

Mini

Olympiades

Perpignan

2016

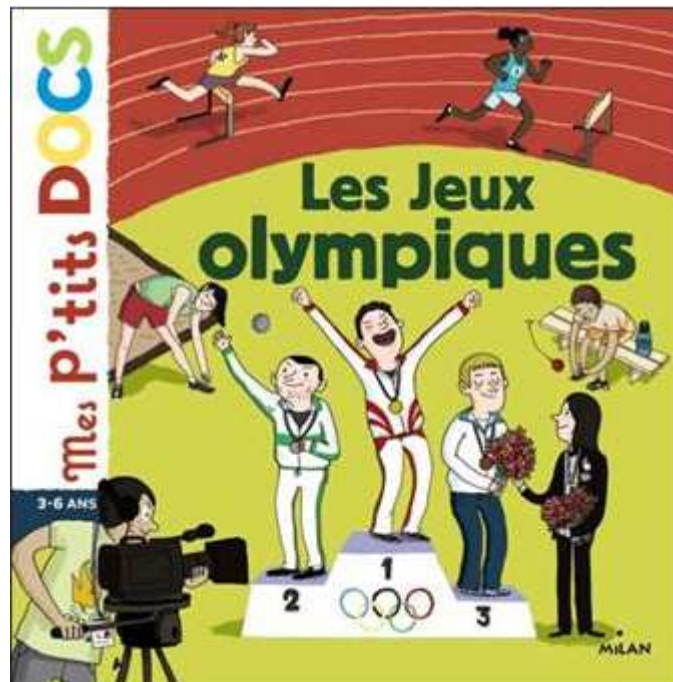
# SOMMAIRE

Découverte de l'histoire des Jeux Olympiques.....	4
1. La rencontre Mini Olympiades.....	5
A- Explication.....	5
B- But et organisation.....	5
C- Cycle 1.....	6
2. Propositions d'ateliers pour la maternelle : « mon parcours d'athlète » .....	7

## Découverte de l'histoire des Jeux Olympiques

Il s'agit de faire découvrir à des enfants de l'école primaire l'histoire des Jeux Olympiques et ses nombreuses disciplines.

Pour cela, je vous propose en appui un outil pour accompagner et guider vos élèves dans la découverte de cet événement.



# 1. La rencontre Mini Olympiades

## A- Explication

2016, année des Jeux Olympiques de Rio de Janeiro, a été l'élément déclencheur de la réflexion pour organiser une rencontre sportive autour de ce thème. Nous allons ainsi proposer aux élèves de vivre des ateliers multidisciplinaires seuls et par équipe.

L'accent sera mis sur l'enseignement et l'acquisition des valeurs éducatives de l'olympisme. Les symboles et cérémonies, les activités physiques et sportives fourniront un contexte approprié pour enseigner et apprendre.

<b>CEREMONIE D'OUVERTURE</b>	Défilé des classes	Arrivée des classes avec <b>leur drapeau*</b> pour le défilé.
<b>EPREUVES SPORTIVES</b>	La flamme	Transmission du feu olympique, symbole de paix → le relais de la flamme ( <b>prévoir une flamme par équipe*</b> ).
	Le drapeau	Reconstitution du drapeau grâce aux anneaux remportés lors des épreuves.
	Ouverture au monde	Le tour du monde (6 continents).
<b>CEREMONIE DE CLOTURE</b>	Les médailles	Remise des médailles ( <b>chaque élève prépare en classe une médaille qu'il remettra à un élève d'une autre classe*</b> ).

\*productions plastiques à réaliser pour le jour de la rencontre

## B- But et organisation

**BUT pour les enseignants** : faire varier un maximum les séances (au travers d'exercices variés et ludiques) pour que les enfants ne se lassent pas et qu'ils puissent faire l'apprentissage (ou le réinvestissement) de tous les pré requis nécessaires à l'athlétisme, aux jeux collectifs et d'opposition.

**BUT pour les enfants** : vivre des ateliers s'appuyant sur des verbes d'action (courir, sauter, lancer, coopérer, s'opposer).

### Lieu :

Suite d'ateliers de jeux à mettre en place sur un stade.

## C- Cycle 1

### → explication de l'histoire

Il y a plus de 2000 ans, dans l'Antiquité, les grecs organisaient de grands jeux pour honorer leurs dieux.

Tous les 4 ans, à Olympie, se tenaient les épreuves de course, de lutte... mais aussi de musique ou de poésie. Ces jeux existèrent pendant des siècles, puis disparurent.

En 1894, Pierre de Coubertin eut l'idée de faire renaître les Jeux olympiques. Il pensait que les rencontres sportives développaient l'amitié entre les pays.

Lors des premiers « JO », on pouvait assister à de drôles d'épreuves : la nage avec obstacles, le grimper ou le tir à la corde !

- « Une drôle d'épreuve » : **Le tir à la corde**

Quelques mois avant le début des Jeux, une torche est allumée à Olympie, en Grèce.

La flamme commence un long voyage vers la ville organisatrice. Tout au long du parcours, des relayeurs se transmettent le feu olympique, symbole de paix.

- **Le tour du monde** – jeu collectif
- Le relai de la flamme – **course de relai**

« A vos marques... Prêts ? Partez ! » : l'athlétisme est un des sports les plus populaires des Jeux olympiques.

- **Sauter** : sauter loin
- **Lancer fort** : le chamboule-tout
- **Courir vite** : course de vitesse

« Hajime ! » Sur le Tatami, l'arbitre de judo lance la rencontre. Le judoka qui réussira à faire tomber son adversaire et à l'immobiliser au sol gagnera.

- **La tortue** : jeu d'opposition

## 2. Propositions d'ateliers pour la maternelle : « mon parcours d'athlète »

Thème	Fiche n°	Atelier	Matériel
<b>COURIR</b>	1	<b>Courir vite</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 plots</li> <li>• 2 foulards</li> </ul>
	4	<b>Le relais de la flamme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 12 plots (3X4 couleurs)</li> <li>• 4 témoins (flamme pour la rencontre)</li> </ul>
<b>SAUTER</b>	2	<b>Franchir la rivière</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Des cordes pour matérialiser les départs et les rivières.</li> </ul>
<b>LANCER</b>	3	<b>Le chamboule-tout</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 corde pour matérialiser le départ</li> <li>• 8 quilles (ou bouteilles lestées avec du sable)</li> <li>• 6 balles lestées (ou boules de pétanque en plastique)</li> </ul>
<b>COOPERER</b>	5	<b>Le tir à la corde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 corde et 1 foulard</li> <li>• Des cordes ou plots pour matérialiser les zones.</li> </ul>
<b>COOPERER</b>	6	<b>Le tour du monde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 7 cerceaux par équipe</li> <li>• 1 ballon par équipe</li> </ul>
<b>S'OPPOSER</b>	7	<b>La tortue</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 tapis pour 2 (rien sur le stade)</li> </ul>
<b>ROULER</b>	8	<b>Relais navette</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 draisiennes</li> <li>• 4 plots</li> </ul>

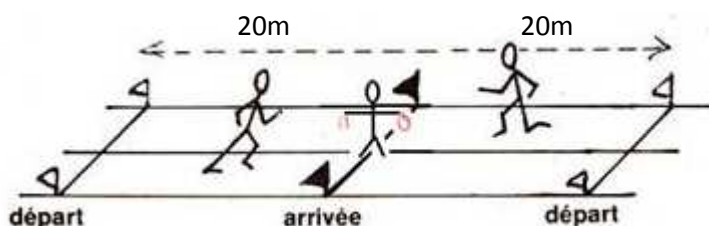
<b>COURIR</b>	<b>Atelier :</b>	<b>Fiche n°</b>
	<b>Courir vite</b>	<b>1</b>

*Les athlètes se tiennent prêts sur la ligne de départ. Celui qui aura attrapé le premier le foulard gagnera la course.*

### Objectifs :

Réagir rapidement à un signal.  
Courir vite.

### Dispositif :



### Buts :

Jeu du foulard en ligne.  
Courir le plus vite possible pour attraper le foulard avant l'autre.

### Consigne :

Vous devez partir au signal et attraper le foulard avant votre camarade.

### Critère de réussite :

Attraper le foulard en premier.

### Comportements attendus :

Démarrer au signal et courir droit le plus vite possible.

### Variables :

Comment simplifier ?

Diminuer la distance.

Comment complexifier ?

Augmenter la distance.

Varié la position de départ (assis, de dos).



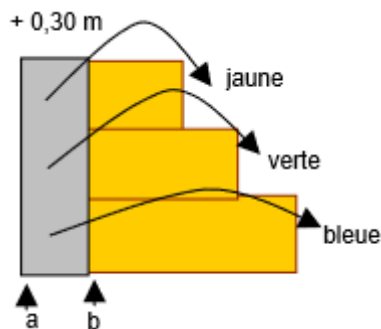
<b>SAUTER</b>	<b>Atelier :</b>	<b>Fiche n°</b>
	<b>Franchir la rivière</b>	<b>2</b>

*Les athlètes vont tenter de sauter le plus loin possible.*

### Objectif :

Orienter son impulsion.  
Sauter loin.

### Dispositif :



3 rivières tracées :

- jaune : 0,30 m
- verte : 0,60 m
- bleue : 0,90 m

a : ligne de départ PS

b : ligne de départ MS / GS

### But :

Franchir la plus grande rivière possible.

### Consigne :

Vous devez sauter le plus loin possible.

### Critère de réussite :

Avoir franchi la rivière (réussir 2 fois sur 4 essais possibles).

### Comportements attendus :

Courir avant de sauter.  
Sauter les deux pieds ensemble (pieds joints).

### Variables :

Comment simplifier ?

Diminuer la distance.  
Sauter avec 1 pied d'appel.  
Marcher avant de sauter.

Comment complexifier ?

Augmenter la distance.

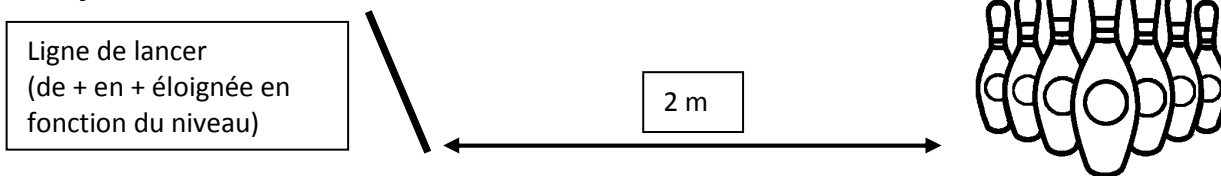
<b>LANCER</b>	<b>Atelier :</b>	<b>Fiche n°</b>
	<b>Le chamboule-tout</b>	<b>3</b>

*Les athlètes vont faire appel à leur adresse et à leur force pour faire tomber un maximum de quilles.*

### Objectif :

Adapter son geste pour faire tomber des cibles (lancer fort et précis).

### Dispositif :



### But :

Lancer droit et fort pour faire tomber un maximum de quilles.

### Consigne :

Vous devez lancer 3 balles pour faire tomber le plus de quilles possible.

### Critère de réussite :

Faire tomber les quilles.

### Comportements attendus :

Orienter son lancer vers la cible.

Utiliser de manière efficace différents gestes de lancer (pour lancer fort).

### Variables :

Comment simplifier ?

Diminuer la distance.

Mettre les quilles à hauteur d'épaule (sur une table par exemple).

Comment complexifier ?

Augmenter la distance.

<b>COURIR</b>	<b>Atelier :</b>	<b>Fiche n°</b>
	<b>Le relais de la flamme</b>	<b>4</b>

*Tous les athlètes se transmettent le feu olympique, symbole de paix.*

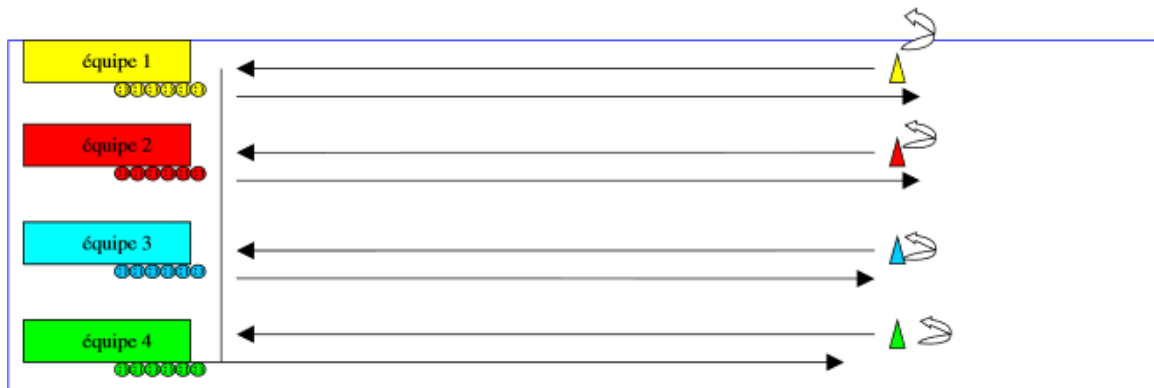
### Objectif :

Courir vite en équipe.

### Dispositif :

Parcours en ligne d'une dizaine de m que chaque enfant aura à effectuer en aller et retour.

Un objet à transporter par équipe : LA FLAMME



### But :

Transporter un objet (la flamme) le plus vite possible en le faisant passer correctement du premier au dernier de son équipe.

### Consigne :

« Au signal, le premier de chaque équipe part le plus rapidement possible, contourne le plot et ramène la flamme au deuxième. Le deuxième repart avec et ainsi de suite jusqu'au dernier.

### Critère de réussite :

Avoir ramené la flamme en premier.

### Comportements attendus :

Démarrer au signal et enchaîner courir droit – virage – courir droit le plus vite possible.  
Passer le relais de manière efficace.

### Variables :

Comment simplifier ?

Diminuer la distance.

Comment complexifier ?

Augmenter la distance.

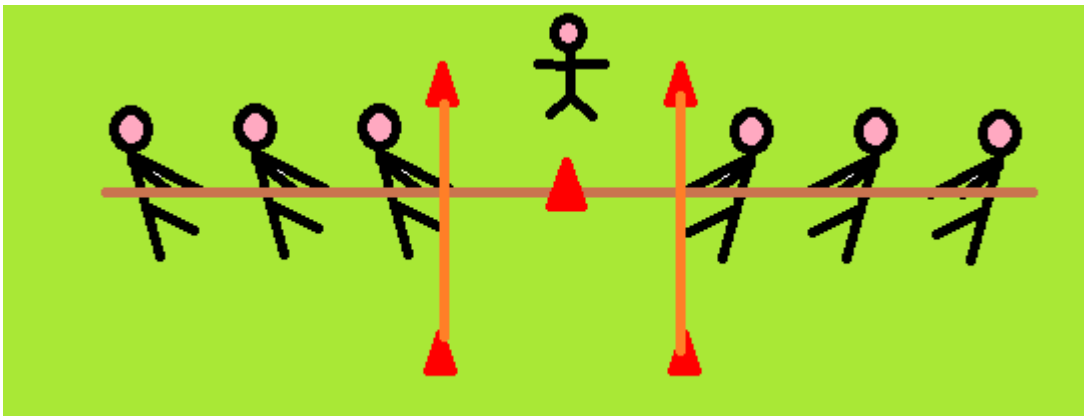
<b>COOPERER</b>	<b>Atelier :</b>	<b>Fiche n°</b>
	<b>Le tir à la corde</b>	<b>5</b>

*Les équipes doivent s'affronter en duel lors d'une épreuve de force.*

### Objectifs :

Sentir la traction adverse et résister.  
Fournir un effort soutenu (maintenir l'effort).  
Coopérer dans un même effort.

### Dispositif :



### Matériel :

Une corde de traction de 10m avec un repère en son milieu.

### Durée :

maximum 30s

### But :

Tirer l'équipe adverse dans son camp.

### Consigne :

Au départ, chaque équipe tient la corde chacune dans sa zone (sans la tirer).  
Au signal, vous devez tirer sur la corde pour gagner du terrain.  
Il ne faut pas lâcher la corde car vous risqueriez de tomber.

### Critère de réussite :

Le repère central est dans notre camp.

### Comportements attendus :

Coordonner les mouvements d'une même équipe et résister à l'effort.

### Variables :

Comment simplifier ?

Diminuer la distance entre les deux camps.

Comment complexifier ?

Augmenter la distance entre les deux camps.

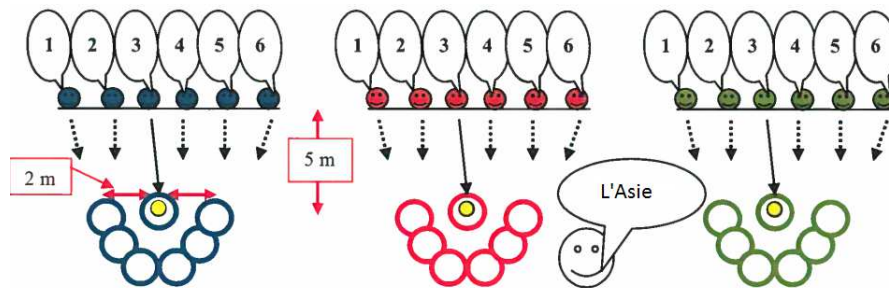
<b>COOPERER</b>	<b>Atelier :</b>	<b>Fiche n°</b>
	<b>Le tour du monde</b>	<b>6</b>

*Les équipes doivent faire le tour du monde en passant par les 6 continents.*

### Objectifs :

- Réagir à un signal.
- Accepter de jouer collectivement.
- Faire des passes (développer l'adresse et la coordination).

### Dispositif :



### But :

Faire passer le ballon par tous les continents.

### Déroulement du jeu :

L'enseignant nomme un continent à haute voix (l'enseignant a attribué le nom d'un continent à chaque joueur). Aussitôt, dans chaque équipe, le joueur concerné va se positionner dans le cerceau où se trouve le ballon. Pendant ce temps, les autres joueurs de l'équipe viennent se placer indifféremment dans les autres cerceaux, positionnés en arc de cercle. Le joueur nommé (= le lanceur) fait une passe à un partenaire qui doit réceptionner le ballon et le lui relancer (les passes se font à la main). Dès lors, le partenaire du lanceur s'assoit dans son cerceau. Le lanceur fait de même avec ses autres partenaires jusqu'à ce qu'ils soient tous assis dans leur cerceau.

Si le ballon n'est pas réceptionné, le joueur qui ne l'a pas réceptionné va le récupérer et le relance une fois qu'il est de nouveau dans son cerceau.

Dès que tous les partenaires du lanceur sont assis dans leur cerceau, ce dernier va s'asseoir dans le cerceau libre le plus rapidement possible et crie « stop ».

### Critère de réussite :

Avoir tous les joueurs assis (tour du monde effectué) et crier « stop » en premier.

### Comportements attendus :

Le joueur nommé réagit correctement au signal. Les passes sont bien effectuées.

### Variables :

Comment simplifier ?

Rapprocher le cerceau du lanceur de ceux des réceptionneurs.

Comment complexifier ?

Eloigner le cerceau du lanceur de ceux des réceptionneurs.

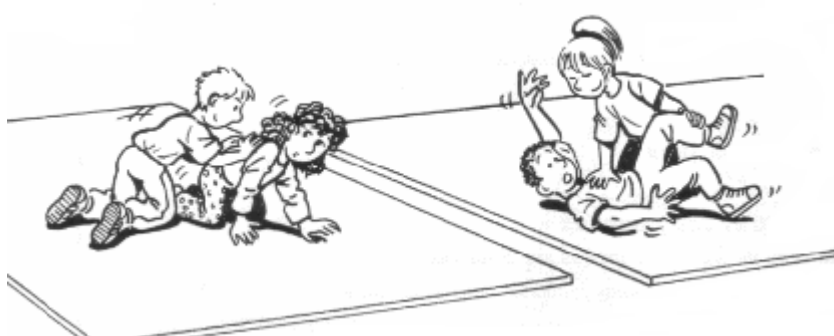
<b>S'OPPOSER</b>	<b>Atelier :</b>	<b>Fiche n°</b>
	<b>La tortue</b>	<b>7</b>

*Les athlètes doivent s'affronter en duel lors d'une épreuve de lutte.*

### Objectifs :

Contrôler, déséquilibrer, retourner.  
Conserver / supprimer les appuis.

### Dispositif :



### But :

Le chasseur doit retourner la tortue.  
La tortue ne doit pas se faire retourner.

### Consigne :

« Au signal de l'arbitre, le chasseur essaie de retourner la tortue sur le dos. Elle essaie de rester sur le ventre. Le jeu dure 30s. »

### Interdits spécifiques :

Il est interdit de saisir au cou pour l'attaquant et de se déplacer pour le défenseur.

### Critère de réussite :

La tortue a perdu dès que son dos touche le tapis.  
Si à l'issue des 30s le chasseur n'a pas réussi à retourner son adversaire, la tortue a gagné.

### Comportements attendus :

S'engager.  
Maîtrise de l'équilibre au sol (prise de conscience et gestion du centre de gravité).

### Variables :

Variation de la position de départ.  
Variation des droits donnés à la tortue (droit de se déplacer).

<b>ROULER</b>	<b>Atelier :</b>	<b>Fiche n°</b>
	<b>Le relais navette</b>	<b>8</b>

*Les athlètes doivent s'affronter en duel lors d'une épreuve de roule.*

### **Objectifs :**

Assurer un déplacement continu et équilibré.

### **Dispositif :**



### **But :**

Avoir réalisé le parcours le plus rapidement possible.

### **Consigne :**

« Au signal de l'arbitre, réaliser le parcours le plus rapidement possible. »

### **Interdits spécifiques :**

Il est interdit de heurter son adversaire.

### **Critère de réussite :**

Avoir réalisé le parcours en premier.

### **Comportements attendus :**

Adapter sa vitesse à la situation (ligne droite, virage).

Maîtrise de l'équilibre.

### **Variables :**

Distance à parcourir : PS : 10m    MS : 12m    GS : 15m

Proposer un parcours en relais (nouveau but pour l'élève : échanger son engin sans le faire tomber au sol).