



ECOLE D'ORIENTATION

ENJEUX EDUCATIFS - PROGRAMME D'ENSEIGNEMENT

« Une véritable politique sportive est une nécessité pour la représentation de notre fédération sur la scène internationale mais doit être surtout un élément de structuration de notre base et aussi un élément d'éducation du sportif

Les écoles d'orientation sont un des objectifs importants de la mise en place de cette politique sportive du projet fédéral. Définir nos priorités, notre démarche, nos objectifs sportifs avec les enfants, sont les problématiques auxquelles tente de répondre ce document. Le terrain apportera sous doute d'autres questionnements qui nous permettront d'en améliorer les contenus.

Nous espérons que cet outil vous aidera à réfléchir sur votre pratique d'éducateur. Sachez que, outre la démarche sportive, votre objectif doit être de développer la personnalité de l'enfant en sachant créer les conditions qui incitent l'enfant à imaginer, inventer, créer, être actif et participatif de manière à faire émerger du sens à son activité

N'oublions pas de former aussi, des citoyens sportifs, une évidence qui doit faire partie intégrante de tout comportement de pratiquants d'activité de pleine nature »

Hervé LETTERON
Directeur technique national adjoint

PREAMBULE

L'école d'orientation est, en général, l'un des premiers contacts du jeune avec notre activité. L'essentiel est donc de lui apporter un apprentissage adapté qui sera l'un des critères indispensables à son adhésion à notre sport.

Les premières séances seront le moment crucial qui feront que le jeune trouvera une réelle motivation à rester au sein de l'école. Bien entendu, l'apprentissage est une chose mais l'entourage pédagogique demeure l'élément moteur indispensable. C'est, en effet, l'éducateur qui sera le chef d'orchestre de cette mise en partition de tous les exercices qui vous sont proposés dans ce document. Il devra savoir les adapter, à tout moment, en fonction d'une part du degré de maturité et d'autre part de la progression du jeune.

OBJECTIFS

L'objectif essentiel est donc de permettre aux jeunes de tendre vers leur plus haut niveau d'habiletés motrices. Outre cet aspect moteur qui est l'une des composantes de la performance, la prise en compte de la dimension éducative du sport doit nous conduire à considérer le jeune dans sa globalité en tant qu'individu en construction dans un environnement social.

Notre activité, par sa richesse éducative, doit contribuer à développer :

- l'autonomie,
- la prise de décision et d'adaptation permanente,
- la responsabilité de l'individu dans sa pratique : sécurité et solidarité
- le respect de l'environnement dans lequel il évolue,
- la tolérance en lui apprenant à assumer ses réussites et ses erreurs et celle des autres.

Donc outre l'aspect technique dans lequel s'inscrit toute pratique sportive, l'éducateur doit s'imprégner de toutes ses valeurs « humanistes » :

autonomie, responsabilité, tolérance, solidarité...

qui peuvent peut-être relever, d'une conception utopique de l'acte éducatif, mais qui pour nous s'inscrivent en toile de fond de toute intervention pédagogique. Ces principes doivent être le fil conducteur de tout éducateur car former des sportifs c'est aussi former des citoyens sportifs.

« Etre en accord avec ces idées, c'est être en accord avec notre activité de pleine nature... »

UNE ACTIVITE A MATURETÉ TARDIVE

Sachant que la période d'apprentissage jusqu'à la performance sportive se construit dès le plus jeune âge, il est important que les programmes des écoles d'orientation et leur accompagnement répondent au développement de l'enfant.

ASPECT PHYSIOLOGIQUE ET MOTEUR

Nous savons que dans le développement physiologique de l'individu, les processus énergétiques ne peuvent satisfaire, dans le plus jeune âge, les besoins de l'organisme. D'où l'obligation de ne pas solliciter les filières anaérobies au profit de la filière aérobie véritable socle sur lequel se construit notre pratique (la consommation maximale d'oxygène étant un des maillons de la réussite). Face à cette mise en place tardive des processus énergétiques, la commande motrice : système nerveux central, connexion neuronique, commande de l'appareil musculaire se mettent en place plus précocement.

ASPECT AFFECTIF

Le fait d'évoluer dans des milieux partiellement voir totalement inconnus, a une conséquence importante sur l'action motrice. Si la prise de décision est dépendante du contexte informationnel, celle-ci est fortement influencée par le contexte émotionnel. C'est d'ailleurs de cette prise en compte de l'aspect émotionnel que dépendra la réussite

ASPECT MENTAL

Nul n'a oublié ces premiers pas dans notre activité, carte d'orientation en main, dont les symboles, véritables hiéroglyphes, vous ont paru incompréhensibles. Sur le plan mental, les exigences nécessaires à l'approche de cette activité : la **représentation symbolique** qui est **la carte**, d'une **réalité** qui est **le terrain**, ne peuvent être sollicitées, sans une adaptation préalable du document cartographique, support de notre activité, suivant l'âge des pratiquants.

Cette adaptation de l'outil, la variété des situations « adaptées » doivent être une exigence fondamentale face à cette période de maturation et de plasticité favorable à l'acquisition de tous les apprentissages. Sachons aussi, avec les jeunes, **diversifier notre apprentissage** (autres activités) **favoriser le jeu, le plaisir**, afin de ne pas les enfermer dans une pratique précoce trop spécialisée qui irait à l'encontre de nos objectifs.

LE DEVELOPPEMENT DE L'ENFANT

Si nous sommes convaincus qu'il est possible d'aborder des activités d'orientation dans un espace familier avec des enfants de 3 à 6 ans, nous avons volontairement écarté cette approche avec cette population, qui demande un traitement très spécifique qui ne correspond pas aux objectifs recherchés en école d'orientation.

A partir de 6 ans, l'enfant améliore ses capacités de maîtrise et de concentration à condition que celles-ci soient sollicitées régulièrement. Multiplier les situations ludiques qui mettent en valeur toutes ces capacités essentielles à un développement harmonieux autant **sur le plan moteur** : vitesse réaction, agilité en tout terrain, amplitude articulaire - **physiologique** : avec le développement en priorité des capacités aérobies - **mental** : latéralisation, lecture de plans très simplifiés - **affectif** : adaptation progressive à l'espace lointain et inconnu (d'un milieu clos : gymnase, terrain de jeu vers un complexe sportif ou un parc) que **sur le plan éthique** : valeur de respect, tolérance, solidarité, altruisme,...

L'adaptation des situations d'apprentissage est donc essentielle et passe dans notre discipline par l'aménagement :

- du milieu qui doit être très familier et sécurisé au départ,
- du support carte (photographie, plan simplifié, plan en perspective,..)

mais aussi par la conception de parcours qui doit respecter les règles du traçage (Niveau T1 T2 - voir chapitre Apprentissage – Traçage - dossier formation FFCO)

L'enfant doit être acteur et trouver dans l'action les moyens de s'adapter aux problèmes posés. A l'éducateur à mettre en place toutes les conditions pour favoriser l'autonomie, la motivation et la curiosité de l'enfant. L'exercice mental particulièrement sollicité dans notre activité, s'il est diversifié, en corrélation avec les possibilités de l'enfant, doit contribuer à la mise au point des connexions cérébrales et participer à la construction de ce que nous appelons communément la pensée.

De 9 ans à 11 ans, période importante dans l'acquisition des habiletés motrices qu'il faut particulièrement solliciter car nous sommes en période d'achèvement de la maturité cérébrale

Sur le plan moteur, il est possible de commencer le travail de la puissance aérobie, d'effectuer une préparation physique générale afin d'effectuer un renforcement musculaire harmonieux et nécessaire à la prévention (ex : gainage vertébral) tout en ne négligeant pas la motivation de l'enfant indispensable dans le processus d'apprentissage

La période pubertaire, accompagnée de bouleversements hormonaux provoquant des perturbations aussi bien physiologiques que mentales doit être accompagnée d'un suivi attentif de la part de l'éducateur. L'apprentissage s'appuiera surtout sur la recherche de l'aspect qualitatif, (travail technique, continuité dans le développement des capacités aérobies, préparation physique générale). C'est souvent à cet âge « critique » que le jeune abandonne la pratique sportive. L'entourage du jeune (parents), la qualité de l'apprentissage (éducateur) sont ici déterminants pour la motivation du jeune.

C'est seulement dans la phase post pubertaire que nous pourrons envisager d'entrer dans la phase de spécialisation qui n'est plus l'objet des écoles d'orientation.

OBJECTIFS DE L'ECOLE

Dans le cadre des écoles d'orientation les objectifs, comme vous l'avez bien ressenti dans le préambule, sont tout d'abord de **développer la personnalité de l'enfant** :

- AUTONOMIE : affronter et s'adapter à des situations nouvelles (choix entre sécurité et prise de risque), développer la capacité à prendre des décisions, à formuler un projet, à s'auto évaluer et s'auto organiser dans les situations
- SOLIDARITE : respecter les différences individuelles – développer l'entraide
- RESPONSABILITE de l'individu dans sa pratique (prise de décision et d'adaptation permanente)
- CITOYENNETE et ENVIRONNEMENT : connaître les limites de sa liberté par rapport à l'espace naturel - respect de l'environnement dans lequel il évolue
- SANTE s'adapter aux conditions du monde extérieur s'accoutumer à l'effort, se dépasser soi même,
- TOLERANCE : assumer ses réussites et ses erreurs et celle des autres.

mais aussi de développer ses capacités physiques et mentales

- Apprendre à maîtriser la lecture d'un plan codifié
- Développer l'observation, la sélection des informations, la mémorisation et la prise de décision nécessaires à l'action
- Développer l'endurance
- Développer l'efficacité motrice en tout terrain

Les exercices proposés dans ce document ne sont naturellement pas exhaustifs mais ils sont avant tout une trame directrice que vous devez adapter, compléter, améliorer au gré de vos séances. L'essentiel est que ces situations soient justes et permettent le décodage du milieu, le choix d'itinéraire, la prise de décision dans l'action pour un déplacement finalisé.

Sachez aussi créer les conditions qui incitent l'enfant à imaginer, inventer, créer, être actif et participatif de manière à faire émerger du sens à son activité

COMPETENCE ET CAPACITES A DEVELOPPER

OBJECTIFS GENERAUX	
COMPETENCES ET CAPACITES A DEVELOPPER	<p>Le jeune doit adapter ses déplacements à différents types d'environnement</p> <p>Etre capable de :</p> <ul style="list-style-type: none">- Se déplacer dans des formes d'actions inhabituelles remettant en cause l'équilibre.- Se déplacer dans un environnement proche et familier (cour, école, gymnase) puis progressivement dans des environnements semi naturels et proches (complexe sportif, Parcs) étrangers et incertains sur des parcours entièrement sécurisés (petit bois, forêt entièrement closes ou utilisation de parcours jalonnés)- d'élaborer une représentation schématique d'un espace simplifié : Construction de la légende- se situer et s'organiser par rapport à lui et dans l'espace<ul style="list-style-type: none">• de reconnaître sur soi la droite et la gauche• de reconnaître sur autrui placé dans le même sens que soi la droite et la gauche• de s'orienter par rapport à la droite et à la gauche• l'élaboration du schéma corporel (corps situé)• perception et intégration de la notion d'espace immédiat :<ul style="list-style-type: none">▪ positions relatives d'objets par rapport à lui-même, par rapport à un ou plusieurs repères ou les uns par rapport aux autres▪ capacités de se déplacer dans un espace proche▪ capacités de représenter ses déplacements▪ capacités de représenter le plan d'un espace simplifié▪ capacités d'organiser son espace et d'arriver à la représentation plane d'un objet à trois dimensions• au niveau de l'espace lointain<ul style="list-style-type: none">▪ capacités de reconnaître dans un espace connu un itinéraire et le décrire.

	<ul style="list-style-type: none"> • déplacements, itinéraires, parcours sur carte simplifiée • approche de la dimension géographique du concept d'espace: itinéraires dans le village, le quartier, les environs et leurs représentations schématiques; les distances • Capacité à conduire ou réaliser seul un parcours d'orientation - Adaptation progressive à l'isolement • Travail de l'endurance alternant marche et course permettant le renforcement des capacités énergétiques sollicitées en course d'orientation • Travail des habiletés motrices nécessaires à la course en tout terrain • Préparation physique générale • Travail de sensibilisation à la qualité de l'environnement et à son respect
<p>UTILISATIONS des SUPPORTS CARTOGRAPHIQUES</p>	<p>Utilisation de photographies – plan en perspectives – Croquis, plans ou cartes simplifiées</p> <p>Il est conseillé d'utiliser tout d'abord les photographies qui permettent de passer de la réalité du terrain à la vision du terrain par l'image, ensuite à des plans en perspective (vision en 3D) première étape de lecture d'un plan encore proche de la réalité observée, pour aller progressivement vers l'utilisation de plans simplifiés et codifiés d'un espace connu qui nécessitent l'apprentissage et la construction du symbole (dessiner un plan et construire une légende), pour en arriver finalement à la carte d'orientation</p> <p>Nous vous conseillons d'utiliser des grandes échelles qui facilitent la lecture du plan (les symboles plus « aérés » permettent de se repérer plus facilement)</p> <p>Enfin l'évaluation des distances peut être abordée (à l'exclusion de l'utilisation de la notion d'échelle).</p>

CAPACITES /AGES

AGES	6-7 ans	8-9 ans	10-11ans
CAPACITES	<p>Au niveau du corps :</p> <ul style="list-style-type: none"> - de reconnaître sur soi et sur autrui la droite et la gauche, l'avant et l'arrière <p>Au niveau de l'espace proche:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de situer les objets entre eux - de représenter un espace proche connu (cour, préau, école) - d'y faire figurer un itinéraire parcouru - de faire l'opération inverse (parcourir un itinéraire représenté) - d'orienter un plan représentant un espace proche connu, par rapport à des points remarquables. <p>Au niveau d'un espace plus lointain :</p> <ul style="list-style-type: none"> - d'utiliser le plan du quartier ou du village pour y représenter des trajets effectués. 	<p>Capacités de se décentrer progressivement jusqu'à apprécier les références spatiales de l'autre,</p> <ul style="list-style-type: none"> - de s'orienter par rapport aux grandes directions cardinales, - d'orienter un plan par rapport à des directions remarquables, - de se situer sur le plan ainsi orienté, - de reproduire sur le plan représentant un espace lointain, village ou environs, un itinéraire parcouru et inversement, - parcourir un itinéraire représenté, - d'apprécier des distances, d'utiliser pour cela d'abord des unités arbitraires puis les mesures usuelles. 	<p>Se centrer sur l'espace lointain et demander plus d'efficacité (réaliser une performance).</p> <p>Il devra être capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> - d'orienter une carte par la prise en compte du Nord magnétique, - de suivre une direction de marche en fonction d'un angle de direction, - de maîtriser la notion d'échelle, - d'étalonner son pas, - de réaliser la relation carte/terrain - d'effectuer une course d'orientation.
EVALUATION	Etre capable de réaliser seul sur un plan en perspective ou sur un plan simplifié un parcours jalonné ou non dans un espace connu	Etre capable de réaliser seul avec une carte d'orientation un parcours jalonné dans un espace inconnu	Etre capable de réaliser un parcours de compétition dans un espace inconnu respectant les niveaux de traçage T1 T2 voir T3

12 ans et plus : Savoir faire, connaissances et compétences à acquérir

ASPECTS TECHNIQUES	ASPECTS PHYSIQUES	ASPECTS TACTIQUES	ASPECTS REGLEMENTAIRES et ENVIRONNEMENTAUX
<p>Etre capable de reconnaître des lignes plus complexes situées à l'intérieur des parcelles. (exemples : levée de terre, fossé, abrupt, etc.)</p> <p>Etre capable d'orienter sa carte, de se situer et de situer de manière cohérente des lignes les unes par rapport aux autres de suivre son déplacement sur sa carte orientée à l'aide du pouce</p> <p>Etre capable en cas d'erreur importante, de ne pas s'obstiner mais de se recalculer pour revenir au point de départ par les chemins ou revenir sur ses pas lorsqu'on se sent perdu (parcours en mémorisation)</p> <p>Etre capable de suivre et d'enchaîner un déplacement sur les lignes situées à l'intérieur des parcelles</p> <p>Etre capable de courir en terrain varié et conduire son déplacement en s'orientant de manière efficace pour réaliser la meilleure performance.</p> <p>Etre capable de poser à deux puis seul de manière sûre, des postes sur des objets caractéristiques à proximité des sentiers et progressivement de poser et vérifier des postes à l'intérieur des parcelles et à distance des lignes, de manière sûre</p> <p>Connaître les limites de l'espace d'évolution et les cheminements les plus simples</p> <p>Connaître la codification du relief (grandes formes) et la végétation (pénétrabilité et différences)</p> <p>Etre capable de choisir et de mémoriser une succession de lignes et des points de décision lors de parcours partiels</p>	<p>Après l'effort, marcher et contrôler sa respiration pour récupérer plus aisément</p> <p>Etre capable de se préparer ou de se faire aider sur les plans physique et technique de façon à pouvoir s'adapter aux imprévus de la course et à gérer la fatigue</p> <p>Etre capable d'adapter son allure de course en fonction des difficultés d'ordre technique ou physique rencontrées (attaque, approche de poste)</p> <p>Etre capable de s'échauffer seul pour se préparer à une course et s'étirer à l'issue de la course</p>	<p>Etre capable de prévoir et d'adapter ses choix d'itinéraires et d'allures de déplacement à ses capacités techniques et physiques</p> <p>Apprendre à se dominer dans des situations à enjeux compétitifs afin de conserver un niveau de lucidité suffisant pour assurer une relation cartoterrain satisfaisante</p> <p>Dans le cadre d'un travail en équipe, être capable de s'organiser pour construire une stratégie de répartition des postes en fonction des possibilités de chacun et des paramètres de la situation</p> <p>Etre capable de comparer et d'argumenter les intérêts de deux choix d'itinéraires (entre deux postes)</p> <p>Etre capable d'étudier l'ensemble du parcours partiel : de déterminer un point d'attaque avant de construire un itinéraire et déterminer une ligne d'arrêt</p>	<p>Le déplacement dans le milieu naturel doit être associé à une éducation à l'environnement, à un éveil critique sur des thèmes transversaux comme le respect de l'environnement, l'eau, la pollution, les déchets, les dégradations de l'environnement et les éventuels déséquilibres écologiques</p> <p>Le respect du milieu naturel permet d'établir des liens de cohérence avec une démarche citoyenne visant à adopter une attitude raisonnée et responsable</p> <p>Etre capable de situer, de connaître les zones interdites ou dangereuses et de respecter cette réglementation</p> <p>Connaître les droits d'accès à la forêt et les devoirs et codes des pratiquants orienteurs</p> <p>Connaître les relations entre les effets des travaux d'exploitation de la forêt et les codifications FFCO</p> <p>Contribuer à la mise en place de compétitions et adopter des attitudes responsables vis-à-vis des organisateurs et de la forêt</p> <p>Relations entre les différents étages d'exploitation de la forêt et le niveau de pénétrabilité</p> <p>Connaissances sur les responsabilités et missions de l'ONF et les devoirs des usagers</p> <p>Comprendre et respecter les pratiques des différents utilisateurs du site (entraide,</p>

<p>Etre capable de réaliser une nouvelle attaque de poste lorsque la première a échoué</p> <p>Etre capable de retracer précisément l'intégralité de son parcours et d'apprécier les décalages et pertes de temps</p> <p>Etre capable d'adapter ses attitudes de course et de lecture selon que l'on se situe en phase d'approche ou en phase d'attaque</p> <p>Etre capable d'anticiper les points de décision importants pour reconnaître aisément le lieu</p> <p>En cas d'échec dans une attaque de poste, être capable de reconstruire une attaque de poste en y intégrant une ligne d'arrêt</p> <p>Techniques pour choisir son itinéraire Etre capable de distinguer les informations pour se situer de celles pour se guider, d'étudier l'ensemble du parcours partiel avant de choisir un itinéraire</p> <p>Etre capable de sauter d'une ligne jugée facile à une autre pour raccourcir son trajet puis de s'écarter des lignes sans se tromper dans des zones jugées faciles</p>	<p>Etre capable de contrôler sa respiration et son allure pour retrouver rapidement un niveau de lucidité suffisant</p>	<p>Etre capable de retracer précisément son parcours, de situer et d'analyser les zones d'erreurs</p>	<p>coopération et approche des autres activités d'orientation)</p> <p>Prise de responsabilité et règles de sécurité durant les séances</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prendre en charge son inscription sur le tableau des départs et arrivées - Poser et vérifier des postes à l'intérieur des parcelles et à proximité des lignes - Prendre en charge l'organisation d'un atelier : Arrivée, départ - Poser ou vérifier des postes à l'intérieur des parcelles et à distance des lignes, de manière sûre - Respecter l'ordre et les heures de départ en l'absence d'un contrôleur - Etre capable de s'auto organiser : à deux ou trois, prendre en charge le ramassage d'un parcours inconnu
--	---	---	--

CONDITIONS D'APPRENTISSAGE ET CONSEILS DE SECURITE

Comme dans toute activité de pleine nature, l'animateur doit organiser et assurer la sécurité de ses pratiquants. Si la course d'orientation n'est pas une activité dite « à risque », une certaine rigueur dans l'organisation s'impose. Notre activité peut procurer parfois beaucoup d'émotions aux pratiquants mais aussi à l'animateur....

Ainsi, toute erreur dans la conception et le traçage des exercices, dans la formulation des consignes de départ entraînent échec, retard et angoisse. Si la pratique en groupe très réduit (groupe de 3) s'impose au début, il sera nécessaire que le jeune se confronte rapidement et individuellement aux problèmes

Éléments de sécurité passive	Éléments de Sécurité active
<p><u>Pour l'animateur</u> Demande d'autorisation Reconnaissance préalable du site. Les zones d'évolution doivent avoir une grande densité d'éléments caractéristiques, linéaires ou de surface (sentiers, clôtures, ruisseau, maisons, limite de végétation , champs, etc.). Donner des consignes simples S'assurer si le lieu est sûr (Leurs limites doivent être aisément identifiables. Le milieu est sûr ou rendu sûr par rapport aux dangers objectifs : route, soit par aménagement, soit par reconnaissance préalable). Choix du lieu de rassemblement Téléphone Trousse de secours <u>Pour le pratiquant</u> Respect des consignes de sécurité et de conduite (ex : ne pas dépasser les lignes d'arrêt reconnues ou désignées Ne jamais se séparer si les pratiquants évoluent en groupe Eventuellement direction à suivre en cas d'égarement Respect de l'heure Conduite à tenir en cas d'accident</p>	<p>Découverte du site sous forme collective ce qui permet de bien intégrer les lignes d'arrêt et de sensibiliser les jeunes à la position de la balise sur le terrain Pour les très jeunes, la pratique à vue de l'animateur s'impose Accoutumance progressive à l'isolement Adaptation des exercices au niveau (traçage) La multiplication des balises et leur mise en place à des endroits repérables ou aux changement de direction est autant un facteur d'apprentissage que de sécurité Ne pas obliger le pratiquant anxieux à partir seul Utiliser des méthodes d'organisation adaptées (parcours en étoile ou papillon) Utiliser des cartes adaptées et à grandes échelles Utiliser des parcours réduits de 500 à 1000m Utiliser un tableau de gestion des pratiquants (ce tableau permet de situer les jeunes dans l'espace de pratique et permet de vérifier en temps réel, la quantité de travail réalisé)</p>

ELEMENTS DE PROGRESSIVITE

Pour solliciter au mieux les compétences recherchées, la progression dans l'action s'impose par l'adaptation du document, du milieu, des parcours, de la pratique (seul ou en groupe)

1 - Adaptation du support carte



Fig 1 : La photographie

la représentation symbolique (carte) de la réalité (terrain) est difficilement accessible au plus jeune âge. Le support photographique permet de solliciter l'observation et d'entrer plus précocement dans l'activité (relation objet-image)



Fig 2 : La vision en perspective

Début d'accès au plan. Une étape intermédiaire qui permet une vision en 3 dimensions sur une feuille « plane »

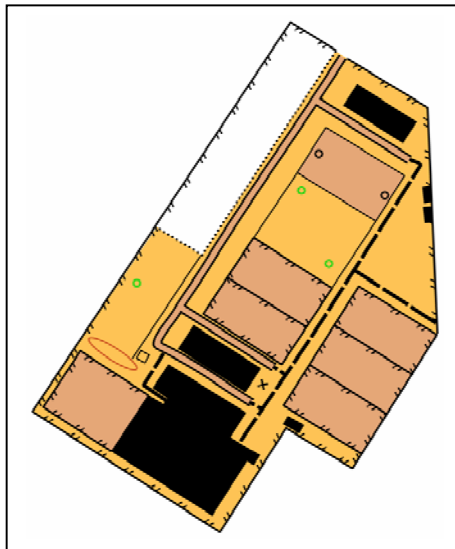
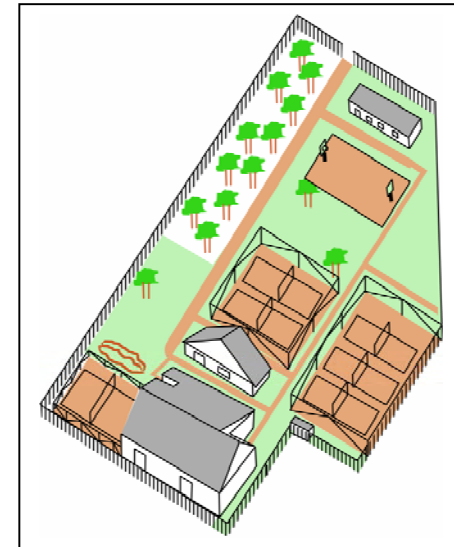


Fig 3 : La représentation symbolique*

La dernière étape est l'accès à la représentation symbolique (carte) de la réalité (terrain). (Relation objet-langage symbolique CO) Construire et utiliser tout d'abord des plans simples (représentation d'objet), puis se repérer avec des cartes codifiées. La nécessité de choisir des terrains peu complexes permettra de limiter les informations figurant sur la carte et observables par le pratiquant

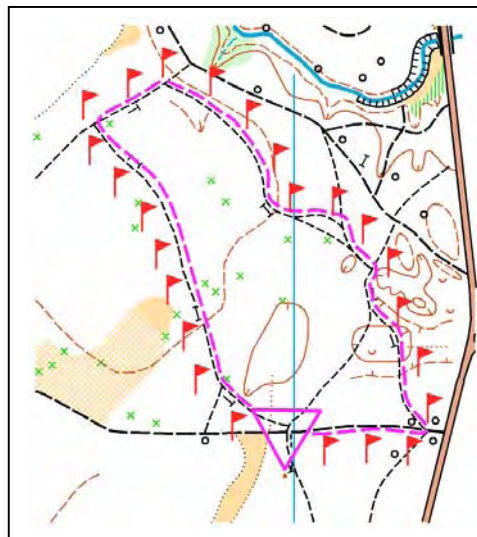
* représentation symbolique de la Fig 2



2 – Adaptation du milieu

L'objectif est d'assurer la sécurité et l'intégrité du pratiquant (loi sur le sport du 16/07/1984 modifiée). L'adaptation du milieu de pratique est donc essentiel. Commencer l'apprentissage dans un milieu familier et connu du pratiquant (cour d'école, complexe sportif) puis partiellement connu (parc urbain clos) pour aller progressivement vers des milieux inconnus qu'il sera également nécessaire de sécuriser par des procédés d'organisation adaptés.

3 – Adaptation des méthodes d'organisation et des parcours



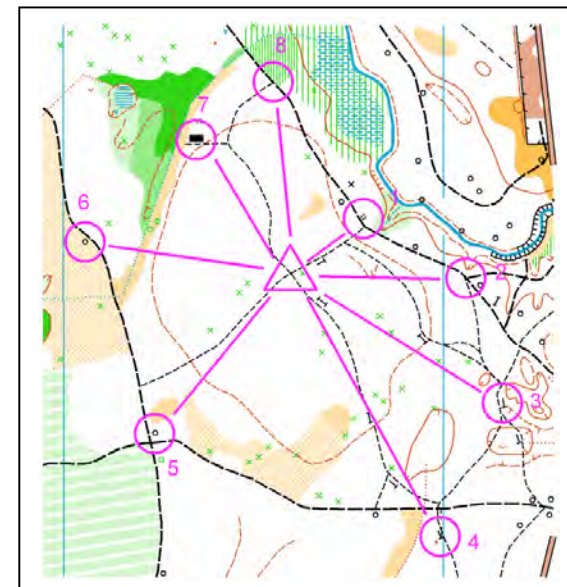
Parcours jalonné

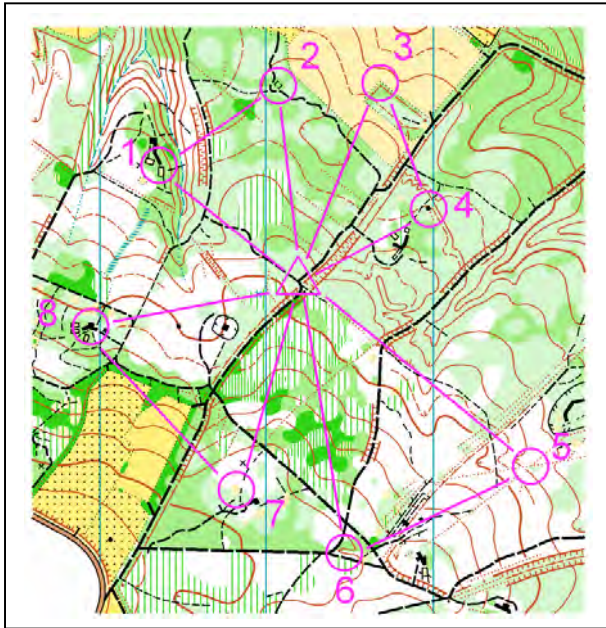
Si l'utilisation de parcours jalonnés* permet un réel travail d'apprentissage de l'activité, (ex : découvrir de nouvelles lignes ou main courantes) et une pédagogie différenciée, il permet également de sécuriser une situation pédagogique, particulièrement dans un milieu inconnu par un contrôle fréquent. Son utilisation dans l'apprentissage des sauts (couper) est particulièrement recommandée.

*JALON : Marque (rubalise) fixée sur l'itinéraire et visible l'une de l'autre

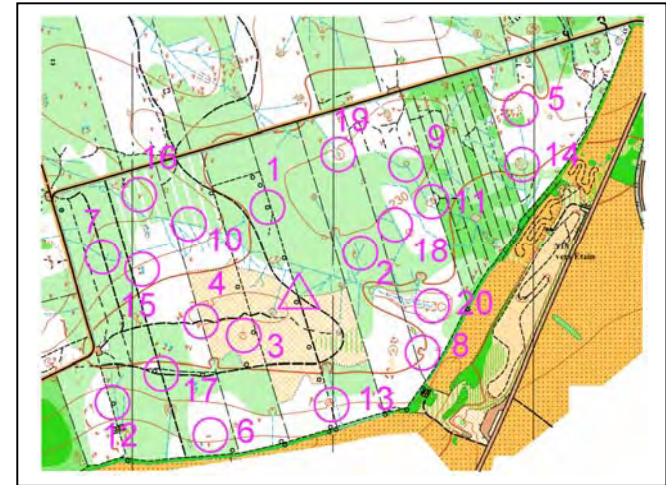
Organisation en étoile

Moyen d'organiser la sécurité afin d'effectuer un contrôle régulier du pratiquant.





Organisation en papillon
 Autre moyen d'organiser la sécurité afin d'effectuer un contrôle régulier du pratiquant avec une évolution progressive vers le circuit.



Organisation en réseau
 Ce type d'organisation est un moyen d'apprentissage de la compétition qui permet à chacun de trouver et de choisir les postes en fonction de son niveau et d'organiser la sécurité par l'encadrement de l'espace par des lignes d'arrêt précises

Pour la conception et l'adaptation des parcours, nous vous renvoyons au document APPRENTISSAGE TRACAGE qui vous permettra de mettre une adéquation le niveau de traçage en fonction des réponses recherchées dans l'apprentissage de l'activité.

4 – Adaptation de la pratique

Seul ou en groupe ? L'objectif étant d'aller vers l'autonomie et de décider seul, la pratique individuelle est une condition nécessaire pour que le pratiquant puisse mesurer l'effet de ces décisions. La pratique en groupe est bien entendu possible à condition que dans le groupe des tâches différentes soient attribuées à chaque membre. Cette individualisation du travail permettra à l'animateur de réaliser une évaluation plus pertinente du pratiquant.

QUELQUES INDICATEURS NECESSAIRES A L'APPRENTISSAGE

COMPORTEMENTS OBSERVES PROBLEMES RENCONTRÉS	COMPETENCES RECHERCHEES	EVALUATION DE FIN D'ÉTAPE
<p>La perception de l'espace à parcourir est globale et approximative («c'est par là...»).</p> <p>La relation entre le vu sur le terrain et le représenté sur la carte est partielle.</p> <p>Problème : la codification de la réalité du terrain est symboliquement difficile.</p> <p>La préparation à l'action est hâtive ou indécise : – soit le jeune a tendance à partir vite dans une direction approximative sans réel projet ; – soit il prend beaucoup de temps avant de partir.</p> <p>Problème : le repérage étant aléatoire, la décision reste indécise.</p> <p>La marche est dominante, les arrêts sont très fréquents pour observer le terrain et s'orienter. Crainte parfois des petits sentiers, des zones encombrées ou glissantes</p> <p>Le déplacement peut être difficile en montée et en descente.</p> <p>Problème : la coordination de deux tâches (courir et se repérer) est contradictoire.</p> <p>Le jeune pratiquant craint de s'éloigner du point de rencontre et de se déplacer vers un milieu inconnu.</p>	<p>Établir une relation entre les éléments observés du terrain et leur représentation sur la carte. (Exercice de marche imposé sous conduite, parcours jalonné sur ligne)</p> <p>Se représenter et codifier les éléments simples de planimétrie (chemins, habitations, etc.) et d'hydrographie (lac, rivière, fontaine, etc.).</p> <p>Construire la symbolique de la légende (aspects de planimétrie et d'hydrographie).</p> <p>Les exercices de pré apprentissage de la symbolique peuvent permettre une première approche de la représentation symbolique et l'élaboration d'une légende</p> <p>Orienter sa carte par rapport à des repères simples.</p> <p>Se situer sur la carte et choisir une direction et un chemin pour atteindre la balise.</p> <p>Choisir et suivre les lignes directrices les plus sûres (chemin, clôture, ligne électrique, etc.) pour se déplacer. (exercice de parcours jalonné sur différentes lignes)</p> <p>Se situer en permanence en déplaçant son pouce sur la carte au fur et à mesure du déplacement.(méthode POP)</p> <p>Se recalcr au cours de son déplacement grâce à des arrêts courts mais fréquents.</p> <p>Mémoriser quelques éléments pour réaliser un parcours.</p> <p>Identifier les erreurs de lecture ou de cheminement.</p> <p>Courir sans regarder ses pieds sur des chemins faciles, regarder où poser ses pieds en terrain accidenté. (Exemple : Alternier course et marche sur des lignes directrices en évitant les obstacles et poinçonner sa carte aux balises</p>	<p>Le jeune utilise des repères planimétriques simples pour se repérer.</p> <p>Questions</p> <p>Le jeune connaît-il la légende de sa carte ?</p> <p>Sait-il retrouver sur sa carte un élément de topographie observé sur le terrain ?</p> <p>Peut-il montrer sur le terrain un élément de topographie repéré sur la carte ?</p> <p>etc.</p> <p>Le jeune suit des «mains courantes» simples à identifier (chemins, sentiers, ruisseau etc.) pour se déplacer. Il sait toujours où il se trouve. Il doit être capable de réaliser un itinéraire d'environ 1km, comportant cinq à six balises, en moins de 15 minutes.</p> <p>Questions : Le jeune se situe-t-il sur le plan ou la carte ?</p> <p>Fait-il un projet avant de partir ?</p> <p>Regarde-t-il souvent son plan ou sa carte ?</p> <p>Orienté-t-il sa carte avant de partir ?</p> <p>Conserve-t-il sa carte orientée en courant ?</p> <p>Déplace-t-il son pouce sur la carte au fur et à mesure du déplacement ?</p> <p>Est-il capable d'identifier l'itinéraire parcouru en le montrant sur le plan ou la carte ?</p> <p>etc.</p> <p>Questions : Le jeune marche-t-il ou court-il ?</p> <p>À quels moments ?</p> <p>Est-il obligé de s'arrêter souvent pour regarder sa carte ?</p> <p>Est-il capable de courir sur de petits sentiers ou</p>

<p>Le respect des horaires est difficile car confronté à une difficulté pour trouver une balise, le jeune ayant tendance à s'entêter sans fin.</p> <p>Problème : la peur de l'inconnu pose des problèmes affectifs. Les jeunes crient, s'appellent, se rassemblent, peuvent se séparer lorsqu'ils sont en groupe.</p> <p>Problème : Les notions de protection de l'environnement et de fragilité du milieu naturel ne sont pas perçues.</p>	<p>trouvées Réaliser des parcours de 1 à 1,5 km en courant le plus souvent possible.) Etre capable de revenir sur ses pas pour retrouver le dernier point sûr ou de revenir au point de regroupement si l'on ne trouve pas la balise. Accepter de se déplacer seul sur un parcours connu de son niveau d'environ 15 minutes.</p> <p>Respecter les limites d'espace (lignes d'arrêt) et de temps (revenir à l'heure).</p> <p>Respecter le matériel et laisser les balises en place. S'arrêter pour porter secours à un élève en difficulté.</p> <p>Éviter et contourner les zones de régénération ou de culture. Respecter le calme : ne pas crier ni appeler dans la nature.</p>	<p>en tout-terrain ? Accepte-t-il de renoncer et de venir demander conseil s'il ne trouve pas une balise?</p> <p>Le jeune doit être capable de réaliser un parcours en terrain partiellement inconnu en respectant les horaires. Questions : Le jeune revient-il à l'heure indiquée avant le départ ? Respecte-t-il impérativement les lignes d'arrêt ? Accepte-t-il de se déplacer seul sur un parcours connu ?</p> <p>Le jeune ne laisse pas de traces de son passage et intervient si nécessaire. Questions : Le jeune respecte-t-il le placement des balises ? A-t-il une attitude discrète dans le milieu ?</p>
---	--	--

ELEMENTS NECESSAIRES A LA CONSTRUCTION DE L'ITINERAIRE

L'analyse et le traitement entre la réalité (terrain) et la carte (symbolique) ou vice versa sont les éléments nécessaires à la construction du projet d'itinéraire. La complexité de la symbolique de notre carte d'orientation, la nécessité de codification ne favorisent pas l'accessibilité à notre discipline particulièrement chez les jeunes (comme nous l'avons dit précédemment, sur le plan pédagogique, il est possible de passer de l'objet à l'image avant d'aborder la relation objet - symbole).

1 – La notion de ligne « main courante »

Parmi les symboles utilisés, certains sont plus accessibles à la représentation mentale tels que les axes de communication, l'hydrographie, éléments linéaires nettement observables lorsque l'on débute dans l'activité.

Ces lignes sont donc des mains courantes naturelles que l'on peut suivre aisément comme support du déplacement. Elles seront donc privilégiées en début d'apprentissage, l'itinéraire consistant à interpréter la carte comme un ensemble de lignes que le pratiquant choisira en fonction de sa progression. De plus, le fait de s'orienter sur ces lignes permettra de réduire le nombre d'informations utiles au déplacement et favorisera, ainsi, la lecture de la carte en courant. Les parcours jalonnés seront particulièrement privilégiés pour permettre la découverte de toutes les lignes naturelles du terrain.

Types de lignes et niveaux de difficulté:

Lignes 1 : ce sont en général les lignes les plus familières au pratiquant débutant et très visibles qui guident facilement le déplacement - Route forestière, chemin d'exploitation, chemins, laies, pare feu, clôtures, mur, rivière, ligne électrique, voie ferrée,

Lignes 2 : ce sont des lignes dont la représentation sous forme de pointillé ou de surface entourées d'un trait continu permettent un suivi - Sentiers, sentiers peu visibles, talus bien marqué, fossé très visible, ruisseau, muret, lisière de forêt, haie, layon, levée de terre, tour de lac, étang.

Lignes 3 : ces lignes séparent des zones différenciées par la couleur sur la carte : limite de végétation entre zones boisées et zones déboisées ou champs, pénétrabilités différentes mais nettes (signalées sur la carte par des pointillés noirs), limite de clairière en forêt, mais aussi des fossés intermittents, murs en ruine...

Lignes 4 : ces lignes sont représentées par des changements imprécis de pénétrabilité (entre V1 et V2 par exemple) ou des lignes de relief telles que les lignes de crête, les avancées, les rentrants, des ruptures de pente....

2 – Les notions de point de décision, point d'appui, point d'attaque, ligne d'arrêt

Tous ces éléments vont être les clés de la construction et surtout de l'exécution de l'itinéraire.

Les points de décision : c'est le moment que l'orienteur choisi pour quitter une ligne pour en rejoindre une autre par exemple.

Ce point de décision devient *un point d'attaque* lorsqu'il permet de rejoindre le poste (dernier point sûr avant le poste)

Les points d'appui sont des éléments de repères que l'orienteur a choisi pour réaliser son projet d'itinéraire et qu'il sera amené à franchir (sentier limite de végétation, muret, etc) ou à voir de loin (clairière – colline – zone de végétation dense) durant la réalisation

La ligne d'arrêt est une ligne perpendiculaire à l'axe de course que l'orienteur a choisi de ne pas dépasser s'il rate son objectif.

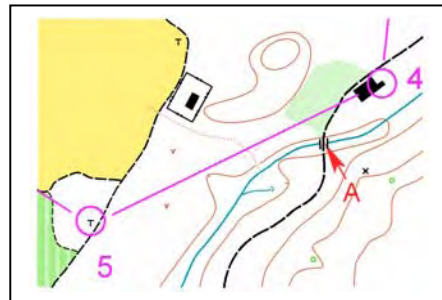


Fig 1 : A la sortie du poste 4, point de décision A : intersection du ruisseau-chemin qui permet de prendre la décision de sauter d'un chemin à l'autre situé à l'ouest



Fig 2 : A la sortie du poste 5, point de décision : coude du chemin ou jonction du fossé et chemin qui permet de prendre la décision de sauter d'un chemin à l'autre situé à l'ouest

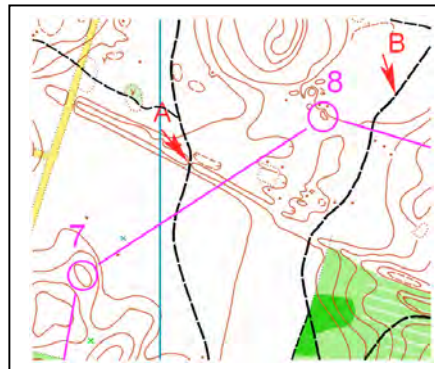


Fig 3 : A – Point de décision = point d'attaque = jonction ligne de relief avec le chemin
B : ligne d'arrêt = chemin



Fig 4 : A-B-C-D : Points d'appui que l'on traverse
E : Point d'appui visible de loin
F : point d'attaque
G : ligne d'arrêt

Suivre des lignes, trouver le point de décision et prendre la bonne décision font partie de la construction de l'itinéraire et vont conditionner la réussite. Des exercices de suivi des lignes, où l'on prendra soin de matérialiser les points de décision où l'on jalonnera les parties en sous bois pour rejoindre une autre ligne permettront de sensibiliser les jeunes à ces notions fondamentales.

3 - La notion de saut

Le saut permet de passer d'une ligne à une autre sans emprunter de ligne. C'est donc tout simplement couper à travers bois. Les exemples de la Fig 1 et de la Fig 2 illustrent parfaitement cette notion de saut. Le début du saut : *point de décision* est matérialisé par le point A sur l'exemple 1, le point d'arrivée : *ligne d'arrêt* par le chemin situé à l'ouest. Dans le second exemple le point de départ du saut : *point de décision* est le coude du chemin, le point d'arrivée du saut est le chemin situé à l'ouest. Ces lignes d'arrêt

permettent ensuite de continuer l'itinéraire prévu initialement. Lors de l'apprentissage des sauts, les lignes matérialisant l'arrivée du saut doivent être très évidentes et visibles de loin.

L'utilisation des sauts s'inscrit dans une logique de performance afin d'éviter de grands détours. Lors de la réalisation du saut, le pratiquant ne peut pas s'appuyer sur une ligne directrice. Seul l'estimation de la direction de course par rapport à la ligne ou l'utilisation de la boussole peuvent le guider. Les difficultés du terrain (présence de végétation, descente ou montée) vont influencer sa trajectoire. Donc apprendre à estimer sa direction de course, apprendre à estimer sa déviation seront des exercices qui permettront d'acquies la maîtrise des sauts. Lors de la mise en place d'exercice d'apprentissage, vous prendrez soin au début, d'utiliser des lignes d'arrêt nettes (ligne 1) des sauts très courts (inférieur à 100m) avec des angles de course voisins de 90° pour aller progressivement vers l'utilisation de ligne d'arrêt de niveau 2, des distances de 100 à 200m, angle de course plus fermé pour ensuite proposer des lignes d'arrêt de niveau 3 et 4 sur des distances supérieures à 200m avec des angles de course variables

En conclusion, nous pouvons dire qu'un itinéraire se construit par le suivi de lignes de différents niveaux, par le passage à des points de décision et d'appui et par la réalisation d'un ou plusieurs sauts plus ou moins difficiles.

LES FICHES PEDAGOGIQUES

En termes didactiques, notre discipline ne manque pas de situations pédagogiques. Les fiches présentées, dans ce dossier, n'ont rien d'exhaustif, mais elles viennent compléter, organiser le travail de l'animateur. Nous essaierons de compléter ce dossier en permanence afin d'apporter aux personnes responsables des écoles d'orientation matière à étoffer leur enseignement.

Concernant les niveaux de pratiques, ils sont en corrélation avec la méthode fédérale. Nous vous conseillons de la consulter en permanence. Vous comprendrez aisément que beaucoup de situations d'apprentissage peuvent être adaptées aux différents niveaux de pratique à condition d'en adapter le traçage :

« tracer un parcours fait partie intégrante de l'apprentissage »

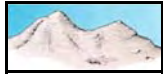
QUELQUES ELEMENTS DIDACTIQUES

La présentation a été volontairement normalisée pour l'ensemble des niveaux afin de faciliter leur compréhension et leur utilisation.

Chaque fiche est organisée de la façon suivante :

- Présentation de la situation
- Objectifs
- Mise en place
- Matériels nécessaires
- Ce qu'il faut faire
- Consignes
- Variables
- Critères d'évaluation

Les icônes, situés en haut à droite de la fiche, vous permettent d'un seul coup d'œil de connaître le thème principal ou dominante de l'exercice



Travail de la notion de relief



Travail de mémorisation ou de simulation



Travail de lecture de carte (relation CARTE /TERRAIN)

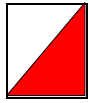


Travail de la course



Travail de la visée

Les icônes situés à gauche de la fiche sont en relation avec le niveau et le type de pratique requis, les matériels utilisés, les critères d'évaluation



X balises



1/balises



1/coureur



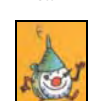
1 aux balises



Niveau 1



Seul



X environ



Non



Nombre de balises nécessaire à l'exercice

Utilisation ou non et nombre de cartes par coureur ou par équipe

Utilisation ou non et nombre de cartons de contrôle par coureur ou par équipe

Utilisation ou non de la boussole

Niveau de pratique

Exercice effectué seul ou par équipe

Temps estimé de l'exercice

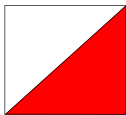
Matériels nécessaires à la réalisation de l'exercice (sifflet, crayon,...)

Critères d'évaluation

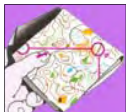
Jeu des cerceaux



Organisation



X cerceaux



1/pratiquant



Non



Non



A partir de 6 ans



Tout le groupe en même temps



30' environ



Crayon

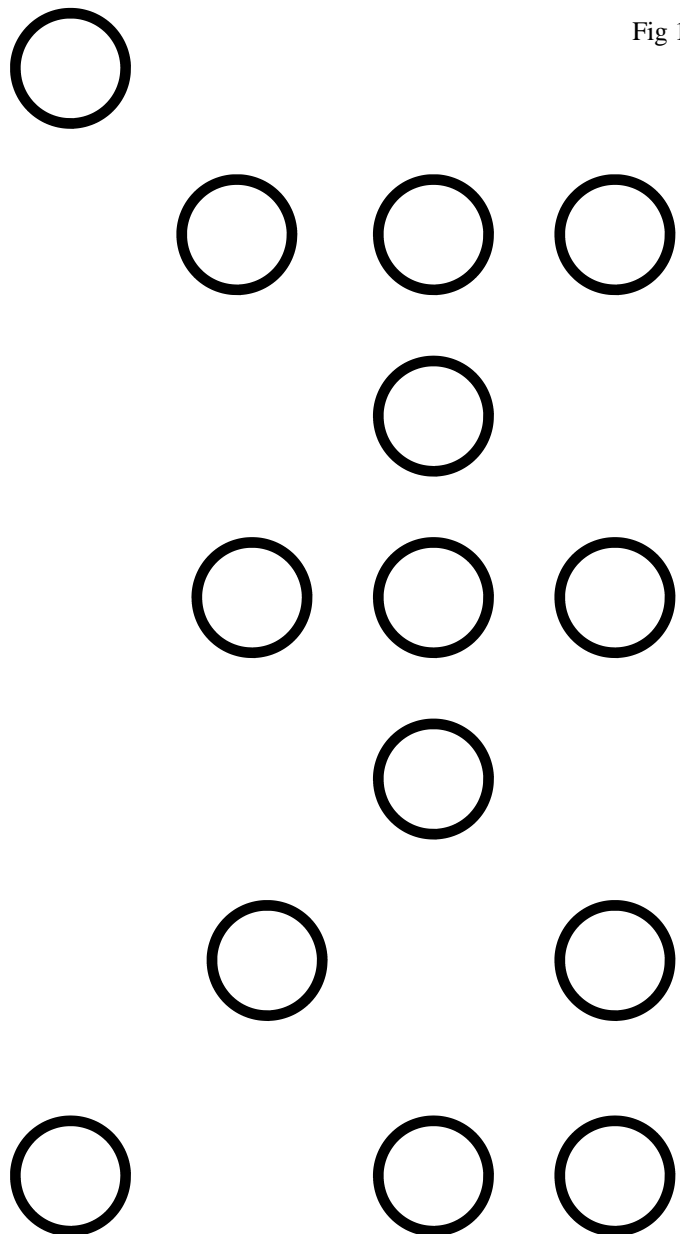


Fig 1

Le jeu : Par équipe de deux, être capable de situer son partenaire sur un plan.

Objectifs : Structuration de l'espace proche : latéralisation
Maîtrise de la lecture d'un plan simplifié

Mise en place :

- Placer sur un terrain (basket, hand ball,..) un nombre de cerceaux correspondant ou supérieur au nombre d'enfants.
- Réaliser un plan sur une feuille A4 (Fig 1) sur lequel figure les cerceaux que vous avez disposés sur le terrain

Jeu des cerceaux



Matériels :

- Nombre de cerceaux égal ou supérieur au nombre d'enfants
- Un plan par enfant
- Un crayon

Ce qu'il faut faire :

1— Par équipe de deux, un équipier tient le croquis et l'oriente par rapport aux objets figurant sur le terrain, pendant que son équipier court sur l'espace
2— Au signal il doit se placer à l'intérieur d'un cerceau. Son équipier doit le localiser sur son croquis. Ensuite inversion des rôles

Consignes :

- Bien lire son plan
- Bien observer la position de son équipier sur le terrain
- M'indiquer de façon précise la position de son équipier sur le plan (ou se faire contrôler par un camarade)

Variables :

- Modifier la position de l'observateur
- Au signal le coureur se place à l'extérieur du cerceau (devant, derrière, à droite, à gauche)
- Faire réaliser le plan par les pratiquants (Prévoyez des gabarits ronds pour tracer les cercles)

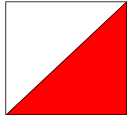


Évaluation : Rapidité à situer son camarade et nombre de réponses justes

Construction du symbole, de la légende



Organisation



non



1 feuille/élève



non



non



A partir de 8ans



Seul



60' environ



oui

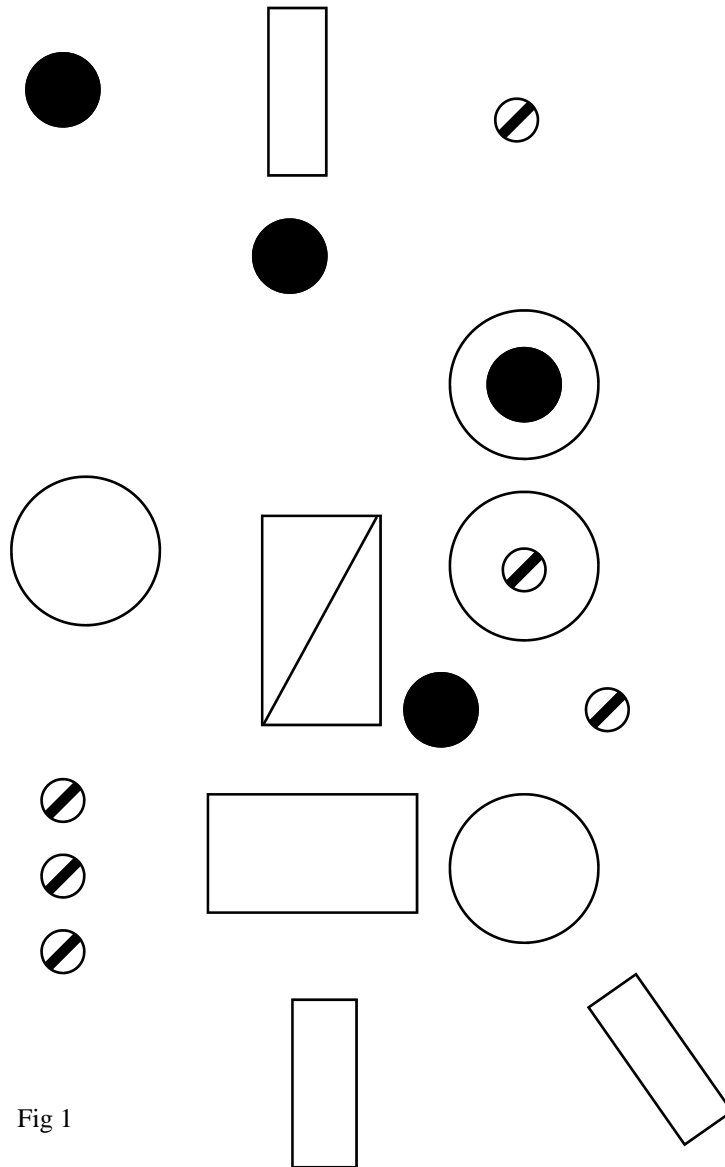


Fig 1

Le jeu : établir un plan simplifié d'un espace (ex : terrain de hand-ball, basket ou aire de jeu...) sur lequel sont disposés des objets de formes différentes
Réaliser plusieurs jeux d'orientation sur le plan réalisé

Objectifs

- Structuration de l'espace
- Construction du symbole

Mise en place :

Réaliser un plan sur une feuille de papier A4 avec différents objets et le photocopier

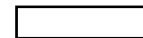
Sur un terrain bien délimité (hand-ball, basket ou aire de jeu..) disposer vos ballons, chaises, bancs, tapis, plots, en essayant de créer des alignements entre les objets (Fig 1)



Cerceau



Ballon



Banc



Plinth



Cône



Tapis

Construction du symbole, de la légende



Matériels :

- Feuille de papier A4—Crayons de papier—gommés
- Plots—bancs—chaises- ballons—cerceaux-tapis....
- Un plan réalisé et photocopié, avant la séance, par l'animateur, de l'aire de jeu avec les objets, qui permettra d'effectuer les jeux d'orientation



Ce qu'il faut faire :

- 1 - Reproduire le plus fidèlement possible sur la feuille de papier dont le cadre représente la surface du terrain, les différents objets que vous observez.
 - 2- Effectuer, suite au dessin, une comparaison avec d'autres partenaires et essayer de tirer des conclusions
 - 3- Essayer de trouver une symbolique commune (construction du symbole et de la légende)
 - 4—Reproduire de nouveau le plan sur la feuille de papier en tenant compte des symboles créés : élaboration d'une légende.
 - 5—Proposer différents jeux d'orientation à partir du plan (effectuer ces exercices à partir du plan réalisé par l'animateur)
- Exemples de jeux : -dessiner un parcours sur le plan et le faire réaliser (suivi d'itinéraire) - dessiner un parcours sur le plan et le faire réaliser par un aveugle qui est dirigé par un partenaire seulement en utilisant les notions de droite gauche devant derrière - jeu des erreurs : ajouter ou retirer un ou deux éléments sur l'aire de jeu - Faire réaliser un parcours sur l'aire de jeu et le faire dessiner par les observateurs, etc...

Consignes :

- Aucune communication entre les participants

Variables :

- Nombre d'objets disposés sur le terrain
- Forme du terrain (carré ,rectangle triangle ou formes géométriques irrégulières)

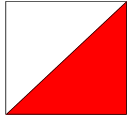


Évaluation : Sur la justesse de la représentation en comparant les différents plans et surtout en tenant compte des alignements des objets sur le terrain

Mon premier plan



Organisation



40 plots



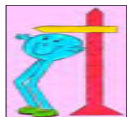
1 plan/equipe



1/equipe



Non



A partir de 6 ans



Equipe de 2



20' environ



Non

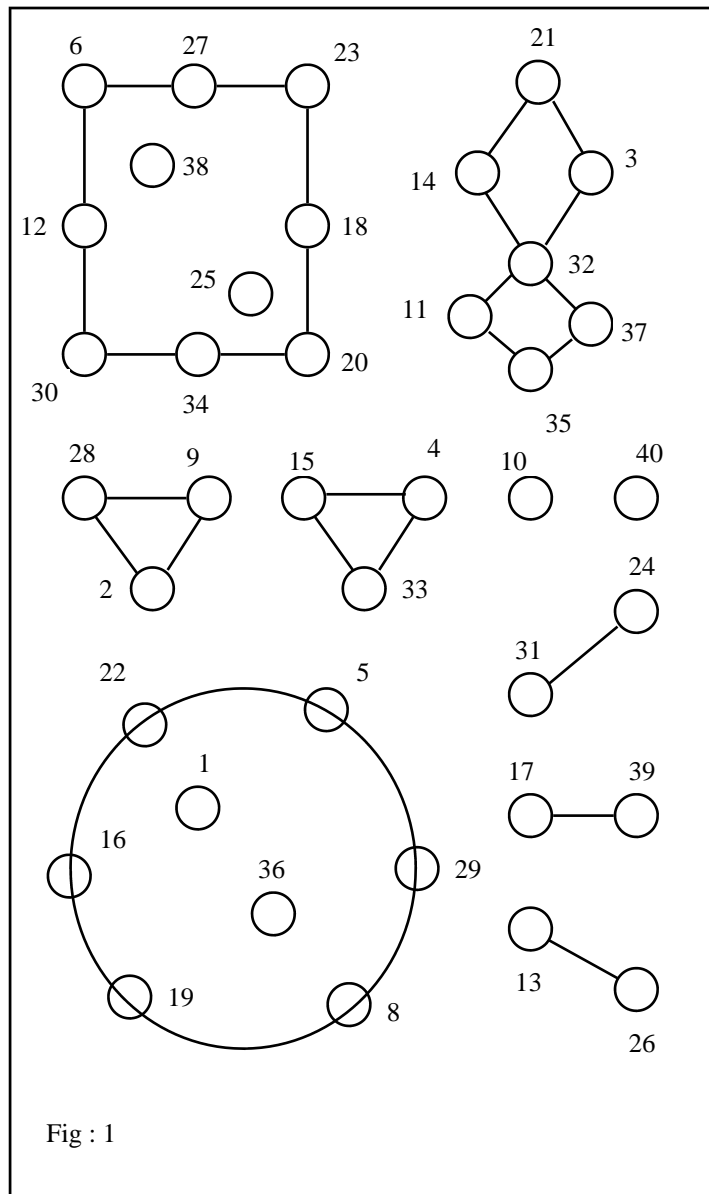


Fig : 1

POINT DE DEPART

Le jeu : rechercher à deux, le plus rapidement possible à l'aide d'un plan des plots dont le numéro est indiqué à la fois sur le carton de contrôle et sur la carte

Objectifs

- Maîtrise de la lecture d'un plan simplifié
- Mémorisation du plan
- Rapidité dans lecture et la mémorisation du plan

Mise en place :

Réaliser un plan de différentes formes géométriques sur une feuille de papier A4 (Fig : 1)

Sur un terrain bien délimité (hand-ball, basket ou aire de jeu..) disposer une quarantaine de plots de façon identique à votre plan

Mon premier plan



Matériels :

- 40 plots ou bouteilles plastiques et quarante pinces de contrôle ou autres systèmes de contrôle (ex : des lettres figurant sur les plots ou bouteilles—ne pas oublier alors un stylo par équipe pour noter les codes)
- Un plan réalisé et photocopié, avant la séance, par l'animateur, de l'aire de jeu avec les plots
- Un jeu de 10 cartons de contrôle à 4 cases par équipe de 2 ou figurent quatre numéros différents (ex : 1 carton numéroté de 1 à 4 un second de 5 à 8 etc, jusqu'à 40)



Ce qu'il faut faire :

- 1 - Distribuer un carton de contrôle (4 cases) par équipes portant des numéros différents
- 2— L'exercice s'effectue en relais
- 2- Au top départ, retourner la carte qui est devant vous
- 3- Mémoriser, à partir de la carte, l'emplacement des plots correspondant à votre carton de contrôle et se rendre à l'emplacement prévu
- 4—L'un des équipiers va poinçonner le carton de contrôle de l'équipe pendant que l'autre mémorise
- 5—le jeu prend fin lorsque vous avez réalisé l'ensemble des plots

Consignes :

- La carte reste au point de départ
- Le carton de contrôle est le moyen de relais
- Poinçonner le plots correspondants à la case de carton de contrôle
- Vous avez le droit de revenir consulter autant de fois la carte pour mémoriser de nouveau l'emplacement
- A chaque fois que vous avez complété un carton de contrôle, je vous en attribue un nouveau

Variables :

Faire entrer sur l'aire de jeu en passant par un plots situé à droite ou à gauche de l'aire de jeu

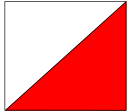


Évaluation : Rapidité dans la mémorisation juste de la carte et dans l'exécution de l'exercice

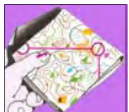
Jeu des plots



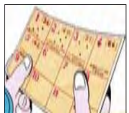
Organisation



16 Plots ou balises



1/élève



1/élève suivant ex



Non



A partir de 6 ans



Tout le groupe en même temps



30' environ



Non

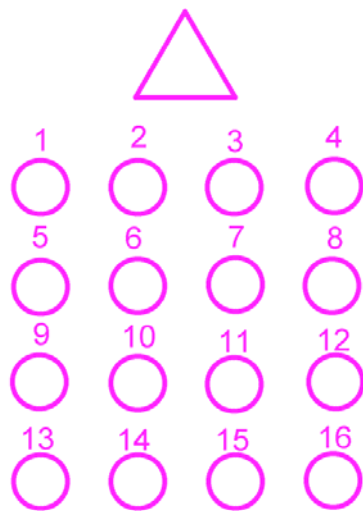


Fig 1

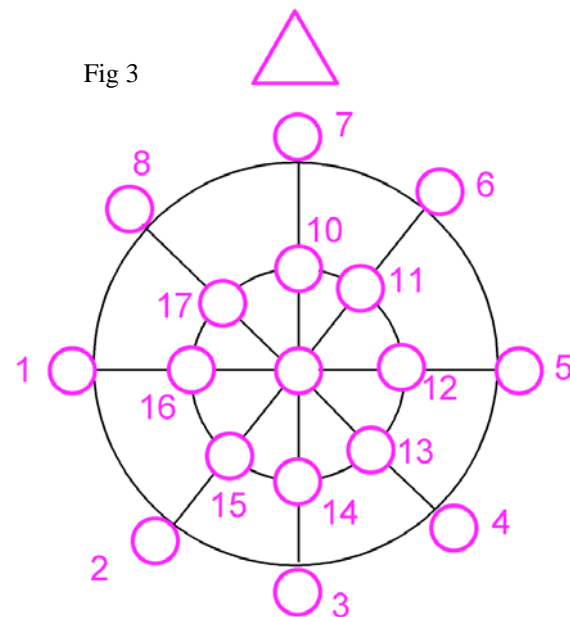


Fig 3

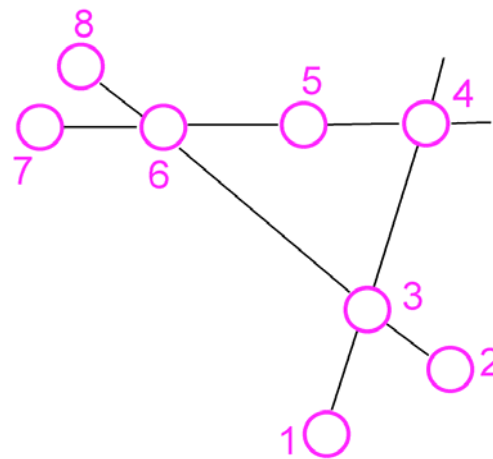


Fig 4

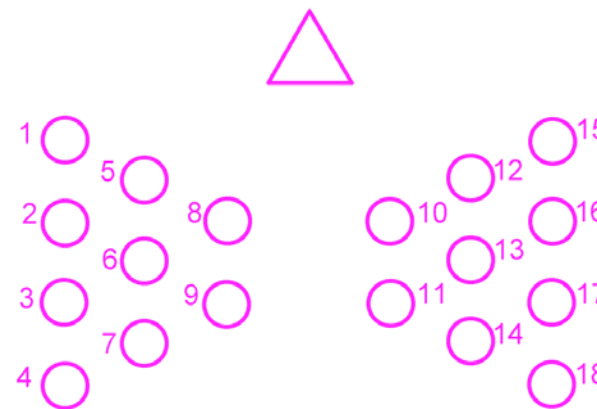


Fig 2

Le jeu : Aller se positionner le plus rapidement possible sur le plot figurant sur son plan et désigné par l'enseignant

Objectifs : Apprendre à orienter son plan et à se repérer dans un espace simplifié et sécurisé

Mise en place :

Placer sur le terrain 16 plots (ou piquets balises pinces) de manière géométriques (Fig 1—2-3-4)

Placer un plot supplémentaire (si la disposition des plots le nécessite) qui servira de référence et permettra d'orienter le plan correctement

Réaliser sur une feuille A4 un plan de l'aire de jeu que vous avez réalisé avec les plots.

Numéroter chaque plan de telle façon à ce qu'ils soient différents l'un de l'autre (décaler à chaque fois d'un plots pour effectuer la numérotation. Chaque enfant

Jeu des plots



Matériels :

- 16 plots ou 16 balises équipées de pinces suivant que vous êtes sur une aire de jeu intérieure ou extérieure
- 16 plans, de l'aire de jeu, différents réalisés et photocopiés, avant la séance, par l'animateur.
- 16 Cartons de contrôle si vous utilisez les balises pinces

Ce qu'il faut faire :

- 1 - J 'annonce un chiffre qui désigne un plot.
- 2—Vous consultez votre plan (ou carte)
- 2- Vous devez vous rendre le plus rapidement possible au plot que j'ai désigné
- 3- Celui qui fait une erreur marque un point
- 4—Si personne ne fait d'erreur, c'est le dernier arrivé qui marque un point
- 5—Celui qui a le plus de points a perdu

Consignes :

- Bien lire son plan
- Ne pas suivre les autres

Variables :

- Modifier le point de départ du jeu
- L'enseignant peut annoncer une série de numéro (ex: 1-5-8-14-3 ..). Dans ce cas, les élèves doivent se rendre aux plots dans l'ordre indiqué. Il sera alors nécessaire d'équiper chaque plot d'une pince de contrôle afin de pouvoir vérifier l'ordre de passage. Nous vous conseillons de préparer un contrôle de contrôle modèle qui vous permettra d'effectuer la correction très rapidement (16 cartons modèle correspondant au 16 cartes)

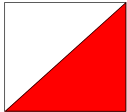


Évaluation : Rapidité et nombre de réponses justes

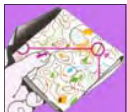
Jeu du Béret



Organisation



X balises



1/élève



1/élève



Non



A partir de 6 ans



Tout le groupe en même temps



30' environ



Non

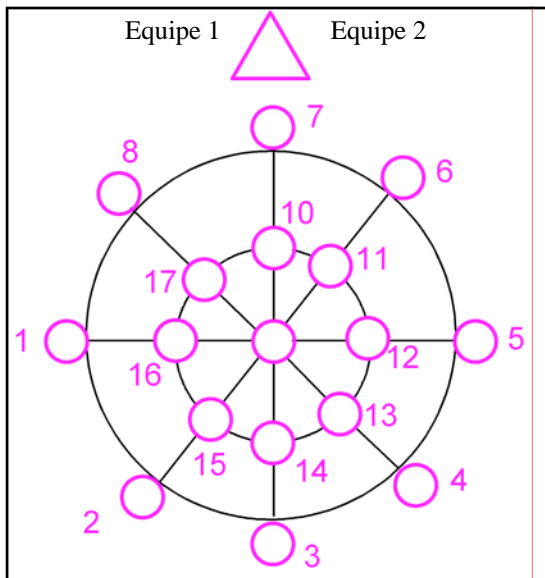


Fig 1 : Organisation du jeu avec des plots



Fig 2 : Option carte

Le jeu : récupérer le béret et le ramener dans son Camp sans se faire toucher pour l'adversaire

Objectifs : Apprendre à orienter son plan et à se repérer dans un espace simplifié et sécurisé

Mise en place :

Placer sur le terrain 16 plots (ou piquets balises pinces) de manière géométriques (Fig 1)

Placer un plot supplémentaire (si la disposition des plots le nécessite) qui servira de référence et permettra d'orienter le plan correctement

Réaliser sur une feuille A4 un plan de l'aire de jeu que vous avez réalisé avec les plots.

Numéroter chaque plan de telle façon à ce qu'ils soient différents l'un de l'autre (décaler à chaque fois d'un plots pour effectuer la numérotation. Chaque enfant aura ainsi un plan différent)

Constituer 2 3 4 équipes afin que les élèves soient mobilisés le plus souvent possible et attribuer à chacun des équipiers une lettre

Installer les équipes et délimiter les camps

Pour une meilleure équité il est préférable de positionner les équipes côte à côte plutôt que face à face comme l'exige traditionnellement la règle de ce jeu

Jeu du Béret



Matériels :

- 16 plots et 16 bérets
- 16 plans, de l'aire de jeu, différents réalisés et photocopiés, avant la séance, par l'animateur.



Ce qu'il faut faire :

1 - J 'annonce une lettre correspondant à 2 élèves des équipes adverses (si le jeu est composé de 2 équipes) et un chiffre qui désigne le numéro du béret (un plot).

2—Vous consultez votre plan (ou carte)

2- Vous devez récupérer le béret

3- Courir pour ne pas se faire attraper par l'adversaire dès que vous êtes en possession du béret

Consignes :

- Bien lire son plan
- Ne pas suivre sans réfléchir

Variables :

- Varier l'emplacement du point de départ des équipes
- Ne pas donner le plan aux élèves mais poser un plan devant chaque équipe. Lorsque un équipier est désigné, il vient consulter la carte, l'oriente, mémorise la position du béret si rend et le ramène
- Donner un plan par équipe, Faire mémoriser les postes pendant trois minutes , Récupérer la carte et commencer le jeu
- Utiliser une carte d'orientation
- Ne pas mettre de béret. C'est le premier arrivé au plot qui marque le point. Vous privilégiez ainsi la lecture du plan

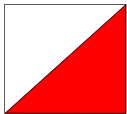


Évaluation : Rapidité pour définir le bon béret. Ne pas se fier à l'adversaire.
Ramener le béret sans se faire toucher

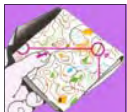
Jeu de l'épingle



Organisation



Oui ou Non



1/élève



Non



Non



A partir de 10 ans



Tout le groupe en même temps



60' environ



Oui



Fig 1 : trajet réalisé par l'enseignant que les élèves devront éventuellement restituer sur leur carte. La nécessité de poser des balises ne s'impose pas, chacun de vos arrêts pouvant matérialiser l'emplacement d'une balise

Le jeu : suivre l'itinéraire que je réalise sur votre carte et positionner précisément sur celle-ci les balises que vous trouvez sur le terrain

Objectifs : Apprendre à bien observer et se situer en permanence sur le terrain et sur la carte (travail de la relation carte/terrain, pliage et tenue de la carte)

Mise en place :

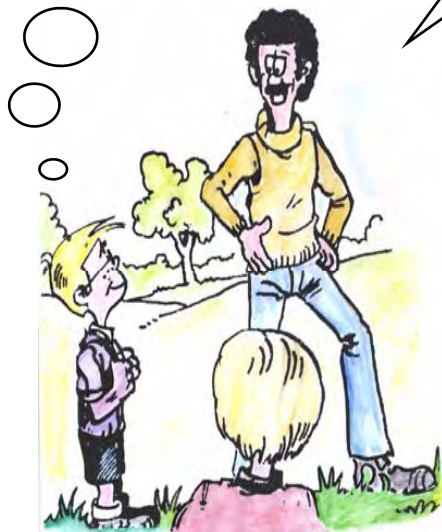
Placer ou non les balises sur le terrain
Préparer les cartes de correction

Jeu de l'épingle



Matériels :

- 10 balises
- Une carte par élève
- Une épingle à nourrice ou un crayon (pour des problèmes sécurité sachant que le trou de l'épingle est beaucoup plus juste que le crayon) par élève pour situer l'emplacement de la balise
- Une carte modèle pour la correction



Ce qu'il faut faire :

- 1 - Vous devez me suivre à travers la forêt ou dans la cours de l'école
- 2— Lorsque nous rencontrons une balise (ou à chaque fois que je m'arrête) vous devez positionner avec l'épingle (petit trou) ou le crayons (flèche, croix) l'emplacement de la balise

Consignes :

- Bien suivre, en permanence, avec son pouce, l'itinéraire par où je passe. (Plier la carte pour bien suivre avec son pouce)
- Avant de piquer sa carte s'assurer que celle-ci est bien orientée

Variables :

- Les parcours de l'enseignant peut être surligné, à l'avance, sur la carte des élèves (suivi d'itinéraire)
- Faire dessiner le parcours réalisé au fur et à mesure de la progression sur le terrain
- Le parcours peut se faire en courant et en diminuant le temps d'arrêt à la balise
- Des balises sont inscrites sur la carte de l'élève mais certaines sont bien positionnées d'autres non. L'élève doit déterminer les bonnes balises et éventuellement et être capable de situer sur sa carte l'emplacement des balises mal placées

Évaluation :

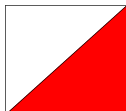


- Nombre de balises bien situées sur la carte
- Possibilité de suivre ou non le rythme de l'enseignant
- Effectuer la correction avec les élèves et éventuellement refaire l'exercice avec le groupe.

Jeu des anomalies



Organisation



Non



1/élève



Non



Non



A partir de 10 ans



Tout le groupe en même temps



60' environ



Oui



Fig 1 : Utilisation de la cour d'école



Le jeu : en se promenant sur le terrain trouver les Anomalies (foulards, cerceaux, plots) et les situer sur votre plan.

Objectifs : Apprendre à bien observer et se situer en permanence sur le terrain

Solliciter la relation carte terrain pour se repérer dans un espace sécurisé

Mise en place :

Placer dans une cour d'école différents éléments (foulard , cerceaux, plots, ballons) ou faire poser un ou deux objets par un ou deux élèves (Fig 1)

Ces objets devront obligatoirement être posés sur des éléments remarquables (banc, jeux, arbres isolés, angles clôtures, bâtiment,...) Réaliser sur une feuille A4 un plan de l'école.

Jeu des anomalies



Matériels :

- Cerceaux, plots, foulards, ballons, balises 10x10...
- Une carte par élève
- Un crayon par élève

Ce qu'il faut faire :

1 - En parcourant la cour de l'école et en lisant votre plan vous allez découvrir des anomalies, (Objets supplémentaires)

2— Vous devez les situer de façon précise sur votre plan avec votre crayon

Consignes :

- Bien lire son plan
- Être très précis dans le positionnement

Variables :

- Les élèves partent sans stylo et doivent mémoriser deux ou trois anomalies puis reviennent au point de départ et reportent sur leur plan l'emplacement des objets qu'ils ont mémorisés
- Possibilité d'effectuer cet exercice dans la classe



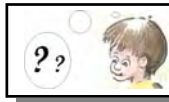
Évaluation :

- L'enseignant observera le comportement des élèves (font-ils l'exercice seul ou en groupe? S'entraident-ils?)
- Précision dans l'emplacement des anomalies
- Éventuellement rapidité d'exécution

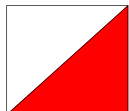


Il est bien entendu nécessaire de corriger l'exercice avec l'ensemble du groupe en ramassant les objets et de demander à chaque élève de montrer l'emplacement sur sa carte.

Chasse aux trésors



Organisation



Non



1/élève



Oui



Oui



A partir de 10 ans



Un élève par balise



60' environ



Oui



Vous pouvez faire figurer ou pas les postes sur la carte de l'élève

Quelques exemples d'indices :

- Je peux m'y laver les mains
- Je pourrais y cueillir des fruits si j'étais un fruitier
- Il faudra que je grimpe pour trouver la balise
- On peut me trouver autour d'une propriété
- Je suis tellement dense que l'on ne peut pas me traverser
- Au milieu de la forêt on me reconnaît car je suis complètement rasée
- En cas de pluie je peux m'y abriter
- Le chien y mettra son os.....

Le jeu : Réaliser un parcours d'orientation à l'aide d'indices

Objectifs : Apprentissage ou révision de la symbolique
Réussir à décoder rapidement les indices qui amènent aux balises
et élaborer un itinéraire pour trouver la balise

Mise en place :

Placer les balises sur le terrain à des emplacements caractéristiques et facilement repérables sur la carte par les élèves

Créer des indices sous différentes formes mais basés avant tout sur la symbolique de la carte : message sur un symbole, message en charade ou des rébus qui aboutissent à découvrir un symbole, éventuellement des directions cardinales si les élèves ont été sensibilisés à la boussole, des itinéraires racontés sous forme d'histoire et qui permettent d'aller au poste suivant, etc...

ATTENTION : vérifier que la compréhension de chaque indice est bien du niveau des enfants. L'énigme doit toujours aboutir à une seule solution

Chasse aux trésors



Matériels :

- 10 balises
- Une carte par élève
- Une carte mère pour l'enseignant
- Une carton de contrôle par élève
- Un carton de contrôle modèle pour la correction
- Une feuille plastifiée comportant l'indice



Ce qu'il faut faire :

- 1 - Vous prenez votre carte, repérer le triangle de départ
- 2— Vous lisez ou observez l'indice placer au départ et vous vous rendez au poste 1 en fonction de l'indice. Vous poinçonnez le poste, vous le situez sur votre carte, consultez le nouvel indice et ainsi de suite jusqu'à l'arrivée.

Consignes :

- Bien lire et comprendre l'indice
- Si vous ne trouvez pas la balise, (dans le cas où l'exercice est organisé en circuit) sur votre carte figure l'emplacement de certains postes qui permettront de vous resituer et de repartir sur de bonne base

Variables :

- Pour faciliter la tâche, vous pouvez donner à chaque élève une carte comportant tous les postes. L'élève n'a plus qu'à choisir la balise en fonction de l'indice. L'organisation peut ainsi se faire sous forme d'étoile ce qui est conseillé avec un groupe important
- Même exercice que précédemment mais aucune balise ne figure sur la carte
- Pour un public plus confirmé, il est possible de travailler la mémorisation. Ils suffit d'accrocher, en plus de l'indice, une partie de la carte correspondant au trajet à réaliser. (association mémorisation et compréhension de l'indice)

Évaluation :

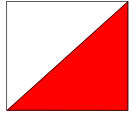


- Nombre de balises trouvées et bien situées sur la carte
- Les avoir poinçonnées dans le bon ordre
- Avoir été le plus rapide.

Jeu postes Vrais faux



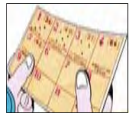
Organisation



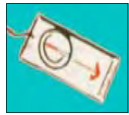
10 balises



1/élève



Oui



Non



A partir de 10 ans



Tout le groupe en même temps



60' environ



Oui



Fig 1 : Carte du pratiquant

N°	Vrai	Faux
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Fig 2 : Fiche de contrôle du pratiquant

- 1—Objet particulier—VRAI
- 2—Arbre remarquable le + au NW—FAUX (balise à celui du SE)
- 3— Bâtiment, angle NE—Faux (balise à l'angle NW)
- 4—Clairière partie Nord—VRAI
- 5—Arbre remarquable le plus au Sud—FAUX (Balise sur celui du Nord)
- 6—Point d'eau—VRAI
- 7—Objet particulier le plus au Sud—VRAI
- 8—Arbre isolé du milieu—VRAI
- 9—Arbre isolé du milieu—FAUX (balise sur celui du Nord)
- 10—Bâtiment, angle le + à l'ouest—FAUX (balise à l'angle le + à l'Est)

Fig 3 : Définitions et solutions

Le jeu : Aller à la balise indiquée par l'animateur et vérifier son emplacement

Objectifs : Apprendre à bien observer et se situer en permanence sur le terrain

Perfectionnement de la relation carte terrain dans le secteur du poste

Prendre confiance en soi, sûreté dans ses décisions

Mise en place :

L'organisation se fera sous forme de parcours en étoile

Placer 10 balises autour d'un point central
Prenez soin de placer les balises sur des éléments remarquables

Les balises « Fausses » seront placées à proximité de l'emplacement réel afin de générer le doute et la confusion dans la prise de décision

Préparer la liste des définitions des postes, les fiches de contrôle, les cartes destinées aux jeunes, une fiche de contrôle type pour la correction

Envoyer un orienteur par branche de l'étoile afin que le travail soit véritablement individuel

Jeu postes Vrais Faux



Matériels :

- 10 balises (éventuellement des pinces)
- Une carte par élève
- Un crayon par élève pour renseigner la fiche de contrôle
- Une fiche de contrôle type pour la correction



Ce qu'il faut faire :

- 1 - Vous devez vous rendre à la balise désignée
- 2— Arrivé à la balise vous observez bien le secteur du poste (relation carte/ terrain précise)
- 3—Déterminer si la balise est au bon endroit (la balise est elle manquante? Suis-je au bon emplacement?)

Consignes :

- Bien lire son plan
- Compléter votre fiche de contrôle en fonction de votre réponse

Variables :

- Demander aux élèves de positionner les balises fausses sur leur carte
- Pour les plus confirmés vous pourrez utiliser dans les définitions les points cardinaux sur un même élément (ex : bâtiment côté Nord et la balise fausse sera côté Sud)
- Ne pas mettre de balise à l'emplacement du poste. La balise sera alors manquante
- Mettre plusieurs balises à l'endroit du poste et poinçonner la bonne
- La position du poste peut être juste mais la définition fausse

Évaluation :



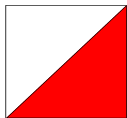
- Nombre de réponses justes
- Possibilité d'associer à la précision, la rapidité de décision en chronométrant chaque trajet

Il est bien entendu nécessaire de corriger l'exercice avec l'ensemble du groupe afin que l'élève constate ses erreurs et les rectifie après une observation précise du site

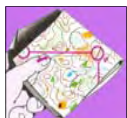
Course aux croquis



Organisation



En fc des groupes



1/coureur



non



oui



Niveau 2



Groupe de 2



X' environ



Non

Le jeu : réaliser et dessiner un itinéraire en posant des balises afin de permettre à un partenaire de les retrouver

- Objectifs** :
- Développer la capacité à retranscrire sur une feuille (notion de plan) un itinéraire réalisé sur le terrain (tâche transférable dans la vie courante)
 - Construction de la notion de plan et de légende
 - Évaluer les éléments choisis pour réaliser l'itinéraire
 - Prise de conscience de la notion de ligne, de point de décision et de point d'appui

Mise en place :

- Il est préférable de choisir un site riches en lignes qui permettent des conduites d'itinéraires sûres et rapides
- La séance sera organisée en étoile autour d'un point central.
- Aborder avec le groupe les notions de lignes, de points de décision nécessaires à l'élaboration de l'itinéraire
- Laisser les jeunes autonomes dans la réalisation de leur dessin
- Confronter à la fin de l'exercice les différents schémas
- Aller progressivement vers la notion de légende

Course aux croquis



Matériels :

- Feuilles de papier et planchettes
- Crayon + gomme
- Balises



Ce qu'il faut faire :

- Prendre une feuille de papier , un crayon une gomme, 3 balises
- Suivre différentes lignes et poser une balises à chaque changement de direction ou de lignes
- Retranscrire au fur et à mesure sur votre feuille l'itinéraire réalisé
- Revenir au point de départ après avoir posé l'ensemble de ses balises
- Ne pas aller trop loin (300 à 400 m - Vous avez la possibilité de limiter l'itinéraire en plaçant des repères à ne pas dépasser)
- Échanger ensuite son croquis et se le faire expliquer pour contrôler sa pertinence
- Lors de la recherche des balises avec le croquis, vous pouvez demander au jeune de commenter l'itinéraire sur la feuille.
- Estimer le temps nécessaire à effectuer le parcours

Consignes :

- Ne pas déplacer les balises
- Ne pas dépasser les repères servant de lignes d'arrêt

Variables

- Introduire progressivement la notion de légende pour une interprétation commune des éléments et compréhensible par tout le groupe
- Même exercice mais en transmettant l'information uniquement par un message verbal
- Cet exercice peut être utilisé au cours du perfectionnement pour permettre à l'entraîneur de percevoir le choix et la pertinence des éléments sélectionnés par le pratiquant (lignes, points de décision, points d'appui...)

Évaluation :

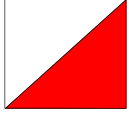


- La précision du croquis réalisé
- Le partenaire arrive à retrouver les balises posées
- Le choix des lignes utilisées

Jeu des erreurs



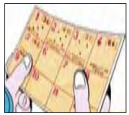
Organisation



Non



1/élève



Non



Non



A partir de 10 ans



Tout le groupe en même temps



60' environ



Oui



Fig 1 : Carte réelle sans erreur



Fig 2 : Carte élèves avec erreurs

Le jeu : en se promenant sur le terrain trouver les erreurs de cartographie et les situer sur votre plan.

Objectifs : Apprendre à bien observer et se situer en permanence sur le terrain

Solliciter la relation carte terrain pour se repérer dans un espace sécurisé



Mise en place :

A partir de la carte de votre école (Fig 1), réaliser une nouvelle carte en introduisant des erreurs de cartographie (Fig 2)

Jeu des erreurs



Matériels :

- Une carte par élève
- Un crayon par élève



Ce qu'il faut faire :

1 - En parcourant la cour de l'école et en lisant votre plan vous devez essayer de trouver les erreurs de cartographie (bâtiment mal placé, clôture modifiée, arbre isolé en plus ou en moins, etc..)

2— Vous devez les situer de façon précise sur votre plan avec votre crayon

Consignes :

- Bien lire son plan
- Être très précis dans le positionnement des erreurs

Variables :

- Demander aux élèves de rectifier l'erreur
- Possibilité d'effectuer cet exercice dans la classe

Évaluation :

- L'enseignant observera le comportement des élèves (font-ils l'exercice seul ou en groupe? S'entraident -ils?)
- Précision dans l'emplacement des erreurs
- Éventuellement rapidité d'exécution

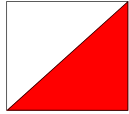


Il est bien entendu nécessaire de corriger l'exercice avec l'ensemble du groupe de demander à chaque élève de montrer l'emplacement de l'erreur sur sa carte et éventuellement de la rectifier

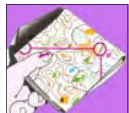
Le chat perché



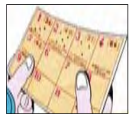
Organisation



X balises



1/élève



1/élève



Non



A partir de 8 ans



Tout le groupe en même temps



60' environ



Non

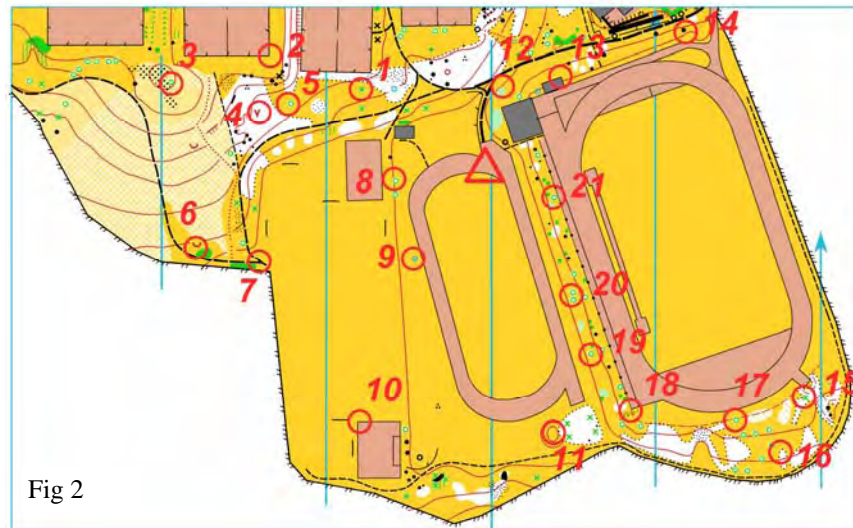


Fig 2

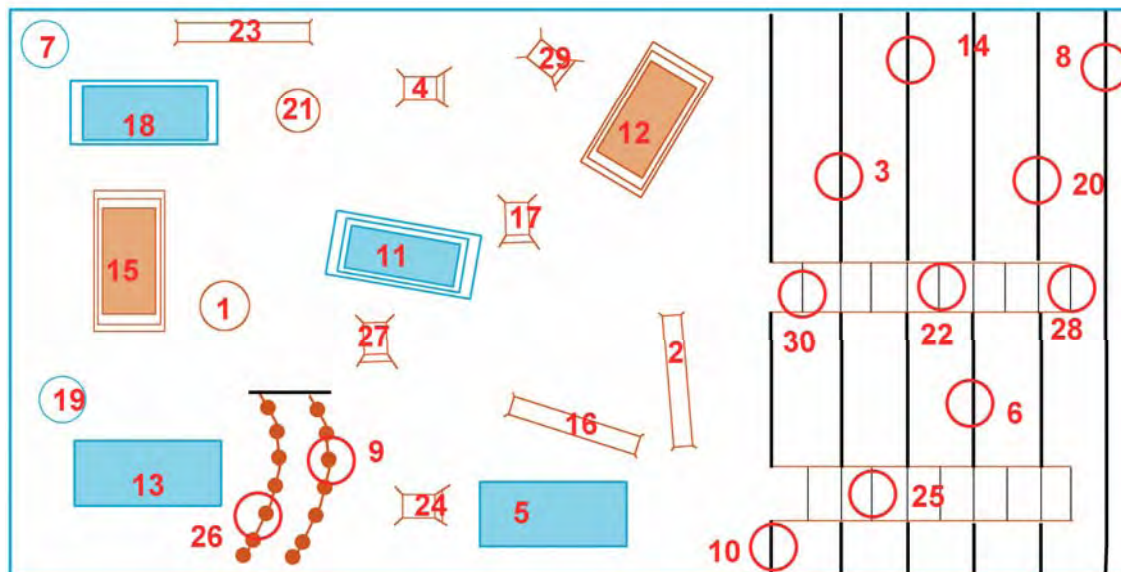
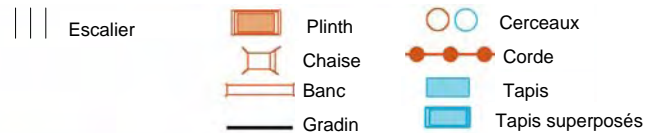


Fig 1

Le jeu : Aller poinçonner un poste plus haut (ou plus bas) que celui annoncé par l'enseignant.

Objectifs : Sensibilisation à la notion de hauteur (plus haut plus bas)
Pour le niveau 2 sur carte d'orientation : Apprendre à interpréter le relief. Il est nécessaire de connaître la symbolique

Mise en place :

Placer dans un gymnase ou une aire de jeu différents objets de hauteur différentes sur lesquels les élèves pourront grimper facilement

Réaliser sur une feuille A4 un plan (Fig 1) en matérialisant les objets par des courbes de niveau suivant la hauteur de l'objet (la ou les courbes de niveau seront de la forme de l'objet)

Pour le niveau 2 (Fig 2) choisissez des postes a des hauteurs différentes et numérotez les de 1 à...

Le chat perché



Matériels :

- Chaises, bancs, tapis de sol , plinth, cheval d'arçon, trempolnette, gradin, cordes à nœuds, cerceaux,...
- Un plan réalisé et photocopié, avant la séance, par l'animateur, de l'aire de jeu avec les différents objets
- pour le niveau 2 une carte d'orientation, carton de contrôle
- Un carton modèle pour la correction



Ce qu'il faut faire :

- 1 - J'annonce un chiffre qui désigne un objet.
 - 2—Vous consultez votre plan (ou carte)
 - 2- Vous devez trouver un objet plus haut ou plus bas suivant la consigne et allez vous « percher » dessus le plus rapidement possible
 - 3- Celui qui fait une erreur marque un point
 - 4—Si personne ne fait d'erreur, c'est le dernier arrivé qui marque un point
 - 5—Celui qui a le plus de points a perdu
- Pour le niveau 2, poinçonner le poste où vous vous trouvez

Consignes :

- Bien lire son plan
- Ne pas suivre les autres
- Pour le niveau 2,, être le plus rapide à repérer une balise correspondante et aller la poinçonner

Variables :

- 1—Donner une carte avec seulement la couleur bistre
 - 2—Pour le niveau 2 : Sous forme de course au score, mais en poinçonnant les balises dans les cases, de la plus basse à la plus haute. Attribuer 1/2 point pour une balise trouvée (course au score traditionnelle) et 1/2 point de plus si elle se trouve dans la bonne case. (ordre croissant en hauteur)
- Définir un temps maximum pour la réalisation de l'exercice

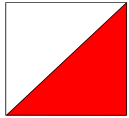


Évaluation : Rapidité et nombre de réponses justes

Orientation de carrefours



Organisation



X permanentes



1 blanche/élève



1/élève



1/élève



A partir de



Seul



45' environ



Non

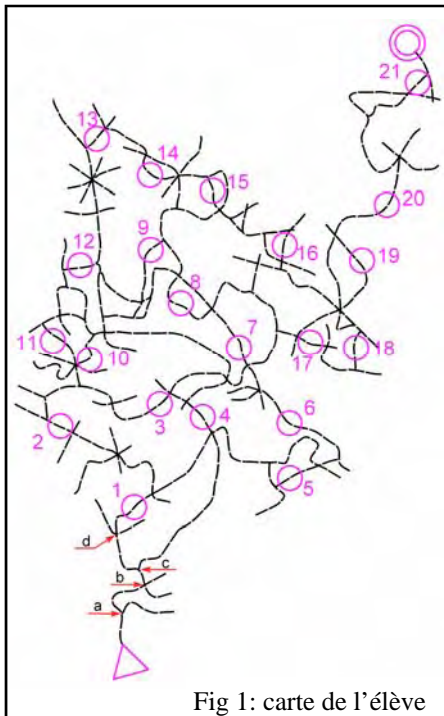


Fig 1: carte de l'élève

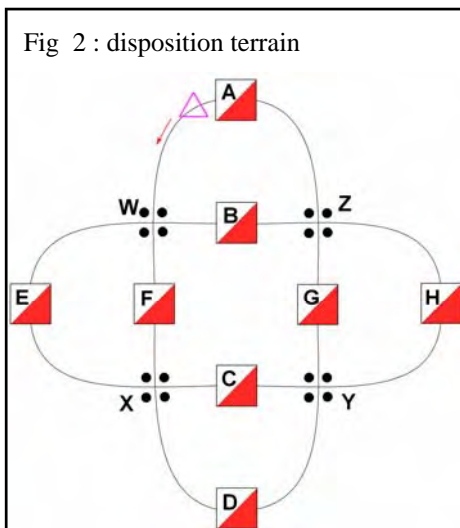


Fig 2 : disposition terrain

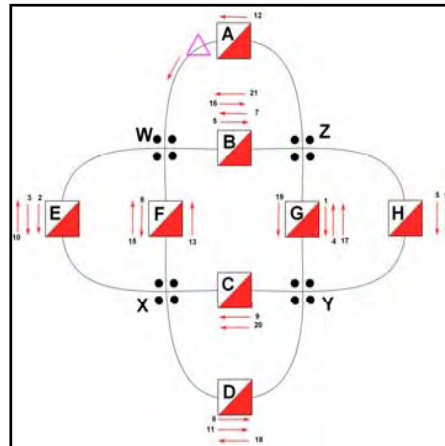


Fig 3: Correction

Le jeu : A partir d'une carte virtuelle où figure plusieurs carrefours, essayer de négocier au mieux sur un cadre matérialiser sur le terrain les différentes intersections

Objectifs

- Améliorer la mémorisation d'éléments simples (carrefours) ainsi que les changements de direction (droite, gauche, tout droit)
- Améliorer l'anticipation des actions (changements de direction).
- Création et recherche d'automatismes dans la mémorisation et l'anticipation des actions
- Permettre un travail en orientation en salle ou sur terrain de jeu.

Mise en place :

- Tracer un parcours fictif sur une feuille blanche (Fig 1). il comportera de nombreux changements de direction, intersections et jonctions de chemins. Sur ce tracé, positionner des postes. Vous pouvez également utiliser une carte possédant une forte densité de sentiers et de chemins.
- Sur le terrain ou en salle, délimiter, selon les possibilités, une surface d'évolution (Fig. 2). Placer 8 balises sur piquet numérotées de A à H. Les carrefours sont définis par les intersections des ellipses que vous pouvez clairement matérialiser par des plots (point noirs).
- Préparer la correction pour l'observateur (Fig 3)

Orientation de carrefours



Matériels :

- 8 postes de contrôle complets
- Une feuille par participant comportant le parcours fictif
- 16 cônes ou autres repères
- Un carton de contrôle par participant
- carton de contrôle modèle sur transparent pour une correction rapide

Évaluation :



Nombre de réussite. Pour contrôler régulièrement l'exercice et éviter que celui-ci soit faussé rapidement par une erreur, il est nécessaire de donner la solution sur certains postes. Exemple : aux postes 5, 10, 15, etc., donner la lettre qui doit correspondre à ce poste (E ou F) et la direction dans laquelle doit se faire la sortie du poste. Les deux informations sont nécessaires car la lettre peut être bonne mais la direction de sortie fautive. Le contrôle peut également s'effectuer en travaillant par binôme. L'un exécute l'exercice l'autre contrôle au fur et à mesure. En cas d'erreur il fait repartir son



Ce qu'il faut faire :

Suivant l'exemple proposé, le coureur, muni du circuit fictif de la figure 1, part de la balise A sur le terrain (Fig. 2) et doit aller au poste 1 de son circuit fictif par l'itinéraire le plus court. Il doit pour cela respecter les changements de direction indiqués par sa carte.

Exemple du départ au poste 1 : au premier carrefour (a), il doit aller sur la gauche, comme lui indique sa carte. Quand il arrive au point W sur le terrain, il tourne donc à gauche. Carrefour (b), la carte indique à gauche, donc en Z sur le terrain à gauche Carrefour (c), la carte indique à gauche, donc en G à gauche sur le terrain. Carrefour (d), la carte indique à gauche, donc en W sur le terrain à gauche Carrefour (d), la carte indique à droite, donc en Z sur le terrain à droite et arrivée sur la carte au poste 1 qui correspond à la balise située en G sur le terrain. Le coureur poinçonne et continue ainsi de suite son circuit.

Consignes :-

- Poinçonner le premier poste du parcours fictif rencontré.
- Demeurer silencieux, ne jamais marcher, poinçonner rapidement.

Variables :

- Le nombre de postes à réaliser.
- La taille des ellipses sur le terrain Si vous souhaitez privilégier la distance, agrandissez les ellipses. Pour améliorer la rapidité de mémorisation et d'anticipation, vous les rétrécissez
- Mémorisation de la carte entre deux postes : une carte mère sera alors disposée à chaque balise.

Jeu de l'oie



Matériels :

- Un plateau de jeu de l'oie et un dé
- Un pion par élève
- Balises, pinces, carton de contrôle
- Les différentes épreuves ou questionnaires théoriques ou pratiques avec les cartes mères, si besoin
- Une carte par élève
- Un crayon par élève suivant les épreuves



Ce qu'il faut faire :

- 1 - A votre tour vous lancez le dé
- 2— Vous avancez du total de point indiqués par le dé
- 3— Réalisez l'épreuve indiquée dans la case du plateau de jeu (voir exemples)
- 4— Si vous réussissez l'épreuve vous avancez d'une case supplémentaire. Sinon vous reculez d'une case.

Consignes :

- Bien lire la question de l'épreuve
- Bien orienté sa carte avant de partir lorsque vous avez à effectuer un épreuve de lecture de carte

Variables :

- Vous pouvez augmenter ou diminuer le nombre de cases du plateau de jeu
- Vous pouvez effectuer des épreuves à partir de photos pour les plus jeunes

Évaluation :

- L'enseignant observera le comportement des élèves
- Réussite dans les épreuves que l'enseignant devra comptabiliser
- Éventuellement rapidité d'exécution
- Vous tiendrez compte du facteur chance qui peut avantager un élève par rapport à l'autre

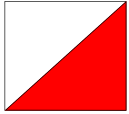


Il est bien entendu nécessaire de corriger les différentes épreuves avec l'ensemble du groupe en ramassant les balises. Vous prendrez soin de faire réaliser l'épreuve aux élèves qui ont été en échec

Jeu de l'oie



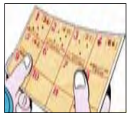
Organisation



Oui



1/élève



Oui



Non



A partir de 10 ans



Tout le groupe en même temps



60' environ



Oui



Utilisation de la cour d'école

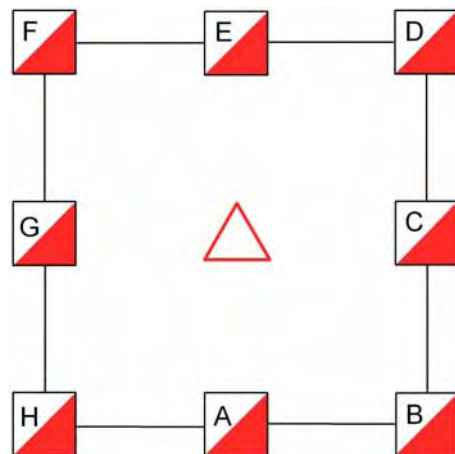


Fig 1 : Utilisation d'un système de contrôle en gymnase ou Salle de jeu

Le jeu : Comme vous le savez tous, il s'agit d'arriver le premier à la case finale. Ce jeu peut être utilisé en cours d'apprentissage, mais nous conseillons de l'utiliser en fin de cycle pour effectuer une évaluation des acquis

Objectifs : Évaluation des acquis en matière de symboles, de lecture de la carte,

Mise en place :

Préparer les différentes épreuves correspondantes au plateau de jeu. Ces épreuves doivent être en adéquation avec le travail effectué durant le cycle

La préparation du plateau de jeu peut se faire avec les élèves dans le cadre d'activités manuelles (dessin, découpage,...).

Si l'objectif de votre séance est l'évaluation, cette participation de élèves est déconseillée sauf pour la décoration du plateau de jeu

Poser ensuite les balises sur le terrain en essayant d'occuper au maximum l'espace. Il est également possible de mettre en place un système de contrôle à l'intérieur d'un gymnase ou d'une salle de jeux (Fig 1). Dans ce cas, il faut prévoir dans la réponse de l'élève deux solutions correspondant à 2 lettres différentes (Ex : du poste 1 à 2 je descends = solutions A où je monte = Solutions B. Si l'élève juge que le trajet monte , il devra poinçonner le poste A dans le gymnase)

Préparer un carton de contrôle modèle pour effectuer les corrections

Jeu de l'oie



Matériels :

- Un plateau de jeu de l'oie et un dé
- Un pion par élève
- Balises, pinces, carton de contrôle
- Les différentes épreuves ou questionnaires théoriques ou pratiques avec les cartes mères, si besoin
- Une carte par élève
- Un crayon par élève suivant les épreuves



Ce qu'il faut faire :

- 1 - A votre tour vous lancez le dé
- 2— Vous avancez du total de point indiqués par le dé
- 3— Réalisez l'épreuve indiquée dans la case du plateau de jeu (voir exemples)
- 4— Si vous réussissez l'épreuve vous avancez d'une case supplémentaire. Sinon vous reculez d'une case.

Consignes :

- Bien lire la question de l'épreuve
- Bien orienté sa carte avant de partir lorsque vous avez à effectuer un épreuve de lecture de carte

Variables :

- Vous pouvez augmenter ou diminuer le nombre de cases du plateau de jeu
- Vous pouvez effectuer des épreuves à partir de photos pour les plus jeunes

Évaluation :

- L'enseignant observera le comportement des élèves
- Réussite dans les épreuves que l'enseignant devra comptabiliser
- Éventuellement rapidité d'exécution
- Vous tiendrez compte du facteur chance qui peut avantager un élève par rapport à l'autre



Il est bien entendu nécessaire de corriger les différentes épreuves avec l'ensemble du groupe en ramassant les balises. Vous prendrez soin de faire réaliser l'épreuve aux élèves qui ont été en échec

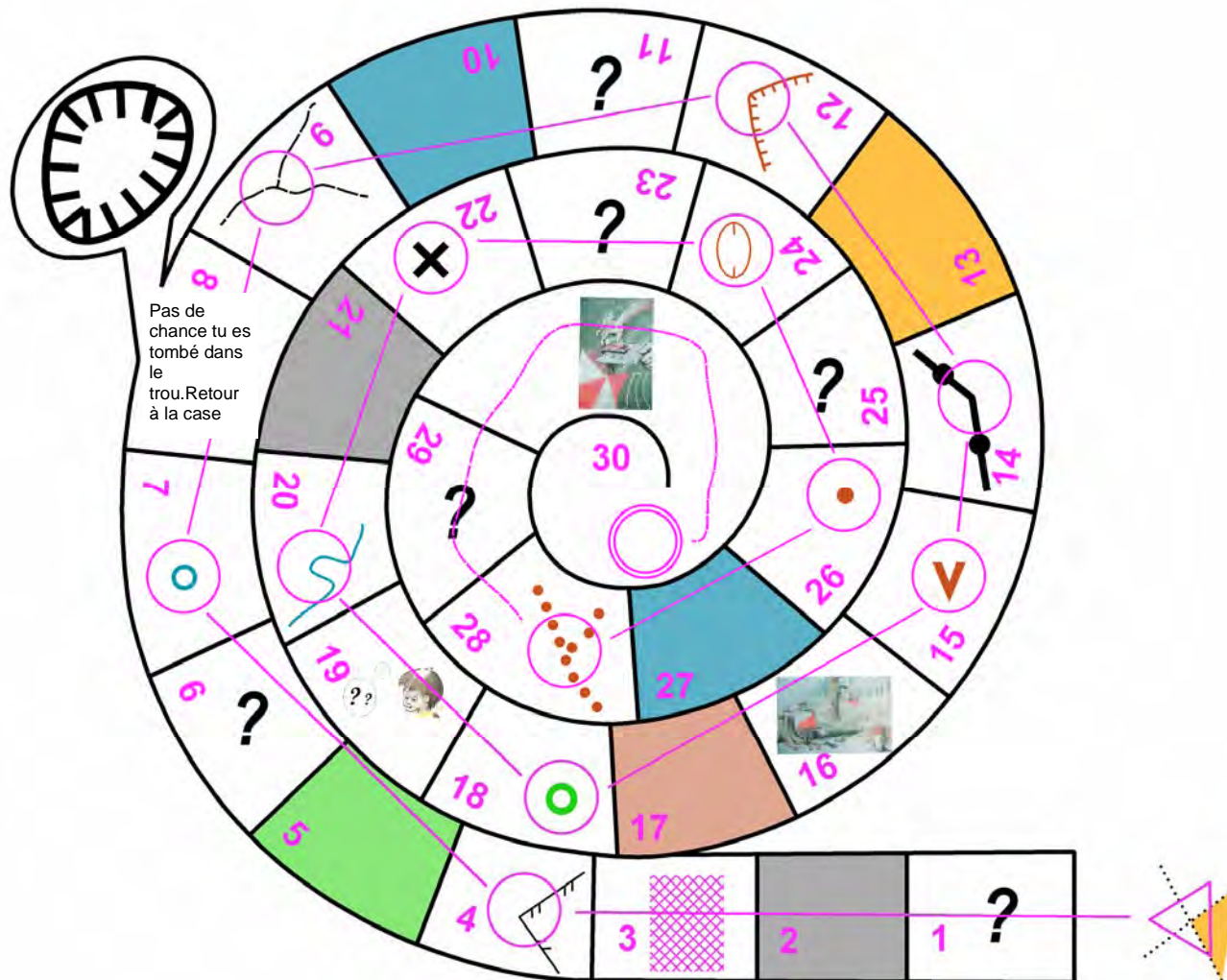
Jeu de l'oie



QUELQUES EXEMPLES D'ÉPREUVES THÉORIQUES ET PRATIQUES

- Case 1 : La définition du point de départ est : intersection de sentiers (aller poinçonner poste X) ou intersection de limite de végétation (aller poinçonner poste X)
- Case 2 : Question couleur : Citer 3 symboles couleur noir.
- Case 3 : Puis- je traverser cette zone (si oui aller poinçonner les poste X si non le poste X)
- Case 4 : Suis-je une clôture franchissable ou infranchissable. Si oui allez poinçonner le poste X si non le poste X
- Case 5 : Question couleur : Citer 3 symboles couleur vert.
- Case 6 : En observant le plan et le parcours puis-je aller de 3 à 4. Si oui allez poinçonner le poste X si non le poste X. Préparer une carte en relation avec la question
- Case 7 : Trouver une balise correspondant à ce symbole et allez poinçonner la balise correspondante
- Case 8 : pas de chance - retour à la case départ
- Case 9 : Suis-je une jonction de chemins (poste X) ou une intersection de chemins (Poste X)
- Case 10 : Question couleur : Citer 3 symboles couleur bleu.
- Case 11 : Jeux des erreurs : sur deux cartes pratiquement identiques trouver 3 erreurs (voir jeux des erreurs)
- Case 12 : Suis-je un coude de fossé (poinçonner poste X) ou de talus (poinçonner poste X)
- Case 13 : Question couleur : Citer 3 symboles couleur jaune. Si l'élève retombe sur une case de couleur, il devra trouver d'autres symboles
- Case 14 : Parcours épingle : réaliser un parcours imposé et positionner avec précision sur votre carte la position des balises trouvées
- Case 15 : Trouver ce symbole sur votre carte et aller le poinçonner
- Case 16 : Choisissez une photo et essayer de trouver la balise qui se trouve sur celle ci. Poinçonner la balise
- Case 17 : Question couleur : Citer 3 symboles couleur marron. Si l'élève retombe sur une case de couleur, il devra trouver d'autres symboles
- Case 18 : Fontaine ou arbre isolé?
- Case 19 : Mémorisez un itinéraire et le réaliser. Préparer la carte
- Case 20 : Donner la définition exacte du poste et puis-je traverser cet élément?
- Case 21 : Question couleur : Citer 3 symboles couleur noir. Si l'élève est déjà tombé sur une case noire, il devra trouver d'autres symboles
- Case 22 : La croix noir dans le cercle du poste 22 signifie : particularité de la planimétrie
- Case 23 : Parcours Vrai Faux : Aller au poste désigné et constater si la balise est bien ou mal placé (Vrai = Poinçonner—Faux = Ne pas poinçonner). Préparer la carte
- Case 24 : La définition du poste 24 est : colline
- Case 25 : En observant la figure, dites si en suivant la flèche je monte ou je descends. Si je monte, poinçonner le poste X , si je descends le poste X. Préparer la carte

Jeu de l'oie



EXEMPLE DE PATEAU DE JEU

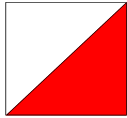
- Case 26 : Si je suis un rocher allez poinçonner le poste X si je suis une butte aller poinçonner le poste X
- Case 27 : Question couleur : Citer 3 symboles couleur bleu. Si l'élève est déjà tombé sur une case bleu, il devra trouver d'autres symboles
- Case 28 : Ma définition est intersection de fossé. Si oui aller poinçonner le poste X si non aller poinçonner le poste X
- Case 29 : De 4 vers 5, le sentier que vous traversez est dans un creux. Si oui aller poinçonner le poste X si non aller poinçonner le poste X. Préparer la carte
- Case 30 : Bravo—tu es arrivé



Course aux symboles



Organisation



X balises



1 /coureur



non



non



Tous niveaux



Seul



X' environ



oui



Figure 1

	ESCALIER		TOUR
	MUR INFRANCHISSABLE		PUIT
	SOURCE		MUR FRANCHISSABLE
	CLOTURE		BORNE
	RUINE		ARBRE ISOLE

Figure 2

Le jeu : trouver la définition ou le symbole d'un poste parmi les définitions qui sont proposées sur le carton de contrôle et correspondant à la position de la balise

Objectifs

- Apprentissage de la lecture de la carte
- Construction de la légende CO en autonomie et sous une forme ludique

Mise en place :

Sur la carte : tracer un parcours en étoile en sélectionnant des symboles non connus des pratiquants
Élaborer un carton de contrôle comportant les définitions des postes choisis (voir figure 2)

Course aux symboles



Matériels :

- Balises—Pinces
- Une carte par coureur
- Un carton de contrôle « définitions » par coureur



Ce qu'il faut faire :

- Recopier la balise indiquée par l'animateur à partir de la carte modèle.
- Prendre un carton contrôle
- Lorsque une balise est découverte, chercher sur votre carton de contrôle la définition possible du poste et poinçonner la case correspondante
- Une fois la balise poinçonnée, revenir au point de départ

Consignes :

- Bien lire sa carte et l'orienter en permanence par rapport au terrain
- Bien observer l'emplacement de la balise pour trouver sa définition
- Aucune communication entre les participants

Variables :

- Le Parcours sera chronométré.
- Les définitions seront plus nombreuses que les postes sur le terrain
- Les emplacements de postes plus difficiles.
- Organisation sous forme de circuit.

Évaluation :

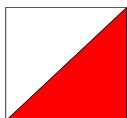


- Nombre de réponses justes
- Éventuellement le temps réalisé

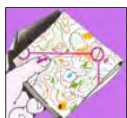
Course mémoire



Organisation



X balises



1/balises



1/coureur



1 aux balises



Niveau 1



Seul

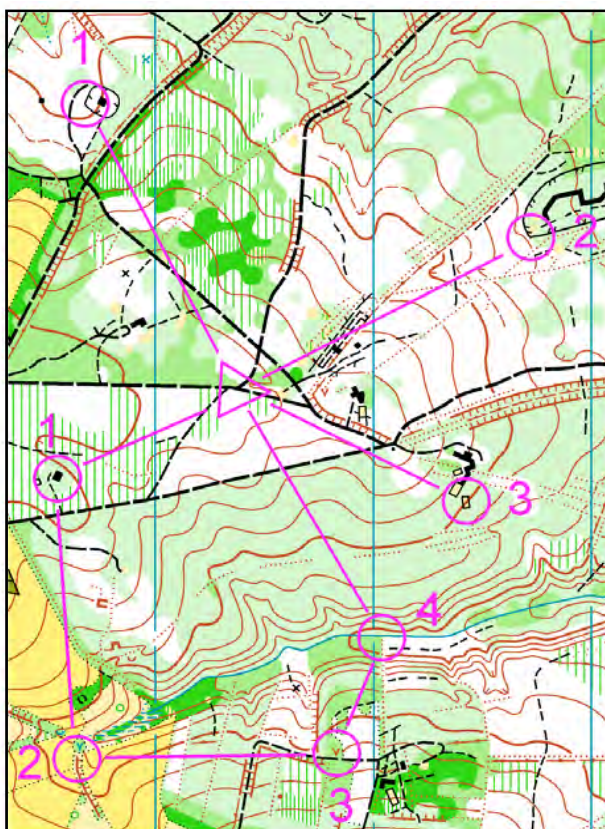


X' environ



Non

La mémorisation est l'une des composante de la réussite en course d'orientation. Apprendre à dissocier le moment où nous sommes amenés à consulter la carte de celui où nous réalisons l'itinéraire, oblige à une sélection des informations les plus pertinentes et permet de confronter le projet mémorisé avec la réalité et non plus la carte avec le terrain. Cette mémorisation peut-être effectuée de différentes manières. La difficulté pour l'entraîneur est d'apprécier le niveau de complexité des informations à mémoriser afin d'adapter l'exercice au niveau des coureurs



Le Jeu : Réaliser un parcours

mémoire, soit en étoile à partir d'une carte à consulter au départ, soit en circuit à partir d'une carte à consulter à chaque poste, soit en circuit en courant à trois avec une seule carte qui passe de main en main à intervalles de temps réguliers.

- Objectifs :**
- Apprendre à sélectionner et mémoriser les informations les plus pertinentes pour réaliser un itinéraire sans carte.
 - Augmenter la vitesse de course en évitant la relation constante « carte terrain »
 - Dans le cadre de l'exercice à trois, apprendre à se re-localiser en reconnaissant et mémorisant les informations essentielles du terrain.

- Mise en place :**
- Sous forme de parcours étoile : confectionner autant de cartes que de branches à votre étoile. Sur chaque carte apparaîtra le triangle départ et l'emplacement du poste à trouver. Sur le terrain : placer les cartes réalisées au sol autour du point départ et poser les balises aux emplacements prévus.
 - Sous forme de circuit : confectionner autant de cartes que de parcours partiels. Sur la première carte, apparaîtra le triangle de départ et le premier poste. Sur la seconde carte, apparaîtra le premier et le second poste, et ainsi de suite jusqu'à la fin du parcours.
 - Sous la forme de course à trois : confectionner un circuit sur une seule carte. Disposer d'une montre-chronomètre ou mieux d'une montre équipée d'un « timer » qui sonne, par exemple toutes les 30". Sur le terrain : placer les balises aux points

Course mémoire



Matériels :

- Parcours étoile et circuit : autant de cartes que de parcours à mémoriser, un carton de contrôle par coureur, balises et pinces.
- Parcours à trois : une carte, un carton de contrôle, une montre-chronomètre ou « timer » par groupe de trois, balises, pinces.

Conseils : *Si vous vous adressez à des coureurs qui effectuent pour la première fois cet exercice, il est conseillé de tracer des parcours partiels empruntant les chemins avec des balises situées aux intersections ou jonctions de chemins ou visibles des chemins. Vous augmenterez progressivement, en fonction de l'évolution du groupe, le nombre de croisement à négocier ou de lignes ou de surfaces à franchir*

Ce qu'il faut faire : *Parcours étoile : au départ, mémoriser le parcours attribué.*

Une fois la mémorisation terminée, poser la carte et se rendre au poste, le poinçonner et revenir au point de départ. Recommencer ensuite la même opération sur le poste suivant. En cas d'échec, revenir. Chaque coureur mémorise les éléments qui lui semblent les plus pertinents.

- En circuit : la tâche est identique au parcours étoile, mais arrivé au poste, vous trouverez une seconde carte qui vous permettra de continuer le parcours vers le second poste. Arrivé à la balise suivante, répétez la même opération et ainsi de suite. En cas d'échec, revenir au poste précédent

- Parcours à trois : au top départ, déclencher le chronomètre ou le « timer », le coureur A prend la carte et s'oriente pendant 30" afin d'aller au premier poste. Les coureurs B et C le suivent en observant bien le terrain afin de mémoriser les éléments remarquables situés sur l'itinéraire. A la fin des 30", le coureur B prend la carte cherche à se situer et continue à s'orienter pour se rendre au poste. Quand les 30" se sont écoulées, il passe la carte au coureur C qui effectue la même tâche et ainsi de suite jusqu'à la fin du parcours

- Remarque : dans cet exercice, la tâche de mémorisation est inverse aux deux précédentes. Dans un cas, la mémorisation se fait à partir de la carte : construction d'un projet de déplacement par mémorisation, réalisation et comparaison avec le terrain ; dans l'autre cas, mémorisation de certains éléments du terrain (mémoire visuelle ou caméra) afin de les retrouver sur la carte

Consignes :

- aucune communication entre les coureurs
- retracer le parcours réalisé après l'exercice
- Course à trois : après l'exercice, chaque coureur trace son parcours sur une carte différente et le compare aux autres

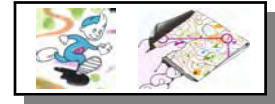
Variables :

- réduire petit à petit le temps de mémorisation (ceci est possible uniquement dans le cas du parcours étoile, car l'entraîneur est présent au départ)
- chronométrer le circuit permet de réduire le temps de mémorisation
- Possibilité de prendre la carte avec soi, avec interdiction de la lire sur l'itinéraire
- Mémoriser plusieurs parcours à la fois
- Exercice à trois : réduire ou allonger le temps de lecture de carte par coureur. L'exercice peut-être balisé ou non
- Choisir un terrain plus ou moins complexe suivant le niveau des coureurs

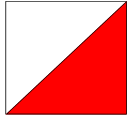


Évaluation : Nombre de postes effectués et temps réalisé. Nombre d'erreurs de mémorisation

Course au score (seul-par équipes)



Organisation



X balises



1 /coureur



non



non



Tous niveaux



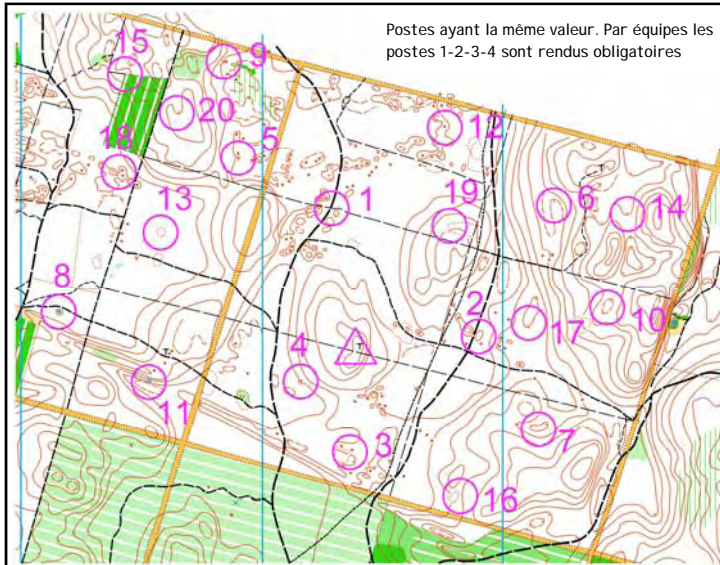
Seul



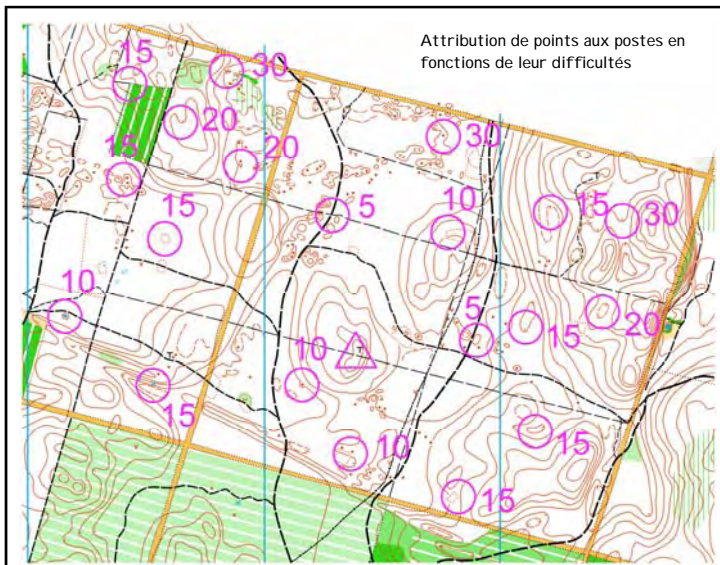
X' environ



oui



Carte 1



Carte 2

Le jeu : réaliser (seul ou par équipe) le maximum de poste dans un temps donné

Objectifs

- Concevoir et construire un itinéraire afin d'établir le meilleur score
- Par équipe : concevoir une stratégie collective en fonction des niveaux de chacun afin d'établir le meilleur score
- Amélioration de la lecture de carte en situation de compétition

Mise en place :

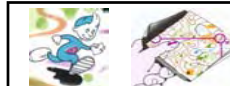
Sur la carte : tracer un réseau de poste autour d'un point de départ central afin d'augmenter la difficulté dans la conception de l'itinéraire
Par équipe rendre 4 postes obligatoires (numéroté de 1 à 4) à proximité du départ pour l'ensemble des équipiers.

Vous pouvez attribuer des points à chaque poste (carte 2) dont la valeur dépendra de la difficulté technique (poste ou itinéraire difficiles à réaliser) ou physique (éloignement par rapport au point de départ ou opter pour une valeur identique de chaque poste (1 poste = 1 point—voir carte 1). Cette dernière solution est plus simple à organiser mais enlève une part de la dimension stratégique

Pour l'option points opter pour un carton portant les valeurs des points (voir schéma 2)

Suivant le niveau de pratique et particulièrement pour des débutants, il est conseillé de positionner le réseau de poste dans un secteur délimité par des lignes d'arrêt précises

Course au score (seul-par équipes)



Matériels :

- Balises—Pinces
- Une carte par coureur ou par équipier
- Un carton de contrôle par coureur
- Un crayon par équipe



Ce qu'il faut faire :

1 - Seul : au signal tout le monde part simultanément.

Par équipe, au premier TOP vous consultez la carte et vous avez 2' pour vous répartir entre équipier le réseau de postes. Au second TOP vous avez la possibilité de partir

2—Réaliser les balises dans l'ordre souhaité.

3—Poinçonner le carton de contrôle dans la case correspondant au numéro de balise ou au nombre de points

Consignes :

- Vous avez X minutes pour réaliser le maximum de postes
- Si vous dépassez le temps imparti vous êtes pénalisés d'un poste en moins au de 5 points en moins (suivant que vous avez adopté comme référence des postes ou des points) par minute supplémentaire
- En cas d'égalité de points prendre en compte le temps réalisé
- Par équipe, arrêt de chronomètre lorsque tous les équipiers ont franchi la ligne d'arrivée

Variables :

- Seul ou par équipe
- Nombre de postes ou nombre de points
- Possibilité de mettre à la balise autant de ticket que de participant (20 participants = 20 tickets numérotés de 1 à 20)
- Possibilité d'effectuer un LOTORIENTATION. (Vous prenez soin de mettre des numéros sur les balises inconnus des participants et de confectionner des cartons de loto en fonction des numéros utilisés sur le terrain)



Évaluation :

- Nombre de balises ou de points réalisés
- En cas d'égalité : Temps réalisé