et des tenues</li> <li>• présentation de la séance</li> <li>• test de la connaissance des élèves</li> </ul>	<p>Les chefs de groupe font l'appel</p> <p>Les élèves écoutent le professeur et répondent aux questions</p>	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'



## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6	NBRE DE GROUPES : 4
DATE : .....	
DUREE : 2 heures	
INSTALLATIONS : piste de 60 mètres	
MATERIEL : sifflet, chronomètre, plots	

TITRE DE LA SEANCE : Prise de performance sur 60 mètres

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Les différents types de courses et leurs caractéristiques</li> <li>-L'échauffement général et spécifique</li> <li>-Les différentes étapes de la course de vitesse</li> <li>-Les règles liées à la pratique de la course de vitesse</li> <li>-Les différents signaux de départ</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Un échauffement adapté à la course de vitesse</li> <li>-Les différentes étapes de la course de vitesse</li> </ul>
APPLIQUER	Les règles de pratique de la course de vitesse
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Les règles liées à la pratique de la course de vitesse</li> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Une situation de course de vitesse sur 60 mètres

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	DEPART			ATTITUDES									ARRIVEE		
				COURSE RECTILIGNE			FOULEES			BALANCEMENT DES BRAS					
INDICATEURS DE REUSSITE	<b>BON</b> : prompt au signal <b>PASSABLE</b> : moins vif au signal <b>MAUVAIS</b> : retardé après le signal			<b>BON</b> : droit devant soi sans regard détourné <b>PASSABLE</b> : droit devant soi et en fonction de l'adversaire <b>MAUVAIS</b> : course serpentée			<b>BON</b> : rapide et ample <b>PASSABLE</b> : rapide sans amplitude ou ample sans rapide <b>MAUVAIS</b> : ni rapide et ni ample			<b>BON</b> : dans le sens de déplacement, bras cassés <b>PASSABLE</b> : dans le sens de déplacement, bras tendus <b>MAUVAIS</b> : bras collés au corps ou sur la poitrine ou balancés sur le côté			<b>BON</b> : vive et en force <b>PASSABLE</b> : saut à l'arrivée <b>MAUVAIS</b> : ralentir avant la ligne d'arrivée		
NOMBRE D'ELEVES	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>contrôle des présences et des tenues</li> <li>présentation de la séance</li> <li>test de la connaissance des élèves</li> </ul>	Les chefs de groupe font l'appel  Les élèves écoutent le professeur et répondent aux questions	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'



## FICHE DE SEANCE 5

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 5/6		DUREE : 2 heures	
INSTALLATIONS : piste de 60 mètres			
MATERIEL : sifflet, chronomètre, plots			

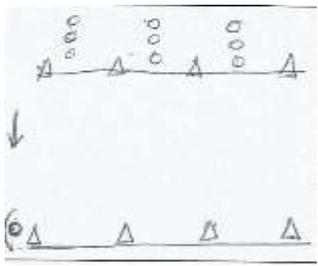
TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier les acquis des élèves

SITUATION DE SORTIE : Pour les congés de St Valentin, le bureau régional de l'OISSU de Séguéla organise ses régionales d'athlétisme. Les élèves de la ..... du Collège Moderne de Diarabana, soucieux de faire une bonne campagne, participent sous la houlette de leur professeur d'EPS à la présélection de la course de vitesse. Etant élèves de la classe et en groupe de couleur,

- 1) citez les différentes étapes de la course de vitesse ;
- 2) dites les situations dans lesquelles une course de vitesse peut être invalidée
- 3) compétissez contre les autres couleurs dans une course de vitesse.





<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage	-Le professeur dispose les élèves 3 par 3 dans les couloirs	-Les élèves disposés 3 par 3 courent à une vive allure sur 60 mètres  -Ils donnent les signaux de départ		1h
Exercices d'application	Il fait la prise de performance sur 60 mètres	-Ils observent la course avec des fiches d'observation		
<b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations  Bilan  Trace écrite	Exercices de relaxations   Bilan de la séance et annonce du prochain cours	Les élèves réalisent des exercices de relaxations sous la conduite du professeur   Les élèves écoutent le professeur et posent des questions	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	10'

# **COMPETENCE 2**

**Traiter une situation de coordination motrice, de rythme et d'esthétique en réalisant des enchaînements d'actions variés**

Leçon : Produire des enchaînements d'actions variés

Activité : GYMNASTIQUE AU SOL



# FICHE DE LECON

(6<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup>)

COMPETENCE N° 2 : L'apprenant traite une situation de coordination motrice, de rythme et d'esthétique en réalisant des enchaînements d'actions variés.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2heures chacune)

Produire des enchaînements à partir des éléments des 6 familles pour développer sa coordination motrice et l'amplitude de ses mouvements.

## ACTIVITE : **GYMNASTIQUE AU SOL**

SITUATION D'ENTREE : Dans le cadre des Olympiades organisés par la Fédération Ivoirienne de Gymnastique, le professeur de la ..... du Collège Moderne de Diarabana organise une présélection dans sa classe pour prendre les 10 premiers. Ils devront présenter des enchaînements d'éléments gymniques de leur choix.

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-les différents types de gymnastiques (artistique, agrès, au sol)</li><li>-les différentes familles de la gymnastique au sol</li><li>-les éléments de liaison</li><li>-les différents éléments techniques de chaque famille</li><li>-les règles d'arbitrage</li><li>-les officiels</li><li>-l'échauffement adapté à la gymnastique au sol</li></ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-La différence entre élément technique et élément de liaison</li><li>-L'importance de l'échauffement adapté à la gymnastique au sol</li><li>-L'élaboration d'un enchaînement gymnique</li></ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"><li>-un échauffement adapté à la gymnastique au sol</li><li>-les éléments techniques de chaque famille</li><li>-l'élaboration d'enchaînements des éléments techniques</li><li>-la présentation d'un enchaînement gymnique</li></ul>
TRAITER	Une situation de gymnastique au sol

CONDITIONS MATERIELLES : plots, sifflet, espace nu

## DEROULEMENT DE LA LECON

<b>ETAPES</b>	<b>SEANCES</b>	<b>CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES</b>	<b>ACTIVITES DES ELEVES</b>
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau de la classe	Les élèves exécutent les éléments techniques sous la direction du professeur
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	Apprentissage des éléments techniques de la famille des appuis et des sauts	Exécutions de l'ATR passager, du saut droit, du saut groupé
	3	Apprentissage des éléments techniques de la famille des rotations et des renversements	Exécutions de la roulade avant simple, de la roulade arrière simple et de la roue
	4	Apprentissage des éléments techniques de la famille des maintiens et des souplesses	Exécutions de la chandelle, de la planche faciale, de l'équilibre fessier, du pont et l'écrasement facial
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis de la classe	Présentation d'éléments gymniques après un tirage au sort
Remédiation	6	Remédiation	Correction des difficultés des élèves, rencontrées au cours de l'évaluation

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : espace nu			
MATERIEL : plots, sifflet			

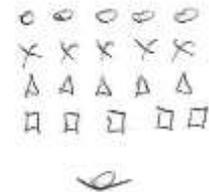
TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

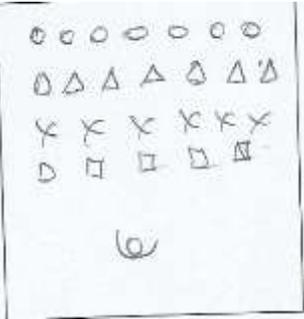
### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	Les différentes familles à la gymnastique au sol Les éléments techniques à la gymnastique au sol Les éléments de liaison
EXECUTER	Les éléments techniques des 6 familles
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation relative à la gymnastique au sol



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	Contrôle de l'effectif de la classe  Présentation de la séance  Motivations des apprenants	Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.  Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent.		20'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	-Tours à petits trots autour de l'espace délimité pendant 5 minutes.  -Exécutions de quelques exercices d'étirements et d'assouplissements		10'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage  Exercices d'application	Faire exécuter les éléments techniques sous la direction du professeur	Les élèves exécutent collectivement et par vague (groupes de couleur) les éléments techniques suivants : <ul style="list-style-type: none"> <li>• ATR passager</li> <li>• ROUE</li> <li>• ROULADE AVANT SIMPLE</li> <li>• ROULADE ARRIERE SIMPLE</li> <li>• SAUT DROIT</li> <li>• SAUT GROUPE</li> <li>• EQUILIBRE FESSIER</li> <li>• CHANDELLE</li> <li>• PLANCHE FACIALE</li> </ul>		1H

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Faire exécuter des mouvements de relaxations</p> <p>Faire le bilan de la séance</p> <p>Annonce de la prochaine séance</p>	<p>Réalisation des exercices de relaxations</p> <p>Les élèves assis par équipe, écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p> <p>Les élèves ramassent le matériel pour aller le ranger dans la salle d'EPS</p>		<p>10'</p>
--	--	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : espace nu			
MATERIEL : plots, sifflet			

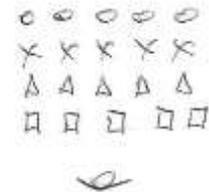
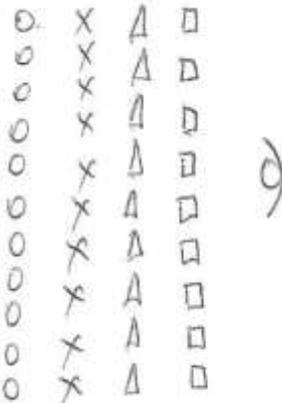
TITRE DE LA SEANCE : Apprendre des éléments techniques de la famille des appuis et des sauts

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	Les différents éléments techniques de la famille des appuis et des sauts Les caractéristiques des différents éléments techniques
EXECUTER	Les éléments techniques de la famille des appuis et des sauts Un échauffement adapté à la gymnastique au sol
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p> <p>Motivations des apprenants</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent.</p>		20'
<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-Tours à petits trots autour de l'espace délimité pendant 5 minutes.</p> <p>-Exécutions de quelques exercices d'étirements et d'assouplissements</p>		10'
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur fait exécuter des éléments techniques de la famille des appuis</p> <p><b>Activité 2 :</b> Le professeur fait exécuter des éléments techniques de la famille des sauts</p> <p><b>Activité 3 :</b> Compétition Le professeur fait tirer au sort une liste d'éléments gymniques par groupe</p>	<p>-Les élèves exécutent collectivement et par vague (groupes de couleur) les éléments techniques suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ATR passager</li> <li>• SAUT DE CHAT</li> <li>• SAUT DROIT</li> <li>• SAUT GROUPE</li> <li>• SAUT EN EXTENSION</li> </ul> <p>-Les élèves exécutent des éléments gymniques tirés au sort en groupes de couleurs</p> <p>-Les élèves observent les performances avec des fiches d'observation</p>		1H

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Faire exécuter des mouvements de relaxations</p> <p>Faire le bilan de la séance</p> <p>Annonce de la prochaine séance</p>	<p>Réalisation des exercices de relaxations</p> <p>Les élèves assis par équipe, écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p> <p>Les élèves ramassent le matériel pour aller le ranger dans la salle d'EPS</p>		<p>10'</p>
--	--	---	---	------------

### **FICHE DE SEANCE 3**

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : espace nu			
MATERIEL : plots, sifflet			

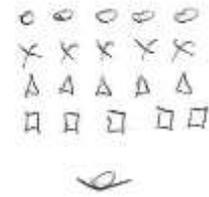
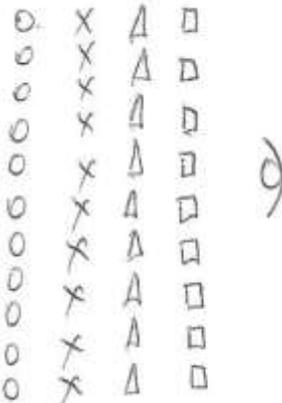
TITRE DE LA SEANCE : Apprendre des éléments techniques de la famille des rotations et des renversements

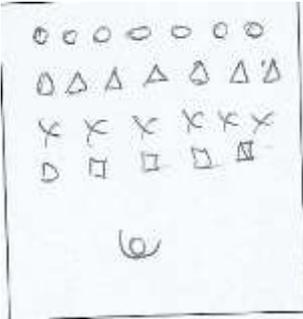
#### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	Les différents éléments techniques de la famille des rotations, des maintiens et des souplesses Les caractéristiques des éléments techniques
EXECUTER	Les éléments techniques de la famille des rotations et des renversements Un échauffement adapté à la gymnastique au sal
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p> <p>Motivations des apprenants</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent.</p>		20'
<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-Tours à petits trots autour de l'espace délimité pendant 5 minutes.</p> <p>-Exécutions de quelques exercices d'étirements et d'assouplissements</p>		10'
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur fait exécuter des éléments techniques de la famille des rotations</p> <p><b>Activité 2 :</b> Le professeur fat exécuter des éléments techniques de la famille des renversements</p> <p><b>Activité 3 :</b> Compétition</p>	<p>Les élèves exécutent collectivement et par vague (groupes de couleur) les éléments techniques suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ROULADE AVANT SIMPLE</li> <li>• ROULADE ARRIERE SIMPLE</li> <li>• ROUE</li> <li>• RONDADE</li> </ul> <p>Les élèves exécutent des éléments gymniques tirés au sort en groupes de couleurs</p> <p>-Les élèves observent les performances avec des fiches d'observation</p>		1H

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Faire exécuter des mouvements de relaxations</p> <p>Faire le bilan de la séance</p> <p>Annonce de la prochaine séance</p>	<p>Réalisation des exercices de relaxations</p> <p>Les élèves assis par équipe, écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p> <p>Les élèves ramassent le matériel pour aller le ranger dans la salle d'EPS</p>		<p>10'</p>
--	--	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : espace nu			
MATERIEL : plots, sifflet			

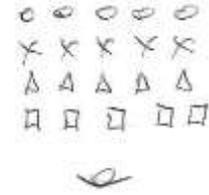
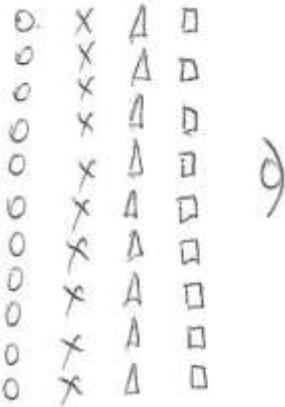
TITRE DE LA SEANCE : Apprentissage des éléments techniques de la famille des maintiens et des souplesses

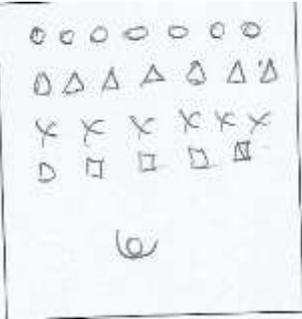
### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	Les différentes familles à la gymnastique au sol Les éléments techniques à la gymnastique au sol
EXECUTER	Les éléments techniques de la famille des maintiens et des souplesses Un échauffement adapté à la gymnastique au sol
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation relative à la gymnastique au sol



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p> <p>Motivations des apprenants</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent.</p>		20'
<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-Tours à petits trots autour de l'espace délimité pendant 5 minutes.</p> <p>-Exécutions de quelques exercices d'étirements et d'assouplissements</p>		10'
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur fait exécuter des éléments techniques de la famille des maintiens</p> <p><b>Activité 2 :</b> Le professeur fat exécuter des éléments techniques de la famille des souplesses</p> <p><b>Activité 3 :</b> Compétition</p>	<p>Les élèves exécutent collectivement et par vague (groupes de couleur) les éléments techniques suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• PLANCHE FACIALE</li> <li>• EQUILIBRE FESSIER</li> <li>• CHANDELLE</li> <li>• PONT</li> <li>• ECRASEMENT FACIAL</li> </ul> <p>-Les élèves exécutent des éléments gymniques tirés au sort en groupes de couleurs</p> <p>-Les élèves observent les performances avec des fiches d'observation</p>		1H

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Faire exécuter des mouvements de relaxations</p> <p>Faire le bilan de la séance</p> <p>Annonce de la prochaine séance</p>	<p>Réalisation des exercices de relaxations</p> <p>Les élèves assis par équipe, écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p> <p>Les élèves ramassent le matériel pour aller le ranger dans la salle d'EPS</p>		<p>10'</p>
--	--	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 5

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPE : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 5/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : espace nu			
MATERIEL : plots, sifflet			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier les acquis de la classe

SITUATION DE SORTIE : Dans le cadre des Olympiades organisés par la Fédération Ivoirienne de Gymnastique, le principal du Collège Moderne de Diarabana demande au professeur d'EPS d'organiser une présélection dans sa classe de ..... en vue de sélectionner les meilleurs pour représenter l'établissement.

Les élèves se mettent en groupe de couleur pour accomplir les différentes tâches. Etant membres de la classe :

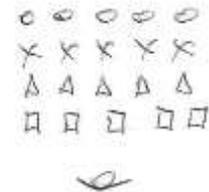
- 1) Citez 3 types de gymnastique ;
- 2) Dites combien de familles d'éléments techniques il existe en gymnastique au sol
- 3) Classez les éléments techniques suivants convenablement dans le tableau : saut droit – roulade arrière – pont – ATR – roue – chandelle – pont – rondade – saut groupé – roulade avant

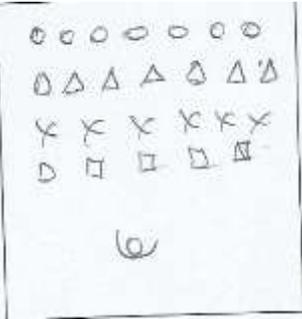
ROTATIONS	RENVERSEMENTS	SAUTS	MAINTIENS	APPUIS	SOUPLESSES

- 4) Exécuter les 4 éléments techniques tirés au sort devant le professeur.



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	Contrôle de l'effectif de la classe  Présentation de la séance  Motivations des apprenants	Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.  Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent.		20'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	-Tours à petits trots autour de l'espace délimité pendant 5 minutes.  -Exécutions de quelques exercices d'étirements et d'assouplissements		10'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage  Exercices d'application	-Le professeur dispose des coupons d'éléments gymniques que les chefs de groupe choisissent  -Il contrôlent, dirige les travaux d'élaboration des enchaînements des différents groupes  -Il suit les différentes performances avec des fiches d'observation	-Les élèves se mettent en groupe de couleur pour répondre aux différentes questions de la situation de sortie  -Ils choisissent au sort un coupon d'éléments gymniques  -Chaque groupe de couleur choisit des représentants pour venir exécuter les éléments techniques		1H

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Faire exécuter des mouvements de relaxations</p> <p>Faire le bilan de la séance</p> <p>Annonce de la prochaine séance</p>	<p>Réalisation des exercices de relaxations</p> <p>Les élèves assis par équipe, écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p> <p>Les élèves ramassent le matériel pour aller le ranger dans la salle d'EPS</p>		<p>10'</p>
--	--	---	---	------------

# **COMPETENCE 3**

**Traiter une situation de coordination motrice, de rythme, de force et de maîtrise de soi en réalisant des enchaînements d'actions variés et adaptés à l'évolution du rapport de force dans une activité de duel.**

Leçon : Exécuter des techniques de projection et de contrôle

Activité : JUDO



# **COMPETENCE 4**

**Exécuter des enchaînements d'actions pour développer sa coordination motrice, sa détente, sa force de projection et cultiver en soi le goût de l'effort et le sens de la responsabilité**

## Leçon 1 : Exécuter des sauts

### Activité : SAUT EN HAUTEUR



# FICHE DE LECON

## **(6ème / 5ème)**

COMPETENCE N° 4 : L'apprenant exécute des enchainements d'actions pour développer sa coordination motrice, sa détente, sa force de projection et cultiver en soi le goût de l'effort et le sens de la responsabilité.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2 heures chacune) :

Exécuter le rouleau ventral ou le ciseau pour développer sa détente en franchissant l'élastique à au moins 0,80 m pour les filles et à au moins 0,90 m pour les garçons.

### ACTIVITE :      **SAUT EN HAUTEUR**

SITUATION D'ENTREE : Pour constituer son équipe d'athlétisme du Collège Moderne de Diarabana en vue de participer aux compétitions OISSU, le professeur d'EPS de la classe de ..... procédera à la sélection de 5 meilleurs sauteurs en hauteur avant les congés de Noël. Les élèves s'organisent pour y prendre part.

#### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-les différents types de sauts et leurs caractéristiques :<ul style="list-style-type: none"><li>• Sauts à dominante horizontale (saut en longueur, triple-saut)</li><li>• Sauts à dominante verticale (saut en hauteur, saut à la perche)</li></ul></li><li>-les règles liées à la pratique du saut en hauteur (cas d'essais nuls)</li><li>-les différentes techniques de saut en hauteur (rouleau ventral, ciseau de jambes, fosbury-flop)</li><li>-le matériel nécessaire à la pratique du saut en hauteur</li><li>-les parties du corps sollicitées au saut en hauteur</li><li>-la forme globale du rouleau ventral et du ciseau au saut en hauteur</li><li>-les différentes phases du saut en hauteur (course d'élan, impulsion, franchissement, réception)</li><li>-les officiels : juge-arbitre, marqueur, chef d'équipe</li><li>-les règles de sécurité</li></ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-l'importance de l'échauffement général et spécifique</li><li>-les différentes étapes du saut en hauteur</li><li>-les qualités physiques développées par le saut en hauteur (la détente, la coordination, la force)</li></ul>

EXECUTER	-un échauffement adapté au saut en hauteur -la forme globale du rouleau ventral et du ciseau <ul style="list-style-type: none"> <li>• Course d'élan progressivement accélérée</li> <li>• la liaison course d'élan et impulsion (pose du pied d'appel)</li> <li>• la liaison franchissement et réception</li> </ul>
TRAITER	-observer et apprécier les acquis de la classe (rouleau ventral ou ciseau) -prise de performance

CONDITIONS MATERIELLES : sautoir, élastique, plots

### **DEROULEMENT DE LA LECON**

ETAPES	SEANCES	CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES	ACTIVITES DES ELEVES
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau de la classe	Traiter une situation de saut en hauteur
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	Prendre son élan et son impulsion	Courir sur 4 à 6 foulées pour prendre une impulsion dans la zone d'appel
	3	Franchissement et réception	Franchir l'élastique et descendre équilibré dans la fosse
	4	Réaliser globalement le saut en hauteur avec la technique du rouleau ventral	Apprendre la forme globale du rouleau ventral et du ciseau
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis de la classe	-réaliser le rouleau ventral ou le ciseau -prise de performance
Remédiation	6	Remédiation	Corriger les erreurs constatées à l'évaluation

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6	DUREE : 2 h		
INSTALLATIONS : sautoir			
MATERIEL : élastique, plots			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

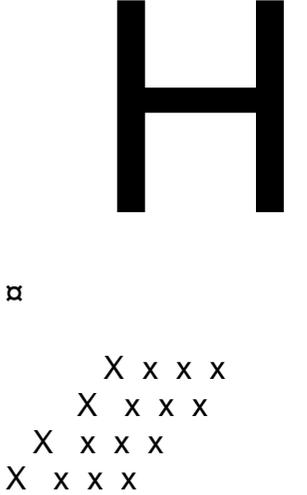
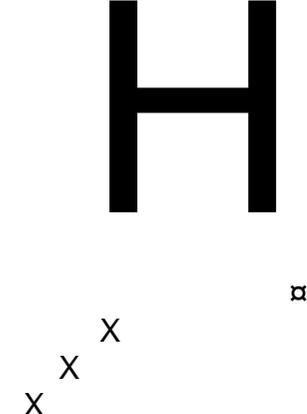
<b>HABLETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Les différents types de sauts et leurs caractéristiques -L'échauffement général et spécifique -Les différentes étapes du saut en hauteur
EXECUTER	-Les étapes du saut en hauteur -Un échauffement adapté au saut en hauteur
APPLIQUER	Les règles liées à la pratique du saut en hauteur
RESPECTER	-Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de saut en hauteur

## GRILLE D'OBSERVATION

CRITERES	COURSE D'ELAN			IMPULSION			FRANCHISSEMENT			RECEPTION		
INDICATEURS DE REUSSITE	<b>BON</b> : étalonnée, ample et rectiligne oblique <b>MOYEN</b> : non étalonnée, mais rectiligne oblique <b>NUL</b> : allure de marche, hésitante, perpendiculaire à la corde			<b>BON</b> : pied posé sans piétinement et équilibré avec ascension verticale <b>MOYEN</b> : pied posé avec impulsion oblique <b>NUL</b> : pied posé sur la pointe sans impulsion			<b>BON</b> : maîtrisé, souple, ample avec maîtrise de la technique <b>MOYEN</b> : souple et ample avec une technique approximative <b>NUL</b> : raide avec non maîtrise de la technique			<b>BON</b> : souple et chute maîtrisée <b>MOYEN</b> : souple et chute un peu raide <b>NUL</b> : raide et tombée brutale le long du corps		
	bon	moyen	Nul	bon	Moyen	nul	bon	moyen	nul	bon	moyen	nul
NOMBRE D'ELEVES												

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>Regroupement des élèves</li> <li>Contrôle de présence et de tenues</li> <li>Annnonce du titre de la séance</li> <li>Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li> <li>Écotent le professeur</li> <li>Participent à la présentation de l'activité en répondant aux questions et en en posant</li> </ul>	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX  ⊠	20'

<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b></p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les élèves effectuent 2 tours du terrain de football Par vague :</li> <li>• Talons – fesses, élévations de genoux, sauts groupés</li> <li>• Etirements et assouplissements Par colonne :</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur le même pied dans la fosse</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur l'autre pied dans la fosse</li> </ul>		<p>30'</p>
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application</p>	<p>Observer et apprécier le niveau de la classe</p>	<p>Les élèves exécutent le saut en hauteur selon leur vécu</p>		<p>40'</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bilan de la séance</li> <li>• Annonce de la séance prochaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices de relaxations</li> <li>• Les élèves écoutent le bilan et titre de la séance prochaine</li> <li>• Les élèves de service ramassent le matériel</li> </ul>	<p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">□</p>	<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6	DUREE : 2 h		
INSTALLATIONS : sautoir			
MATERIEL : élastique, plots			

TITRE DE LA SEANCE : Faire la liaison course d'élan – impulsion

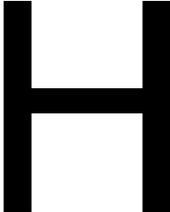
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

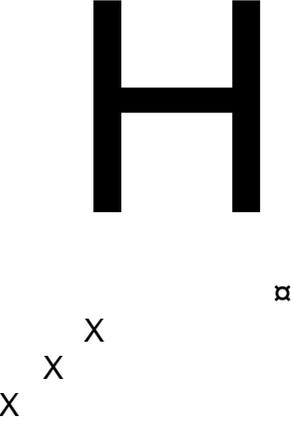
<b>HABLETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-L'échauffement général et spécifique -Les différentes étapes du saut en hauteur
EXECUTER	-Un échauffement adapté au saut en hauteur -Une course d'élan progressivement accélérée -Une impulsion verticale sur un seul pied d'appel
APPLIQUER	Les règles liées à la pratique du saut en hauteur
RESPECTER	-Les règles d'hygiène et de sécurité

## GRILLE D'OBSERVATION

<b>CRITERES</b>	<b>COURSE D'ELAN</b>			<b>IMPULSION</b>		
<b>INDICATEURS DE REUSSITE</b>	<p><b><u>BON</u></b> : étalonnée, ample et rectiligne oblique  <b><u>MOYEN</u></b> : non étalonnée, mais rectiligne oblique  <b><u>NUL</u></b> : allure de marche, hésitante, perpendiculaire à la corde</p>			<p><b><u>BON</u></b> : pied posé sans piétinement et équilibré avec ascension verticale  <b><u>MOYEN</u></b> : pied posé avec impulsion oblique  <b><u>NUL</u></b> : pied posé sur la pointe sans impulsion</p>		
<b>TECHNIQUE D'EXECUTION</b>	<b>B</b>	<b>M</b>	<b>N</b>	<b>B</b>	<b>M</b>	<b>N</b>

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regroupement des élèves</li> <li>• Contrôle de présence et de tenues</li> <li>• Annonce du titre de la séance</li> <li>• Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li> <li>• Ecoutent le professeur</li> <li>• Participent à la présentation de l'activité en répondant aux questions et en en posant</li> </ul>	<p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">⊠</p>	20'
<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les élèves effectuent 2 tours du terrain de football</li> <li>Par vague :</li> <li>• Talons – fesses, élévations de genoux, sauts groupés</li> <li>• Etirements et assouplissements</li> <li>Par colonne :</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur le même pied dans la fosse</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur l'autre pied dans la fosse</li> </ul>	<p style="text-align: center;">⊠</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">       X x x x        X x x x        X x x x        X x x x     </p>	30'

<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b>          Mise en place des situations d'apprentissage          Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur range les élèves dans des rangs obliques à la corde et leur demande de faire une course essai pour déterminer leur pied d'appui</p> <p><b>Activité 2 :</b> Le professeur met les élèves à 4 pas d'élan et les fait sauter</p> <p><b>Activité 3 :</b> Il les positionne à 6 pas d'élan et leur demande de faire une course progressivement accélérée puis impulsion et saut en rouleau ventral</p> <p><b>Activité 4 :</b> Compétition          Les élèves font des courses d'élan et impulsion pour sauter</p>	<p>-Les élèves font des courses d'élan + impulsion pour déterminer leurs pieds d'appel</p> <p>-Ils font des courses d'élan + impulsion et sautent en rouleau ventral</p> <p>-Ils compétissent en groupe de couleurs et les groupes non impliqués contrôlent avec des fiches d'observation</p>	 <p>The diagram shows a hurdle (H) and a starting position for a jump. The starting position is marked with 'X' characters: one 'X' is on the left, two 'X's are in the middle, and one 'X' is on the right. A small square symbol is located to the right of the hurdle.</p>	<p>40'</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bilan de la séance</li> <li>• Annonce de la séance prochaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices de relaxations</li> <li>• Les élèves écoutent le bilan et titre de la séance prochaine</li> <li>• Les élèves de service ramassent le matériel</li> </ul>	<p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX          XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX          XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX          XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX          XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">□</p>	<p>15'</p>

### FICHE DE SEANCE 3

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6		DUREE : 2 h	
INSTALLATIONS : sautoir			
MATERIEL : élastique, plots			

TITRE DE LA SEANCE : Faire la liaison franchissement – réception

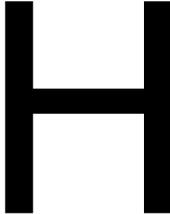
#### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

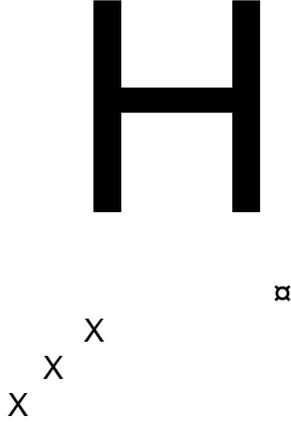
<b>HABLETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-L'échauffement général et spécifique -Les différentes étapes du saut en hauteur
EXECUTER	-Un échauffement adapté au saut en hauteur -Un franchissement de la corde -Une réception sur le pied opposé au pied d'appel
APPLIQUER	Les règles liées à la pratique du saut en hauteur
RESPECTER	-Les règles d'hygiène et de sécurité

## GRILLE D'OBSERVATION

CRITERES	FRANCHISSEMENT			RECEPTION		
<b>INDICATEURS DE REUSSITE</b>	<p><b><u>BON</u></b> : maitrisé, souple, ample avec maîtrise de la technique</p> <p><b><u>MOYEN</u></b> : souple et ample avec une technique approximative</p> <p><b><u>NUL</u></b> : raide avec non maîtrise de la technique</p>			<p><b><u>BON</u></b> : souple et chute maîtrisée</p> <p><b><u>MOYEN</u></b> : souple et chute un peu raide</p> <p><b><u>NUL</u></b> : raide et tombée brutale le long du corps</p>		
<b>TECHNIQUE D'EXECUTION</b>	<b>B</b>	<b>M</b>	<b>N</b>	<b>B</b>	<b>M</b>	<b>N</b>

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regroupement des élèves</li> <li>• Contrôle de présence et de tenues</li> <li>• Annonce du titre de la séance</li> <li>• Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li> <li>• Ecoutent le professeur</li> <li>• Participent à la présentation de l'activité en répondant aux questions et en en posant</li> </ul>	<p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">□</p>	<p style="text-align: center;">20'</p>
<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b></p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les élèves effectuent 2 tours du terrain de football Par vague :</li> <li>• Talons – fesses, élévations de genoux, sauts groupés</li> <li>• Etirements et assouplissements Par colonne :</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur le même pied dans la fosse</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur l'autre pied dans la fosse</li> </ul>	<p style="text-align: center;">□</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">X x x x X x x x X x x x X x x x</p>	<p style="text-align: center;">30'</p>

<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b>          Mise en place des situations d'apprentissage          Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur dispose les élèves à 1 pas d'élan de la corde et leur demande de faire le franchissement en rouleau ventral (2 passages par groupe de couleur)</p> <p><b>Activité 2 :</b> Les élèves sont disposés à 4 pas d'élan pour effectuer le franchissement (hauteur plus accrue)</p> <p><b>Activité 3 :</b> Les élèves sont disposés à 6 pas d'élan (hauteur plus accrue)</p> <p><b>Activité 4 :</b> Compétition          Les élèves compétissent les uns contre les autres (Prise de performance)</p>	<p>-Les élèves font des courses d'élan + impulsion pour déterminer leurs pieds d'appel</p> <p>-Ils font des courses d'élan + impulsion et sautent en rouleau ventral</p> <p>-Ils compétissent en groupe de couleurs et les groupes non impliqués contrôlent avec des fiches d'observation</p>		<p>40'</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bilan de la séance</li> <li>• Annonce de la séance prochaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices de relaxations</li> <li>• Les élèves écoutent le bilan et titre de la séance prochaine</li> <li>• Les élèves de service ramassent le matériel</li> </ul>	<p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX          XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX          XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX          XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX          XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">□</p>	<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6	NBRE DE GROUPES : 4
DATE : .....	
DUREE : 2 h	
INSTALLATIONS : sautoir	
MATERIEL : élastique, plots	

TITRE DE LA SEANCE : Faire le saut en hauteur avec la technique du rouleau ventral dans sa forme globale

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

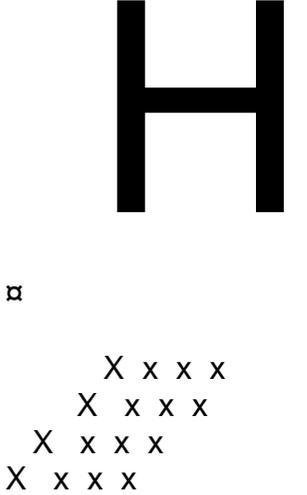
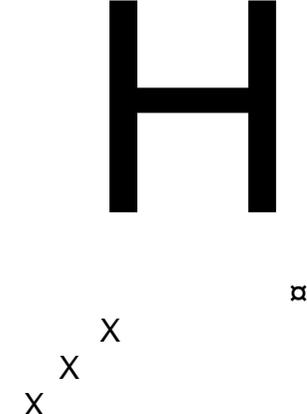
<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Les différents types de sauts et leurs caractéristiques -L'échauffement général et spécifique -Les différentes étapes du saut en hauteur
EXECUTER	-Les étapes du saut en hauteur -Un échauffement adapté au saut en hauteur
APPLIQUER	Les règles liées à la pratique du saut en hauteur
RESPECTER	-Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	-Une situation de saut en hauteur -Une prise de performance

## GRILLE D'OBSERVATION

CRITERES	COURSE D'ELAN			IMPULSION			FRANCHISSEMENT			RECEPTION		
INDICATEURS DE REUSSITE	<b>BON</b> : étalonnée, ample et rectiligne oblique <b>MOYEN</b> : non étalonnée, mais rectiligne oblique <b>NUL</b> : allure de marche, hésitante, perpendiculaire à la corde			<b>BON</b> : pied posé sans piétinement et équilibré avec ascension verticale <b>MOYEN</b> : pied posé avec impulsion oblique <b>NUL</b> : pied posé sur la pointe sans impulsion			<b>BON</b> : maîtrisé, souple, ample avec maîtrise de la technique <b>MOYEN</b> : souple et ample avec une technique approximative <b>NUL</b> : raide avec non maîtrise de la technique			<b>BON</b> : souple et chute maîtrisée <b>MOYEN</b> : souple et chute un peu raide <b>NUL</b> : raide et tombée brutale le long du corps		
	bon	moyen	Nul	bon	Moyen	nul	bon	moyen	nul	bon	moyen	nul
NOMBRE D'ELEVES												

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

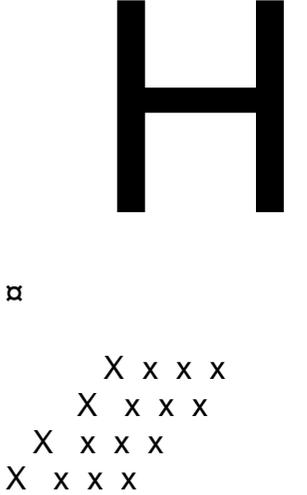
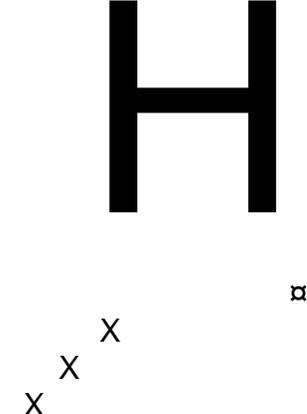
PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN</b> : Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>Regroupement des élèves</li> <li>Contrôle de présence et de tenues</li> <li>Annonce du titre de la séance</li> <li>Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li> <li>Écotent le professeur</li> <li>Participent à la présentation de l'activité en répondant aux questions et en en posant</li> </ul>	XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX  ¤	20'

<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b></p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les élèves effectuent 2 tours du terrain de football Par vague :</li> <li>• Talons – fesses, élévations de genoux, sauts groupés</li> <li>• Etirements et assouplissements Par colonne :</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur le même pied dans la fosse</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur l'autre pied dans la fosse</li> </ul>		<p>30'</p>
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Disposer les élèves pour qu'ils réalisent le saut en hauteur avec la technique du rouleau ventral dans sa forme globale</p> <p><b>Activité 2 :</b> Compétition Les élèves compétissent en groupe de couleur Prise de performance</p>	<p>-Les élèves exécutent le saut en hauteur avec la technique du rouleau ventral dans sa forme globale</p> <p>-Les groupes compétissent les uns contre les autres. Les groupes non impliqués contrôlent avec des fiches d'observation</p>		<p>40'</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bilan de la séance</li> <li>• Annonce de la séance prochaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices de relaxations</li> <li>• Les élèves écoutent le bilan et titre de la séance prochaine</li> <li>• Les élèves de service ramassent le matériel</li> </ul>	<p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">□</p>	<p>15'</p>



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b>            Contrôle des présences            motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regroupement des élèves</li> <li>• Contrôle de présence et de tenues</li> <li>• Annonce du titre de la séance</li> <li>• Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li>   <li>• Ecoutent le professeur</li> <li>• Prennent note</li> <li>• Font les tâches écrites en groupe de couleur</li> </ul>	<p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX            XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX            XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX            XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">☒</p> <p>.....</p> <p>Xxxx                    00000            Xxxx                    00000</p> <p style="text-align: center;">☒</p> <p>□□□□                    ΔΔΔΔ            □□□□                    ΔΔΔΔ</p>	<p>20'</p>

<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b></p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les élèves effectuent 2 tours du terrain de football Par vague :</li> <li>• Talons – fesses, élévations de genoux, sauts groupés</li> <li>• Etirements et assouplissements Par colonne :</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur le même pied dans la fosse</li> <li>• Impulsion pied d'appel et réception sur l'autre pied dans la fosse</li> </ul>		<p>30'</p>
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b></p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application</p>	<p>Observer et apprécier les acquis de la classe</p> <p>Prise de performance</p>	<p>-Les élèves exécutent le saut en hauteur avec la technique du rouleau ventral dans sa forme global</p> <p>-Les élèves non impliqués contrôlent avec des fiches d'observation</p>		<p>40'</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bilan de la séance</li> <li>• Annonce de la séance prochaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices de relaxations</li> <li>• Les élèves écoutent le bilan et titre de la séance prochaine</li> <li>• Les élèves de service ramassent le matériel</li> </ul>	<p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">□</p>	<p>15'</p>

Leçon 1 : Exécuter des sauts

Activité : SAUT EN LONGUEUR



# FICHE DE LECON

**(6<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup>)**

COMPETENCE N° 4 : L'apprenant exécute des enchaînements d'actions pour développer sa coordination motrice, sa détente, sa force de projection et cultiver en soi le goût de l'effort et le sens de la responsabilité.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2heures chacune)

Exécuter le saut en longueur en réalisant au moins 2,50 m (garçons) et au moins 2,00 m (filles) pour développer sa détente.

## ACTIVITE : **SAUT EN LONGUEUR**

SITUATION D'ENTREE : L'Association Sportive du Collège Moderne de Diarabana organise un meeting d'athlétisme à la St Valentin. Le professeur d'EPS de la ..... prépare les élèves au saut en longueur pour sélectionner les meilleurs en vue d'y participer.

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

HABILETES	CONTENUS
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-les différents types de sauts et leurs caractéristiques</li><li>-les différentes phases du saut en longueur</li><li>-les règles liées à la pratique du saut en longueur</li><li>-le matériel nécessaire à la pratique du saut en longueur</li><li>-l'échauffement adapté au saut en longueur</li><li>-la matérialisation du sautoir</li></ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-l'échauffement adapté au saut en longueur</li><li>-l'importance de la course progressivement accélérée au saut en longueur</li></ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"><li>-un échauffement adapté au saut en longueur</li><li>-les étapes du saut en longueur</li><li>-la forme globale du saut en longueur :</li></ul>
TRAITER	<ul style="list-style-type: none"><li>-une situation du saut en longueur (élan, appel, suspension, réception)</li><li>-une prise de performance</li></ul>

CONDITIONS MATERIELLES : sautoir, plots, planche d'appel, sifflet

## DEROULEMENT DE LA LECON

<b>ETAPES</b>	<b>SEANCES</b>	<b>CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES</b>	<b>ACTIVITES DES ELEVES</b>
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau de la classe	Traiter une situation de saut en longueur
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	-Travail de la liaison Course d'élan + impulsion (pose du pied d'appel) -Saut global	Courir vite et poser le pied d'appel sans ralentir ni hésiter pour effectuer un bon saut.
	3	-Travail de la suspension + réception dans la fosse -Saut global	Après la pose du pied d'appel, réaliser une suspension prolongée dans l'espace et descendre pieds groupés dans la fosse
	4	Exécution de la forme globale du saut en longueur	Courir et prendre une impulsion pour une suspension prolongée et descendre dans la fosse pieds groupés
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis de la classe Prise de performance	Traiter une situation de saut en longueur avec mesure du saut effectué par l'élève
Remédiation	6	Remédiation	Correction des difficultés constatées à l'évaluation

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6	DUREE : 2h		
INSTALLATIONS : Sautoir			
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

### TABLEAU DE SPECIFICATION

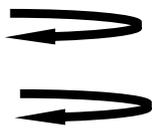
<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Les différents types de sauts et leurs caractéristiques -Les règles liées au saut en longueur
EXECUTER	-un échauffement adapté au saut en longueur -les étapes du saut en longueur -la forme globale du saut en longueur : <ul style="list-style-type: none"><li>• course d'élan + impulsion</li><li>• suspension + réception</li></ul>
APPLIQUER	Les règles liées à la pratique du saut en longueur
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de saut en longueur

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	COURSE D'ELAN	POSE DU PIED D'APPEL	SUSPENSION	RECEPTION																								
<b>INDICATEURS DE REUSSITE</b>	<b>BON</b> : progressivement accélérée, rectiligne et ample <b>PASSABLE</b> : ralentie et piétinée <b>MAUVAIS</b> : serpentée, molle et sans vie	<b>BON</b> : griffer et poussée allongée sur la planche <b>PASSABLE</b> : pied posé loin de la planche et impulsion approximative <b>MAUVAIS</b> : planche mordue et mauvaise impulsion	<b>BON</b> : ample, élevée et tardive <b>PASSABLE</b> : approximativement élevée et peu retardée <b>MAUVAIS</b> : rasante et ressemblant à un sursaut	<b>BON</b> : jambes groupées, le corps vers l'avant <b>PASSABLE</b> : jambes écartées avec le corps droit <b>MAUVAIS</b> : sur une jambe et debout ou tombée sur les fesses dans la fosse																								
<b>NOMBRE D'ELEVES</b>	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">B</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">P</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">M</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	B	P	M				<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">B</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">P</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">M</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	B	P	M				<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">B</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">P</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">M</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	B	P	M				<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">B</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">P</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">M</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	B	P	M			
B	P	M																										
B	P	M																										
B	P	M																										
B	P	M																										

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>contrôle des présences et des tenues</li> <li>présentation de la séance</li> <li>test de la connaissance des élèves</li> </ul>	-Les chefs de groupes font l'appel des membres de leur groupe -les élèves assis, écoutent le professeur -les élèves répondent aux questions et en posent	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'

<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général  Echauffement spécifique</p>	<p>-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou -quelques accélérations</p>	<p>△△△△△ □□□□□ ○○○○○ XXXXX</p> 	<p>20'</p>
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application</p>	<p>Le professeur demande aux élèves qui savent exécuter le saut en longueur de passer  Le professeur, avec une fiche, va observer le passage des élèves</p>	<p>Les élèves passent après ceux qui ont réussi globalement le geste (3 passages 4 par 4)  Les élèves exécutent individuellement le saut en longueur selon leur compréhension en essayant de s'améliorer</p>	 <p>α</p>  	<p>1h</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations  Bilan  Trace écrite</p>	<p>Exercices de relaxations  Bilan de la séance et annonce du prochain cours</p>	<p>Alignés par groupe, les élèves exécutent des exercices de relaxations  +Assis, les élèves écoutent le professeur et posent des questions +Le professeur donne le titre de la prochaine séance +les élèves prennent notes</p>	<p>△△△△△△△△△△△△△△△△△△ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p>Ω</p>	<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6	NBRE DE GROUPES : 4
DATE : .....	
DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : Sautoir	
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet	

TITRE DE LA SEANCE : Travailler la liaison course d'élan – impulsion (pose du pied d'appel)

### TABLEAU DE SPECIFICATION

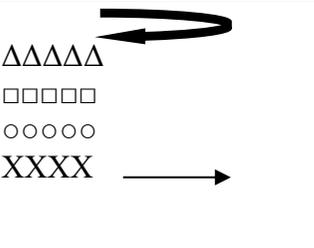
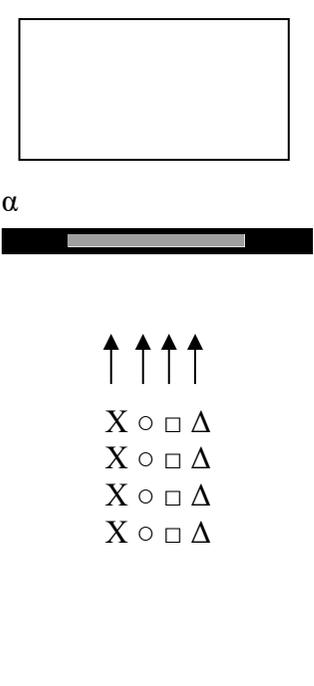
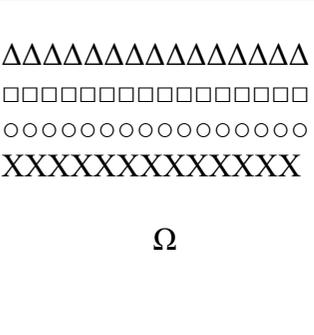
<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Les différents étapes du saut en longueur et leurs caractéristiques -Les règles liées au saut en longueur
EXECUTER	-un échauffement adapté au saut en longueur -une course d'élan progressivement accélérée et perpendiculaire à la place d'appel -la pose du pied d'appel avant la planche d'appel -une impulsion vers l'avant
APPLIQUER	Les règles liées à la pratique du saut en longueur
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de saut en longueur

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	COURSE D'ELAN			POSE DU PIED D'APPEL		
<b>INDICATEURS DE REUSSITE</b>	<b>BON</b> : progressivement accélérée, rectiligne et ample <b>PASSABLE</b> : ralentie et piétinée <b>MAUVAIS</b> : serpentée, molle et sans vie			<b>BON</b> : griffer et poussée allongée sur la planche <b>PASSABLE</b> : pied posé loin de la planche et impulsion approximative <b>MAUVAIS</b> : planche mordue et mauvaise impulsion		
<b>TECHNIQUE D'EXECUTION</b>	<b>B</b>	<b>P</b>	<b>M</b>	<b>B</b>	<b>P</b>	<b>M</b>

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• contrôle des présences et des tenues</li> <li>• présentation de la séance</li> <li>• test de la connaissance des élèves</li> </ul>	-Les chefs de groupes font l'appel des membres de leur groupe -les élèves assis, écoutent le professeur -les élèves répondent aux questions et en posent	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'

<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou -quelques accélérations</p>		<p>20'</p>
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur range les élèves dans des rangs rectilignes à la planche d'appel et leur demande de faire une course essai pour déterminer leur pied d'appui</p> <p><b>Activité 2 :</b> Le professeur met les élèves à 4 pas d'élan et les fait sauter</p> <p><b>Activité 3 :</b> Il les positionne à 6 pas d'élan et leur demande de faire une course progressivement accélérée puis impulsion et saut</p> <p><b>Activité 4 :</b> Compétition En groupe de couleur, les élèves font des courses d'élan et impulsion pour sauter</p>	<p>Les élèves passent après ceux qui ont réussi globalement le geste (3 passages 4 par 4)</p> <p>Les élèves s'appliquent individuellement à réaliser</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- une course d'élan progressivement accélérée et rectiligne à la planche d'appel</li> <li>- une pose parfaite du pied d'appel</li> </ul> <p>-Ils compétissent les uns contre les autres -Ils contrôlent avec des fiches d'observation</p>		<p>1h</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Exercices de relaxations</p> <p>Bilan de la séance et annonce du prochain cours</p>	<p>Alignés par groupe, les élèves exécutent des exercices de relaxations</p> <p>+Assis, les élèves écoutent le professeur et posent des questions +Le professeur donne le titre de la prochaine séance +les élèves prennent notes</p>		<p>15'</p>

### FICHE DE SEANCE 3

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6	NBRE DE GROUPES : 4
DATE : .....	
DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : Sautoir	
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet	

TITRE DE LA SEANCE : Travailler la liaison suspension – réception dans la fosse

#### TABLEAU DE SPECIFICATION

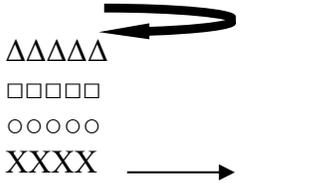
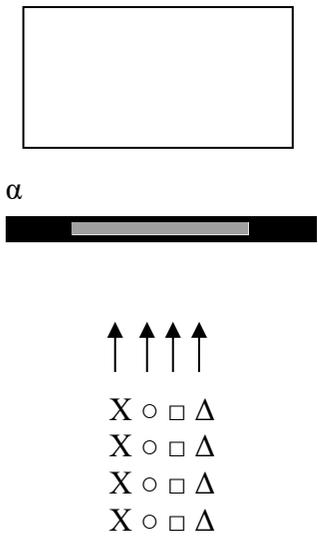
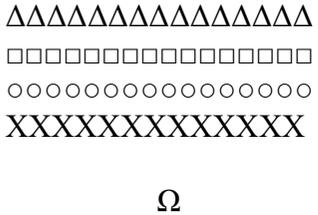
<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Les différents étapes du saut en longueur et leurs caractéristiques -Les règles liées au saut en longueur
EXECUTER	-un échauffement adapté au saut en longueur -une suspension prolongée en l'air -une réception sur les 2 pieds groupés en position semi-fléchie -un saut global
APPLIQUER	Les règles liées à la pratique du saut en longueur
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de saut en longueur

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	SUSPENSION			RECEPTION		
<b>INDICATEURS DE REUSSITE</b>	<b>BON</b> : ample, élevée et tardive <b>PASSABLE</b> : approximativement élevée et peu retardée <b>MAUVAIS</b> : rasante et ressemblant à un sursaut			<b>BON</b> : jambes groupées, le corps vers l'avant <b>PASSABLE</b> : jambes écartées avec le corps droit <b>MAUVAIS</b> : sur une jambe et debout ou tombée sur les fesses dans la fosse		
<b>TECHNIQUE D'EXECUTION</b>	<b>B</b>	<b>P</b>	<b>M</b>	<b>B</b>	<b>P</b>	<b>M</b>

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• contrôle des présences et des tenues</li> <li>• présentation de la séance</li> <li>• test de la connaissance des élèves</li> </ul>	-Les chefs de groupes font l'appel des membres de leur groupe -les élèves assis, écoutent le professeur -les élèves répondent aux questions et en posent	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'

<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou -quelques accélérations</p>		<p>20'</p>
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur dispose les élèves à 1 pas d'élan de la fosse et leur demande d'effectuer un saut (2 passages par groupe de couleur)</p> <p><b>Activité 2 :</b> Les élèves sont disposés à 4 pas pour le saut</p> <p><b>Activité 3 :</b> Les élèves sont disposés à 6 pas d'élan</p> <p><b>Activité 4 :</b> Compétition Les groupes compétissent les uns contre les autres (Prise de performance)</p>	<p>Les élèves passent après ceux qui ont réussi globalement le geste (3 passages 4 par 4)</p> <p>Les élèves s'appliquent individuellement à réaliser</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- une suspensive élevée et prolongée dans les airs</li> <li>- une réception sur les 2 pieds groupés en position semi-fléchie</li> </ul> <p>-Les groupes compétissent les uns contre les autres et observent avec de fiches d'observation</p>		<p>1h</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Exercices de relaxations</p> <p>Bilan de la séance et annonce du prochain cours</p>	<p>Alignés par groupe, les élèves exécutent des exercices de relaxations</p> <p>+Assis, les élèves écoutent le professeur et posent des questions +Le professeur donne le titre de la prochaine séance +les élèves prennent notes</p>		<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6	NBRE DE GROUPES : 4
DATE : .....	
DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : Sautoir	
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet	

TITRE DE LA SEANCE : Exécuter le saut en longueur dans sa forme globale

### TABLEAU DE SPECIFICATION

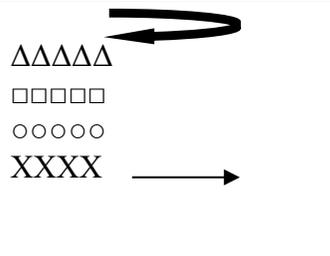
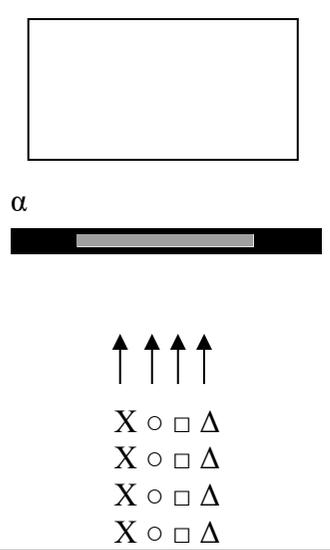
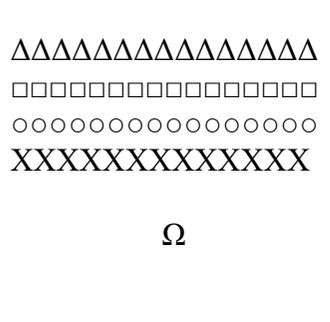
<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Les différents types de sauts et leurs caractéristiques -Les règles liées au saut en longueur
EXECUTER	-un échauffement adapté au saut en longueur -les étapes du saut en longueur -la forme globale du saut en longueur : <ul style="list-style-type: none"> <li>• course d'élan + impulsion</li> <li>• suspension + réception</li> </ul>
APPLIQUER	Les règles liées à la pratique du saut en longueur
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	-Une situation de saut en longueur -Une prise de performance

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	COURSE D'ELAN	POSE DU PIED D'APPEL	SUSPENSION	RECEPTION																								
<b>INDICATEURS DE REUSSITE</b>	<b>BON</b> : progressivement accélérée, rectiligne et ample <b>PASSABLE</b> : ralentie et piétinée <b>MAUVAIS</b> : serpentée, molle et sans vie	<b>BON</b> : griffer et poussée allongée sur la planche <b>PASSABLE</b> : pied posé loin de la planche et impulsion approximative <b>MAUVAIS</b> : planche mordue et mauvaise impulsion	<b>BON</b> : ample, élevée et tardive <b>PASSABLE</b> : approximativement élevée et peu retardée <b>MAUVAIS</b> : rasante et ressemblant à un sursaut	<b>BON</b> : jambes groupées, le corps vers l'avant <b>PASSABLE</b> : jambes écartées avec le corps droit <b>MAUVAIS</b> : sur une jambe et debout ou tombée sur les fesses dans la fosse																								
<b>NOMBRE D'ELEVES</b>	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">B</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">P</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">M</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	B	P	M				<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">B</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">P</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">M</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	B	P	M				<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">B</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">P</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">M</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	B	P	M				<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">B</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">P</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">M</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	B	P	M			
B	P	M																										
B	P	M																										
B	P	M																										
B	P	M																										

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>contrôle des présences et des tenues</li> <li>présentation de la séance</li> <li>test de la connaissance des élèves</li> </ul>	-Les chefs de groupes font l'appel des membres de leur groupe -les élèves assis, écoutent le professeur -les élèves répondent aux questions et en posent	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'

<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général  Echauffement spécifique</p>	<p>-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou -quelques accélérations</p>		<p>20'</p>
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application</p>	<p><b>Activité 1 :</b> Disposer les élèves pour qu'ils réalisent le saut en longueur dans sa forme globale  <b>Activité 2 :</b> Compétition Les élèves compétissent en groupe de couleur Prise de performance</p>	<p>-Les élèves passent après ceux qui ont réussi globalement le geste (3 passages 4 par 4)  -Les élèves exécutent individuellement le saut en longueur en essayant de s'améliorer passage après passage  -Ils contrôlent avec des fiches d'observation</p>		<p>1h</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations  Bilan  Trace écrite</p>	<p>Exercices de relaxations  Bilan de la séance et annonce du prochain cours</p>	<p>Alignés par groupe, les élèves exécutent des exercices de relaxations  +Assis, les élèves écoutent le professeur et posent des questions +Le professeur donne le titre de la prochaine séance +les élèves prennent notes</p>		<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 5

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 5/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : Sautoir			
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier les acquis de la classe

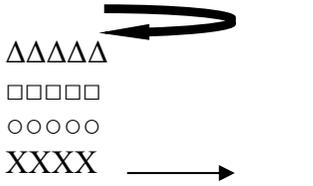
SITUATION DE SORTIE : L'Association Sportive du Collège Moderne de Diarabana organise un meeting d'athlétisme à la St Valentin. Les élèves de la ..... veulent prendre part à cet événement dans la discipline du saut en longueur. Pour ce faire, ils s'organisent sous la supervision de leur professeur d'EPS pour accomplir les tâches qui suivent. En groupe de couleur,

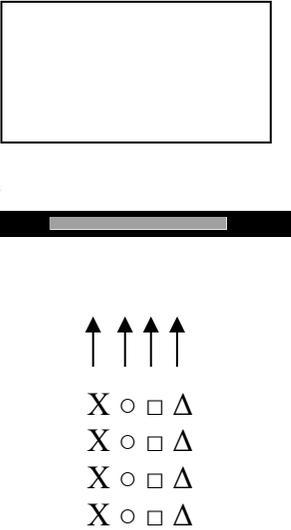
- 1) citez les différentes étapes du saut en longueur ;
- 2) donnez les caractéristiques de chaque étapes ;
- 3) réalisez individuellement le saut en longueur dans sa forme globale.

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	COURSE D'ELAN			POSE DU PIED D'APPEL			SUSPENSION			RECEPTION		
INDICATEURS DE REUSSITE	<b>BON</b> : progressivement accélérée, rectiligne et ample <b>PASSABLE</b> : ralentie et piétinée <b>MAUVAIS</b> : serpentée, molle et sans vie			<b>BON</b> : griffer et poussée allongée sur la planche <b>PASSABLE</b> : pied posé loin de la planche et impulsion approximative <b>MAUVAIS</b> : planche mordue et mauvaise impulsion			<b>BON</b> : ample, élevée et tardive <b>PASSABLE</b> : approximativement élevée et peu retardée <b>MAUVAIS</b> : rasante et ressemblant à un sursaut			<b>BON</b> : jambes groupées, le corps vers l'avant <b>PASSABLE</b> : jambes écartées avec le corps droit <b>MAUVAIS</b> : sur une jambe et debout ou tombée sur les fesses dans la fosse		
NOMBRE D'ELEVES	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regroupement des élèves</li> <li>• Contrôle de présence et de tenues</li> <li>• Annonce du titre de la séance</li> <li>• Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li>   <li>• Ecoutent le professeur</li> <li>• Prennent note</li> <li>• Font les tâches écrites en groupe de couleur</li> </ul>	<p>           ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ            □□□□□□□□□□□□□□            ○○○○○○○○○○○○○○○○○            XXXXXXXXXXXXXXXX              Ω            .....            Xxxx                    ooooo            Xxxx                    ooooo                                               ρ              □□□□                    ΔΔΔΔ            □□□□                    ΔΔΔΔ         </p>	20'
<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b>  Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou -quelques accélérations</p>	<p>              ΔΔΔΔΔ            □□□□□            ○○○○○            XXXX →         </p>	30'

<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b>          Mise en place des situations d'apprentissage          Exercices d'application</p>	<p>Observer et apprécier les acquis de la classe</p> <p>Prise de performance</p>	<p>-Les élèves exécutent le saut en longueur dans sa forme globale</p> <p>-Les élèves non impliqués contrôlent avec des fiches d'observation</p>	 <p>The diagram shows a rectangular long jump pit. At the left end, there is a thick black horizontal bar representing the starting line. Below the pit, there are four upward-pointing arrows, each followed by a row of three symbols: 'X', a square, and a triangle. The Greek letter alpha (α) is positioned to the left of the starting line.</p>	<p>40'</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bilan de la séance</li> <li>• Annonce de la séance prochaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices de relaxations</li> <li>• Les élèves écoutent le bilan et titre de la séance prochaine</li> <li>• Les élèves de service ramassent le matériel</li> </ul>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p>Ω</p>	<p>15'</p>

Leçon 1 : Exécuter des sauts

Activité : TRIPLE SAUT



# FICHE DE LECON

(6<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup>)

COMPETENCE N° 4: L'apprenant exécute des enchaînements d'actions pour développer sa coordination motrice, sa détente, sa force de projection et cultiver en soi le goût de l'effort et le sens de la responsabilité.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2heures chacune)

Exécuter des sauts pour développer sa détente.

## ACTIVITE : **TRIPLE SAUT**

SITUATION D'ENTREE : L'Association Sportive du Collège Moderne de Diarabana décide d'organiser une compétition d'athlétisme en vue de sélectionner les meilleurs élèves qui participeront à l'OISSU. Le professeur de la ..... prépare ses élèves au triple saut pour y participer.

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

HABILETES	CONTENUS
CONNAITRE	-les différents types de sauts et leurs caractéristiques -les différentes phases du triple saut (course d'élan-impulsion sur le pied d'appel-cloche pied-foulée bondissante-saut en longueur-réception groupée) -les règles liées à la pratique du triple saut -le matériel nécessaire à la pratique du triple saut -l'échauffement adapté au triple saut -la matérialisation d'un sautoir
COMPRENDRE	-l'échauffement adapté au triple saut -l'ordre des sauts au triple saut
EXECUTER	-un échauffement adapté au triple saut -les étapes du triple saut -la forme globale du triple saut : <ul style="list-style-type: none"><li>• course d'élan + impulsion</li><li>• suspension (3 sauts) + réception</li></ul>
TRAITER	-une situation du triple saut (élan, appel, rythme, réception) -une prise de performance

CONDITIONS MATERIELLES : planche d'appel ; plots ; sifflet ; sautoir ;

## DEROULEMENT DE LA LECON

<b>ETAPES</b>	<b>SEANCES</b>	<b>CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES</b>	<b>ACTIVITES DES ELEVES</b>
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau de la classe	Traiter une situation de triple saut
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	Travail de la liaison Course d'élan + impulsion (pose du pied d'appel) Saut global	Courir vite et poser le pied d'appel sans ralentir ni hésiter
	3	Travail de la suspension + réception dans la fosse Saut global	Après la pose du pied d'appel, réaliser le cloche pied, la foulée bondissante, le saut en longueur et la réception pieds groupés dans la fosse
	4	Exécution de la forme globale du triple saut	Courir et réaliser le cloche pied + la foulée bondissante + le saut en longueur et descendre dans la fosse pieds groupés
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis de la classe Prise de performance	Traiter une situation de triple saut avec mesure du saut effectué par l'élève
Remédiation	6	Remédiation	Correction des difficultés constatées à l'évaluation

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6	NBRE DE GROUPES : 4
DATE : .....	
DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : sautoir	
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet	

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

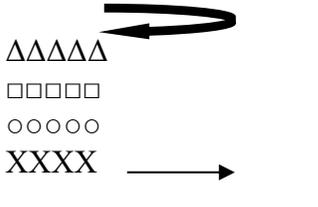
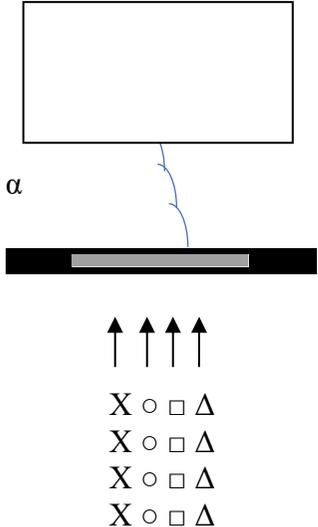
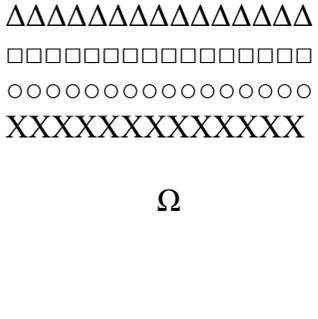
<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les différents types de sauts et leurs caractéristiques</li> <li>-les différentes phases du triple saut</li> <li>-les règles liées à la pratique du triple saut</li> <li>-le matériel nécessaire à la pratique du triple saut</li> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-la matérialisation d'un sautoir</li> </ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-l'ordre des sauts au triple saut</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-l'ordre des sauts au triple saut</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les règles liées à la pratique du triple saut</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Une situation de triple saut

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	COURSE D'ELAN			SUSPENSION									RECEPTION		
				CLOCHE-PIED			FOULEE BONDISSANTE			SAUT EN LONGUEUR					
INDICATEURS DE REUSSITE	<b>BON :</b> progressivement accélérée, rectiligne et ample <b>PASSABLE :</b> ralentie et piétinée <b>MAUVAIS :</b> serpentée, molle et sans vie			<b>BON :</b> impulsion dynamique et retardée sur le même pied <b>PASSABLE :</b> rasant sans amplitude du même pied <b>MAUVAIS :</b> sursaut sur le même pied avec annulation de la vitesse acquise			<b>BON :</b> changement de pied dynamique, ample et retardé, et suspension équilibrée <b>PASSABLE :</b> suspension avec changement de jambe peu élevée et pas retardée <b>MAUVAIS :</b> impulsion ratée, rasante et déséquilibrée			<b>BON :</b> suspension retardée avec extension du corps <b>PASSABLE :</b> suspension peu élevée avec le corps cassé <b>MAUVAIS :</b> ressemblant à un sursaut groupé ou écart			<b>BON :</b> jambes groupées, le corps vers l'avant <b>PASSABLE :</b> jambes écartées avec le corps droit <b>MAUVAIS :</b> sur une jambe et debout ou tombée sur les fesses dans la fosse		
NOMBRE D'ELEVES	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>contrôle des présences et des tenues</li> <li>présentation de la séance</li> <li>test de la connaissance des élèves</li> </ul>	-Les chefs de groupes font l'appel des membres de leur groupe -les élèves assis, écoutent le professeur -les élèves répondent aux questions et en posent	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'

<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général  Echauffement spécifique</p>	<p>-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou</p>		<p>20'</p>
<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application</p>	<p>Le professeur demande aux élèves qui savent exécuter le triple saut de passer  Le professeur, avec une fiche, va observer le passage des élèves</p>	<p>Les élèves passent après ceux qui ont réussi globalement le geste (3 passages 4 par 4)  Les élèves exécutent individuellement le triple saut selon leur compréhension en essayant de s'améliorer</p>		<p>1h</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations  Bilan  Trace écrite</p>	<p>Exercices de relaxations  Bilan de la séance et annonce du prochain cours</p>	<p>Alignés par groupe, les élèves exécutent des exercices de relaxations  +Assis, les élèves écoutent le professeur et posent des questions +Le professeur donne le titre de la prochaine séance +les élèves prennent notes</p>		<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6	NBRE DE GROUPES : 4
	DATE : .....
INSTALLATIONS : sautoir	
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet	

TITRE DE LA SEANCE : Travail sur la liaison course d'élan – impulsion (Pose du pied d'appel)

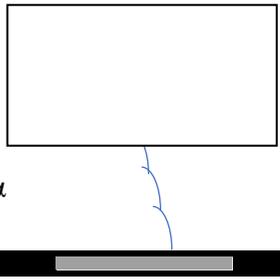
### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les différents types de sauts et leurs caractéristiques</li> <li>-les différentes phases du triple saut</li> <li>-les règles liées à la pratique du triple saut</li> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> </ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-l'ordre des sauts au triple saut</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-une course d'élan progressivement accélérée et rectiligne à la planche d'appel</li> <li>-une pose parfaite du pied d'appel</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les règles liées à la pratique du triple saut</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>

## FICHE D'OBSERVATION

<b>CRITERES</b>	<b>COURSE D'ELAN</b>			<b>POSE DU PIED D'APPEL</b>		
<b>INDICATEURS DE REUSSITE</b>	<b>BON</b> : progressivement accélérée, rectiligne et ample <b>PASSABLE</b> : ralentie et piétinée <b>MAUVAIS</b> : serpentée, molle et sans vie			<b>BON</b> : griffer et poussée allongée sur la planche <b>PASSABLE</b> : pied posé loin de la planche et impulsion approximative <b>MAUVAIS</b> : planche mordue et mauvaise impulsion		
<b>TECHNIQUE D'EXECUTION</b>	<b>B</b>	<b>P</b>	<b>M</b>	<b>B</b>	<b>P</b>	<b>M</b>

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• contrôle des présences et des tenues</li> <li>• présentation de la séance</li> <li>• test de la connaissance des élèves</li> </ul>	-Les chefs de groupes font l'appel des membres de leur groupe -les élèves assis, écoutent le professeur -les élèves répondent aux questions et en posent	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou	ΔΔΔΔΔ  □□□□□ ○○○○○ XXXX 	20'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur dispose les élèves en vague et leur fait mimer les 3 bonds du triple saut (cloche-pied ; foulée bondissante et saut en longueur)</p> <p><b>Activité 2 :</b> Le professeur met les élèves sur la piste du saut et leur fait exécuter les 3 bonds à partir de la planche d'appel (3 passages chacun)</p> <p><b>Activité 3 :</b> Compétition            En groupe de couleur, les élèves font des courses d'élan et impulsion (3 bonds)</p>	Les élèves passent après ceux qui ont réussi globalement le geste (3 passages 4 par 4)  Les élèves s'appliquent individuellement à réaliser <ul style="list-style-type: none"> <li>- une course d'élan progressivement accélérée et rectiligne à la planche d'appel</li> <li>- une pose parfaite du pied d'appel</li> </ul> -Les élèves exécutent la course d'élan + impulsion (3 bonds) et contrôlent avec des fiches d'observation	 α  ↑ ↑ ↑ ↑ X ○ □ Δ X ○ □ Δ X ○ □ Δ X ○ □ Δ	1h

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Exercices de relaxations</p> <p>Bilan de la séance et annonce du prochain cours</p>	<p>Alignés par groupe, les élèves exécutent des exercices de relaxations</p> <p>+Assis, les élèves écoutent le professeur et posent des questions +Le professeur donne le titre de la prochaine séance +les élèves prennent notes</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
--	--	---	---	------------

### FICHE DE SEANCE 3

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6	NBRE DE GROUPES : 4
DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : sautoir	
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet	

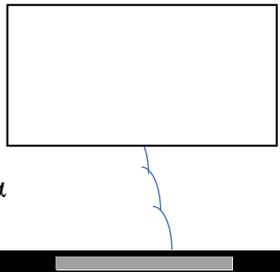
TITRE DE LA SEANCE : Travail sur la suspension et la réception dans la fosse (Saut global)

#### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les différents types de sauts et leurs caractéristiques</li> <li>-les différentes phases du triple saut</li> <li>-les règles liées à la pratique du triple saut</li> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> </ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-l'ordre des sauts au triple saut</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-les 3 bond (cloche-pied, foulée bondissante et saut en longueur)</li> <li>-une suspension prolongée dans les airs</li> <li>-une réception avec les 2 pieds groupés dans la fosse en position semi-fléchie</li> <li>-saut global</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les règles liées à la pratique du triple saut</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• contrôle des présences et des tenues</li> <li>• présentation de la séance</li> <li>• test de la connaissance des élèves</li> </ul>	-Les chefs de groupes font l'appel des membres de leur groupe -les élèves assis, écoutent le professeur -les élèves répondent aux questions et en posent	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou	ΔΔΔΔΔ  □□□□□ ○○○○○ XXXX 	20'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	<p><b>Activité 1 :</b> Le professeur dispose les élèves à 4 pas d'élan de la fosse et leur demande d'effectuer le triple saut (2 passages par groupe de couleur)</p> <p><b>Activité 2 :</b> Les élèves sont disposés à 6 pas pour le saut</p> <p><b>Activité 3 :</b> Compétition            Les groupes compétissent les uns contre les autres (Prise de performance)</p>	Les élèves passent après ceux qui ont réussi globalement le geste (3 passages 4 par 4)  Les élèves s'appliquent individuellement à réaliser <ul style="list-style-type: none"> <li>- les 3 bonds (cloche-pied ; foulée bondissante et saut en longueur)</li> <li>- une suspension élevée et prolongée dans les airs</li> <li>- une réception sur les 2 pieds groupés en position semi-fléchie</li> </ul> -Ils compétissent et contrôlent le saut avec des fiches d'observation	 α  ↑ ↑ ↑ ↑ X ○ □ Δ X ○ □ Δ X ○ □ Δ X ○ □ Δ	1h

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Exercices de relaxations</p> <p>Bilan de la séance et annonce du prochain cours</p>	<p>Alignés par groupe, les élèves exécutent des exercices de relaxations</p> <p>+Assis, les élèves écoutent le professeur et posent des questions +Le professeur donne le titre de la prochaine séance +les élèves prennent notes</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
--	--	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6	NBRE DE GROUPES : 4
DATE : .....	
DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : sautoir	
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet	

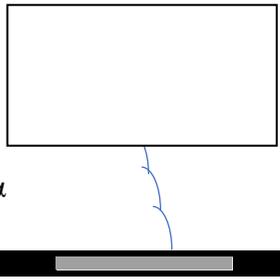
TITRE DE LA SEANCE : Exécuter la forme globale du triple saut

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les différents types de sauts et leurs caractéristiques</li> <li>-les différentes phases du triple saut</li> <li>-les règles liées à la pratique du triple saut</li> <li>-le matériel nécessaire à la pratique du triple saut</li> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-la matérialisation d'un sautoir</li> </ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-l'ordre des sauts au triple saut</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-l'échauffement adapté au triple saut</li> <li>-l'ordre des sauts au triple saut</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les règles liées à la pratique du triple saut</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Une situation de triple saut



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• contrôle des présences et des tenues</li> <li>• présentation de la séance</li> <li>• test de la connaissance des élèves</li> </ul>	-Les chefs de groupes font l'appel des membres de leur groupe -les élèves assis, écoutent le professeur -les élèves répondent aux questions et en posent	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	20'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou	ΔΔΔΔΔ  □□□□□ ○○○○○ XXXX 	20'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	<b>Activité 1 :</b> Disposer les élèves pour qu'ils réalisent le triple saut dans sa forme globale  <b>Activité 2 :</b> Compétition Les élèves compétissent en groupe de couleur  Prise de performance	Les élèves passent après ceux qui ont réussi globalement le geste (3 passages 4 par 4)  Les élèves exécutent individuellement le triple saut selon leur compréhension en essayant de s'améliorer  -Ils contrôlent le saut avec des fiches d'observation	 α  ↑ ↑ ↑ ↑ X ○ □ Δ X ○ □ Δ X ○ □ Δ X ○ □ Δ	1h

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Exercices de relaxations</p> <p>Bilan de la séance et annonce du prochain cours</p>	<p>Alignés par groupe, les élèves exécutent des exercices de relaxations</p> <p>+Assis, les élèves écoutent le professeur et posent des questions +Le professeur donne le titre de la prochaine séance +les élèves prennent notes</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
--	--	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 5

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 5/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : sautoir			
MATERIEL : plots, planche d'appel, sifflet			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier les acquis des élèves

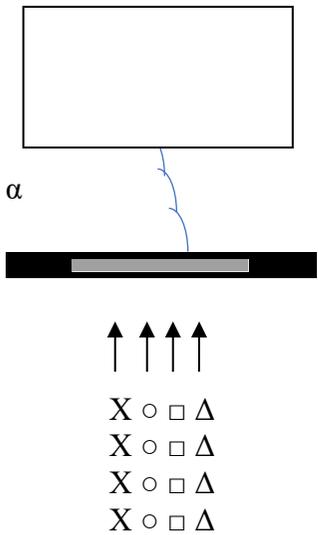
SITUATION DE SORTIE : L'Association Sportive du Collège Moderne de Diarabana organise un meeting d'athlétisme à la St Valentin. Les élèves de la ..... veulent faire prendre part à cet événement dans la discipline du triple saut. Pour ce faire, ils s'organisent sous la supervision de leur professeur d'EPS pour accomplir les tâches qui suivent. En groupe de couleur,

- 4) nommez les trois bonds du triple saut ;
- 5) donnez les caractéristiques de la suspension et de la réception au triple saut ;
- 6) réalisez individuellement le triple saut dans sa forme globale.



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p><b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regroupement des élèves</li> <li>• Contrôle de présence et de tenues</li> <li>• Annonce du titre de la séance</li> <li>• Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li>   <li>• Ecoutent le professeur</li> <li>• Prennent note</li> <li>• Font les tâches écrites en groupe de couleur</li> </ul>	<p>           ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ            □□□□□□□□□□□□□□            ○○○○○○○○○○○○○○○○○            XXXXXXXXXXXXXXXX              Ω            .....            Xxxx                    ooooo            Xxxx                    ooooo                                               α            □□□□                    ΔΔΔΔ            □□□□                    ΔΔΔΔ         </p>	20'
<p><b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b></p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>-Les apprenants courent à petits trots pendant 5minutes -les apprenants exécutent des exercices d'étirements, assouplissements -ils exécutent des cloches-pieds, sauts kangourou -quelques accélérations</p>	<p>           ΔΔΔΔΔ             □□□□□            ○○○○○            XXXX  </p>	30'

<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application</p>	<p>Observer et apprécier les acquis de la classe</p> <p>Prise de performance</p>	<p>-Les élèves exécutent le triple saut dans sa forme globale</p> <p>-Ils organisent les compétitions</p> <p>-Ils contrôlent les sauts avec des fiches d'observation</p>		<p>40'</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bilan de la séance</li> <li>• Annonce de la séance prochaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices de relaxations</li> <li>• Les élèves écoutent le bilan et titre de la séance prochaine</li> <li>• Les élèves de service ramassent le matériel</li> </ul>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>

## Leçon 2 : Exécuter des lancers

### Activité : LANCER DE POIDS



# FICHE DE LECON

**(6ème / 5ème)**

COMPETENCE N° 4 : L'apprenant exécute des enchainements d'actions pour développer sa coordination motrice, sa détente, sa force de projection et cultiver en soi le goût de l'effort et le sens de la responsabilité.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2 heures chacune):

Exécuter le lancer de profil à pas chassé pour développer sa force et sa vitesse de projection (au moins 6 m pour les garçons avec 3 kg et au moins 5 m pour les filles avec 2 kg)

## .ACTIVITE : **LANCER DE POIDS**

SITUATION D'ENTREE : A l'approche des congés de Noël, les professeurs d'EPS du Collège Moderne de Diarabana organisent les olympiades d'athlétisme de leur établissement. Les élèves de la ..... s'organisent avec l'aide de leur professeur pour constituer une équipe de lancer de poids.

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-les différents types de lancer et leurs caractéristiques (lancer de poids, de javelot, de disque, de marteau)</li><li>-le traçage de l'aire du lancer de poids</li><li>-les différentes familles de lancer (lancer lourd et lancer léger)</li><li>-les différentes étapes du lancer de poids</li><li>-le matériel nécessaire à la pratique des lancers</li><li>-les règles de sécurité au lancer de poids</li></ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-Les règles de sécurité et d'hygiène liées au lancer de poids</li><li>-l'importance de l'échauffement adapté au lancer de poids</li><li>-l'attitude à adopter au lancer de poids</li><li>-Les étapes du lancer de poids</li></ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"><li>-un échauffement adapté au lancer de poids</li><li>-le lancer de profil à l'arrêt et en déplacement</li></ul>
RESPECTER	Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de lancer de poids (tenu, placement, déplacement, projection) Prise de performance

CONDITIONS MATERIELLES : des poids, des plots, décamètre, aire de lancer matérialisée

## DEROULEMENT DE LA LECON

<b>ETAPES</b>	<b>SEANCES</b>	<b>CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES</b>	<b>ACTIVITES DES ELEVES</b>
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observation et appréciation du niveau de la classe	Traiter une situation de lancer de poids
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	Tenu de l'engin et apprentissage du lancer de profil à l'arrêt	-manipulations de l'engin d'une main à l'autre -apprentissage du tenu et du placement correct -lancer de profil à l'arrêt
	3	Elan – projection et lancer de profil en déplacement	-Lancer de profil à l'arrêt -apprentissage du pas chassé -lancer de profil à pas chassé
	4	Réalisation globale du Lancer de profil à pas chassé	Lancer de profil à pas chassé
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observation et appréciation des acquis de la classe Prise de performance	Traiter une situation de lancer de poids et prendre les performances en 2h sur une aire matérialisée
Remédiation	6	Remédiation	Amélioration des acquis à partir des difficultés rencontrées

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : aire de lancer matérialisée			
MATERIEL : des poids, des plots, 1 décamètre			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Le tenu de l'engin -Les différents types de lancer et leurs caractéristiques -Les différentes étapes du lancer de poids -L'échauffement adapté au lancer de poids
EXECUTER	-un échauffement adapté au lancer de poids -le lancer de profil à l'arrêt et en déplacement
APPLIQUER	-Les règles liées à la pratique du lancer de poids -Les règles d'hygiène et de sécurité
RESPECTER	-Les règles d'hygiène et de sécurité -Les règles liées à la pratique du lancer de poids
EXECUTER	Une situation de lancer de poids





## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : aire de lancer matérialisée			
MATERIEL : des poids, des plots, 1 décamètre			

TITRE DE LA SEANCE : Tenu de l'engin et apprentissage du lancer de profil à l'arrêt

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Le tenu de l'engin -Les différents types de lancer et leurs caractéristiques -Les différentes étapes du lancer de poids -L'échauffement adapté au lancer de poids
EXECUTER	-un échauffement adapté au lancer de poids -le lancer de profil à l'arrêt
APPLIQUER	-Les règles liées à la pratique du lancer de poids -Les règles d'hygiène et de sécurité
RESPECTER	-Les règles d'hygiène et de sécurité -Les règles liées à la pratique du lancer de poids
EXECUTER	Une situation de lancer de poids



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	Amener à faire l'appel Contrôler les présences et les tenues Annoncer le titre de la séance par des questionnements	Assis par groupe de couleur face au prof dos au soleil, les élèves répondent à l'appel de leurs noms Ecoutent et répondent aux questions	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	10'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Amener les apprenants à courir à petites foulées autour de l'aire matérialisée  Amener les apprenants à faire des étirements musculaires et des assouplissements des articulations des épaules, des coudes et des poignets etc.....	Les apprenants courent par groupe de couleur pendant 3 minutes autour de l'aire matérialisée, puis font des étirements, assouplissements, pompes par la suite	Ooooooooooooooooooooo o o O o O o O Ω o O o O o O o Ooooooooooooooooooooo	20'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	<b>Activité 1 :</b> Disposés en vague, faire mimer le geste global du lancer de profil à l'arrêt  <b>Activité 2 :</b> Faire apprendre le tenu de l'engin pour un lancer de profil à l'arrêt individuellement  <b>Activité 3 :</b> Compétition Les élèves font un bon tenu de l'engin et exécutent le lancer de profil à l'arrêt le plus loin possible  Prise de performance	-Les élèves miment le geste global du lancer de profil à l'arrêt  -Les élèves apprennent à tenir l'engin -Ils exécutent le lancer de poids de profil à l'arrêt (2 essais chacun)  -Les élèves tiennent l'engin et exécutent le lancer de profil à l'arrêt le plus loin possible -Ils observent les différents lancers avec une fiches d'observation	x  O --) )--)--)--)--)--))	1h

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Faire rassembler le matériel Fait faire des exercices de relaxations Faire le bilan de la séance Annoncer le titre de la séance prochaine</p>	<p>Les apprenants rassemblent le matériel</p> <p>Ils font des exercices de relaxations</p> <p>Assis, les apprenants sont attentifs au bilan de la séance Ils prennent des notes</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p style="text-align: center;">15'</p>
--	--	---	---	--

### FICHE DE SEANCE 3

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6		DUREE : 2h	
INSTALLATIONS : aire de lancer matérialisée			
MATERIEL : des poids, des plots, 1 décamètre			

TITRE DE LA SEANCE : Prise d'élan et lancer de profil en déplacement

#### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Le tenu de l'engin</li> <li>-Les différents types de lancer et leurs caractéristiques</li> <li>-Les différentes étapes du lancer de poids</li> <li>-L'échauffement adapté au lancer de poids</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au lancer de poids</li> <li>-le lancer de profil en déplacement</li> </ul>
APPLIQUER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Les règles liées à la pratique du lancer de poids</li> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> <li>-Les règles liées à la pratique du lancer de poids</li> </ul>
EXECUTER	Une situation de lancer de poids



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<b>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</b> Contrôle des présences motivation	Amener à faire l'appel Contrôler les présences et les tenues Annoncer le titre de la séance par des questionnements	Assis par groupe de couleur face au prof dos au soleil, les élèves répondent à l'appel de leurs noms Ecoutent et répondent aux questions	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	10'
<b>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</b> Echauffement général Echauffement spécifique	Amener les apprenants à courir à petites foulées autour de l'aire matérialisée  Amener les apprenants à faire des étirements musculaires et des assouplissements des articulations des épaules, des coudes et des poignets etc.....	Les apprenants courent par groupe de couleur pendant 3 minutes autour de l'aire matérialisée, puis font des étirements, assouplissements, pompes par la suite	Ooooooooooooooooooooo o o O o O o O Ω o O o O o O o oooooooooooooooooooo	20'
<b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b> Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	<b>Activité 1 :</b> Disposés en vague, faire mimer le geste global du lancer de profil en déplacement  <b>Activité 2 :</b> Faire tenir l'engin par les élèves pour exécuter des lancers de profil en déplacement individuellement  <b>Activité 3 :</b> Compétition Les élèves exécutent le lancer de profil en déplacement le plus loin possible  Prise de performance	-Les élèves miment le geste global du lancer en déplacement  -Les élèves tiennent l'engin, prennent de l'élan et exécutent le lancer de poids de profil en déplacement (2 essais chacun)  -Les élèves tiennent l'engin et exécutent le lancer de profil en déplacement le plus loin possible -Ils observent les différents lancers avec une fiches d'observation	x  O --) )--)--)---)--)-)	1h

<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Faire rassembler le matériel Fait faire des exercices de relaxations Faire le bilan de la séance Annoncer le titre de la séance prochaine</p>	<p>Les apprenants rassemblent le matériel</p> <p>Ils font des exercices de relaxations</p> <p>Assis, les apprenants sont attentifs au bilan de la séance Ils prennent des notes</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p style="text-align: center;">15'</p>
--	--	---	---	--

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6	DUREE : 2h		
INSTALLATIONS : aire de lancer matérialisée			
MATERIEL : des poids, des plots, 1 décamètre			

TITRE DE LA SEANCE : Réalisation globale du lancer de poids à pas chassés

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-Le tenu de l'engin -Les différents types de lancer et leurs caractéristiques -Les différentes étapes du lancer de poids -L'échauffement adapté au lancer de poids
EXECUTER	-un échauffement adapté au lancer de poids -le lancer de profil à pas chassés
APPLIQUER	-Les règles liées à la pratique du lancer de poids -Les règles d'hygiène et de sécurité
RESPECTER	-Les règles d'hygiène et de sécurité -Les règles liées à la pratique du lancer de poids
EXECUTER	Une situation de lancer de poids





<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b> Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Faire rassembler le matériel Fait faire des exercices de relaxations Faire le bilan de la séance Annoncer le titre de la séance prochaine</p>	<p>Les apprenants rassemblent le matériel</p> <p>Ils font des exercices de relaxations</p> <p>Assis, les apprenants sont attentifs au bilan de la séance Ils prennent des notes</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p style="text-align: center;">15'</p>
--	--	---	---	--

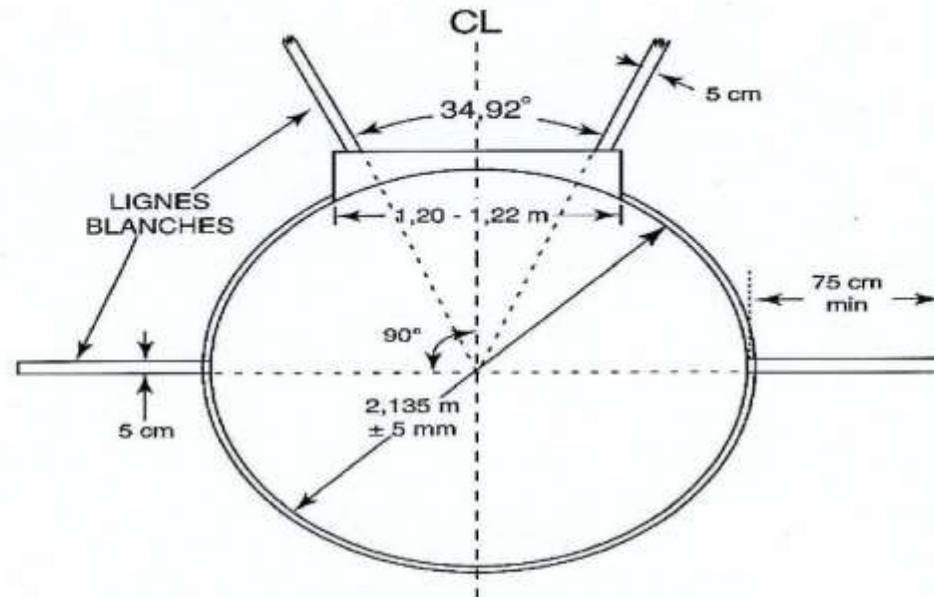




<p><b>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</b>          Mise en place des situations d'apprentissage          Exercices d'application</p>	<p>-Amener les apprenants à faire le lancer de profil en déplacement          Prise de performance</p>	<p>-Les élèves prennent un élan et exécutent le lancer de poids de profil à pas chassés (2 essais chacun)          -Ils observent les différents lancers avec une fiches d'observation</p>	<p>x          O --) )--)--(---)--)-)</p>	<p>1h</p>
<p><b>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</b>          Exercices d'étirements et de relaxations          Bilan          Trace écrite</p>	<p>Faire rassembler le matériel          Fait faire des exercices de relaxations          Faire le bilan de la séance          Annoncer le titre de la séance prochaine</p>	<p>Les apprenants rassemblent le matériel          Ils font des exercices de relaxations          Assis, les apprenants sont attentifs au bilan de la séance          Ils prennent des notes</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ          □□□□□□□□□□□□□□          ○○○○○○○○○○○○○○○○          XXXXXXXXXXXXXXXX          Ω</p>	<p>15'</p>

# L'aire du lancer de poids

## LANCER DU POIDS



### Cercle de Lancer du Poids

#### AIRE DE LANCER :

L'aire de lancer est constituée d'un cercle et d'un butoir.

#### LE CERCLE DE LANCER :

Il doit être fait de bandes de fer, ou autre matériau approprié. Le haut du cercle sera de niveau avec le sol à l'extérieur.

L'intérieur du cercle sera fait d'un matériau dur non glissant. La surface de cet intérieur sera plate et située à  $20 \text{ mm}$  en dessous du niveau supérieur du cercle.

Le diamètre intérieur du cercle sera de  $2,135 \text{ m}$  plus ou moins  $5 \text{ mm}$ . Le cercle aura une épaisseur de  $6 \text{ mm}$  et sera peint en blanc.

Une ligne blanche de  $50 \text{ mm}$  de large sera tracée à l'extérieur du cercle, sur une longueur minimale de  $0,75 \text{ m}$  de chaque côté. Le bord arrière de cette ligne constituera le prolongement d'une ligne théorique passant par le centre du cercle et perpendiculaire à l'axe du secteur de lancement.

# **COMPETENCE 5**

**Traiter une situation d'intégration à un groupe par la planification avec ses pairs des stratégies de coopération, par le respect des règles et l'exécution de différents rôles**

## Leçon 1 : Jouer un rôle dans la pratique d'un sport collectif de grand terrain

### Activité : FOOTBALL



# FICHE DE LECON

**(6<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup>)**

COMPETENCE N°5 : L'apprenant traite une situation d'intégration à un groupe par la planification avec ses pairs des stratégies de coopération, par le respect des règles et l'exécution de différents rôles.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2heures chacune)

Jouer un rôle dans la pratique du football pour développer en soi-même le sentiment d'appartenir à un groupe, le sens de la responsabilité et l'esprit de tolérance.

## ACTIVITE : **FOOTBALL**

SITUATION D'ENTREE : Pour participer au tournoi de football organisé par l'Association Sportive de la DRENA Séguéla, le professeur d'EPS organise une présélection dans sa classe de ..... pour retenir les 5 meilleurs pour former l'équipe du Collège Moderne de Diarabana.

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-les différents types de sports collectifs et leurs caractéristiques</li><li>-les règles de jeu</li><li>-les officiels</li><li>-la matérialisation du terrain de football</li><li>-les techniques et les tactiques de jeu (attaques et défense)</li><li>-le matériel de jeu</li><li>-les formules de tournoi</li><li>-les différents postes sur le terrain</li><li>-les règles de sécurité et d'hygiène</li></ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-l'échauffement adapté au football</li><li>-les systèmes de jeu</li></ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"><li>-un échauffement adapté au football</li><li>-les manipulations de ballon (contrôle ou amorti, conduite, passes, réceptions, tirs)</li><li>-l'occupation rationnelle du terrain avec progression vers le camp adverse</li><li>-le marquage et le démarquage</li><li>-L'organisation d'un championnat ou d'un tournoi</li></ul>

TRAITER	Une situation de jeu de football : <ul style="list-style-type: none"> <li>- La technique individuelle du joueur</li> <li>- La tactique collective de l'équipe</li> <li>- L'organisation d'un tournoi</li> </ul>
---------	---

CONDITIONS MATERIELLES : 2 ballons, 2 sifflets, des plots, chronomètre, une aire de jeu

### DEROULEMENT DE LA LECON

ETAPES	SEANCES	CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES	ACTIVITES DES ELEVES
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau de la classe	Les élèves s'organisent par équipe pour jouer au football
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	Travail du contrôle et de la passe Jeu intergroupe	Exécuter des passes et réceptions, des tirs et réceptions
	3	Travail de la conduite de balle et de la progression en passe vers le camp adverse Jeu intergroupe	Progresser dans le camp adverse en conduisant la balle et en faisant des passes pour se mettre en position de tir à la proche du but.
	4	Travail de l'occupation rationnelle du terrain Jeu intergroupe	S'organiser en appui et en soutien en vue de mieux se démarquer pour recevoir le ballon
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis de la classe Jeu intergroupe	Traiter une situation de football où on observera les acquis techniques et tactiques des élèves
Remédiation	6	Remédiation	Résoudre les difficultés des apprenants constatées pendant l'évaluation

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6	NBRE DE GROUPES : 4
DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : espace de 40/30 mètres	
MATERIEL : 2 ballons, 2 sifflets, 1 chrono	

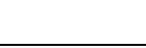
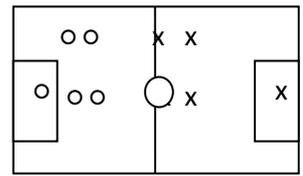
TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-le règlement lié à la pratique du football</li> <li>-matériel utile à la pratique du football</li> <li>-les différents types de sports collectifs</li> <li>-l'échauffement général et spécifique</li> <li>-le traçage du terrain et les dimensions</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> <li>-les officiels et leurs rôles</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au football</li> <li>-les manipulations de ballon (contrôle ou amorti, conduite, passes, réceptions, tirs)</li> <li>-l'occupation rationnelle du terrain avec progression vers le camp adverse</li> <li>-le marquage et le démarquage</li> <li>-L'organisation d'un championnat ou d'un tournoi</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Les règles du jeu</li> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Une situation de football (un tournoi entre les 4 groupes)



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
PRENDRE SA CLASSE EN MAIN : Contrôle des présences motivation	Contrôle de l'effectif de la classe  Présentation de la séance	Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.  Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent.	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	15'
PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT : Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	-course à petits trots en aller et retour par groupe -étirements, assouplissements et accélérations	ΔΔΔΔΔ  □□□□  ○○○○ XXXX 	10'
FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE : Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	Disposer les 4 groupes sur le terrain : *2 de par et d'autre de la ligne de touche *désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer *Les observer à l'aide d'une grille d'observation	Les élèves s'organisent et jouent au football selon leur vécu. Tous les groupes se rencontrent. Chaque rencontre dure 10 minutes	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ  □□□□□□□□□□□□□□	1H
AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT : -Exercices d'étirements et de relaxations -Bilan  Trace écrite	Diriger des exercices de relaxations.  Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.	-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.  -assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	15'

## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6	DUREE : 2H		
INSTALLATIONS : espace de 40/30 mètres			
MATERIEL : 2 ballons, 2 sifflets, 1 chrono			

TITRE DE LA SEANCE : Jeu de contrôle et de passe/ Jeu intergroupe

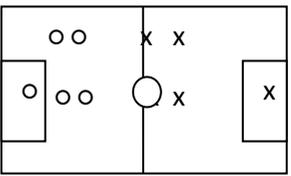
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-le règlement lié à la pratique du football -matériel utile à la pratique du football -l'échauffement général et spécifique -les règles d'hygiène et de sécurité -les officiels et leurs rôles
EXECUTER	-un échauffement adapté au football -les manipulations de ballon (contrôle ou amorti, conduite, passes, réceptions, tirs)
RESPECTER	-Les règles du jeu -Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation de football (un tournoi entre les 4 groupes)

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	CONTROLE DU BALLON			PASSE		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<i><b>B</b> : maîtrisé</i>			<i><b>B</b> : directe et tendue sur le coéquipier</i>		
	<i><b>P</b> : approximatif</i>			<i><b>P</b> : approximative</i>		
<b>JOUEURS</b>	<i><b>M</b> : nul</i>			<i><b>M</b> : totalement ratée</i>		
	B	P	M	B	P	M

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
PRENDRE SA CLASSE EN MAIN : Contrôle des présences motivation	Contrôle de l'effectif de la classe  Présentation de la séance	Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.  Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent.	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	15'
PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT : Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	-course à petits trots en aller et retour par groupe -étirements, assouplissements et accélérations	ΔΔΔΔΔ  □□□□  ○○○○ XXXX  	10'
FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE : Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	Disposer les 4 groupes sur le terrain : *2 de par et d'autre de la ligne de touche *désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer *Les observer à l'aide d'une grille d'observation	Les équipes s'organisent et font des passes et des contrôles de balle.  Tous les groupes participent au jeu. Chaque jeu dure 10 minutes	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ  □□□□□□□□□□□□□□	1H
AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT : -Exercices d'étirements et de relaxations -Bilan  Trace écrite	Diriger des exercices de relaxations.  Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.	-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.  -assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	15'

### FICHE DE SEANCE 3

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6	NBRE DE GROUPES : 4
DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : espace de 40/30 mètres	
MATERIEL : 2 ballons, 2 sifflets, 1 chrono	

TITRE DE LA SEANCE : Travail de conduite de balle et de progression en passe vers le camp adverse/ Jeu intergroupe

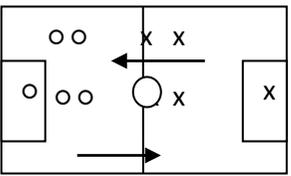
#### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-le règlement lié à la pratique du football</li> <li>-matériel utile à la pratique du football</li> <li>-l'échauffement général et spécifique</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> <li>-les officiels et leurs rôles</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au football</li> <li>-l'occupation rationnelle du terrain avec progression vers le camp adverse</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Les règles du jeu</li> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Une situation de football (un tournoi entre les 4 groupes)

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	MAITRISE DE LA BALLE			OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<p><b><i>B</i></b> : possession d'une excellente technique</p> <p><b><i>P</i></b> : se tire d'affaire dans sa technique</p> <p><b><i>M</i></b> : perte de balle à chaque contact</p>			<p><b><i>B</i></b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires</p> <p><b><i>P</i></b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires</p> <p><b><i>M</i></b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</p>		
	B	P	M	B	P	M
JOUEURS						

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
PRENDRE SA CLASSE EN MAIN : Contrôle des présences motivation	Contrôle de l'effectif de la classe  Présentation de la séance	Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.  Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent.	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	15'
PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT : Echauffement général Echauffement spécifique	Echauffement général  Echauffement spécifique	-course à petits trots en aller et retour par groupe -étirements, assouplissements et accélérations	ΔΔΔΔΔ  □□□□  ○○○○ XXXX	10'
FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE : Mise en place des situations d'apprentissage Exercices d'application	Disposer les 4 groupes sur le terrain : *2 de par et d'autre de la ligne de touche *désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer *Les observer à l'aide d'une grille d'observation	Les équipes s'organisent, occupent rationnellement l'aire de jeu et progressent vers le camp adverse en se faisant de passes.  Tous les groupes participent au jeu. Chaque jeu dure 10 minutes	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ  □□□□□□□□□□□□□□	1H
AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT : -Exercices d'étirements et de relaxations -Bilan  Trace écrite	Diriger des exercices de relaxations.  Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.	-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.  -assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration	ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ □□□□□□□□□□□□□□ ○○○○○○○○○○○○○○○○○ XXXXXXXXXXXXXXXX  Ω	15'

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6	NBRE DE GROUPES : 4
DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : espace de 40/30 mètres	
MATERIEL : 2 ballons, 2 sifflets, 1 chrono	

TITRE DE LA SEANCE : Travail sur l'occupation rationnelle du terrain/ Jeu intergroupe

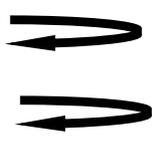
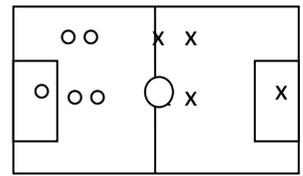
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-le règlement lié à la pratique du football</li> <li>-matériel utile à la pratique du football</li> <li>-l'échauffement général et spécifique</li> <li>-le traçage du terrain et les dimensions</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> <li>-les officiels et leurs rôles</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au football</li> <li>-l'occupation rationnelle du terrain avec progression vers le camp adverse</li> <li>-le marquage et le démarquage</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Les règles du jeu</li> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Une situation de football (un tournoi entre les 4 groupes)

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	ECHAUFFEMENT ADAPTE			MAITRISE DE LA BALLE			OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN			MARQUAGE/ DEMARQUAGE		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<i><b>B</b> : général et spécifique <b>P</b> : général uniquement <b>M</b> : sur place sans effort véritable</i>			<i><b>B</b> : possession d'une excellente technique <b>P</b> : se tire d'affaire dans sa technique <b>M</b> : perte de balle à chaque contact</i>			<i><b>B</b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires <b>P</b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires <b>M</b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</i>			<i><b>B</b> : défends et se positionne dans les espaces libres pour recevoir la balle <b>P</b> : pas de repli défensif à la perte de balle <b>M</b> : se laisse passer facilement et suit la balle</i>		
	<b>JOUEURS</b>	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent.</p>	<p>△△△△△△△△△△△△△△△△</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p>	<p>△△△△△</p> <p>□□□□□</p> <p>○○○○○</p> <p>XXXXX</p> 	<p>10'</p>
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les équipes s'organisent, font une occupation rationnelle de l'espace de jeu et font des passes en progressant dans le camp adverse.</p> <p>Tous les groupes participent au jeu.</p> <p>Chaque rencontre dure 10 minutes</p>	<p>△△△△△△△△△△△△△△△△</p>  <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p>	<p>1H</p>
<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>-Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>-Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>	<p>△△△△△△△△△△△△△△△△</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 5

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 5/6	DUREE : 2H		
INSTALLATIONS : espace de 40/30 mètres			
MATERIEL : 2 ballons, 2 sifflets, 1 chrono			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier les acquis des apprenants

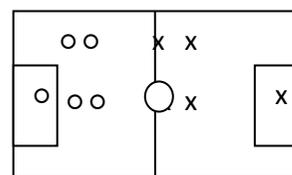
SITUATION DE SORTIE : Pour sélectionner les meilleurs joueurs pour former l'équipe qui représentera le Collège Moderne de Diarabana au tournoi de football organisé par l'Association Sportive de la DRENA Séguéla, le professeur d'EPS soumet sa classe de ..... à un test de présélection. Faisant partie de la classe,

- 1) Définissez le football ;
- 2) Dites à quelle famille de sports collectifs il appartient ;
- 3) participez en équipe à un tournoi de football.

## FICHE D'OBSERVATION

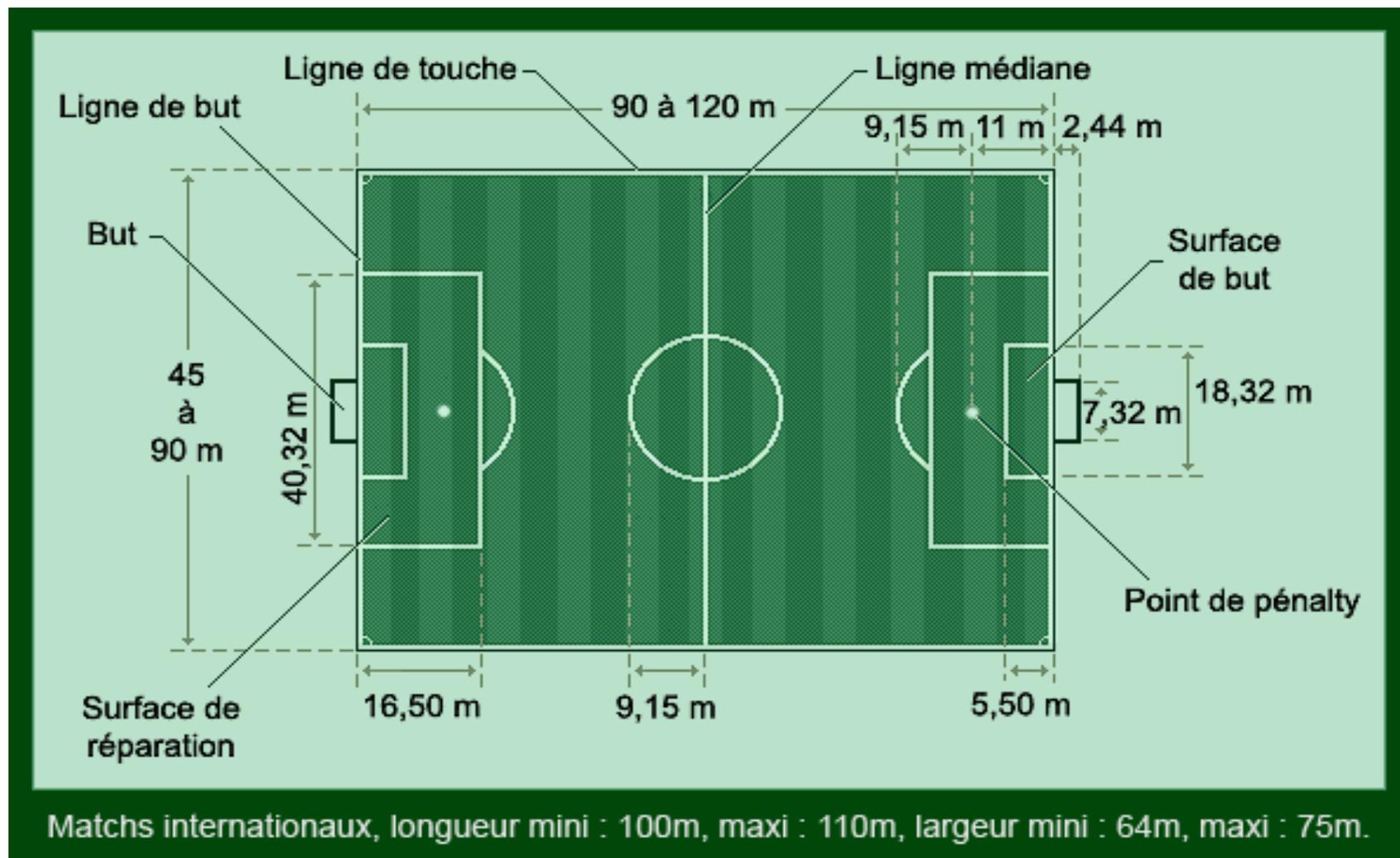
CRITERES	ECHAUFFEMENT ADAPTE			MAITRISE DE LA BALLE			OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN			MARQUAGE/ DEMARQUAGE		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<i><b>B</b> : général et spécifique</i> <i><b>P</b> : général uniquement</i> <i><b>M</b> : sur place sans effort véritable</i>			<i><b>B</b> : possession d'une excellente technique</i> <i><b>P</b> : se tire d'affaire dans sa technique</i> <i><b>M</b> : perte de balle à chaque contact</i>			<i><b>B</b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires</i> <i><b>P</b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires</i> <i><b>M</b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</i>			<i><b>B</b> : défends et se positionne dans les espaces libres pour recevoir la balle</i> <i><b>P</b> : pas de repli défensif à la perte de balle</i> <i><b>M</b> : se laisse passer facilement et suit la balle</i>		
	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M
JOUEURS												

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

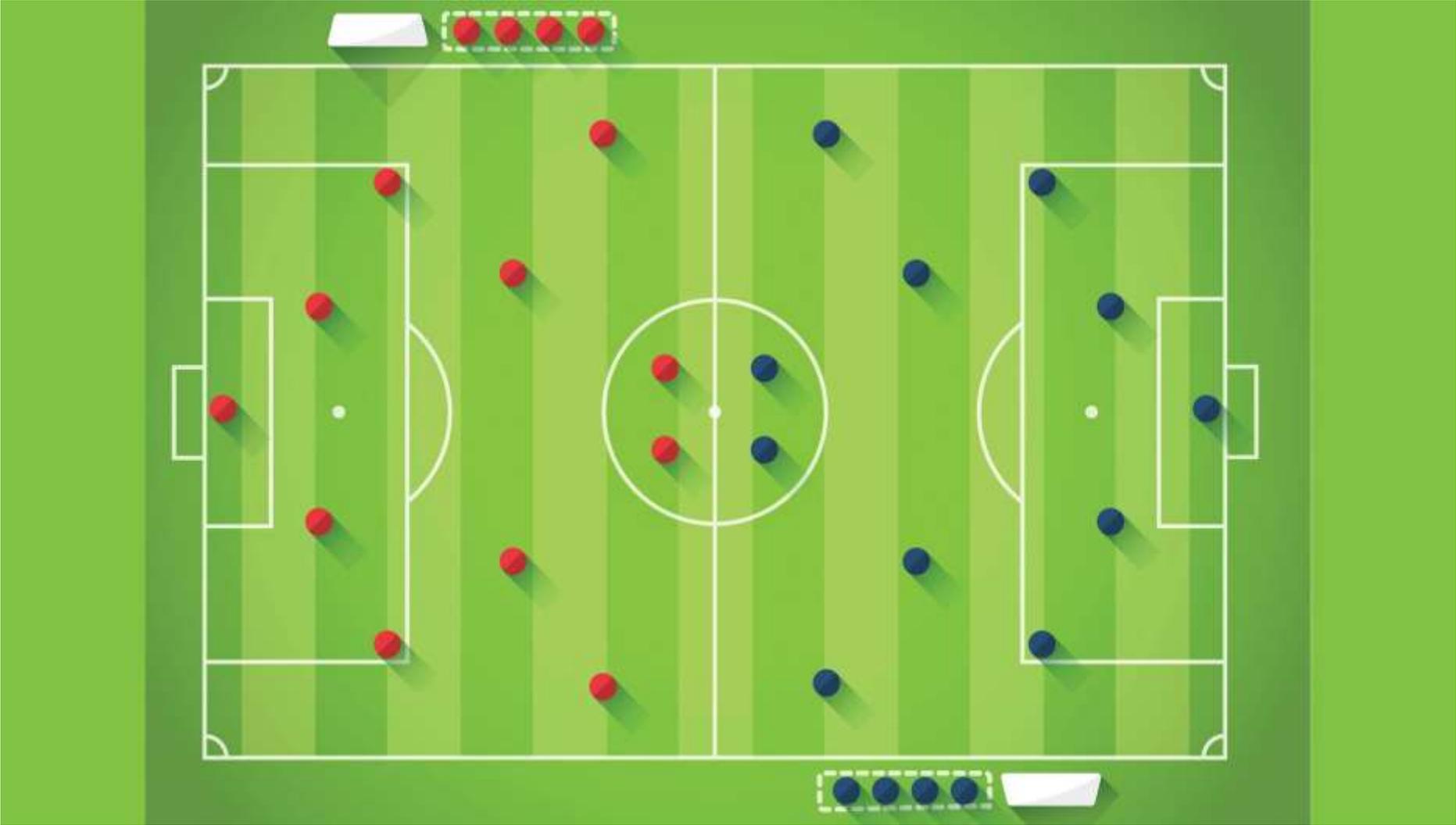
PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regroupement des élèves</li> <li>• Contrôle de présence et de tenues</li> <li>• Annonce du titre de la séance</li> <li>• Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li>   <li>• Ecoutent le professeur</li> <li>• Prennent note</li> <li>• Font les tâches écrites en groupe de couleur</li> </ul>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p> <p>.....</p> <p>Xxxx                  ooooo</p> <p>Xxxx                  ooooo</p> <p style="text-align: center;">⊠</p> <p>□□□                  ΔΔΔΔ</p> <p>□□□                  ΔΔΔΔ</p>	15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p>	<p>ΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□</p> <p>○○○○○</p> <p>XXXXX</p> 	10'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les élèves s'organisent et jouent au football selon l'enseignement reçu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre dure 10 minutes</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p>  <p>□□□□□□□□□□□□□□</p>	1H

<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>-Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>-Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
--	---	---	---	------------

## Les dimensions d'un terrain de Football



# La représentation d'un match de Football



## Leçon 2 : Jouer un rôle dans la pratique d'un sport collectif de petit terrain

### Activité : BASKETBALL



## FICHE DE LECON

(6<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup> )

COMPETENCE N° 5 : L'apprenant traite une situation d'intégration à un groupe par la planification avec ses pairs des stratégies de coopération, par le respect des règles et l'exécution de différents rôles.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2 heures chacune)

Jouer un rôle dans la pratique du basketball pour développer en soi-même le sentiment d'appartenir à un groupe, le sens de la responsabilité et l'esprit de tolérance.

### ACTIVITE : **BASKETBALL**

SITUATION D'ENTREE : Sous la houlette de leur professeur d'EPS, la ..... se prépare à participer à la présélection des meilleurs basketteurs du Collège Moderne de Diarabana en vue de la formation l'équipe d'OISSU.

#### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-les différents types de sports collectifs</li><li>-le matériel de jeu</li><li>-le règlement lié à la pratique du Basketball</li><li>-les principes et les règles d'organisation d'un tournoi</li><li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li><li>-les officiels au Basketball</li><li>-la matérialisation du terrain de basketball</li><li>-les différentes techniques de jeu</li><li>-les parties essentielles du corps sollicitées dans la pratique du basketball</li><li>-les postes et les rôles des joueurs au basketball</li></ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-l'importance de l'échauffement général et spécifique</li><li>-le marquage et le démarquage</li><li>-les rôles de chaque joueur au basketball</li></ul>

EXECUTER	-un échauffement adapté au basketball -des passes et réceptions -des dribbles et des tirs -des contre-attaques -des progressions par passes ou par dribbles vers le camp adverse
RESPECTER	-le règlement lié à la pratique du Basketball -les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation relative à une compétition de Basketball : -appréciation de l'organisation tactique et de la technique individuelle -organisation d'un tournoi inter-équipe

CONDITIONS MATERIELLES : 1 terrain, des ballons, des sifflets, des cônes

### **DEROULEMENT DE LA LECON**

ETAPES	SEANCES	CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES	ACTIVITES DES ELEVES
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau des apprenants	Les élèves s'organisent par équipe pour jouer au basketball
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	Travail technique : Passes et réceptions Dribbles et tirs	Les élèves exécutent des passes, des réceptions, des dribbles et des tirs à l'arrêt et en course
	3	Travail tactique : Progression vers le camp adverse avec ou sans ballon ; Organisation en appui et en soutien Repli défensif	Les élèves s'organisent pour avancer dans le camp adverse et s'organisent en défense pour bloquer l'adversaire
	4	Observation d'un tournoi de basketball	Les élèves se rencontrent dans un tournoi de basketball
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis des apprenants	Traiter une situation de Basketball : Evaluation de la technique et de la tactique
Remédiation	6	Récapituler les difficultés des élèves lors de l'évaluation	Les élèves corrigent leurs difficultés

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6	DUREE : 2H		
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 4 ballons, 2 sifflets, 10 cônes			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

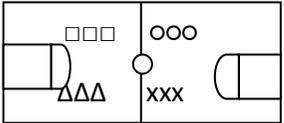
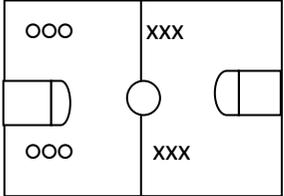
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-les différents types de sports collectifs</li><li>-le matériel de jeu</li><li>-le règlement lié à la pratique du Basketball</li><li>-les principes et les règles d'organisation d'un tournoi</li></ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"><li>-Un échauffement adapté au Basketball</li><li>-des passes et réceptions</li><li>-des dribbles et des tirs</li><li>-des contre-attaques</li><li>-des progressions par passes ou par dribbles vers le camp adverse</li></ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"><li>-le règlement lié à la pratique du Basketball</li><li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li></ul>
TRAITER	Traiter une situation de Basketball

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	ECHAUFFEMENT ADAPTE			MAITRISE DE LA BALLE			OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN			MARQUAGE/ DEMARQUAGE		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<p><i><b>B</b> : général et spécifique</i></p> <p><i><b>P</b> : général uniquement</i></p> <p><i><b>M</b> : sur place sans effort véritable</i></p>			<p><i><b>B</b> : possession d'une excellente technique</i></p> <p><i><b>P</b> : se tire d'affaire dans sa technique</i></p> <p><i><b>M</b> : perte de balle à chaque contact</i></p>			<p><i><b>B</b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires</i></p> <p><i><b>P</b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires</i></p> <p><i><b>M</b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</i></p>			<p><i><b>B</b> : défends et se positionne dans les espaces libres pour recevoir la balle</i></p> <p><i><b>P</b> : pas de repli défensif à la perte de balle</i></p> <p><i><b>M</b> : se laisse passer facilement et suit la balle</i></p>		
	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M
JOUEURS												
Jordan												

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>	 <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>10'</p>
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent se rencontrer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les élèves s'organisent et jouent au basketball selon leur vécu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre dure 10 minutes</p>	<p>□□□□□□□□□□□□□□</p>  <p style="text-align: center;">ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p>	<p>1H</p>
<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-Disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-Assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6	DUREE : 2H		
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 4 ballons, 2 sifflets, 10 cônes			

TITRE DE LA SEANCE : Travail technique : -Passes et réceptions

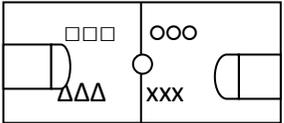
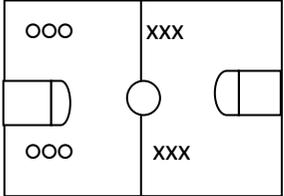
-Dribbles et tirs

### TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-les différents types de sports collectifs -le matériel de jeu -le règlement lié à la pratique du Basketball
EXECUTER	-Un échauffement adapté au Basketball -des passes et réceptions -des dribbles et des tirs
RESPECTER	-le règlement lié à la pratique du Basketball -les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Traiter une situation de Basketball



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>	 <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>10'</p>
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les élèves s'organisent, se font des passes et réceptions du ballon, dribblent et tirent au panier.</p> <p>Tous les groupes participent au jeu. Chaque rencontre dure 10 minutes</p>	<p>□□□□□□□□□□□□□□</p>  <p style="text-align: center;">ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p>	<p>1H</p>
<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-Disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-Assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>

### **FICHE DE SEANCE 3**

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6	DUREE : 2H		
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 4 ballons, 2 sifflets, 10 cônes			

TITRE DE LA SEANCE : Travail tactique : -Progression vers le camp adverse avec ou sans ballon ;

-Organisation en appui et en soutien

-Repli défensif

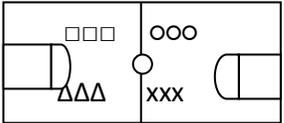
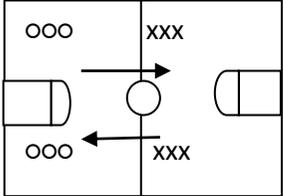
#### **TABLEAU DES HABILETES ET CONTENUS**

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-les différents types de sports collectifs -le matériel de jeu -le règlement lié à la pratique du Basketball
EXECUTER	-Un échauffement adapté au Basketball -des passes et réceptions -des dribbles et des tirs -des progressions par passes ou par dribbles vers le camp adverse
RESPECTER	-le règlement lié à la pratique du Basketball -les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Traiter une situation de Basketball

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	MAITRISE DE LA BALLE			OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<i><b>B</b> : possession d'une excellente technique</i> <i><b>P</b> : se tire d'affaire dans sa technique</i> <i><b>M</b> : perte de balle à chaque contact</i>			<i><b>B</b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires</i> <i><b>P</b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires</i> <i><b>M</b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</i>		
	B	P	M	B	P	
JOUEURS						

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>	 <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>10'</p>
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les équipes s'organisent en appui et en soutien et progressent avec ou sans ballon vers le panier adverse.</p> <p>Tous les groupes participent au jeu. Chaque rencontre dure 10 minutes</p>	<p>□□□□□□□□□□□□□□</p>  <p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p>	<p>1H</p>
<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-Disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-Assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6	NBRE DE GROUPES : 4
DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain	
MATERIEL : 4 ballons, 2 sifflets, 10 cônes	

TITRE DE LA SEANCE : Observation d'un tournoi de Basketball

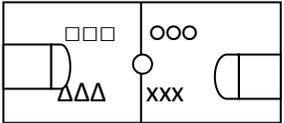
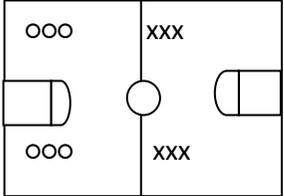
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les différents types de sports collectifs</li> <li>-le matériel de jeu</li> <li>-le règlement lié à la pratique du Basketball</li> <li>-les principes et les règles d'organisation d'un tournoi</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Un échauffement adapté au Basketball</li> <li>-des passes et réceptions</li> <li>-des dribbles et des tirs</li> <li>-des contre-attaques</li> <li>-des progressions par passes ou par dribbles vers le camp adverse</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-le règlement lié à la pratique du Basketball</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Traiter une situation de Basketball

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	ECHAUFFEMENT ADAPTE			MAITRISE DE LA BALLE			OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN			MARQUAGE/ DEMARQUAGE		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<p><i><b>B</b> : général et spécifique</i></p> <p><i><b>P</b> : général uniquement</i></p> <p><i><b>M</b> : sur place sans effort véritable</i></p>			<p><i><b>B</b> : possession d'une excellente technique</i></p> <p><i><b>P</b> : se tire d'affaire dans sa technique</i></p> <p><i><b>M</b> : perte de balle à chaque contact</i></p>			<p><i><b>B</b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires</i></p> <p><i><b>P</b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires</i></p> <p><i><b>M</b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</i></p>			<p><i><b>B</b> : défends et se positionne dans les espaces libres pour recevoir la balle</i></p> <p><i><b>P</b> : pas de repli défensif à la perte de balle</i></p> <p><i><b>M</b> : se laisse passer facilement et suit la balle</i></p>		
	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M
JOUEURS												
Jordan												

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>	 <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>10'</p>
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent se rencontrer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les équipes s'organisent et jouent au basketball selon l'enseignement reçu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre dure 10 minutes</p>	<p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p>  <p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p>	<p>1H</p>
<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-Disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-Assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>

## FICHE DE SEANCE 5

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 5/6		DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 4 ballons, 10 cônes, 2 sifflets			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier les acquis des apprenants

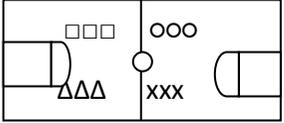
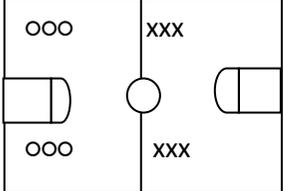
SITUATION DE SORTIE : Pour former l'équipe de Basketball qui défendra les couleurs du Collège Moderne de Diarabana aux compétitions régionales d'OISSU à Séguéla, le professeur d'EPS soumet ses élèves de la ..... à un tournoi en vue de recruter les meilleurs par poste. Faisant partie de ces élèves,

- 1) Citez 3 sports de petit terrain ;
- 2) Donnez le nombre de joueurs qui composent une équipe de Handball ;
- 3) Décrivez les dimensions des différentes balles de Basketball ;
- 4) Jouez un rôle dans un tournoi de Handball.

## FICHE D'OBSERVATION

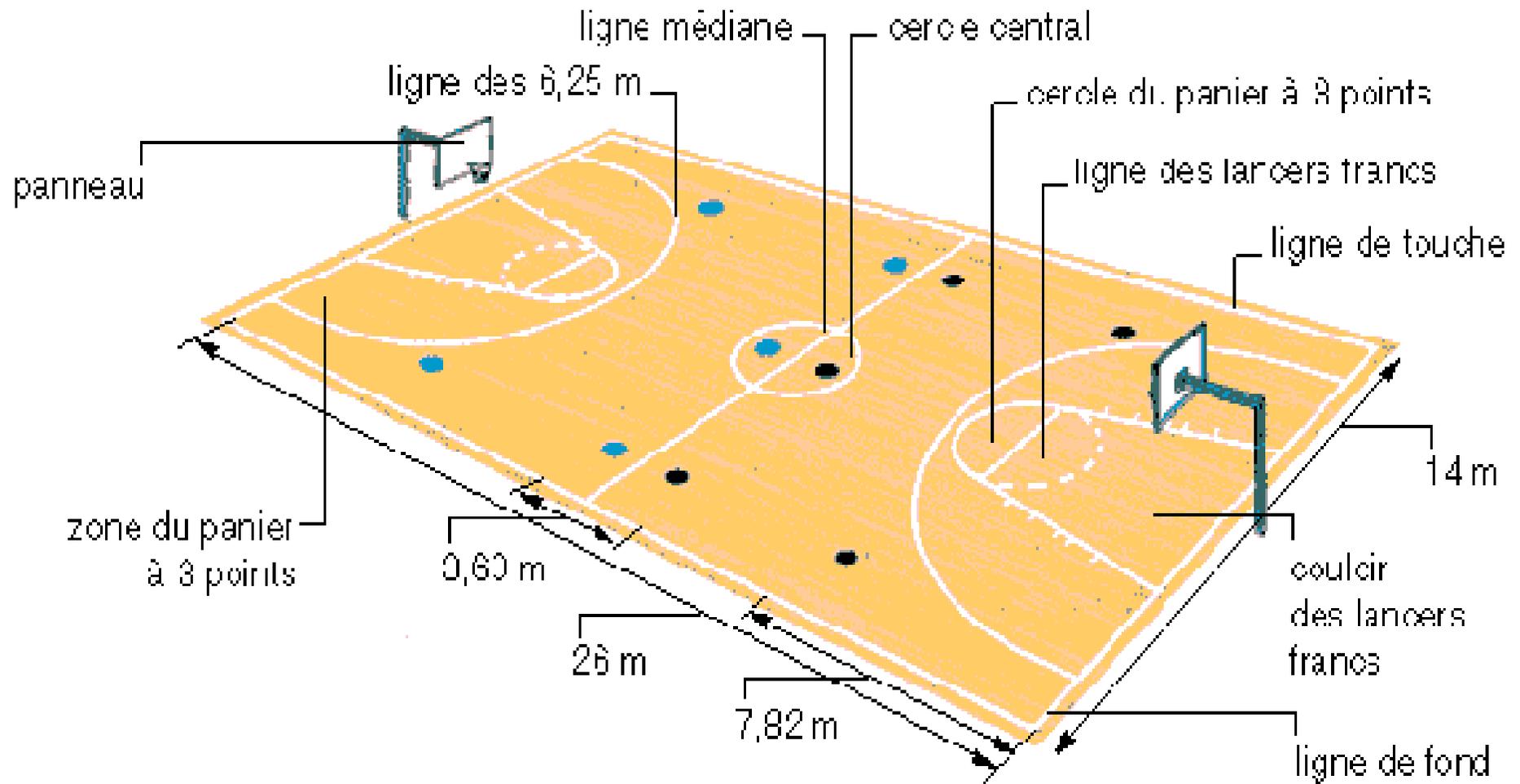
CRITERES	ECHAUFFEMENT ADAPTE			MAITRISE DE LA BALLE			OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN			MARQUAGE/ DEMARQUAGE		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<p><i><b>B</b> : général et spécifique</i></p> <p><i><b>P</b> : général uniquement</i></p> <p><i><b>M</b> : sur place sans effort véritable</i></p>			<p><i><b>B</b> : possession d'une excellente technique</i></p> <p><i><b>P</b> : se tire d'affaire dans sa technique</i></p> <p><i><b>M</b> : perte de balle à chaque contact</i></p>			<p><i><b>B</b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires</i></p> <p><i><b>P</b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires</i></p> <p><i><b>M</b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</i></p>			<p><i><b>B</b> : défends et se positionne dans les espaces libres pour recevoir la balle</i></p> <p><i><b>P</b> : pas de repli défensif à la perte de balle</i></p> <p><i><b>M</b> : se laisse passer facilement et suit la balle</i></p>		
	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M
JOUEURS												
Jordan												

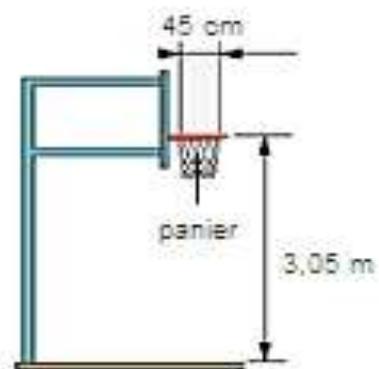
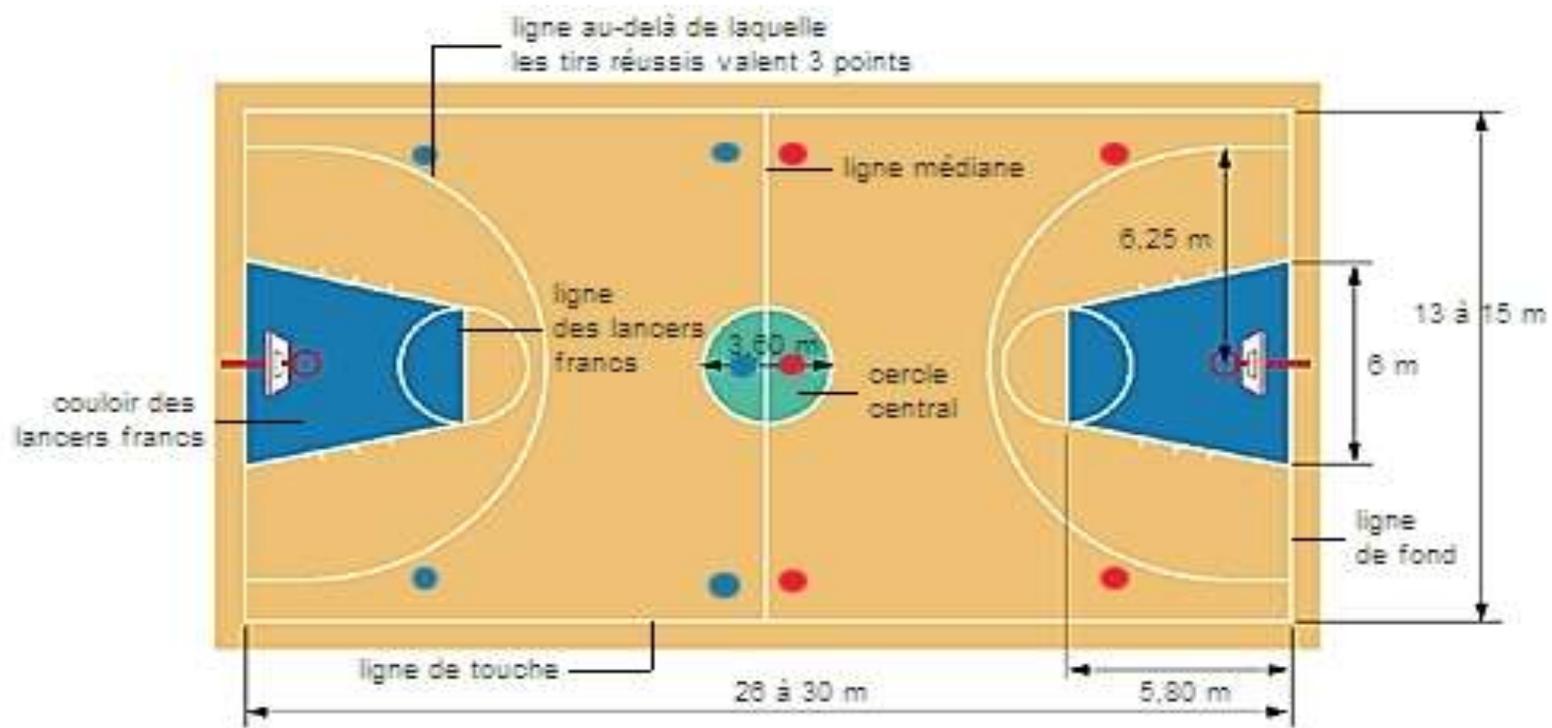
## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regroupement des élèves</li> <li>• Contrôle de présence et de tenues</li> <li>• Annonce du titre de la séance</li> <li>• Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li>   <li>• Ecoutent le professeur</li> <li>• Prennent note</li> <li>• Font les tâches écrites en groupe de couleur</li> </ul>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p> <p>.....</p> <p>Xxxx            ooooo</p> <p>Xxxx            ooooo</p> <p style="text-align: center;">⊠</p> <p>□□□            ΔΔΔΔ</p> <p>□□□            ΔΔΔΔ</p>	15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>	 <p style="text-align: center;">Ω</p>	10'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigne le groupe qui organise et les 2 qui doivent se rencontrer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les équipes s'organisent et jouent au basketball selon l'enseignement reçu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre dure 10 minutes</p>	<p>□□□□□□□□□□□□□□</p>  <p style="text-align: center;">ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p>	1H

<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-Disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-Assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
--	---	---	--	------------

## Les dimensions d'un terrain de Basketball





# Un match de Basketball



## Leçon 2 : Jouer un rôle dans la pratique d'un sport collectif de petit terrain

### Activité : HANDBALL



# FICHE DE LECON

(6<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup> )

COMPETENCE N° 5 : L'apprenant traite une situation d'intégration à un groupe par la planification avec ses pairs des stratégies de coopération, par le respect des règles et l'exécution de différents rôles.

TITRE DE LA LECON (6 séances de 2 heures chacune)

Jouer un rôle dans la pratique du Handball pour développer en soi-même le sentiment d'appartenir à un groupe, le sens de la responsabilité et l'esprit de tolérance.

## ACTIVITE : HANDBALL

SITUATION D'ENTREE : Pour pouvoir participer efficacement aux interclasses du Collège Moderne de Diarabana, les élèves de la ....., sous la supervision de leur professeur d'EPS, s'organisent pour jouer au Handball en vue de la sélection des meilleurs par poste pour constituer leur équipe.

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-les différents types de sports collectifs</li><li>-le matériel de jeu</li><li>-le règlement lié à la pratique du Handball</li><li>-les principes et les règles d'organisation d'un tournoi</li><li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li><li>-les officiels au Handball</li><li>-la matérialisation du terrain de handball</li><li>-les différentes techniques de jeu</li><li>-les parties essentielles du corps sollicitées dans la pratique du handball</li><li>-les postes et les rôles des joueurs au handball</li></ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-l'importance de l'échauffement général et spécifique</li><li>-le marquage et le démarquage</li><li>-les rôles de chaque joueur au handball</li></ul>

EXECUTER	-des passes et réceptions -des dribbles et des tirs -des contre-attaques -des progressions par passes ou par dribbles vers le camp adverse
RESPECTER	-les principes et règles liés au jeu du Handball -les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation relative à une compétition de Handball : -appréciation de l'organisation tactique et de la technique individuelle -organisation d'un tournoi inter-équipe

CONDITIONS MATERIELLES : 1 terrain, des ballons, des sifflets, des plots

### **DEROULEMENT DE LA LECON**

ETAPES	SEANCES	CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES	ACTIVITES DES ELEVES
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau des apprenants	Les élèves s'organisent par équipe pour jouer au Handball
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	Travail technique : Passes et réceptions Dribbles et tirs	Les élèves exécutent des passes, des réceptions, des dribbles et des tirs
	3	Travail tactique : Progression vers le camp adverse avec ou sans ballon ; Organisation en appui et en soutien	Les élèves s'organisent pour avancer dans le camp adverse et s'organisent en défense pour bloquer l'adversaire
	4	Observation d'un tournoi de Handball	Les élèves se rencontrent dans un tournoi de handball
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis des apprenants	Traiter une situation de Handball : Evaluation de la technique et de la tactique
Remédiation	6	Récapituler les difficultés des élèves lors de l'évaluation	Les élèves corrigent leurs difficultés rencontrées lors des évaluations

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6		DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 4 ballons, 10 plots, 2 sifflets			

TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

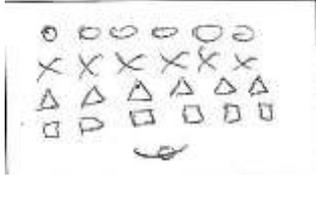
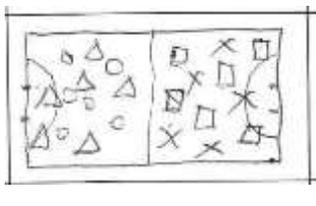
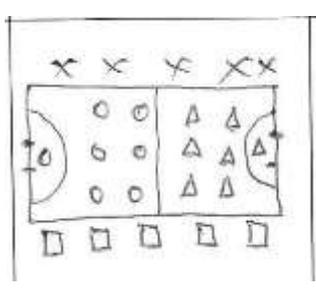
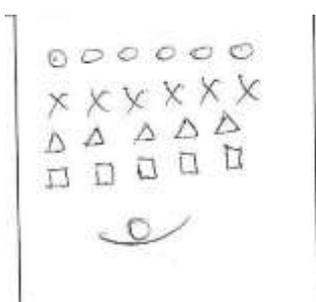
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les différents types de sports collectifs</li> <li>-le matériel de jeu</li> <li>-le règlement lié à la pratique du Handball</li> <li>-les principes et les règles d'organisation d'un tournoi</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au jeu du Handball</li> <li>-des passes et réceptions</li> <li>-des dribbles et des tirs</li> <li>-des contre-attaques</li> <li>-des progressions par passes ou par dribbles vers le camp adverse</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les principes et règles liés au jeu du Handball</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Traiter une situation de Handball

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	ECHAUFFEMENT ADAPTE			MAITRISE DE LA BALLE			OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN			MARQUAGE/ DEMARQUAGE		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<p><i><b>B</b> : général et spécifique</i>  <i><b>P</b> : général uniquement</i>  <i><b>M</b> : sur place sans effort véritable</i></p>			<p><i><b>B</b> : possession d'une excellente technique</i>  <i><b>P</b> : se tire d'affaire dans sa technique</i>  <i><b>M</b> : perte de balle à chaque contact</i></p>			<p><i><b>B</b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires</i>  <i><b>P</b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires</i>  <i><b>M</b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</i></p>			<p><i><b>B</b> : défends et se positionne dans les espaces libres pour recevoir la balle</i>  <i><b>P</b> : pas de repli défensif à la perte de balle</i>  <i><b>M</b> : se laisse passer facilement et suit la balle</i></p>		
	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M
JOUEURS												

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>		15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>		10'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigner le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les élèves s'organisent et jouent au handball selon leur vécu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre dure 10 minutes</p>		1H
<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>		15'

## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6		DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 4 ballons, 10 plots, 2 sifflets			

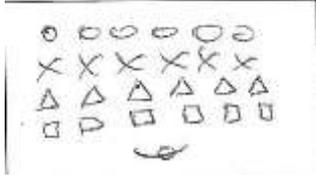
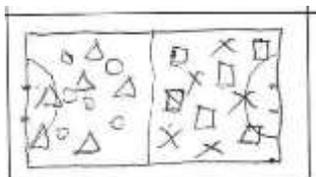
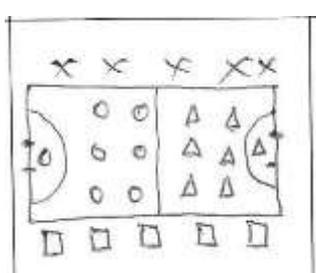
TITRE DE LA SEANCE : Travail technique sur les passes et réceptions puis sur les dribbles et tirs au but

### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-le matériel de jeu -le règlement lié à la pratique du Handball
EXECUTER	-un échauffement adapté au jeu du Handball -des passes et réceptions -des dribbles et des tirs
RESPECTER	-les principes et règles liés au jeu du Handball -les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Traiter une situation de Handball



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>		15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>		10'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigner le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les élèves s'organisent et se font des passes.</p> <p>Ils font ensuite des dribbles et tirent dans les buts</p>		1H
<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>		15'

### FICHE DE SEANCE 3

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6		DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 4 ballons, 10 plots, 2 sifflets			

TITRE DE LA SEANCE : Travail technique sur la progression vers le camp adverse avec ou sans ballon/ Organisation en appui ou en soutien

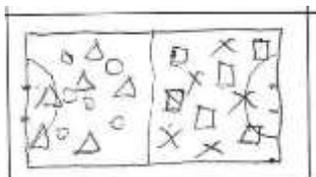
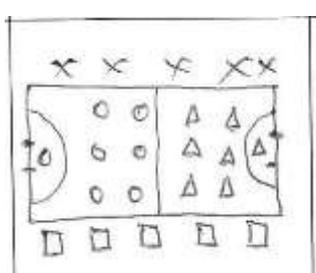
#### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-le matériel de jeu -le règlement lié à la pratique du Handball
EXECUTER	-un échauffement adapté au jeu du Handball -une progression vers le camp adverse avec ou sans ballon
RESPECTER	-les principes et règles liés au jeu du Handball -les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Traiter une situation de Handball

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	MAITRISE DE LA BALLE	OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN	MARQUAGE/ DEMARQUAGE			
<b>Indicateurs de réussite</b>	<p><b>B</b> : possession d'une excellente technique</p> <p><b>P</b> : se tire d'affaire dans sa technique</p> <p><b>M</b> : perte de balle à chaque contact</p>	<p><b>B</b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires</p> <p><b>P</b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires</p> <p><b>M</b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</p>	<p><b>B</b> : défends et se positionne dans les espaces libres pour recevoir la balle</p> <p><b>P</b> : pas de repli défensif à la perte de balle</p> <p><b>M</b> : se laisse passer facilement et suit la balle</p>			
	B	P	M	B	P	M
JOUEURS						

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>		15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>		10'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigner le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les élèves s'organisent et font une occupation du terrain en progressant vers le but adverse avec ou sans ballon</p> <p>Ils font des mouvements en soutien ou en appui aux coéquipiers</p>		1H
<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>		15'

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6		DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 4 ballons, 10 plots, 2 sifflets			

TITRE DE LA SEANCE : Observation d'un tournoi de Handball

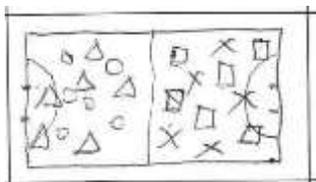
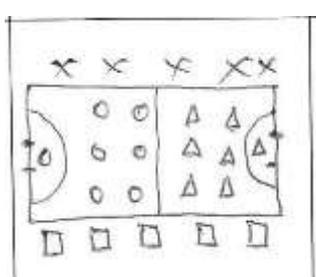
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les différents types de sports collectifs</li> <li>-le matériel de jeu</li> <li>-le règlement lié à la pratique du Handball</li> <li>-les principes et les règles d'organisation d'un tournoi</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au jeu du Handball</li> <li>-des passes et réceptions</li> <li>-des dribbles et des tirs</li> <li>-des contre-attaques</li> <li>-des progressions par passes ou par dribbles vers le camp adverse</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les principes et règles liés au jeu du Handball</li> <li>-les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Traiter une situation de Handball

## FICHE D'OBSERVATION

CRITERES	ECHAUFFEMENT ADAPTE			MAITRISE DE LA BALLE			OCCUPATION RATIONNELLE DU TERRAIN			MARQUAGE/ DEMARQUAGE		
<b>Indicateurs de réussite</b>	<p><b>B</b> : général et spécifique  <b>P</b> : général uniquement  <b>M</b> : sur place sans effort véritable</p>			<p><b>B</b> : possession d'une excellente technique  <b>P</b> : se tire d'affaire dans sa technique  <b>M</b> : perte de balle à chaque contact</p>			<p><b>B</b> : respect de son poste sur le terrain avec soutien des partenaires  <b>P</b> : respect de son poste sans soutenir les partenaires  <b>M</b> : se ballade sur le terrain sans apport véritable</p>			<p><b>B</b> : défends et se positionne dans les espaces libres pour recevoir la balle  <b>P</b> : pas de repli défensif à la perte de balle  <b>M</b> : se laisse passer facilement et suit la balle</p>		
	B	P	M	B	P	M	B	P	M	B	P	M
JOUEURS												
karaboué												

## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>		15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>		10'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigner le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les élèves s'organisent et jouent au handball selon leur vécu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre dure 10 minutes</p>		1H
<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>		15'

## FICHE DE SEANCE 5

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard		ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana	
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 5/6		DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 4 ballons, 10 plots, 2 sifflets			

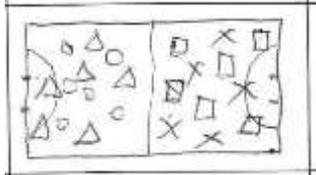
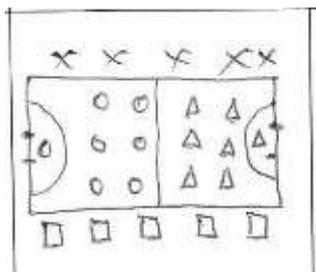
TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier les acquis des apprenants

SITUATION DE SORTIE : Pour former l'équipe de la ..... qui participera aux interclasses du Collège Moderne de Diarabana, le professeur d'EPS soumet ses élèves à un tournoi de Handball en vue de recruter les meilleurs par poste. Faisant partie de ces élèves,

- 5) Citez 3 sports de petit terrain ;
- 6) Donnez le nombre de joueurs qui composent une équipe de Handball ;
- 7) Donnez les dimensions d'un terrain de Handball ;
- 8) Jouez un rôle d'officiel ou de joueur dans un tournoi de Handball.

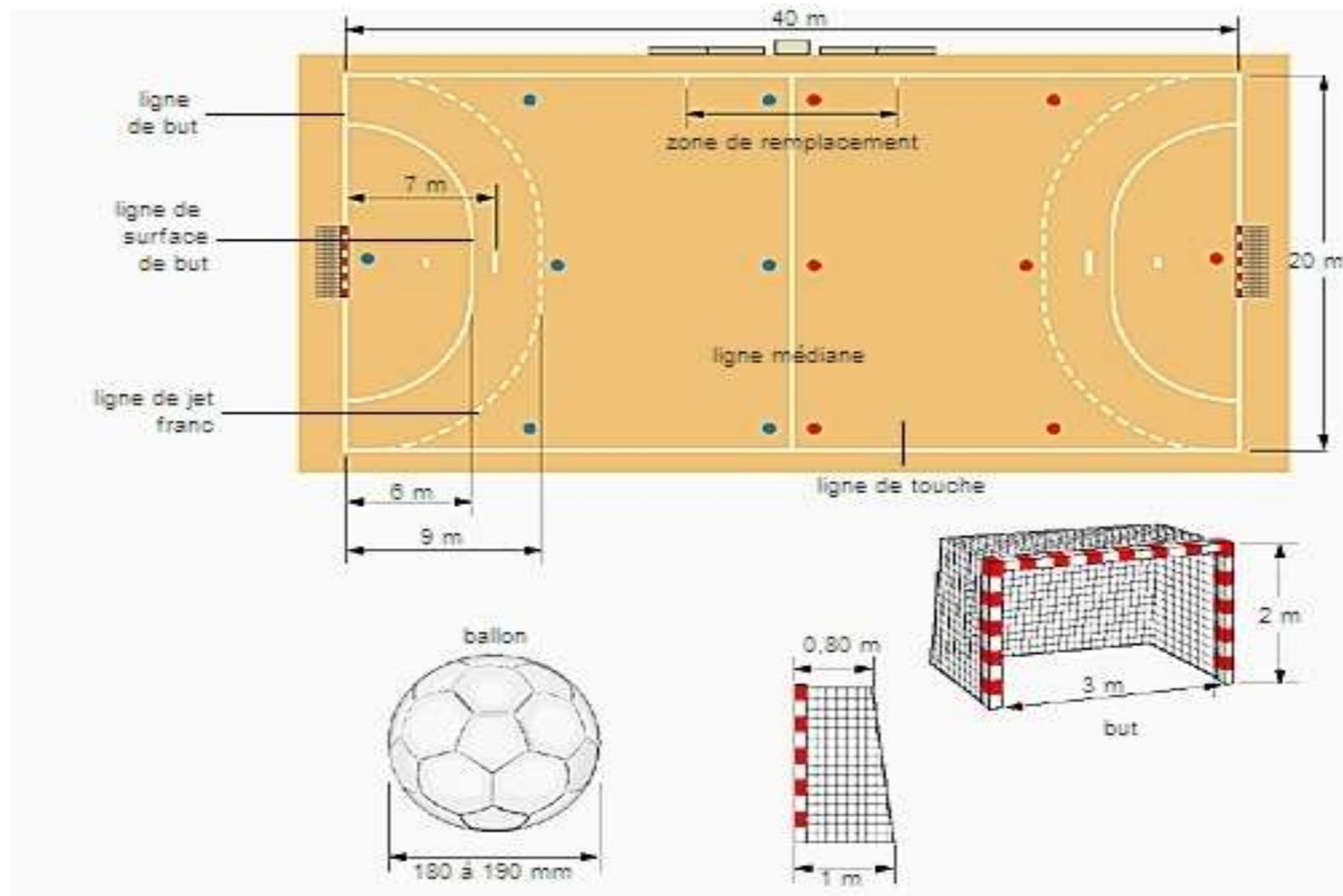


## DEROULEMENT DE LA SEANCE

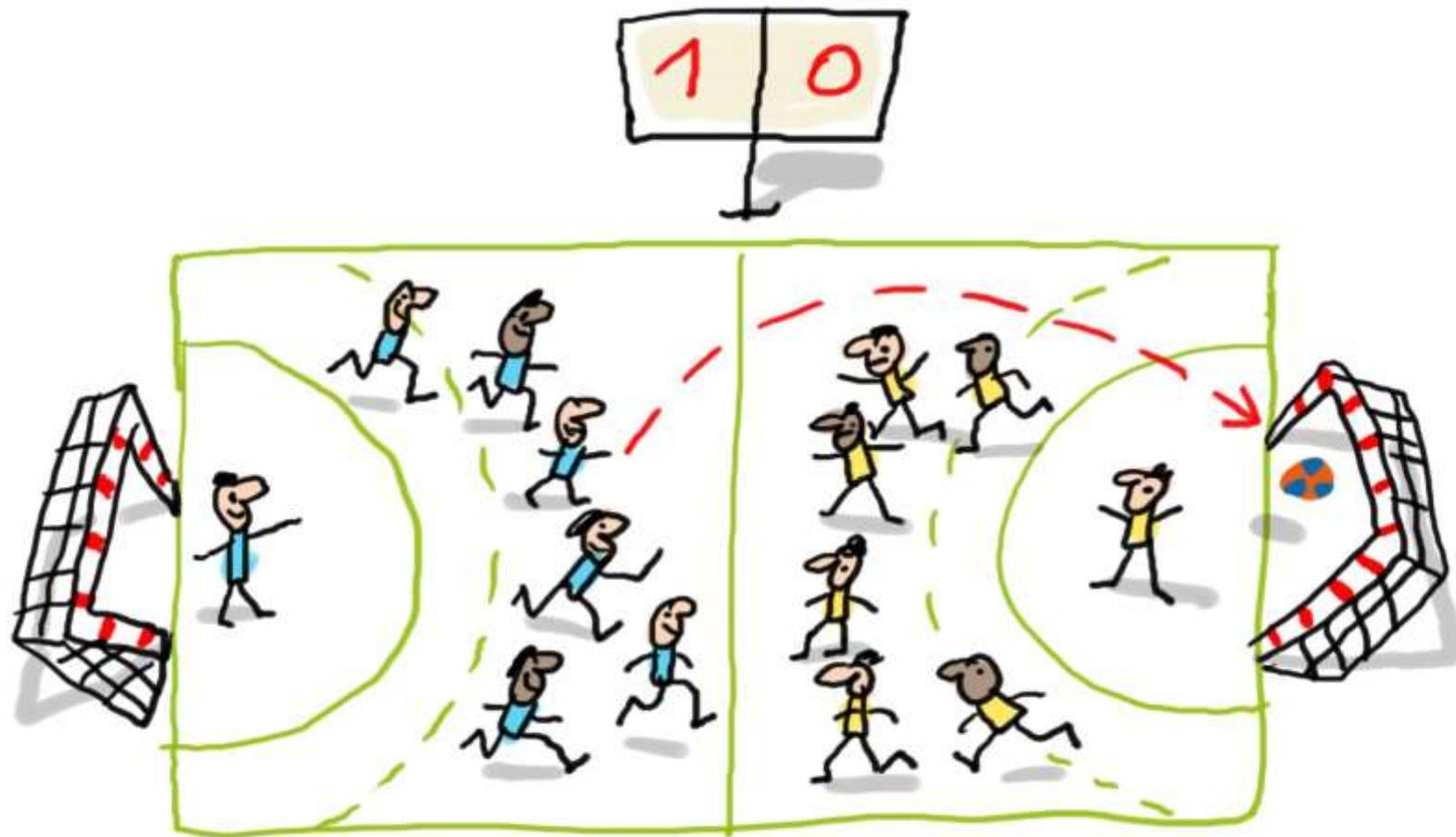
PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regroupement des élèves</li> <li>• Contrôle de présence et de tenues</li> <li>• Annonce du titre de la séance</li> <li>• Présentation de l'activité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assis par couleur, les élèves répondent présent à l'appel de leur nom</li>   <li>• Ecoutent le professeur</li> <li>• Prennent note</li> <li>• Font les tâches écrites en groupe de couleur</li> </ul>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p> <p>.....</p> <p>Xxxx                  ooooo</p> <p>Xxxx                  ooooo</p> <p style="text-align: center;">⊠</p> <p>□□□                  ΔΔΔΔ</p> <p>□□□                  ΔΔΔΔ</p>	15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>-passe à 10</p>		10'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*désigner le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>Les élèves s'organisent et jouent au Handball selon leur vécu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre dure 10 minutes</p>		1H

<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>	<p>ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ</p> <p>□□□□□□□□□□□□□□</p> <p>○○○○○○○○○○○○○○○○</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">Ω</p>	<p>15'</p>
--	---	---	--	------------

# Les dimensions d'un terrain de Handball



# Un match de Handball



## Leçon 2 : Jouer un rôle dans la pratique d'un sport collectif de petit terrain

### Activité : VOLLEYBALL



## FICHE DE LECON

(6<sup>ème</sup> / 5<sup>ème</sup>)

COMPETENCE N° 5 : L'apprenant traite une situation d'intégration à un groupe par la planification avec ses pairs des stratégies de coopération, par le respect des règles et l'exécution de différents rôles.

TITRE DE LA LECON :(6 séances de 2heures chacune)

Jouer un rôle dans la pratique du volleyball pour développer en soi-même le sentiment d'appartenir à un groupe, le sens de la responsabilité et l'esprit de tolérance.

### ACTIVITE : **VOLLEYBALL**

SITUATION D'ENTREE : Voulant participer aux interclasses organisés par l'Association Sportive du Collège Moderne de Diarabana, le professeur d'EPS va aider sa classe de ..... à constituer son équipe de Volleyball en procédant à la sélection des meilleurs joueurs.

#### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-les différents types de sports collectifs</li><li>-le matériel de jeu</li><li>-le règlement lié à la pratique du Volleyball</li><li>-les différentes parties du corps sollicitées au volleyball</li><li>-Les différentes techniques de jeu</li><li>-les officiels dans une rencontre de volleyball</li><li>-l'organisation d'un tournoi de volleyball</li><li>-les règles de sécurité et d'hygiène</li><li>-les différents postes et rôles des joueurs au volleyball</li><li>-la rotation</li><li>-le set</li><li>-la numérotation des postes sur le terrain</li></ul>
COMPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"><li>-L'importance de l'échauffement général et spécifique</li><li>-à quel moment utiliser la touche haute et la touche basse (la manchette)</li><li>-le sens de la rotation</li></ul>

EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au volleyball</li> <li>-la touche haute</li> <li>-la touche basse ou la manchette</li> <li>-le service par-en-dessous</li> <li>-la rotation</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Le règlement de la pratique du Volleyball</li> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	<p>Une situation de Volleyball :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-appréciation de la technique individuelle de jeu</li> <li>-organisation d'un tournoi intergroupe</li> </ul>

CONDITIONS MATERIELLES : 1 terrain, 6 ballons, 2 sifflets, 10 cônes

## DEROULEMENT DE LA LECON

<b>ETAPES</b>	<b>SEANCES</b>	<b>CONSIGNES POUR CONDUIRE LES ACTIVITES</b>	<b>ACTIVITES DES ELEVES</b>
Mettre en place une situation d'entrée pour observer et apprécier le niveau des apprenants	1	Observer et apprécier le niveau des apprenants	Les élèves s'organisent par équipe pour jouer au volleyball
Mettre en place des situations d'apprentissage	2	Travail technique : Touche haute Touche basse (manchette)	Les élèves exécutent des touches hautes et des manchettes pour faire des passes ou faire passer la balle dans le camp adverse
	3	Travail tactique : Révision des touches Service par en-dessous Jeu d'application avec rotation	Les élèves révisent les exercices de touches et s'organisent pour jouer sur le terrain avec le service et la rotation
	4	Observation d'un tournoi de volleyball	Les élèves se rencontrent dans un tournoi de volleyball
Mettre en place une situation de sortie pour apprécier les acquis	5	Observer et apprécier les acquis des apprenants	Traiter une situation de Volleyball : Appréciation de la technique et de la tactique
Remédiation	6	Récapituler les difficultés des élèves lors de l'évaluation	Les élèves corrigent leurs difficultés

## FICHE DE SEANCE 1

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPES : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 1/6	DUREE : 2H		
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 6 ballons, 2 sifflets, 1 chrono, 10 cônes			

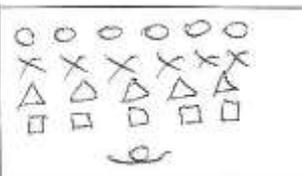
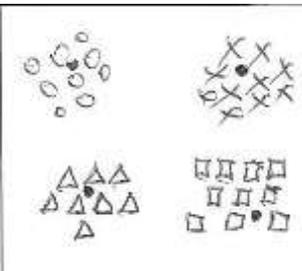
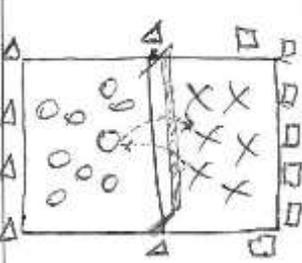
TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier le niveau de la classe

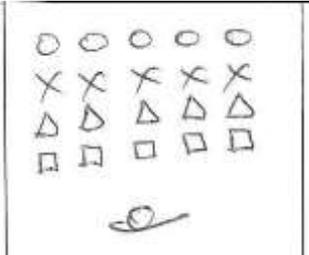
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	-les différents types de sports collectifs -le matériel de jeu -le règlement lié à la pratique du Volleyball -les différentes parties du corps sollicitées au volleyball -Les différentes techniques de jeu -les officiels dans une rencontre de volleyball -l'organisation d'un tournoi de volleyball
EXECUTER	-un échauffement adapté au volleyball -la touche haute
RESPECTER	-Le règlement de la pratique du Volleyball -Les règles d'hygiène et de sécurité
TRAITER	Une situation liée à un tournoi de Volleyball



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>		15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique : Exercices de manipulation de balle en touches hautes</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>*quelques exercices de touches hautes en jeu : jouer la balle avec les doigts sans la laisser tomber au sol</p>		20'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*designer le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>*Les élèves s'organisent et jouent au volleyball selon leur vécu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre s'arrête à 10 points</p>		1H

<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-Disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-Assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>		<p>15'</p>
--	---	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 2

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 2/6	NBRE DE GROUPES : 4
DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain	
MATERIEL : 6 ballons, 2 sifflets, 1 chrono, 10 cônes	

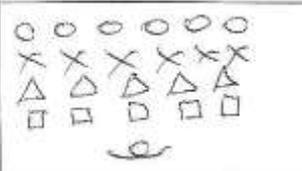
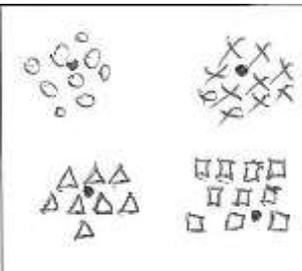
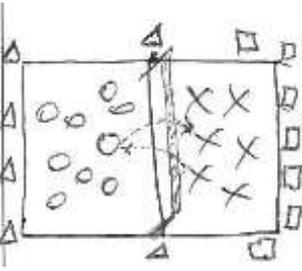
TITRE DE LA SEANCE : Travail technique : -Touche haute/ Touche basse (manchette)

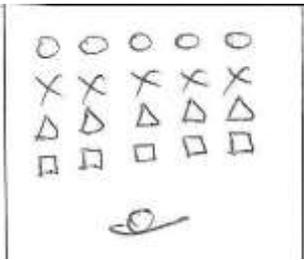
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-le matériel de jeu</li> <li>-le règlement lié à la pratique du Volleyball</li> <li>-les différentes parties du corps sollicitées au volleyball</li> <li>-Les différentes techniques de jeu</li> <li>-l'organisation d'un tournoi de volleyball</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au volleyball</li> <li>-la touche haute</li> <li>-la touche basse (manchette)</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Le règlement de la pratique du Volleyball</li> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Une situation liée à un tournoi de Volleyball



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>		15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique : Exercices de manipulation de balle en touches hautes</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>*quelques exercices de touches hautes en jeu : jouer la balle avec les doigts sans la laisser tomber au sol</p>		20'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*designer le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>*Les élèves s'organisent et se font des passes hautes et de passes basses.</p> <p>Tous les groupes pratiquent.</p> <p>Chaque rencontre s'arrête à 10 passes réussies</p>		1H

<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-Disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-Assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>		<p>15'</p>
--	---	---	---	------------

### **FICHE DE SEANCE 3**

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 3/6	NBRE DE GROUPES : 4
DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain	
MATERIEL : 6 ballons, 2 sifflets, 1 chrono, 10 cônes	

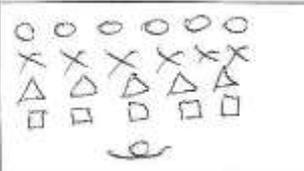
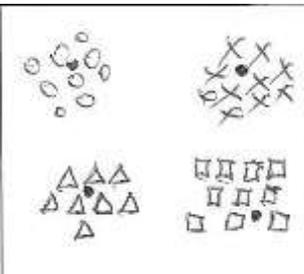
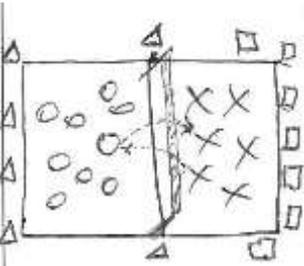
TITRE DE LA SEANCE : Travail tactique : Révision des touches/ Service par en-dessous/ Jeu d'application avec rotation

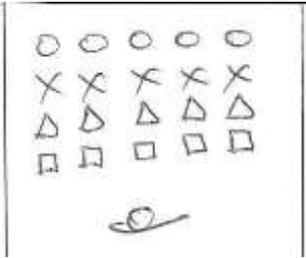
#### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-le matériel de jeu</li> <li>-le règlement lié à la pratique du Volleyball</li> <li>-les différentes parties du corps sollicitées au volleyball</li> <li>-Les différentes techniques de jeu</li> <li>-l'organisation d'un tournoi de volleyball</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au volleyball</li> <li>-des services</li> <li>-des rotations</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Le règlement de la pratique du Volleyball</li> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Une situation liée à un tournoi de Volleyball



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>		15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique : Exercices de manipulation de balle en touches hautes</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>*quelques exercices de touches hautes en jeu : jouer la balle avec les doigts sans la laisser tomber au sol</p>		20'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <hr/> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*designer le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>*Les élèves s'organisent et font des services et des rotations.</p> <p>Tous les groupes pratiquent.</p> <p>Chaque rencontre s'arrête à 10 services réussis</p>		1H

<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-Disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-Assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>		<p>15'</p>
--	---	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 4

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....
N° DE LA SEANCE : 4/6	NBRE DE GROUPES : 4
DATE : .....	
DUREE : 2H	
INSTALLATIONS : 1 terrain	
MATERIEL : 6 ballons, 2 sifflets, 1 chrono, 10 cônes	

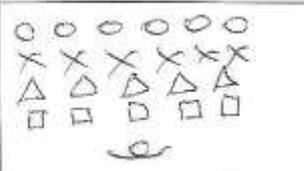
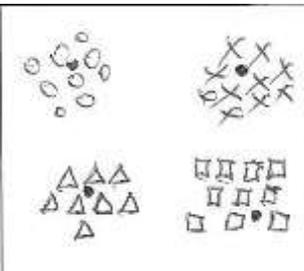
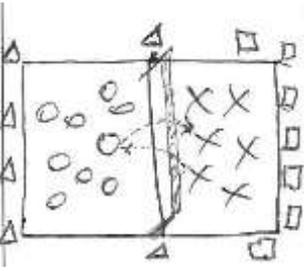
TITRE DE LA SEANCE : Observation d'un tournoi de Volleyball

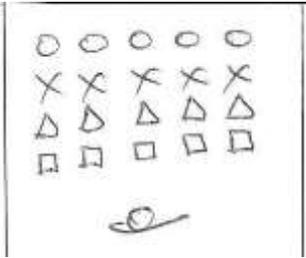
### TABLEAU DES HABLETES ET CONTENUS

<b>HABILETES</b>	<b>CONTENUS</b>
CONNAITRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les différents types de sports collectifs</li> <li>-le matériel de jeu</li> <li>-le règlement lié à la pratique du Volleyball</li> <li>-les différentes parties du corps sollicitées au volleyball</li> <li>-Les différentes techniques de jeu</li> <li>-les officiels dans une rencontre de volleyball</li> <li>-l'organisation d'un tournoi de volleyball</li> </ul>
EXECUTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-un échauffement adapté au volleyball</li> <li>-la touche haute</li> </ul>
RESPECTER	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Le règlement de la pratique du Volleyball</li> <li>-Les règles d'hygiène et de sécurité</li> </ul>
TRAITER	Une situation de Volleyball : organisation d'un tournoi intergroupe



## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>		15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique : Exercices de manipulation de balle en touches hautes</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>*quelques exercices de touches hautes en jeu : jouer la balle avec les doigts sans la laisser tomber au sol</p>		20'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*designer le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>*Les élèves s'organisent et jouent au volleyball selon l'enseignement reçu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre s'arrête à 10 points</p>		1H

<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>		<p>15'</p>
--	---	---	---	------------

## FICHE DE SEANCE 5

NOM DU PROF : KOUASSI Kouakou Anzoua Richard	ETABLISSEMENT : Collège Moderne de Diarabana		
CLASSE : .....	EFFECTIF : .....	NBRE DE GROUPE : 4	DATE : .....
N° DE LA SEANCE : 5/6	DUREE : 2H		
INSTALLATIONS : 1 terrain			
MATERIEL : 6 ballons, 2 sifflets, 1 chrono, 10 cônes			

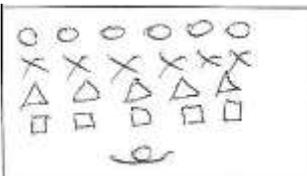
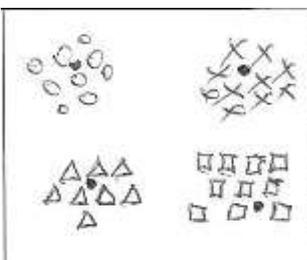
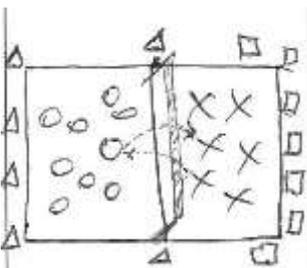
TITRE DE LA SEANCE : Observer et apprécier les acquis des apprenants

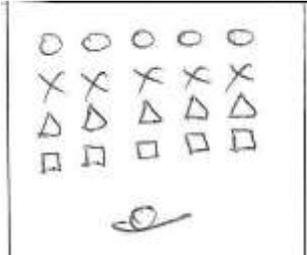
SITUATION DE SORTIE : Voulant faire participer sa classe de .....aux interclasses organisés par l'Association Sportive du Collège Moderne de Diarabana, le professeur d'EPS soumet les élèves à un tournoi de Volleyball en vue sélectionner les meilleurs joueurs pour former une équipe. Faisant partie de cette classe,

- 1) Donnez le nombre de joueurs dans une équipe de volleyball ;
- 2) Dites quelles sont les dimensions d'un terrain de volleyball ;
- 3) Déterminez les circonférences de la balle de volleyball ;
- 4) Jouez un rôle dans un tournoi de volleyball.

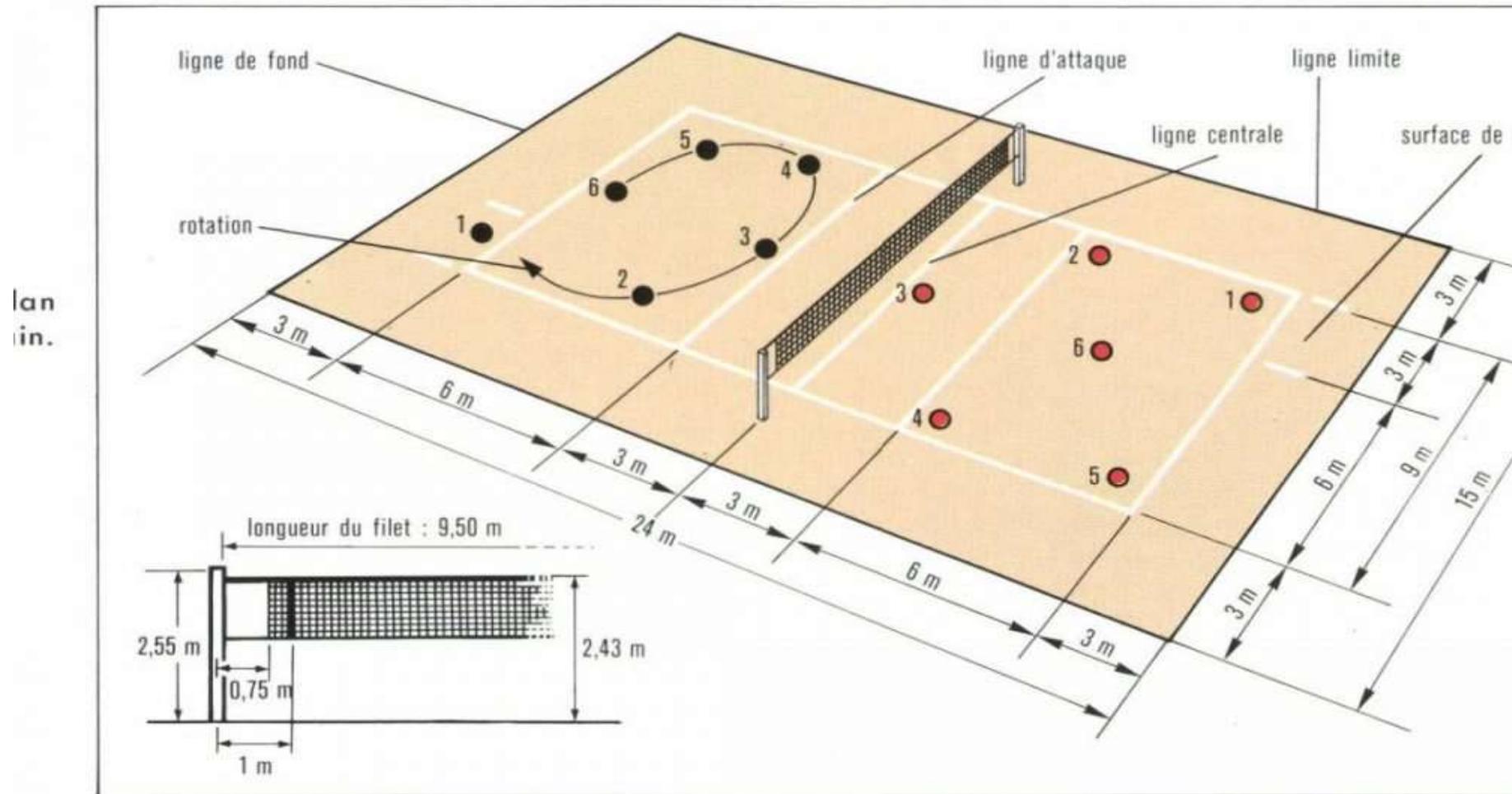


## DEROULEMENT DE LA SEANCE

PLAN	ACTIVITES DE L'ENSEIGNANT (mise en place de situations et consignes)	ACTIVITES DES APPRENANTS	ORGANISATIONS/ EVOLUTIONS	DUREE
<p>PRENDRE SA CLASSE EN MAIN :</p> <p>Contrôle des présences motivation</p>	<p>Contrôle de l'effectif de la classe</p> <p>Présentation de la séance</p>	<p>Les chefs de groupe font l'appel de leurs membres.</p> <p>Les élèves assis, écoutent le professeur et répondent aux questions et en posent</p>		15'
<p>PREPARER SA CLASSE A L'EFFORT :</p> <p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique</p>	<p>Echauffement général</p> <p>Echauffement spécifique : Exercices de manipulation de balle en touches hautes</p>	<p>-course à petits trots en aller et retour par groupe</p> <p>-étirements, assouplissements et accélérations</p> <p>*quelques exercices de touches hautes en jeu : jouer la balle avec les doigts sans la laisser tomber au sol</p>		20'
<p>FAIRE PRATIQUER L'ACTIVITE :</p> <p>Mise en place des situations d'apprentissage</p> <p>Exercices d'application</p>	<p>Disposer les 4 groupes sur le terrain :</p> <p>*2 de par et d'autre de la ligne de touche</p> <p>*designer le groupe qui organise et les 2 qui doivent jouer</p> <p>*Les observer à l'aide d'une grille d'observation</p>	<p>*Les élèves s'organisent et jouent au volleyball selon l'enseignement reçu.</p> <p>Tous les groupes se rencontrent.</p> <p>Chaque rencontre s'arrête à 10 points</p>		1H

<p>AMENER SA CLASSE A RECUPERER DE L'EFFORT :</p> <p>Exercices d'étirements et de relaxations</p> <p>Bilan</p> <p>Trace écrite</p>	<p>Diriger des exercices de relaxations.</p> <p>Faire le bilan de la séance avec la grille d'observation et indiquer le titre de la séance prochaine.</p>	<p>-disposés en vague sur le terrain, les élèves exécutent des exercices de relaxations.</p> <p>-assis, les élèves écoutent le professeur et prennent note dans leur cahier d'intégration</p>		<p>15'</p>
--	---	---	---	------------

# Les dimensions d'un terrain de Volleyball



## Un match de Volleyball



