

Classe de CM2, durant un module dans l'activité relais, après quelques séances, vous constatez que certaines équipes perdent toujours beaucoup de temps lors de la transmission du témoin.

Après avoir analysé les possibles causes de ce problème, vous proposerez des situations pour faire progresser les élèves.

Champ d'apprentissage 1 : Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée.

Causes possibles :

- Une rupture franche au moment de la transmission entre le donneur et le receveur : les relayeurs se doublent ou se tamponnent et la transmission se fait à l'arrêt ou à vitesse très réduite.
- Le donneur court le bras tendu à l'approche de la transmission.
- Beaucoup de temps perdu pour passer le témoin d'une main à l'autre
- Le receveur attend jambes tendues et s'élance progressivement en étant orienté vers le donneur, avec le bras tendu vers l'arrière. Il peut aussi attendre d'avoir le témoin pour s'élancer.
- La synchronisation des actions entre le donneur et le receveur au moment de la transmission est difficile.

Problématique :

Comment donneur et receveur doivent s'organiser pour coordonner leur vitesse afin de conserver la vitesse maximale au témoin ?

Le receveur doit partir à fond à partir d'une marque au sol qui prend en compte la vitesse du donneur pour que la vitesse du témoin reste maximale.

Objectifs d'apprentissage

Le receveur utilise une zone d'élan pour créer de la vitesse et la transmission du témoin se fait souvent à une vitesse élevée.

Le donneur et le receveur adoptent des attitudes de course et des postures d'attentes efficaces.

Les bras sont équilibrateurs et moteurs pendant la course et ne viennent pas perturber la transmission.

Donneur et receveur (relayeur et relayé doivent apprendre à dissocier le bras pour qu'il reste fixé pendant un court instant lors de la transmission

Ce que les élèves savent faire :

Courir vite, courir droit, réagir à un signal sonore,


Effectuer un relais (dès le cycle 1, les élèves ont pratiqué des relais), ils savent que le relais, c'est courir vite pour établir une performance collectivement.

S'échauffer, des habitudes EPS (travail en groupe, remplir des rôles comme aide, observateur,

Classe de 24 élèves, plateau de 40 m, séquence de relais/vitesse en début d'année.

Chaque séance débute par un échauffement composé d'exercices de motricité athlétique type, course jambes tendues, talon fesse, montée de genoux durant lesquels le placement du corps et le rôle des segments libres sont travaillés.

Cette situation est intégrée à l'échauffement, elle sera répétée en chaque début de séance. Objectif : Donneur et receveur (relayeur et relayé) doivent apprendre à dissocier le bras pour qu'il reste fixé pendant un court instant lors de la transmission

SITUATION	DISPOSITIF	CONSIGNES	RELANCES
<p>LA CHENILLE</p>	 <p>Matériel :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un témoin par équipe au dernier de la file • 1 sifflet <p>Organisation de la classe :</p> <ul style="list-style-type: none"> • La classe est divisée en équipes de 4 élèves, réparties sur tout le terrain • 1 meneur avec le sifflet 	<p>À allure modérée, pour l'échauffement par exemple. Les 4 élèves courent à la queue leu leu. Le dernier de la file a le témoin.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>Au signal du meneur, passer le témoin entre équipier, sans se retourner</p> </div> <p>Au signal du meneur :</p> <ul style="list-style-type: none"> - l'avant dernier tend la main vers l'arrière, - le dernier donne le témoin et remonte le groupe pour prendre la tête. 	

La 1° situation permet de mettre en évidence les problèmes liés à la transmission du témoin. L'espace de pratique permet d'observer plus facilement les passages, le respect de la zone de transmission,

La classe est divisée en 4 groupes de 6, 4 coureurs et 2 observateurs/entraîneurs. Affrontement des 4 équipes sur 6 courses. Les équipes hétérogènes sont composées pour assurer des confrontations équilibrées. Les élèves passent dans chaque rôle.

Progressivement, j'interviendrai entre chaque course pour que les élèves apprennent le règlement (se passer le témoin dans la zone de transmission, passer main G/Main D) et commencent à anticiper la vitesse du donneur pour se mettre en action (Ob 2du Socle)

Capacité visée : Conserver la vitesse au moment du passage du témoin	
But de la tâche : Améliorer le temps de base de l'équipe en se transmettant le témoin.	Critères de réalisation : - ne pas ralentir au moment de la transmission du témoin - passer le témoin dans la zone définie Critères de réussite : Le temps de réalisation du relais à 4 est proche du temps de base de l'équipe.
Dispositif : Des équipes de 4. Première phase : Chronométrer chaque élève sur 30m (cycle 2) ou 50 m (cycle 3) : départ – virage à 15 ou 25 m autour d'un plot - arrivée à l'endroit du départ. Additionner les temps des 4 coureurs de l'équipe. Ce temps = temps de base de l'équipe. Deuxième phase : un parcours de 4 x 30 m ou 4 x 50 m. Relais à 4 coureurs avec transmission du témoin.	Variables : - varier la distance de course - varier l'ordre des relayeurs - varier la distance de la zone de transmission

Situation 2

Objectif ; Donneur et receveur (relayeur et relayé doivent apprendre à dissocier le bras pour qu'il reste fixé pendant un court instant lors de la transmission

Capacité visée : Se transmettre le témoin sans se gêner	
But de la tâche : Amener le plus vite possible le témoin derrière la ligne en le tenant à deux.	Critères de réalisation : - Ne jamais lâcher l'objet. - Orienter son corps vers la ligne d'arrivée pendant toute la course. Critère de réussite : Passage de la ligne d'arrivée en premier pour le binôme.
Dispositif 	Variables : - Réduire la zone de course en binôme - Donner un temps limite de réalisation (en fonction des performances de chaque binôme). Dispositif (suite) : <i>Aménagement :</i> <ul style="list-style-type: none"> • par 2, 1 relayé ●, 1 relayeur ○, 1 témoin, • binômes de même force pour pouvoir se confronter, • zone de transmission matérialisée (hachurée), • points de repère de passage du relayé : départ du relayeur (plot).

Je suis attentif sur la manière de transporter à 2 le témoin et à la consigne de courir vite (donneur) et de partir vite (receveur) au moment du passage du donneur au cône

Situation 3

Objectif : Le receveur utilise une zone d'élan pour créer de la vitesse et la transmission du témoin se fait souvent à une vitesse élevée.

Cette situation peut être effectuée de 2 manières différentes. (Chat/souris) ou 2 contre 1. Les élèves sont groupés par 4 et donc assument des rôles d'athlète, de juge et d'aide/entraîneur (Socle objectif 3) Après les 1^o passage, je peux modifier les distances d'élan ainsi que les équipes.

CYCLE 3	Vitesse		ACQUISITION	SAVOIRS
	Obstacles			
	Relais	X		
TRANSMETTRE LE TÉMOIN SANS RALENTIR			<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se transmettre le témoin en mouvement, en ajustant les vitesses en utilisant des repères ✓ Se transmettre le témoin sans se gêner 	

SITUATION	DISPOSITIF	CONSIGNES	RELANCES
<p>METTRE DANS LA BOÎTE</p>	<p>Matériel :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 couloir de 25m environ (largeur 1 m à 1,5 m) • 1 zone d'élan de 10m pour le chat, 1 zone de course de 10m pour la souris, 1 zone de rattrapage de 5 m • 4 plots de couleurs différentes au sol, espacés de 1 m chacun (signal de départ de la souris) <p>Organisation de la classe :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 chat attrapeur • 1 souris avec ruban à la ceinture 	<p style="text-align: center;">Choisir le bon signal de départ pour se faire prendre le ruban dans la zone sans ralentir</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le chat court le plus vite possible • Au passage du chat sur le repère rouge, la souris part vers l'arrivée • Le chat doit prendre le ruban dans la zone de rattrapage sans ralentissement • La souris court droit sans se retourner • Les enfants varient le signal de départ si la souris n'est pas rattrapée dans la zone 	<ul style="list-style-type: none"> • Inverser les rôles • Changer les partenaires • Augmenter ou diminuer la zone de rattrapage • Se donner un objet dans la zone de rattrapage

Capacité visée : Conserver la vitesse au moment du passage du témoin	
<p>But de la tâche : Faire aller le témoin aussi vite ou plus vite que le coureur seul.</p>	<p>Critères de réalisation : - ne pas ralentir au moment de la transmission du témoin</p> <p>Critères de réussite : Réduire l'écart temps coureur seul et relayeurs.</p>
<p>Dispositif : A – B : relayé/relayeur / C : Coureur seul</p> <p>Départ Arrivée</p>	<p>Variables : - donner un handicap au coureur seul (zone de départ différente...)</p>

<http://videos.education.fr/MENESR/eduscol.education.fr/2016/Ressources2016/videosavril/avril2016/Cycle4ca1relais1.mp4>









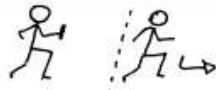
EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)	
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Gagner la confrontation entre un coureur seul qui doit parcourir 60 m et un relais de 2 coureurs se transmettant un témoin et devant parcourir chacun environ 30 m.
DISPOSITIF	<p>Par 4, niveau des coureurs homogène, celui qui ne court pas est observateur, chronométrateur. Une zone de débat est prévue pour organiser les interactions entre les élèves.</p>
CONSIGNES	Obligation de transmettre le témoin dans une zone de transmission de 15 m à cheval sur la ligne des 30 m. Départ du receveur à l'entrée de la zone.
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	Comment ne pas faire ralentir le témoin ? Où placer le plot de départ du receveur ? Dans quelle partie de la zone de transmission vaut-il mieux se transmettre le témoin ? Comment limiter les déséquilibres au moment de la transmission ?
CRITÈRE DE RÉUSSITE	Sur 4 tentatives, le relais doit battre le coureur seul au moins 3 fois sur 4.
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Les coureurs ont à leur disposition un plot permettant de matérialiser cette distance d'avance, un chronomètre, puis un outil vidéo.

Certains élèves peuvent détourner les situations (ne pas courir à fond, partir avant ou après le signal) Dans ce cas, je vais donc rappeler les consignes, me placer près des élèves.

Dans chaque situation, je réserve des temps d'échange, de questions, d'informations lors des pauses entre course. Ils permettent d'aider les élèves à acquérir des stratégies (Socle objet 2) pour coordonner leur vitesse. Plus de 6 répétitions sont réalisées pour assurer un développement des capacités de force/vitesse et dissociation.

Régulièrement travaillé dans toutes les situations, je vais progressivement donner des repères d'observation qui seront utiles pour l'évaluation formative puis sommative que j'effectuerai lors de la situation 1 en fin de séquence ;

QUELQUES REPÈRES POUR L'OBSERVATION

RELAIS			
Transmettre le témoin sans ralentir Se transmettre sans se gêner	1		Les partenaires sont l'un derrière l'autre
	2		Les partenaires sont décalés, le témoin est à l'opposé du relayeur
	3		Les partenaires sont décalés, le témoin est du côté du relayeur
Transmettre le témoin sans ralentir Se transmettre le témoin en mouvement en utilisant des repères	1		Le relayeur est retourné et à l'arrêt
	2		Le relayeur est de côté et amorce un déplacement latéral
	3		Le relayeur regarde le relayé et prend de la vitesse
Transmettre le témoin sans ralentir Se transmettre le témoin en mouvement	1		Le relayeur ne démarre qu'après avoir reçu le témoin
	2		Le relayeur démarre trop tôt et sort de la zone sans témoin
	3		Le relayeur démarre pour recevoir le témoin en mouvement dans la zone

La séquence de vitesse/relais sera remplacée en période 5 par une séquence de saut/lancer et ceci sous la même forme (travail par groupe, échanges, quantité de pratique importante.) Les attendus de fin de cycle seront mis en œuvre pour que les élèves dès leur entrée en 6 soient en réussite lors des cycles d'EPS consacrés à l'athlétisme.

Combiner une course, un saut, un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.

- Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques.
- Assumer les rôles de chronométreur et d'observateur.