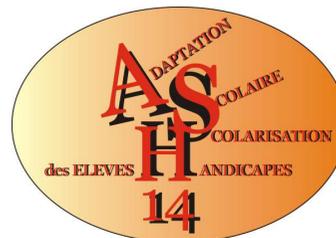




# EPS à l'école et handicap moteur ou sensoriel

---

Commission EPS et Handicap / Inspection Académique du Calvados (Juin 2008)



Ont participé à la rédaction de cet ouvrage :

- Patrick AGOSTINI CP ASH
- Corinne BEUZEOC CPC EPS Caen Ouest
- Martine CARRE Comité départemental Handisport
- Claire DUMORTIER CPD EPS Calvados
- Anne GOSSET enseignante référent handicap visuel , pôle pédagogique pour le handicap.
- Sophie GOJJON enseignante référent handicap moteur, pôle pédagogique pour le handicap.
- Catherine LAIR enseignante référent handicap visuel, pôle pédagogique pour le handicap.
- Serge LEVAUFRE CPC EPS Caen Est
- Frédérique VENTURELLI Déléguée USEP
- Ainsi que les enseignants qui ont bien voulu apporter leurs contributions dans le cadre des stages ASH ou des accompagnements pédagogiques.

Travail coordonné par Claire Dumortier CPD EPS / mission EPS et Handicap à l'Inspection Académique du Calvados/ [ia14-cpdeps@ac-caen.fr](mailto:ia14-cpdeps@ac-caen.fr) .

Ce document est destiné à être complété et réactualisé au fur et à mesure des expériences de terrain.

Juin 2008

# Sommaire

1

Conseils généraux liés aux besoins des élèves ..... 3

**Compétence 1 ; Réaliser une performance mesurée :  
les jeux athlétiques .....6**

## Courir

Le chat et la souris .....	7
La course aux couleurs .....	8
Le défi.....	9
Le loup et l'agneau .....	10
Les 3 couloirs .....	11
Le lièvre et le kangourou .....	12
Le relais des déménageurs .....	13
Le lièvre et les relayeurs .....	14
Le relais dans la zone .....	15
Course contrat.....	16
Fiche de suivi pour le 400 m sur une boucle de 50 m .....	17
2 <sup>ème</sup> Fiche de suivi pour le 1600m sur une boucle de 200m.....	18

## Sauter

La rivière et les îles .....	19
Franchir la rivière.....	20
Multibonds .....	21

## Lancer

Jeu de quilles .....	22
Boccia (Pétanque).....	23
Par dessus l'élastique .....	24

**Compétence 2 : Adapter ses déplacements à différents  
environnements :  
la natation.....25**

**Compétence 3 : S'affronter individuellement ou  
collectivement :  
les jeux collectifs ..... 26**

Les déménageurs.....	27
Les balles brûlantes.....	28
Les douaniers contrebandiers .....	29
L'horloge .....	30
Le ballon château .....	30
Les 10 foulards .....	31
Le ramasse foulard.....	32
Les 4 capitaines.....	34
La thèque.....	35
Le Korfball.....	36
Le Torball.....	37
Kin tennis .....	38

**Compétence 4 : Concevoir et réaliser des actions à  
visée artistiques, esthétique ou expressive  
les danses collectives / le mime ou la danse créative. 39**

La petite scottish.....	40
La fête des couleurs .....	41
Le moulin de la semaine.....	42
La fille du coupeur de paille.....	43
Cochinchine .....	44
Cercle circassien .....	45

**Annexe : Exemples de différenciation des activités proposées en  
EPS, à un enfant présentant une déficience motrice ..... 46**

# Conseils généraux liés aux besoins des élèves

## Domaine moteur

### 1. Besoin d'activité motrice.

Comme tout élève, l'élève handicapé moteur ou sensoriel a besoin d'activité motrice pour expérimenter ses pouvoirs moteurs, pour construire des habiletés et acquérir une autonomie corporelle. Dans ce domaine, les compétences à développer se réfèrent aux compétences des programmes ; les élèves développeront leurs pouvoirs moteurs par la confrontation à des situations variées : dans des milieux différents, en équipes ou individuellement, avec des buts de natures différentes....

**Chez le jeune enfant IMC (infirme moteur cérébral)** l'activité physique stimule les zones non détruites et augmente les capacités fonctionnelles.

Dans les cas d'enfants atteints de **maladie neuromusculaire**, (ex myopathie de Duchenne) les bénéfices sont essentiellement psychologiques et sociaux,

**Chez l'élève déficient visuel**, la pratique de l'activité est essentielle pour construire la mémoire des sensations liées au mouvement ; c'est elle qui permet à l'élève de retrouver un objet par exemple. L'éducation physique contribue de manière importante à une meilleure concentration sur les sensations dites proprioceptives = perception de la position du corps dans l'espace, très utile dans la vie quotidienne.

- Si l'élève handicapé ne peut pratiquer une activité contre-indiquée, un **atelier spécifique** peut lui être proposé. Les interdictions totales ne peuvent être qu'exceptionnelles (voir doc en annexe « Exemples de différenciation des activités proposées en EPS à un enfant présentant une déficience motrice »).

- Quand l'élève peut participer, des **adaptations aux situations d'apprentissage** seront à rechercher pour permettre à tous d'apprendre en fonction de ses possibilités. L'enseignant peut différencier les **conditions de réalisation** des tâches (en aménageant la situation : espace de jeu différent, matériel spécifique, critères de réussite adaptés, etc.....). Il peut aussi donner un **rôle spécifique** à l'élève handicapé.

### 2. Besoin d'autonomie :

L'enseignant va privilégier les activités de déplacements afin de favoriser l'autonomie motrice de l'élève (roule avec fauteuil, athlétisme, jeux collectifs.....).

L'éducation physique va favoriser la construction d'une indépendance fonctionnelle dans les activités de la vie quotidienne. Elle donne de nouveaux pouvoirs sur soi-même et sur le monde physique et humain environnant.

## Domaine cognitif

### 3. Besoin de prendre des repères.

- L'élève **aveugle ou malvoyant** :

Avant de commencer l'activité, il est important que l'élève puisse repérer l'espace de jeu. Il peut se déplacer avec un camarade sur les limites du jeu. La verbalisation peut également contribuer à mieux identifier l'espace.

Un temps d'adaptation est parfois nécessaire aux changements de lumière. Il est important de préserver un environnement sonore calme qui ne perturbe pas la prise de repères chez l'élève.

La communication de la consigne verbale doit apporter dans un minimum de mots et d'images concrètes la représentation du mouvement désiré.

Dans le jeu, on peut utiliser des suppléances sonores : Cibles sonores (une clochette, métronome, radio) ou frappe dans les mains pour le coéquipier.

On peut également apporter des suppléances tactiles (textures différentes, sols recouverts de tapis, zone de sable ou gazon, possibilité de s'appuyer sur un mur ...)

Lors de la réalisation d'un geste il est important d'attirer l'attention sur les perceptions internes seules sources d'informations sur la qualité du geste.

- Pour les élèves **déficients moteurs**, il est important de favoriser la prise de repères visuels avec des couleurs vives (qui limitent l'espace de jeu ou qui permet d'identifier les joueurs d'une équipe).

- L'élève **hémiparétique** : Il est important de solliciter le membre déficient en proposant des activités où il a besoin des 2 mains (exemple jeu avec un gros ballon).

#### 4. Besoin de se connaître.

- Au cours des séances d'EPS, l'enseignant veillera à faire connaître les possibilités motrices de l'élève et ses limites.

### Domaine socio-affectif

L'information des autres élèves sur la réalité du handicap (les limites) doit se faire en particulier quand le handicap se voit peu. La notion d'effort est proportionnelle au handicap. Il est important que tous comprennent que certains enfants ne peuvent pas réaliser la même tâche.

#### 5. Besoin de sécurité.

- L'enseignant s'assurera qu'il n'y a pas de contre-indication médicale. Des informations précises sur les possibilités de l'enfant peuvent être données par le médecin scolaire, l'enseignant ressource ou les parents.

- Elève aveugle ou mal-voyant : La sécurité doit être à la fois physique (éviter tout heurt) et psychologique (confiance). Il est important que l'élève aveugle apprenne à se protéger dans un environnement à risque, en plaçant un bras en arc de cercle devant lui pour anticiper les obstacles.

- L'adulte devra être présent à son côté lors de découverte de nouveaux milieux (en particulier la piscine).

- Le travail en binôme permet de réaliser des activités dans un climat de sécurité (ex : en natation, en athlétisme ou gymnastique : le franchissement d'obstacles).

#### 6. Besoin de se socialiser.

- L'EPS constitue un moyen privilégié de créer des liens dans la classe et dans certains cas de rompre avec un isolement dû à une surprotection. Les activités de groupes permettent à l'enfant handicapé de se sentir utile. Par les activités de coopération il peut construire un sentiment d'appartenance au groupe. Il faut alors être attentif à la constitution des équipes. Quand on le peut il peut être préférable d'adapter ou d'utiliser un jeu dans lequel les conditions de réalisation soient les mêmes pour tous les élèves (ce qui évite de se focaliser sur le handicap).

Il faut rester particulièrement attentif à certaines remarques blessantes des enfants en particulier quand il y a un enjeu compétitif.

#### 7. Besoin d'accroître son sentiment de compétence.

- L'enseignant veillera à repérer les progrès réalisés et le chemin parcouru le long de l'apprentissage plus que les performances.

- Il proposera des situations permettant à l'élève d'oser s'engager dans l'action tout en garantissant les conditions de sécurité (l'escalade constitue en ce sens une activité riche).

#### 8. Besoin d'éprouver du plaisir.

L'EPS est le lieu privilégié du plaisir d'agir. L'enseignant cherchera à faire participer l'élève aux activités autant que possible. Par la participation aux activités physiques l'enfant va découvrir de nouveaux plaisirs : plaisir de se déplacer seuls, d'investir de nouveaux espaces, d'organiser sa motricité. L'enfant pourra mieux aimer son corps, mieux vivre avec son corps.

Les différences, les manques les déficiences ont été le plus souvent mis en évidence alors que le développement et l'épanouissement de l'élève doivent prendre pour référence ses aptitudes et ses capacités.

## Types d'adaptations de situations

Les types d'adaptations des situations d'apprentissage seront variables selon les âges, le handicap, le caractère des enfants, l'atmosphère de la classe...L'enseignant jugera selon ce qu'il connaît de la classe et de l'élève.

L'adaptation de la situation d'apprentissage peut concerner :

- Les règles du jeu. (Ex : Bonus de 2 points par réussite, obligation, pour toute la classe, de faire une passe avec rebond).
- Le matériel (ex : balles plus maniables, une raquette pour frapper...).
- L'espace de jeu (ex : une cible plus proche, une distance plus courte..)
- Des règles adaptées.
- Le but de la tâche (ex : pour la classe enchaîner des actions motrices, pour l'élève handicapé : réaliser des actions différentes sans enchaînement)
- Un rôle spécifique peut être donné (ex : un receveur et/ou lanceur).

## Matériel spécifique :

Disponible et pouvant être prêté aux écoles

### Lancers

- **Balles comètes** (balles légères avec ruban)
- **Boccia** (jeu de lancer de précision)
- **Gouttière** pour faire rouler une balle dans une direction choisie.
- **Sarbacane** (cible ,avec ou sans potence, et une zone bien délimitée par des tables)

### Jeux collectifs

- Balles sonores et masques occultés pour le Torball

## Compétence 1 ; Réaliser une performance mesurée

### Conseils pour la mise en œuvre des jeux athlétiques :

L'élève construira des compétences de « coureur » « sauteur » « lanceur » dans des situations dont les contraintes seront adaptées. L'élève développera également des compétences d'organisation et d'autonomie en prenant des rôles de juges, chronométreur....

#### *Pour un élève déficient visuel :*

Si nécessaire, utiliser des zones de textures différentes pour passer d'un atelier à l'autre ( nattes sur le sol, gazon, sable ...).

#### **- Courir :**

Courir avec un aide (corde tenue par les 2 coureurs), le long d'une corde.

#### **- Sauter**

Introduire progressivement la course d'élan.

Faire prendre des repères préalables pour la course d'élan (plus courte).

Utiliser une zone d'impulsion plus large.

#### **- Lancer :**

Lancer précis : utiliser un métronome pour orienter le lancer. Utiliser des clochettes sur la cible (ex sur un panneau de Basket)

Lancer loin : repérer les limites du jeu au préalable

#### *Pour un élève déficient moteur :*

#### **Courir**

Courses de vitesse : Donner un « handicap » en terme de temps ou d'espace ; l'élève valide part plus tard ou de plus loin (ou bien l'élève handicapé part plus tôt ou plus près).

Course d'obstacles : Respecter le principe de franchissement en adaptant le type d'obstacle en fonction du degré de handicap (exemple en fauteuil rouler sur une corde posée). Voir la fiche « le lièvre et le kangourou » .

### **COURIR**

#### **Courir vite,**

- Le chat et la souris
- La course aux couleurs
- Le défi
- Le loup et l'agneau

#### **Courir avec des obstacles,**

- Les 3 couloirs
- Le lièvre et le kangourou

#### **Courir en relais.**

- Le relais des déménageurs
- Le lièvre et les relayeurs
- Le relais dans la zone

#### **Courir longtemps: la course contrat**

Fiche [Fiches de suivi course longue](#)

### **SAUTER**

#### **Sauter loin**

- La rivière et les îles
- Franchir la rivière
- Multibonds

### **LANCER**

#### **Lancer précis,**

- Jeu de quilles
- Boccia

#### **Lancer loin,**

- Dessus l'élastique

#### **Sauter**

Adapter la longueur de l'élan et du saut pour les élèves handicapés debout. En fauteuil manuel, l'impulsion se fait par les mains, après un élan pour créer la vitesse. On cherchera à ce que l'élève produise une impulsion longue et orientée (donner des limites latérales au déplacement)

#### **Lancer**

On privilégiera le lancer de précision afin que l'enfant apprenne à contrôler l'engin, à le propulser de manière efficace en vue d'atteindre une cible. Différents types de lancers sont possibles en faisant rouler la balle (type bowling ou type pétanque)

Pour les élèves n'ayant pas l'usage des membres supérieurs, une gouttière peut être utilisée pour faire rouler la balle (qui peut être orientée par un camarade selon les indications de l'élève). Ou bien donner une impulsion à un gros ballon à l'aide de son fauteuil électrique

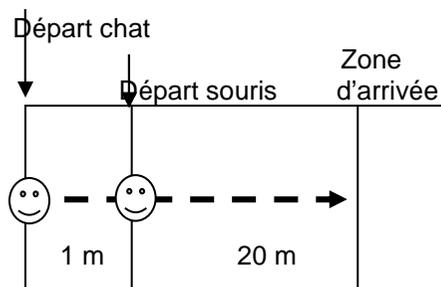
Pour les lancers athlétiques (lancer loin), utiliser des engins adaptés aux possibilités de préhension manuelles (ex javelot mousse ou disque mousse) Pour les élèves manquant de force, un cube de mousse tenu par une courte ficelle pour les élèves peut être balancé puis lâché

# Le chat et la souris

## But :

Le chat : attraper la queue de la souris  
La souris : atteindre le but sans être attrapé

## Aménagement :



### Matériel

Craies ou kits de marquage  
foulards

Les enfants sont par 2 par 2 : 1 chat, 1 souris

## Consignes :

- Partir au signal et courir dans le couloir
- Le chat doit attraper la queue de la souris avant que celle-ci atteigne la zone d'arrivée
- La souris doit atteindre la zone d'arrivée avant que le chat lui attrape la queue
- Après la course, inverser les rôles.

## Critères de réussite :

-Réussir 3 fois sur 5 l'un ou l'autre.

Cycle 2

Jeux athlétiques  
Courir vite

## Savoirs à construire :

- Réagir à un signal
- Courir vite en ligne droite jusqu'à un but
- Savoir se distinguer poursuivi ou poursuivant

## Adaptations possibles

Pour que les enfants courent droit devant eux , une zone d'arrivée par souris

### HANDICAP MOTEUR :

Chat : Une frite de mousse accroché sur le fauteuil pour toucher la souris

Souris : Varier l'écart entre le chat et la souris départ décalé dans l'espace (2M ou + au lieu d'1 M).

### HANDICAP VISUEL :

Toucher au lieu d'attraper.

Mettre d'abord l'enfant aveugle dans le rôle du chat pour lui permettre de se repérer.

Donner un signal pour repérer la zone d'arrivée.

Chat, partir dos au mur (pour être bien orienté)

# La course aux couleurs

## But :

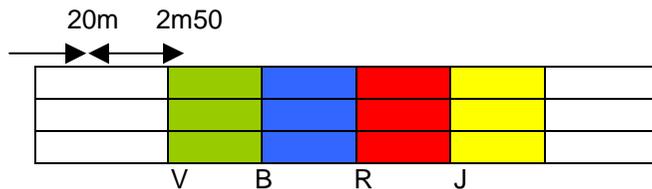
Courir le plus vite pour aller le plus loin possible en 5 'ou 6

## Aménagement :

- Tracer des couloirs avec des craies ou des kits de marquage au sol
- Matérialiser des zones en
- Changeant de couleurs

### Matériel

Craies ou kit de marquage ;  
1 sifflet  
1 chronomètre



## Consignes :

- Se mettre par 2 : 1 coureur, 1 contrôleur

Coureur : partir au signal, courir le plus vite possible jusqu'au coup de sifflet donné pour la fin de course. Mettre la gommette de la couleur de sa performance.

Contrôleur : repérer où se trouve le coureur au coup de sifflet.

- (5essais par enfants)

## Critères de réussite :

- Ne pas ralentir avant le coup de sifflet.
- Battre son record (5 essais)

Cycle 2

Jeux athlétiques

Courir vite

## Savoirs à construire :

- Connaître ses performances et les stabiliser.

## Adaptations possibles

### HANDICAP MOTEUR :

- Départ décalé,
- Donner un nombre de points supérieur pour chaque zone
- Signal sonore décalé (9s au lieu de 6)

### HANDICAP VISUEL :

Verbaliser pour indiquer les zones et réorienter dans le bon couloir.

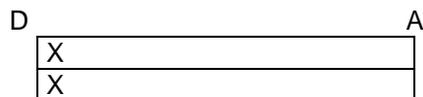
Critères de réussite :Utiliser des gommettes formes ou échelle numérique pour chaque zone (zone 1 = 1 ticket ou 1 objet)

# Le défi

## But :

Courir plus vite que son adversaire

## Aménagement :



### Matériel

Couloirs de course

-Matérialiser un espace de course : Avec une ligne de départ et une d'arrivée.

-Les enfants se défient 2, 3 ou 4 fois :1 juge au départ, 1 juge à l'arrivée

## Consignes :

- Au signal de départ, courir ensemble pour voir qui va arriver le 1<sup>er</sup>
- Celui qui a gagné met une croix dans sa colonne
- En cas d'égalité, les 2 joueurs inscrivent une croix.
- Choisir un camarade avec lequel on a autant de chances de gagner.

## Critères de réussite :

- Partir au signal
- Franchir la ligne d'arrivée en courant.
- Avoir autant de "chances" de gagner que le camarade contre lequel je choisis de courir.

Cycle 2

Jeux athlétiques  
Courir vite

## Savoirs à construire :

- Courir vite
- Partir au signal
- Ne pas s'arrêter sur la ligne d'arrivée

# Adaptations possibles

Pour que les enfants courent droit devant eux , une zone d'arrivée par souris

## HANDICAP MOTEUR :

-Départ décalé dans l'espace (ou le temps).

## HANDICAP VISUEL :

- repérer au préalable
- adulte ou enfant en bout de course pour prévenir de la fin de piste (sécuriser l'arrivée).
- aveugle, si besoin, un enfant (lièvre) sonore qui court plus vite devant lui.

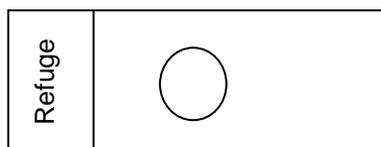
# Le loup et l'agneau

## But :

Arriver au refuge sans être touché par le loup

## Aménagement :

Agneaux



Repère du loup

- La longueur de l'aire de jeu est de 5 à 10 m
- 1 refuge bien délimité pour les agneaux.
- 1 repère bien délimité pour le loup (au départ : la maîtresse)

## Consignes :

- ❑ Au signal sonore, les agneaux doivent se réfugier dans leur zone sans se faire toucher par le loup.
- ❑ S'ils sont touchés, le loup ramène les agneaux dans son repère.

## Critères de réussite :

- L'agneau ne doit pas se faire prendre .
- Le loup doit toucher un maximum d'agneaux

## Matériel

craies ou kit de marquage

Cycle 2

Jeux athlétiques  
Courir vite

## Savoirs à construire :

- Réagir à un signal sonore
- Courir vers une direction donnée
- Se situer dans l'espace

## Adaptations possibles

### HANDICAP MOTEUR :

Le loup, frites accrochées au fauteuil

L'agneau : refuges spécifiques (cercles à la craie). S'il est en fauteuil, une bande de tissu qui traîne un peu au sol : le but pour le loup est de réussir à marcher sur la bande pour l'enlever.

### HANDICAP VISUEL :

Matérialiser le refuge et le loup

Agneau : le loup sonne avec des clochettes + autre signal sonore (voix, klaxon....) pour le refuge.

Jouer par couple.

S'il est loup : Toute la classe joue par couple en se donnant la main.

# Les 3 couloirs

## But :

Franchir les obstacles dans un temps imparti

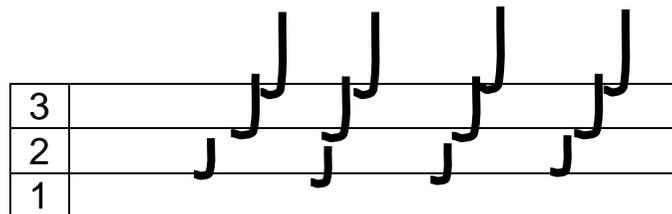
## Aménagement :

3 couloirs avec des haies de hauteurs différentes selon les couloirs.

Un starter  
Un chronomètre  
Un juge d'arrivée

### Matériel

3 couloirs de 40m  
Plots de départ et d'arrivée  
3 jeux de haies de hauteurs différentes



## Consignes :

Chaque enfant choisit son couloir  
Réaliser la course en moins de 8 secondes  
Le couloir avec les haies les plus hautes vaut 3 points (le 2<sup>ème</sup> vaut 2 points et le dernier vaut 1Pt).  
Le starter donne le départ. Le chronomètreur siffle au bout des 8 secondes  
Le juge apprécie l'arrivée du coureur.

## Critères de réussite :

Sur 5 essais , réaliser le plus de points possibles

Cycle 3

Jeux athlétiques  
Course d'obstacles

## Savoirs à construire :

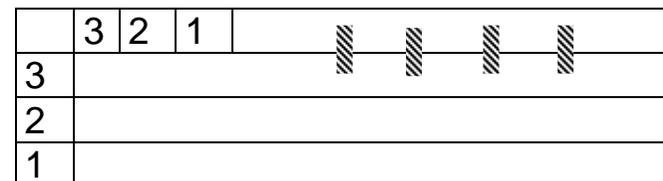
Courir vite sans ralentir aux obstacles  
reconnaître son niveau

# Adaptations possibles

## Avec un élève handicapé moteur

Ajouter un couloir avec des obstacles d'une nature différente selon le type de handicap moteur

L'élève handicapé choisit sa zone de départ



Voir les types d'obstacle dans la situation le lièvre et le kangourou

# Le lièvre et le kangourou

## But :

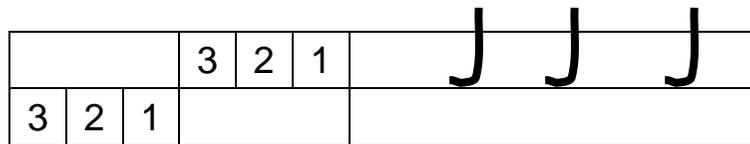
Courir plus vite que mon adversaire

## Aménagement :

Les enfants sont par 2  
Un observateur + un starter

Sur l'un des 2 couloirs, placer 3 haies. (Couloir plus court)  
Numéroter 3 zones de départ pour chaque couloir.

Matériel
2 couloirs de 40m
Plots de départ et d'arrivée
3 haies



## Consignes :

Chaque enfant choisit dans son couloir la zone de départ (1, 2 ou 3)  
Le starter donne le départ. L'enfant gagnant remporte le nombre de points correspondant à sa zone de départ

## Critères de réussite :

Gagner 3 fois sur 5

Cycle 3

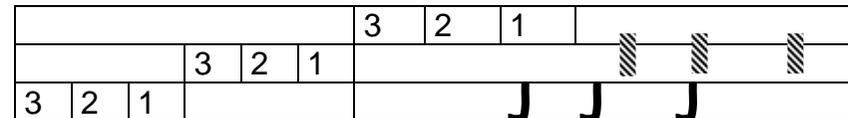
Jeux athlétiques  
Course d'obstacles

## Savoirs à construire :

Courir vite sans ralentir aux obstacles  
Connaître son niveau

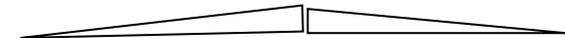
# Adaptations possibles

Avec un élève handicapé moteur ou visuel  
Ajouter un couloir avec des obstacles d'une nature différente



Types d'obstacle :

Pour les élèves en fauteuil manuel, cordes (ou élastiques) posés au sol, (franchissement en soulevant légèrement les petites roues directionnelles avant du fauteuil) : Attention : nécessite une pratique du 2 roues. Ou contourner des obstacles (les haies)



Pour les fauteuils électriques : contourner un obstacle ou passer sous un obstacle ou Plans inclinés (10 %) montants et descendants.

Pour les élèves pratiquant debout mais fortement handicapés : traverser des petites rivières ( largeur +/- 40cm , Hauteur de 0 à 15cm) ou passer sous des élastiques.

Pour les élèves les moins handicapés ou valides : Haies basses (hauteur de 0,20 à 40 m = hauteur du genou).

Pour élève déficient visuel : obstacle avec élastique + clochettes (but ne pas faire tinter les clochettes) et travail en binôme si besoin.

# Le relais des déménageurs

## But :

Remplir sa caisse le plus vite possible

## Aménagement :

2 ou 3 équipes sur 2 ou 3  
parcours parallèles

### Matériel

2 caisses  
De nombreux petits  
objets  
2 marques pour le sol

<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

Les élèves sont placés sur les marques à égales distances les unes des autres

## Consignes :

Au signal, les enfants placés au départ prennent un objet et courent le remettre à celui placé à la 1<sup>ère</sup> marque qui doit le remettre au suivant etc....

Na pas lancer les objets

## Critères de réussite :

Remplir sa caisse avant les autres équipes

Cycle 2

Jeux athlétiques  
Course de relais

## Savoirs à construire :

Participer au résultat de son équipe

Courir vite et droit

## Adaptations possibles

Adapter les espaces entre les relayeurs.  
L'élève handicapé part le premier

# Le lièvre et les relayeurs

## But :

Aller le plus vite possible en transmettant un témoin

## Aménagement :

2 couloirs parallèles  
Des coureurs et des observateurs.

### Matériel

1 témoin (ou foulard)  
sur l'atelier



Sur un couloir : le lièvre  
Sur l'autre couloir : 3 relayeurs

## Consignes :

Au signal, le lièvre et le premier relayeurs prennent la course  
Les observateurs situent l'écart et avancent des hypothèses pour aller plus vite.

## Critères de réussite :

Réduire l'écart à l'arrivée avec le lièvre

Cycle 3

Jeux athlétiques  
Course de relais

## Savoirs à construire :

Anticiper la réception du témoin

## Adaptations possibles

Adapter les espaces entre les relayeurs.  
L'élève handicapé part le premier  
A la place de donner un objet, toucher le bras.

# Le relais dans la zone

## But :

Aller le plus vite possible en transmettant un témoin dans une zone.

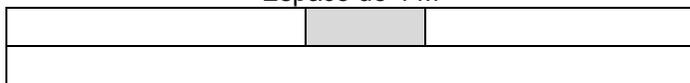
## Aménagement :

2 couloirs parallèles  
Des coureurs et des observateurs.

### Matériel

1 témoin (ou foulard)  
par atelier

Espace de 4 M



Sur un couloir : le lièvre

Sur l'autre couloir : 2 relayeurs ; le receveur se place où il veut avant la zone

## Consignes :

Le lièvre part avec un handicap (différé) Les relayeurs doivent faire aller le témoin aussi vite que le lièvre .

Les observateurs observent le passage de témoin : se fait-il ou non dans la zone ?

Ils situent l'écart et avancent des hypothèses pour aller plus vite. (départ avant, orientation du relayeur, regard vers l'avant)

## Critères de réussite :

Passage de témoin à l'intérieur de la zone

Réduire l'écart à l'arrivée avec le lièvre

Cycle 3

Jeux athlétiques  
Course de relais

## Savoirs à construire :

Anticiper la réception du témoin

Se donner d'autres signaux que visuels

## Adaptations possibles

- Augmenter la zone de passage.(6M)
- Différer davantage le départ du lièvre
- A la place de donner un objet, toucher le bras.

# Course contrat

Cycle 3

Jeux athlétiques  
Course longue

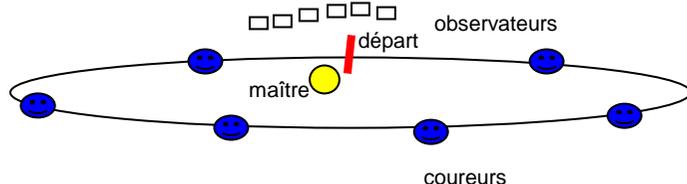
## But :

Etablir des temps au tour sur 3 colonnes maximum.

## Aménagement :

**Matériel**  
plots  
Chronomètre

Circuit en boucle balisé de 50 m ou 200 m  
Les élèves sont par 2 : un coureur, un observateur.



## Consignes :

A chaque passage d'un coureur sur la ligne de départ, le maître annonce le temps.

Les observateurs entourent le temps annoncé dans le tableau de régularité. Ils changent de ligne à chaque tour.

Le même tableau est utilisé plusieurs fois afin de comparer les résultats et d'apprécier les progrès réalisés.

## Critères de réussite :

Les temps au tour doivent se situer dans 3 colonnes maximum.

## Savoirs à construire :

Courir de façon régulière  
Adapter sa vitesse en fonction de la distance

### Exemples d'analyse

100m	44s	45s	46s	47s	48s
T 1 200m	01:28	01:30	01:32	01:34	01:36
Tour 2 400m	02:56	03:00	03:04	03:08	03:12
	02:58	03:02	03:06	03:10	03:14
Tour 3 600m	04:24	04:30	04:36	04:42	04:48
	04:26	04:32	04:38	04:44	04:50
	04:28	04:34	04:40	04:46	04:52
Tour 4 800m	05:52	06:00	06:08	06:16	06:24
	05:54	06:02	06:10	06:18	06:26
	05:56	06:04	06:12	06:20	06:28
	05:58	06:06	06:14	06:22	06:30
Tour 5 1000 m	07:20	07:30	07:40	07:50	08:00
	07:22	07:32	07:42	07:52	08:02
	07:24	07:34	07:44	07:54	08:04
	07:26	07:36	07:46	07:56	08:06
	07:28	07:38	07:48	07:58	08:08
Tour 6 1200 m	08:48	09:00	09:12	09:24	09:36
	08:50	09:02	09:14	09:26	09:38
	08:52	09:04	09:16	09:28	09:40
	08:54	09:06	09:18	09:30	09:42

**Le coureur** est parti trop vite et a été obligé de ralentir (5 colonnes).  
**Le coureur** est parti trop lentement et a accéléré (4 colonnes).  
**Le coureur** est régulier (3 colonnes).

## Adaptations à prévoir

Pour que l'analyse des résultats soit pertinente, il est nécessaire de réaliser au moins 5 tours.

En fonction du handicap, on choisira le parcours de 200 m ou le parcours de 50 m.

Cf tableaux correspondants.

# Fiche de suivi pour le 400 m sur une boucle de 50 m

Le profil de course = ..... colonne(s)

Coureur : ..... Observateur : .....

Le temps de base est de ..... secondes au 100m

100m	22s	24s	26s	28s	30s	32s	34s	36s	38s	40s	42s	44s	46s	48s	50s	52s	54s	56s	58s	1.00s
<b>T 1 50m</b>	00.11	00.12	00.13	00.14	00.15	00.16	00.17	00.18	00.19	00.20	00.21	00.22	00.23	00.24	00.25	00.26	00.27	00.28	00.29	00.30
<b>Tour 2 100m</b>	00.22	00.24	00.26	00.28	00.30	00.32	00.34	00.36	00.38	00.40	00.42	00.44	00.46	00.48	00.50	00.52	00.54	00.56	00.58	01.00
	00.23	00.25	00.27	00.29	00.31	00.33	00.35	00.37	00.39	00.41	00.43	00.45	00.47	00.49	00.51	00.53	00.55	00.57	00.59	01.01
<b>Tour 3 150m</b>	00.33	00.36	00.39	00.42	00.45	00.48	00.51	00.54	00.57	01.00	01.03	01.06	01.09	01.12	01.15	01.18	01.21	01.24	01.27	01.30
	00.34	00.37	00.40	00.43	00.46	00.49	00.52	00.55	00.58	01.01	01.04	01.07	01.10	01.13	01.16	01.19	01.22	01.25	01.28	01.31
	00.35	00.38	00.41	00.44	00.47	00.50	00.53	00.56	00.59	01.02	01.05	01.08	01.11	01.14	01.17	01.20	01.23	01.26	01.29	01.32
<b>Tour 4 200m</b>	00.44	00.48	00.52	00.56	01.00	01.04	01.08	01.12	01.16	01.20	01.24	01.28	01.32	01.36	01.40	01.44	01.48	01.52	01.56	02.00
	00.45	00.49	00.53	00.57	01.01	01.05	01.09	01.13	01.17	01.21	01.25	01.29	01.33	01.37	01.41	01.45	01.49	01.53	01.57	02.01
	00.46	00.50	00.54	00.58	01.02	01.06	01.10	01.14	01.18	01.22	01.26	01.30	01.34	01.38	01.42	01.46	01.50	01.54	01.58	02.02
	00.47	00.51	00.55	00.59	01.03	01.07	01.11	01.15	01.19	01.23	01.27	01.31	01.35	01.39	01.43	01.47	01.51	01.55	01.59	02.03
<b>Tour 5 250m</b>	00.55	01.00	01.05	01.10	01.15	01.20	01.25	01.30	01.35	01.40	01.45	01.50	01.55	02.00	02.05	02.10	02.15	02.20	02.25	02.30
	00.56	01.01	01.06	01.11	01.16	01.21	01.26	01.31	01.36	01.41	01.46	01.51	01.56	02.01	02.06	02.11	02.16	02.21	02.26	02.31
	00.57	01.02	01.07	01.12	01.17	01.22	01.27	01.32	01.37	01.42	01.47	01.52	01.57	02.02	02.07	02.12	02.17	02.22	02.27	02.32
	00.58	01.03	01.08	01.13	01.18	01.23	01.28	01.33	01.38	01.43	01.48	01.53	01.58	02.03	02.08	02.13	02.18	02.23	02.28	02.33
	00.59	01.04	01.09	01.14	01.19	01.24	01.29	01.34	01.39	01.44	01.49	01.54	01.59	02.04	02.09	02.14	02.19	02.24	02.29	02.34
<b>Tour 6 300m</b>	01.06	01.12	01.18	01.24	01.30	01.36	01.42	01.48	01.54	02.00	02.06	02.12	02.18	02.24	02.30	02.36	02.42	02.48	02.54	03.00
	01.07	01.13	01.19	01.25	01.31	01.37	01.43	01.49	01.55	02.01	02.07	02.13	02.19	02.25	02.31	02.37	02.43	02.49	02.55	03.01
	01.08	01.14	01.20	01.26	01.32	01.38	01.44	01.50	01.56	02.02	02.08	02.14	02.20	02.26	02.32	02.38	02.44	02.50	02.56	03.02
	01.09	01.15	01.21	01.27	01.33	01.39	01.45	01.51	01.57	02.03	02.09	02.15	02.21	02.27	02.33	02.39	02.45	02.51	02.57	03.03
	01.10	01.16	01.22	01.28	01.34	01.40	01.46	01.52	01.58	02.04	02.10	02.16	02.22	02.28	02.34	02.40	02.46	02.52	02.58	03.04
01.11	01.17	01.23	01.29	01.35	01.41	01.47	01.53	01.59	02.05	02.11	02.17	02.23	02.29	02.35	02.41	02.47	02.53	02.59	03.05	
<b>Tour 7 350m</b>	01.17	01.24	01.31	01.38	01.45	01.52	01.59	02.06	02.13	02.20	02.27	02.34	02.41	02.48	02.55	03.02	03.09	03.16	03.23	03.30
	01.18	01.25	01.32	01.39	01.46	01.53	02.00	02.07	02.14	02.21	02.28	02.35	02.42	02.49	02.56	03.03	03.10	03.17	03.24	03.31
	01.19	01.26	01.33	01.40	01.47	01.54	02.01	02.08	02.15	02.22	02.29	02.36	02.43	02.50	02.57	03.04	03.11	03.18	03.25	03.32
	01.20	01.27	01.34	01.41	01.48	01.55	02.02	02.09	02.16	02.23	02.30	02.37	02.44	02.51	02.58	03.05	03.12	03.19	03.26	03.33
	01.21	01.28	01.35	01.42	01.49	01.56	02.03	02.10	02.17	02.24	02.31	02.38	02.45	02.52	02.59	03.06	03.13	03.20	03.27	03.34
	01.22	01.29	01.36	01.43	01.50	01.57	02.04	02.11	02.18	02.25	02.32	02.39	02.46	02.53	03.00	03.07	03.14	03.21	03.28	03.35
01.23	01.30	01.37	01.44	01.51	01.58	02.05	02.12	02.19	02.26	02.33	02.40	02.47	02.54	03.01	03.08	03.15	03.22	03.29	03.36	
<b>Tour 8 400m</b>	01.28	01.36	01.44	01.52	02.00	02.08	02.16	02.24	02.32	02.40	02.48	02.56	03.04	03.12	03.20	03.28	03.36	03.44	03.52	04.00
	01.29	01.37	01.45	01.53	02.01	02.09	02.17	02.25	02.33	02.41	02.49	02.57	03.05	03.13	03.21	03.29	03.37	03.45	03.53	04.01
	01.30	01.38	01.46	01.54	02.02	02.10	02.18	02.26	02.34	02.42	02.50	02.58	03.06	03.14	03.22	03.30	03.38	03.46	03.54	04.02
	01.31	01.39	01.47	01.55	02.03	02.11	02.19	02.27	02.35	02.43	02.51	02.59	03.07	03.15	03.23	03.31	03.39	03.47	03.55	04.03
	01.32	01.40	01.48	01.56	02.04	02.12	02.20	02.28	02.36	02.44	02.52	03.00	03.08	03.16	03.24	03.32	03.40	03.48	03.56	04.04
	01.33	01.41	01.49	01.57	02.05	02.13	02.21	02.29	02.37	02.45	02.53	03.01	03.09	03.17	03.25	03.33	03.41	03.49	03.57	04.05
	01.34	01.42	01.50	01.58	02.06	02.14	02.22	02.30	02.38	02.46	02.54	03.02	03.10	03.18	03.26	03.34	03.42	03.50	03.58	04.06
01.35	01.43	01.51	01.59	02.07	02.15	02.23	02.31	02.39	02.47	02.55	03.03	03.11	03.19	03.27	03.35	03.43	03.51	03.59	04.07	

## 2<sup>ème</sup> Fiche de suivi pour le 1600m sur une boucle de 200m

Le profil de course = ..... colonne(s) / Le temps de base est de ..... secondes au 100m

Coureur : ..... Observateur : .....

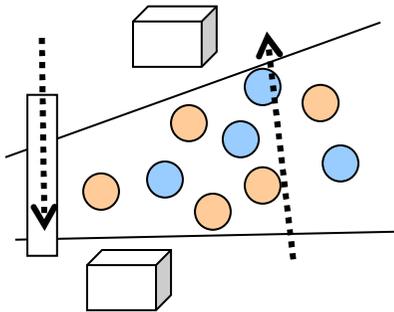
100m	44s	45s	46s	47s	48s	49s	50s	51s	52s	53s	54s	55s	56s	57s	58s	59s	1.00s	1.01s	1.02s	1.03s	1.04s	1.05s	1.06s	1.07s	1.08s	1.09s	1.10s
<b>T 1 200m</b>	01:28	01:30	01:32	01:34	01:36	01:38	01:40	01:42	01:44	01:46	01:48	01:50	01:52	01:54	01:56	01:58	02:00	02:02	02:04	02:06	02:08	02:10	02:12	02:14	02:16	02:18	02:20
<b>Tour 2 400m</b>	02:56	03:00	03:04	03:08	03:12	03:16	03:20	03:24	03:28	03:32	03:36	03:40	03:44	03:48	03:52	03:56	04:00	04:04	04:08	04:12	04:16	04:20	04:24	04:28	04:32	04:36	04:40
	02:58	03:02	03:06	03:10	03:14	03:18	03:22	03:26	03:30	03:34	03:38	03:42	03:46	03:50	03:54	03:58	04:02	04:06	04:10	04:14	04:18	04:22	04:26	04:30	04:34	04:38	04:42
<b>Tour 3 600m</b>	04:24	04:30	04:36	04:42	04:48	04:54	05:00	05:06	05:12	05:18	05:24	05:30	05:36	05:42	05:48	05:54	06:00	06:06	06:12	06:18	06:24	06:30	06:36	06:42	06:48	06:54	07:00
	04:26	04:32	04:38	04:44	04:50	04:56	05:02	05:08	05:14	05:20	05:26	05:32	05:38	05:44	05:50	05:56	06:02	06:08	06:14	06:20	06:26	06:32	06:38	06:44	06:50	06:56	07:02
	04:28	04:34	04:40	04:46	04:52	04:58	05:04	05:10	05:16	05:22	05:28	05:34	05:40	05:46	05:52	05:58	06:04	06:10	06:16	06:22	06:28	06:34	06:40	06:46	06:52	06:58	07:04
<b>Tour 4 800m</b>	05:52	06:00	06:08	06:16	06:24	06:32	06:40	06:48	06:56	07:04	07:12	07:20	07:28	07:36	07:44	07:52	08:00	08:08	08:16	08:24	08:32	08:40	08:48	08:56	09:04	09:12	09:20
	05:54	06:02	06:10	06:18	06:26	06:34	06:42	06:50	06:58	07:06	07:14	07:22	07:30	07:38	07:46	07:54	08:02	08:10	08:18	08:26	08:34	08:42	08:50	08:58	09:06	09:14	09:22
	05:56	06:04	06:12	06:20	06:28	06:36	06:44	06:52	07:00	07:08	07:16	07:24	07:32	07:40	07:48	07:56	08:04	08:12	08:20	08:28	08:36	08:44	08:52	09:00	09:08	09:16	09:24
	05:58	06:06	06:14	06:22	06:30	06:38	06:46	06:54	07:02	07:10	07:18	07:26	07:34	07:42	07:50	07:58	08:06	08:14	08:22	08:30	08:38	08:46	08:54	09:02	09:10	09:18	09:26
<b>Tour 5 1000 m</b>	07:20	07:30	07:40	07:50	08:00	08:10	08:20	08:30	08:40	08:50	09:00	09:10	09:20	09:30	09:40	09:50	10:00	10:10	10:20	10:30	10:40	10:50	11:00	11:10	11:20	11:30	11:40
	07:22	07:32	07:42	07:52	08:02	08:12	08:22	08:32	08:42	08:52	09:02	09:12	09:22	09:32	09:42	09:52	10:02	10:12	10:22	10:32	10:42	10:52	11:02	11:12	11:22	11:32	11:42
	07:24	07:34	07:44	07:54	08:04	08:14	08:24	08:34	08:44	08:54	09:04	09:14	09:24	09:34	09:44	09:54	10:04	10:14	10:24	10:34	10:44	10:54	11:04	11:14	11:24	11:34	11:44
	07:26	07:36	07:46	07:56	08:06	08:16	08:26	08:36	08:46	08:56	09:06	09:16	09:26	09:36	09:46	09:56	10:06	10:16	10:26	10:36	10:46	10:56	11:06	11:16	11:26	11:36	11:46
	07:28	07:38	07:48	07:58	08:08	08:18	08:28	08:38	08:48	08:58	09:08	09:18	09:28	09:38	09:48	09:58	10:08	10:18	10:28	10:38	10:48	10:58	11:08	11:18	11:28	11:38	11:48
<b>Tour 6 1200 m</b>	08:48	09:00	09:12	09:24	09:36	09:48	10:00	10:12	10:24	10:36	10:48	11:00	11:12	11:24	11:36	11:48	12:00	12:12	12:24	12:36	12:48	13:00	13:12	13:24	13:36	13:48	14:00
	08:50	09:02	09:14	09:26	09:38	09:50	10:02	10:14	10:26	10:38	10:50	11:02	11:14	11:26	11:38	11:50	12:02	12:14	12:26	12:38	12:50	13:02	13:14	13:26	13:38	13:50	14:02
	08:52	09:04	09:16	09:28	09:40	09:52	10:04	10:16	10:28	10:40	10:52	11:04	11:16	11:28	11:40	11:52	12:04	12:16	12:28	12:40	12:52	13:04	13:16	13:28	13:40	13:52	14:04
	08:54	09:06	09:18	09:30	09:42	09:54	10:06	10:18	10:30	10:42	10:54	11:06	11:18	11:30	11:42	11:54	12:06	12:18	12:30	12:42	12:54	13:06	13:18	13:30	13:42	13:54	14:06
	08:56	09:08	09:20	09:32	09:44	09:56	10:08	10:20	10:32	10:44	10:56	11:08	11:20	11:32	11:44	11:56	12:08	12:20	12:32	12:44	12:56	13:08	13:20	13:32	13:44	13:56	14:08
08:58	09:10	09:22	09:34	09:46	09:58	10:10	10:22	10:34	10:46	10:58	11:10	11:22	11:34	11:46	11:58	12:10	12:22	12:34	12:46	12:58	13:10	13:22	13:34	13:46	13:58	14:10	
<b>Tour 7 1400 m</b>	10:16	10:30	10:44	10:58	11:12	11:26	11:40	11:54	12:08	12:22	12:36	12:50	13:04	13:18	13:34	13:48	14:04	14:18	14:32	14:42	14:56	15:10	15:24	15:38	15:52	16:06	16:20
	10:18	10:32	10:46	11:00	11:14	11:28	11:42	11:56	12:10	12:24	12:38	12:52	13:06	13:20	13:36	13:50	14:06	14:20	14:34	14:44	14:58	15:12	15:26	15:40	15:54	16:08	16:22
	10:20	10:34	10:48	11:02	11:16	11:30	11:44	11:58	12:12	12:26	12:40	12:54	13:08	13:24	13:38	13:52	14:08	14:22	14:36	14:46	15:00	15:14	15:28	15:42	15:56	16:10	16:24
	10:22	10:36	10:50	11:04	11:18	11:32	11:46	12:00	12:14	12:28	12:42	12:56	13:10	13:26	13:40	13:54	14:10	14:24	14:38	14:48	15:02	15:16	15:30	15:44	15:58	16:12	16:26
	10:24	10:38	10:52	11:06	11:20	11:34	11:48	12:02	12:16	12:30	12:44	12:58	13:12	13:28	13:42	13:56	14:12	14:26	14:40	14:50	15:04	15:18	15:32	15:46	16:00	16:14	16:28
	10:26	10:40	10:54	11:08	11:22	11:36	11:50	12:04	12:18	12:32	12:46	13:00	13:14	13:30	13:44	14:00	14:14	14:28	14:42	14:52	15:06	15:20	15:34	15:48	16:02	16:16	16:30
10:28	10:42	10:56	11:10	11:24	11:38	11:52	12:06	12:20	12:34	12:48	13:02	13:16	13:32	13:46	14:02	14:16	14:30	14:44	14:54	15:08	15:22	15:36	15:50	16:04	16:18	16:32	
<b>Tour 8 1600 m</b>	11:44	12:00	12:16	12:32	12:48	13:04	13:20	13:36	13:52	14:10	14:26	14:42	14:58	15:14	15:30	15:46	16:02	16:18	16:34	16:50	17:06	17:22	17:38	17:54	18:10	18:26	18:40
	11:46	12:02	12:18	12:34	12:50	13:06	13:22	13:38	13:54	14:12	14:28	14:44	15:00	15:16	15:32	15:48	16:04	16:20	16:36	16:52	17:08	17:24	17:40	17:56	18:12	18:28	18:42
	11:48	12:04	12:20	12:36	12:52	13:08	13:24	13:40	13:56	14:14	14:30	14:46	15:02	15:18	15:34	15:50	16:06	16:22	16:38	16:54	17:10	17:26	17:42	17:58	18:14	18:30	18:44
	11:50	12:06	12:22	12:38	12:54	13:10	13:26	13:42	14:00	14:16	14:32	14:48	15:04	15:20	15:36	15:52	16:08	16:24	16:40	16:56	17:12	17:28	17:44	18:00	18:16	18:32	18:46
	11:52	12:08	12:24	12:40	12:56	13:12	13:28	13:44	14:02	14:18	14:34	14:50	15:06	15:22	15:38	15:54	16:10	16:26	16:42	16:58	17:14	17:30	17:46	18:02	18:18	18:34	18:48
	11:54	12:10	12:26	12:42	12:58	13:14	13:30	13:46	14:04	14:20	14:36	14:52	15:08	15:24	15:40	15:56	16:12	16:28	16:44	17:00	17:16	17:32	17:48	18:04	18:20	18:36	18:50
	11:56	12:12	12:28	12:44	13:00	13:16	13:32	13:48	14:06	14:22	14:38	14:54	15:10	15:26	15:42	15:58	16:14	16:30	16:46	17:02	17:18	17:34	17:50	18:06	18:22	18:38	18:52
11:58	12:14	12:30	12:46	13:02	13:18	13:34	13:50	14:08	14:24	14:40	14:56	15:12	15:28	15:44	16:00	16:16	16:32	16:48	17:04	17:20	17:36	17:52	18:08	18:24	18:40	18:56	

# La rivière et les îles

## But :

Ramener des objets en traversant la rivière

## Aménagement :



Rivière de 3 à 6 m de largeur  
La largeur peut être progressive pour permettre le choix de la part des élèves.

### Matériel

Ruban collant

2 caisses dont l'une remplie de petits objets

Des cercles symbolisant les cailloux (en moquette anti dérapante)

Un banc

## Consignes :

Les enfants traversent la rivière en passant d'île en île.  
Et reviennent sur le pont avec un objet à déposer dans la caisse.

## Critères de réussite :

Ne pas tomber dans la rivière et ramener chacun 2 objets au moins

(pour les cycles 2, prévoir 2 équipes et 2 caisses de réception :  
le critère de réussite = ramener plus d'objets)

Cycle 1

Jeux athlétiques  
Sauter

## Savoirs à construire :

Prendre des impulsions  
Stabiliser sa réception

## Adaptations possibles

### HANDICAP VISUEL :

Disposer un couloir de plus (identifié par une texture différente exemple moquette) réservé, dans lequel l'élève handicapé doit réaliser la traversée avec 4 ou 5 sauts (à adapter).

### HANDICAP MOTEUR :

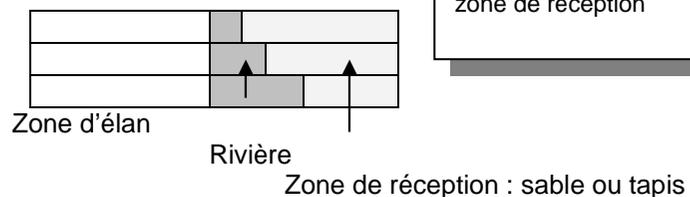
- Pour l'enfant en fauteuil manuel, disposer un couloir spécifique dans lequel l'enfant doit traverser en une seule impulsion des bras.
- Pour l'enfant en fauteuil électrique ; le but sera de traverser sans dépasser les limites du couloir.

# Franchir la rivière

## But :

Traverser des rivières de plus en plus larges.

## Aménagement :



## Consignes :

Les enfants choisissent le couloir de saut.  
3 essais réussis sur 5 permet de changer de couloir pour en tenter un autre plus difficile.

## Critères de réussite :

3 essais réussis sur 5

Cycle 2

Jeux athlétiques  
Sauter

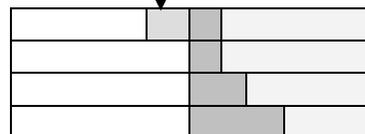
## Savoirs à construire :

Enchaîner la prise d'élan et l'impulsion  
Se réceptionner sur 2 pieds

## Adaptations possibles

### HANDICAP VISUEL :

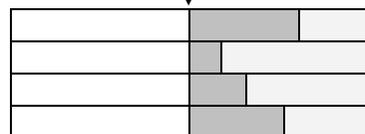
Zone d'impulsion



Disposer un couloir de plus (identifié par une texture différente exemple moquette) réservé, avec une zone d'impulsion.

### HANDICAP MOTEUR :

Ligne d'impulsion des bras



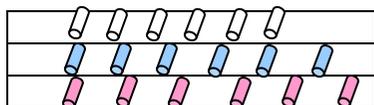
Pour l'enfant en fauteuil manuel, disposer un couloir spécifique dans lequel l'enfant doit traverser en une seule impulsion des bras sans sortir des limites du couloir.  
La longueur de ce couloir est à adapter en fonction des possibilités de l'élève

# Multibonds

## But :

Faire tout le chemin en franchissant les obstacles par bonds.

## Aménagement :



**Matériel**  
Kit de marquage  
Obstacles bas (25 à 30 cm), ex des plots.

Disposer plusieurs couloirs de 6 plots avec des intervalles croissants (de 60 à 1m).  
4 à 6 couloirs si possible

## Consignes :

Choisir son couloir et réaliser le parcours multi-bonds (sauts alternatifs pied droit/pied Gauche) jusqu'au bout  
Quand on réussit, on peut changer de couloir (faire plus difficile).

## Critères de réussite :

Réussir le maximum de parcours

Cycle 3

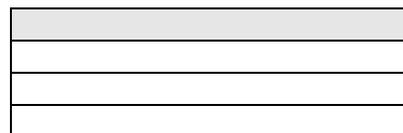
Jeux athlétiques  
Sauter

## Savoirs à construire :

Produire des impulsions efficaces en maintenant sa vitesse

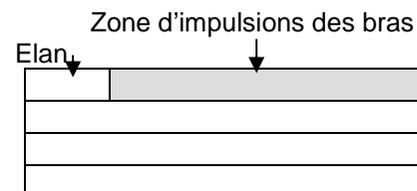
# Adaptations possibles

## HANDICAP VISUEL :



Disposer un couloir de plus (identifié par une texture différente exemple moquette) réservé.  
Le but est de réaliser le parcours avec le moins possible de multibonds.

## HANDICAP MOTEUR :



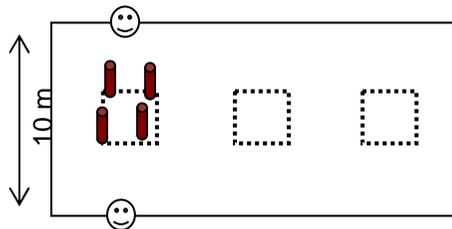
Pour l'enfant en fauteuil manuel, disposer un couloir spécifique dans lequel l'enfant doit traverser avec le minimum d'impulsions des bras.

# Jeu de quilles

## But :

Abattre le plus de quilles possibles à l'aide de petits objets

## Aménagement :



**Matériel**  
Quilles ou cônes de couleur  
Balles de tennis  
Etc.....

Les joueurs par 2 sont partenaires et se font face

## Consignes :

Chaque joueur dispose d'un nombre précis de balles au départ.  
Au signal, lancer pour renverser les 4 quilles

## Critères de réussite :

Totaliser le plus grand nombre de quilles renversées.

Cycle 2

Jeux athlétiques  
Lancer précis

## Savoirs à construire :

Lancer de précision (par balancer)

## Adaptations possibles

### HANDICAP MOTEUR :

#### **Situation :**

- Remplacer les quilles par une caisse dans laquelle il faut lancer des objets.
- Réduire la distance de visée

**Engin à lancer :** frisbee ou ballon mousse

**Type de lancer :** Lancer libre selon les capacités

**Outil :** Utiliser une gouttière permettant de faire rouler la boule en direction des quilles. L'élève handicapé peut donner des indications à un camarade sur l'orientation et l'inclinaison de la gouttière.

**Critères de réussite :** soit augmenter le nombre de quilles pour l'élève handicapé (des couleurs différentes), soit augmenter le nombre d'objets à lancer

### HANDICAP VISUEL :

#### **Situation :**

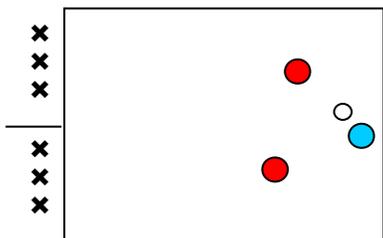
- Utiliser des quilles de couleurs vives (déficient visuel).
- Donner des indications orales (aveugle)
- Aider à orienter les pieds (droitier : pied G devant et pied D derrière) vers la cible).
- Faire percevoir le frottement du bras sur la cuisse dans le balancer (qui permet d'orienter le tir)
- Possibilité d'accrocher des clochettes sur les quilles

# Boccia (Pétanque)

## But :

Lancer avec précision des boules au plus près du cochonnet

## Aménagement :



2 équipes de 3 joueurs  
1 équipe : 6 boules bleues  
1 équipe : 6 boules rouges  
2 boules par joueur

## Consignes :

- 1 joueur d'une équipe lance la boule blanche puis lance sa boule de couleur
- 1 joueur de l'équipe adverse lance à son tour
- L'équipe la plus éloignée de la boule blanche (cochonnet) continue de tirer

## Critères de réussite :

Totaliser le plus grand nombre de boules le plus près du cochonnet

### Matériel

- 1 set de boccia (1 boule blanche = cochonnet ; 6 boules rouges et 6 boules bleues) ou 1 set de boules de pétanque en plastique
- 1 piste : 10 m de long sur 6 m de large, si possible bordée par des bancs.

Cycle 2 et 3

Jeux athlétiques  
Lancer précis

## Savoirs à construire :

- Lancer avec précision
- Participer au résultat de son équipe

# Adaptations possibles

## HANDICAP MOTEUR :

**Situation :** Réduire la distance par rapport au cochonnet. Si troubles visuels et/ou spatiaux : donner des indications sur la position de la boule par rapport au cochonnet  
**Engin à lancer :** Les boules de boccia sont adaptées de par leur poids, leur texture et leur couleur

**Type de lancer :** Lancer libre selon les capacités

**Outil :** Utiliser une gouttière permettant de faire rouler la boule en direction du cochonnet. L'élève handicapé peut donner des indications à un camarade sur l'orientation et l'inclinaison de la gouttière

## HANDICAP VISUEL :

**Situation :** - Placer un signal sonore auprès du cochonnet. Donner des indications sur la position de la boule par rapport au cochonnet

- Placer un repère au sol pour matérialiser la ligne de tir et l'orientation de tir

**Engin à lancer :** Les boules de boccia sont adaptées de par leur couleur

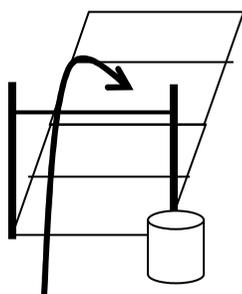
# Par dessus l'élastique

## But :

Atteindre la zone la plus éloignée

## Aménagement :

2 ateliers en parallèle



### Matériel

Balles  
javelot  
cerceaux  
Bancs, élastiques,  
poteaux

## Consignes :

Lancer l'engin par dessus l'élastique pour aller le plus loin possible.  
Lancer 5 fois

## Critères de réussite :

Au moins 3 points  
Au maximum 15 points : bravo !

Cycle 2 et 3

Jeux athlétiques  
Lancer loin

## Savoirs à construire :

Lancer loin à bras cassé avec une trajectoire ascendante

# Adaptations possibles

## HANDICAP MOTEUR :

**Situation :** prévoir plusieurs hauteurs d'obstacles (bancs à 50 cm, élastique à 80 cm...) et parallèlement plusieurs distances de départ.

**Engins :** javelot en mousse, sac de graine, indiaka (volant avec plumes) ou balle comètes.

### **Type de lancer :**

Par balancer du bras,  
Départ dos à la cible, par flexion du bras vers l'arrière (spasticité lié au handicap en particulier chez l'enfant IMC) : lancer par dessus l'épaule. La quille (ou balle comète tenu par le ruban) est un engin bien adapté pour ce lancer.

### **Outil :**

Sabarcane et fléchette avec zone de réception meuble sable ou tapis  
Lancer un volant avec une raquette de badminton (volant posé sur la raquette), en bras cassé.

## HANDICAP VISUEL :

### **Situation :**

placer des clochettes sur l'élastique, l'observateur fait sonner les clochettes juste avant le lancer.

Placer des bandes fluorescentes sur l'élastique

**L'engin :** utiliser un **vortex** (fusée sonore) ; rapport entre le son, la vitesse de l'engin et la durée du jet.

**Type de lancer :** Contact du dos de la main du lanceur avec la main d'un camarade pour lui faire sentir la position du départ « bras cassé »

## Compétence 2 :

### Adapter ses déplacements à différents environnements

## Conseils pour la mise en œuvre des activités aquatiques :

### *Pour un élève déficient visuel :*

La piscine offre un contexte parfois déroutant pour l'élève malvoyant : les surfaces très réverbérantes gênent ceux qui sont photophobes et l'acoustique y est peu favorable aux aveugles. (Attention également aux sols parfois glissants qui augmentent le sentiment d'insécurité).

- En début d'activité, il est important de pouvoir repérer le milieu en gardant un appui solide (Avec le groupe faire le tour du bassin dans l'eau en se tenant au bord, se croiser ...)
- Dans les déplacements, pour s'aider à aller droit (prendre des repères tactiles avec l'utilisation de lignes d'eau en chemin de halage ou en couloir).
- Entrées dans l'eau : le repère tactile de la perche peut permettre de faire les premiers sauts. Attention aux tâches qui peuvent être contre-indiquées (ex pas de plongeon pour des enfants qui risquent des chocs)
- En immersion : adaptation des **jeux des déménageurs** (voir document départemental natation)

### *Pour un élève déficient moteur :*

La natation constitue une activité à privilégier chez l'élève handicapé moteur. C'est parfois la seule opportunité de construire une autonomie de déplacement.

Il faut cependant respecter certaines précautions :

## ACTIVITES AQUATIQUES :

- Une eau trop froide peut augmenter les contractures des enfants IMC ou présentant une atteinte médullaire
- il est nécessaire d'organiser l'**entrée** dans l'eau de l'élève handicapé qui ne serait pas autonome. Pour éviter toute précipitation et garantir la sécurité de tous, il est recommandé de déterminer les rôles de chacun. (l'écrire au moment de la concertation).
- L'AVS a un rôle essentiel de mise en confiance tout en permettant à l'élève d'être autonome. La participation de parents bénévoles agréés peut s'avérer utile pour aider à l'encadrement du groupe ou à l'installation du matériel rendue nécessaire par la présence de l'élève handicapé.
- Les situations en binômes permettent la coopération, l'entraide et l'autonomie de l'élève par rapport à son AVS.
- En début d'unité d'apprentissage, privilégier des situations où le temps n'est pas limité et où il n'y aura pas de bousculades.
- Aborder dans un premier temps des situations de flottaison dorsale (pour les élèves fortement handicapés la nage sur le dos est la seule possible). Voir document départemental natation situation « la course des traîneaux »
- Prévoir si possible un chemin supplémentaire pour permettre à l'élève handicapé d'aller à son propre rythme.
- Une collerette (gonflable ou en mousse) peut être utile à l'élève qui n'a pas un bon maintien de la nuque.

## Compétence 3 :

S'affronter individuellement ou collectivement

### Conseils pour la mise en œuvre des jeux collectifs :

#### Le matériel :

-Handicap moteur. Jeux de poursuite : On peut fixer une « frite » en mousse sur le fauteuil pour que l'élève puisse poursuivre et toucher ses adversaires à l'aide de son éperon. Dans les jeux traditionnels avec saisie d'objet (ex le béret) on peut imaginer à la place de renverser une quille.

-Handicap visuel. Jeux de ballon : On peut mettre le ballon dans un sac plastique pour faire du bruit à la réception et lors de rebond.

#### Les règles :

On peut appliquer des règles spécifiques à l'élève : ex interdiction d'intercepter avant 2 rebonds vers le joueur handicapé ou interdiction de s'approcher à moins de 2 m pour intercepter. Il est possible également de délimiter des zones de refuges spécifiques.

Ou bien les règles sont appliquées à tous : ex passer uniquement avec un rebond quand il y a un élève malvoyant. Ou indiquer quand on a la balle par : « j'ai ».

#### Les rôles :

Beaucoup de jeux peuvent être adaptés en donnant un rôle particulier à l'élève handicapé, en particulier le rôle de receveur/lanceur ; ces rôles peuvent être donnés à plusieurs élèves en même temps.

#### Le nombre de joueurs :

Préférer si possible des équipes réduites pour éviter les risques de chocs

### JEUX COLLECTIFS

- Cycle 1 et 2 : **Les déménageurs**
- Cycle 2 : **Balles brûlantes, les douaniers contrebandiers, l'horloge, le ballon château., les 10 foulards,**
- Cycle 3 : **le ramasse foulard ,Les 4 capitaines Thèque, Korfball, Torball, Kin-tennis,**

### JEUX DE COMBAT

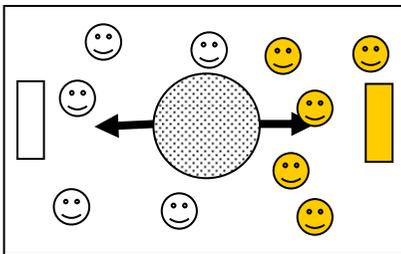
- Voir document départemental (Site de l'Inspection académique)

# Les déménageurs

## But :

Remplir sa caisse le plus rapidement possible.

## Aménagement :



### Matériel

2 caisses (une par équipe)  
des objets dans un cercle central

## Consignes :

Au signal, chacun va chercher un objet un par un pour les déposer dans la caisse de son équipe  
Prendre un objet à la fois

## Critères de réussite :

Mettre plus d'objets dans sa caisse que les équipes adverses

Cycle 1 et 2

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

Transporter un objet vers sa cible

Reconnaître son camp

Comprendre et respecter les règles de vie collective (Accepter de prendre un seul objet et de s'en séparer pour le gain de l'équipe)

## Adaptations possibles

Réserve à part et plus proche de la cible

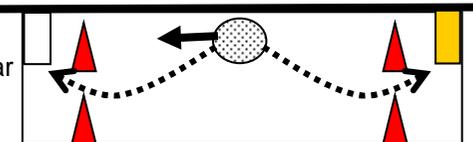
- Ajouter une réserve d'objets plus proche.  
Utiliser des formes d'objets plus maniables (foulaux....).

Utiliser une table pour poser les objets.

- Prévoir un rôle spécifique de « réceptionneur » dans chaque équipe (l'élève handicapé tiendra ce rôle) recevoir et lancer ou jeter dans la caisse.

### Avec un élève aveugle ou malvoyant :

Jouer le long d'un mur sur lequel l'enfant pourra s'appuyer. (les autres peuvent passer par une porte)  
Chez les Moyens-Grands, tout le monde joue par 2 en se tenant la main.



### Avec un élève handicapé moteur :

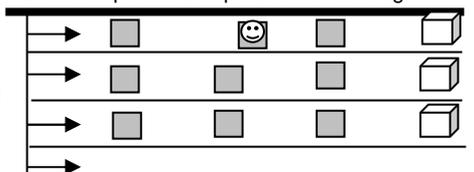
Avec un élève hémiplégique, mettre des objets de tailles différentes pour solliciter le membre défaillant

Jouer tous avec un seul bras

### Variante ; relais-déménageur :

**Cycle 2 :** Organiser le jeu sous forme de relais avec des bases matérialisées par des nattes au sol. des équipes de 4 joueurs sur les parcours parallèles. (celle de l'enfant aveugle le long du mur) : les objets sont donnés au joueur suivant.

Distance plus courte pour l'enfant aveugle

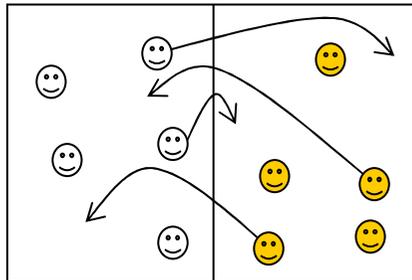


# Les balles brûlantes

## But :

Lancer rapidement les balles dans le camp adverse

## Aménagement :



**Matériel**  
 2 jeux de chasubles  
 1 chronomètre  
 1 sifflet  
 Une balle mousse par joueur

- Terrain de tennis ou 1/2 de hand (si possible en salle)
- 2 équipes de 8 à 10 joueurs (en fonction de la taille du terrain et de l'âge des élèves)

## Consignes :

- Lancer toutes les balles qui sont dans sa maison dans la maison adverse pour s'en débarrasser.
- Le jeu dure 3 minutes

## Critères de réussite :

Au signal de fin de jeu (sifflet, ) l'équipe qui a le moins de ballons dans son camp a gagné.

Cycle 2

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

- Lancer individuellement des balles d'un terrain à l'autre
- Lancer dans un espace libre

# Adaptations possibles

Avec un enfant handicapé moteur ou visuel :

Si difficulté à ramasser, l'enfant handicapé peut être muni d'un « ramasse-balle », ou bien placer des objets sur des tables.

Si difficulté à saisir, on peut ajouter des objets de formes différentes (tubes de carton, objets en mousse....)

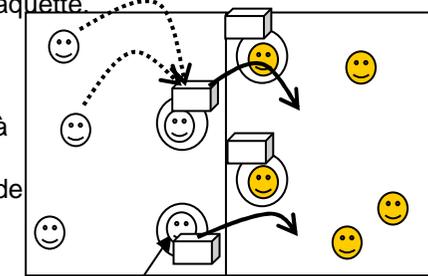
Si le handicap moteur est lourd, on peut utiliser des grosses balles à pousser avec le fauteuil.

Si enfant hémiparétique, il peut être muni d'une raquette.

Si difficulté importante à se déplacer, on peut prévoir 2 lanceurs par équipe, avec une caisse. Les lanceurs peuvent être assis avec les balles à portée (ex : sur une table)

But pour eux : récupérer les balles et les lancer de l'autre côté.

But pour les autres joueurs : ramasser et remplir les caisses.



Lanceur placé dans un cerceau

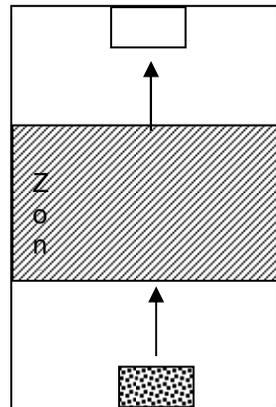
# Les douaniers contrebandiers

Cycle 2	Jeux collectifs
<p><b>Savoirs à construire :</b>          Elaborer à plusieurs une stratégie collective.          Transporter rapidement des objets</p>	

## But :

Contrebandiers : porter des objets sans être touché  
 Douaniers : toucher les contrebandiers

## Aménagement :



**Matériel**  
 2 caisses dont l'une remplie d'objets

2 équipes  
 Attaquants : les contrebandiers  
 Défenseurs : douaniers et aides-douaniers dans la zone centrale

## Consignes :

Au signal, les contrebandiers prennent un objet situé dans la caisse.  
 Les aides-douaniers gênent le déplacement des attaquants pour aider leurs partenaires douaniers à toucher. Si les contrebandiers sont touchés, ils sont éliminés (variante, ils peuvent être délivrés)

## Critères de réussite :

Signal de fin de jeu : on compte le nombre d'objets placés dans la caisse d'arrivée, puis on permute les rôles. Gagne l'équipe qui a transporté le plus grand nombre d'objets.

## Adaptations possibles

Matérialiser distinctement de la zone des douaniers.  
 Donner des maillots de couleurs très distinctes.

### Avec un élève non voyant :

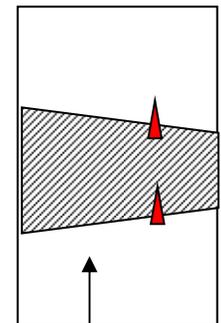
Les adversaires sont par couples un pied droit de l'un joint au pied gauche de l'autre

### Avec un élève handicapé moteur comme défenseur :

Une « frite » fixé à l'avant du fauteuil roulant en guise d'éperon.

### Avec un élève handicapé moteur comme attaquant :

- Des objets divers permettant la saisie (cubes de mousse, foulards, sacs de graines...)
- Les objets à saisir peuvent être placés sur une table.
- Rapprocher la zone de départ
- Placer une zone de refuge « maison ».
- Tracer une zone de défense de largeur inégale.(zone de passage différente)

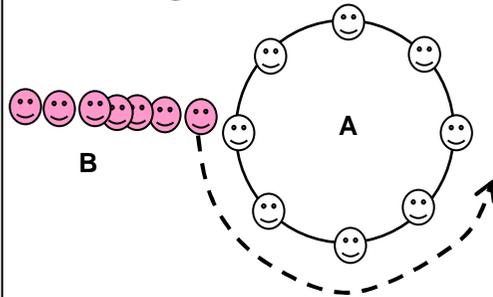


# L'horloge

## But :

Faire faire le plus de tours possibles au ballon pendant que l'équipe adverse réalise un relais

## Aménagement :



**Matériel**  
1 ballon  
1 foulard

## Consignes :

Au signal, l'équipe A ( l'horloge) fait circuler le ballon.  
Le premier de l'équipe B part en courant autour du cercle. A la fin de son tour il donne le foulard à l'enfant suivant qui part à son tour.  
Lorsque le dernier coureur arrive, on arrête le jeu et on compte le nombre de tours qu'a fait le ballon dans l'horloge.  
On échange les rôles pour la deuxième manche.

## Critères de réussite :

L'équipe gagnante est celle qui a fait le plus de tours.

Cycle 2 et 3

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

Courir vite  
Lancer recevoir

## Adaptations possibles

### Avec un élève aveugle ou malvoyant :

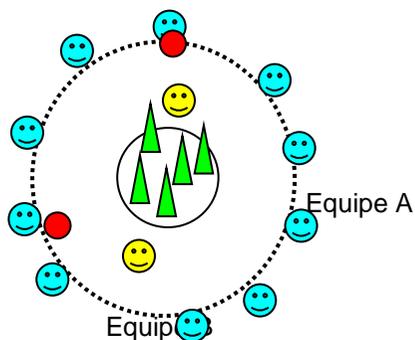
- A : Adapter les espaces entre les joueurs.
- B : Réaliser le relais en binômes
- B : Courir avec la possibilité de toucher le dos des joueurs C

# Le ballon chateau

## But :

Abattre toutes les quilles le plus vite possible.

## Aménagement :



### Matériel

4 ballons légers  
5 quilles (ou bouteilles  
en plastique lestées)  
1 chronomètre

2 équipes de 10 tireurs + 2 gardiens  
sur 2 terrains différents

Chaque terrain : 2 cercles concentriques de 8M et 2M  
de diamètres. Les tireurs sont à l'extérieur du grand cercle et les  
défenseurs entre les 2 cercles.

## Consignes :

Les 2 ballons sont entre les mains des tireurs.

Au signal, ils doivent abattre toutes les quilles dans un minimum de temps soit  
par tir direct, soit en faisant rouler, soit par rebond. Un même ballon peut donc  
faire tomber plusieurs quilles.

Les gardiens repoussent ou renvoient les ballons au loin à la main, sans  
frapper.

## Critères de réussite :

L'équipe qui a abattu toutes les quilles le plus vite a gagné

Cycle 2

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

Lancer précis attraper le ballon  
S'informer vite pour décider vite

## Adaptations possibles

### Avec un enfant handicapé moteur :

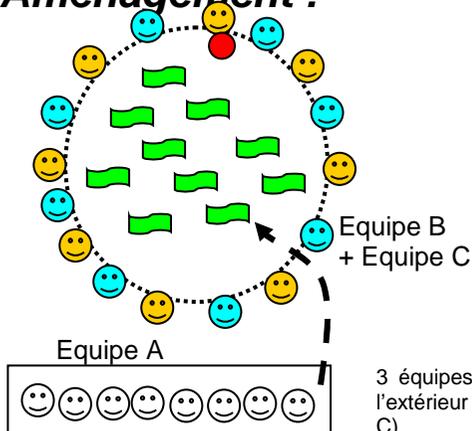
Prévoir un ramasse balles pour un enfant en fauteuil manuel ou un gros ballon pour un enfant en fauteuil électrique

# Les 10 foulards

## But :

Equipe A : ramener le plus de foulards  
 Equipe B et C : toucher le plus rapidement possible le joueur A avec le ballon.

## Aménagement :



**Matériel**  
 Chasubles  
 10 foulards disposés dans le cercle  
 1 ballon léger

3 équipes de 8 joueurs : une équipe est à l'extérieur (A) , 2 sont autour du cercle (B et C)  
 Un cercle d'environ 5M de diamètre

## Consignes :

Le ballon est entre les mains d'un joueur B ou C.  
 Au signal, le premier joueur A entre dans l'intervalle qu'il choisit. Il doit ramasser le plus de foulards possible sans se faire toucher (directement ou après plusieurs rebonds) par le ballon qui circule sur le cercle - Une touche à la tête ne compte pas. Il peut sortir quand il veut (même s'il n'a pas ramassé tous les foulards). Mais quand il sort, il n'a plus le droit de rentrer.  
 Si le joueur est touché = 0 point  
 S'il n'est pas touché, on compte le nombre de foulards. On remet les foulards et le jouer suivant entre en jeu. Ainsi de suite jusqu'au dernier joueur A. Puis changement de rôles ...

## Critères de réussite :

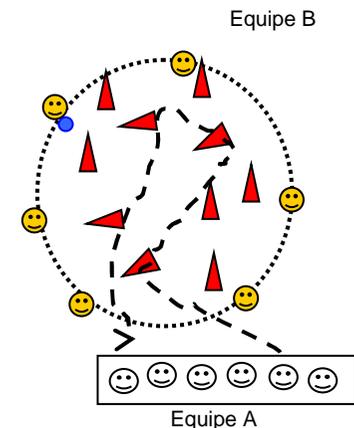
Dans chaque équipe on totalise les points ramenés par chacun

Cycle 2	Jeux collectifs
<p><b>Savoirs à construire :</b>                  Lancer attraper le ballon                  S'informer vite pour décider vite</p>	

# Adaptations possibles

## Avec un enfant handicapé moteur :

- 1<sup>ère</sup> adaptation : limiter le nombre de joueurs (2 équipes au lieu de 3)
- 2<sup>ème</sup> adaptation : remplacer les foulards par des **plots** qu'il faut renverser
- 3<sup>ème</sup> adaptation :
  - quand le joueur handicapé est dans l'équipe A, on ne peut le toucher qu'en faisant rouler le ballon (ou après 1 ou 2 rebonds à définir)
- 4<sup>ème</sup> adaptation
  - ajouter des plots (ex 20 plots) et transformer la règle du jeu : le but pour toute l'équipe est de renverser un maximum de plots (on ne redresse pas les plots à chaque passage) ; on peut alors décider ensemble du nombre de plots que l'on tente de renverser (adaptation qui demande une élaboration de stratégie collective)

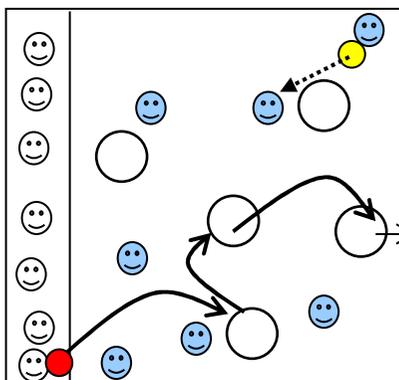


# Le ramasse foulard

## But :

Ramasser les foulards sans être touché

## Aménagement :



### Matériel

Un ballon léger (type hand)  
1 ballon de basket  
5 foulards

1 ½ terrain de hand  
5 cercles de 1M de diamètre avec 5 foulards.  
1 équipes de 7 « dribbleurs ramasseurs » + 1 équipe de 7 tireurs.

## Consignes :

**Dribbleurs ramasseurs :** chacun son tour ramasse un ou plusieurs foulards en dribblant avec le ballon de basket sans se faire toucher par les tireurs. Arrêt du dribble autorisé pour ramasser. S'il est touché les foulards ramassés ne comptent pas. Il doit atteindre la ligne opposé.

**Tireurs :** sur le terrain, ils peuvent se déplacer quand ils n'ont pas la balle ; sinon il faut passer ou tirer. La balle part du coin opposé aux dribbleurs-ramasseurs. On ne peut tirer que par touche directe (sans rebond). Il est interdit de gêner les dribbleurs ramasseurs

## Critères de réussite :

En additionnant le nombre de foulards ramassés par son équipe, celle qui en le plus a gagné

Cycle 3

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

Attraper / passer vite  
S'informer vite pour décider vite  
Elaborer à plusieurs une stratégie collective  
Dribbler en se déplaçant (et en s'informant)

## Adaptations possibles

### Avec un élève handicapé moteur :

Utiliser des quilles qu'il faut renverser à la place des foulards.

**Equipe des tireurs :** utiliser 2 ballons : un gros ballon que l'on pousse et un ballon de hand que l'on lance/ ou un ballon sac (petit sac lesté 10X6cm)

### **Equipe des dribbleurs :**

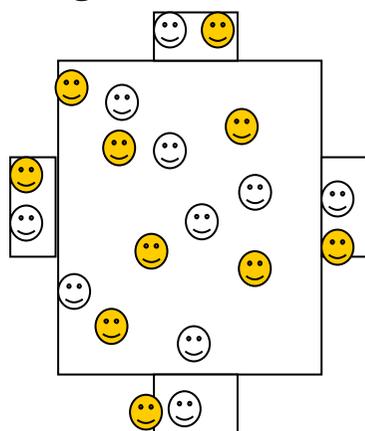
Des zones refuges sont installés et réservés à l'élève handicapé.  
Au lieu de dribbler, il peut pousser un gros ballon.

# Les 4 capitaines

## But :

Faire parvenir le ballon à un de ses capitaines

## Aménagement :



**Matériel**  
 Chasubles ou maillots  
 Un ballon,  
 Plots  
 Un chrono  
 Un sifflet

Terrain de hand entier ou ½ terrain  
 4 zones de 2m X 1m  
 2 équipes de 10 dont 4 capitaines

## Consignes :

Chaque équipe essaie, en se faisant des passes, de faire parvenir le ballon à un de ses capitaine pour marquer 1 point. Le ballon est mis en jeu par l'arbitre, au centre du terrain, par un entre-deux. Ensuite il est remis en jeu au centre du terrain par l'équipe qui vient de perdre 1 point. Pour l'équipe qui attaque (qui est en possession du ballon), il est interdit : de marcher ou courir avec le ballon, de dribbler, de sortir des limites du terrain. Sanction : ballon remis à l'équipe adverse à l'endroit de la faute.  
**Pour les défenseurs :** il ne doit y avoir aucun contact sur le porteur du ballon.  
**Pour le capitaine :** le ballon doit être bloqué " de volée " sans sortir de sa zone. (les capitaines ne doivent pas se gêner)

A chaque remise en jeu, partenaires et adversaires doivent se trouver à au moins 3m du porteur du ballon

## Critères de réussite :

Nombre de points marqués à la fin du temps imparti

Cycle 3

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

Attraper / passer vite  
 Passer rapidement d'un rôle à l'autre  
 S'informer vite pour décider vite  
 Elaborer à plusieurs une stratégie collective

## Adaptations possibles

Utiliser un ballon souple et de couleur vive.

### Avec un enfant handicapé comme joueur de champ (sur le terrain) :

- Réduire le nombre de joueurs (pour éviter les contacts) et la dimension du terrain (pour limiter les déplacements).
- Le déplacement avec le ballon est autorisé uniquement pour aller vers le joueur handicapé (1<sup>er</sup> temps : droit de marcher avec le ballon, 2<sup>ème</sup> temps : droit de dribbler) (= variante qui permet à l'enfant handicapé de lancer sans avoir à recevoir).
- Donner un handicap à l'équipe adverse (ex des points d'avance pour l'équipe avec ce joueur) ou bien accorder un bonus pour les ballons donnés par ce joueur (ex 2 points au lieu de 1)
- Utiliser plusieurs ballons en même temps : on commence avec 3 ballons, quand un ballon est réceptionné par un capitaine, on joue avec 2, etc... jusqu'au dernier ballon. Quand il n'y a plus de ballon en jeu, on comptabilise les points de chaque équipe. R
- Joueur en fauteuil électrique : il a le droit de se déplacer avec le ballon ; le ballon ne lui est pris que lorsque les 4( ou 5) foulards glissés dans le fauteuil ont été retirés par les adversaires (qui ne peuvent les retirer qu'à ce moment là)

### Avec un enfant handicapé comme gardien de but

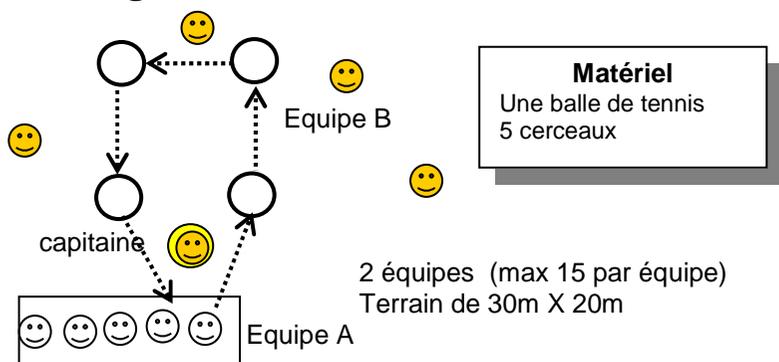
- Le but pour tous les joueurs est de **donner** le ballon est non de le lancer à un capitaine ; dans ce cas, réserver une zone interdite en arc de cercle.
- Valoriser les ballons reçus par ce joueur (2 points au lieu de 1)

# La thèque

## But :

Faire le plus de tours possibles pendant que l'équipe adverse ramène une balle.

## Aménagement :



## Consignes :

Chaque membre de l'équipe A lance puis court de cerceau en cerceau pour revenir dans son camp.

Il peut s'arrêter dans un cerceau et attendre que la balle soit relancée par un co-équipier pour se remettre à courir. Il ne doit pas y avoir plus de 2 joueurs par cerceau, sinon ils ont perdu.

L'équipe B récupère la balle le plus vite possible pour la ramener à son capitaine. Si la balle est rattrapée du 1<sup>er</sup> coup, celui qui a lancé est éliminé. Ses co-équipiers en train de courir entre les cerceaux restent en jeu mais doivent retourner à leur base.

Quand le capitaine récupère la balle on crie « stop » : tous ceux qui ne sont pas dans un cerceau sont éliminés.

## Critères de réussite :

Tous ceux qui ont fait un tour complet donnent un point à leur équipe

Cycle 3

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

Se déplacer vite

S'informer vite pour décider vite

Elaborer à plusieurs une stratégie collective

## Adaptations possibles

### Avec un enfant aveugle ou mal-voyant :

-Equipe B : Chacun son tour, aller chercher les 2 ballons l'un après l'autre (ou 1 ballon pour l'enfant aveugle)

-Equipe A : aller le plus loin possible dans le temps que met l'adversaire pour ramener son (ou ses) ballon(s).

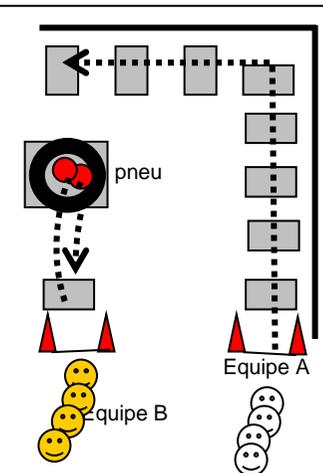
S'il arrive à la dernière natte = 5 points

S'il arrive en plusieurs fois = 3 points

S'il se trouve en dehors d'une base quand A dépose son dernier ballon = 0 point

Quand l'enfant aveugle court, un partenaire agite un grelot quand il estime qu'il doit s'arrêter.

On peut accorder le double de points à l'enfant aveugle.



### Avec un enfant handicapé moteur :

1<sup>ère</sup> adaptation - Pour l'équipe A : augmenter le nombre de bases et donner un point par base.

2<sup>ème</sup> adaptation

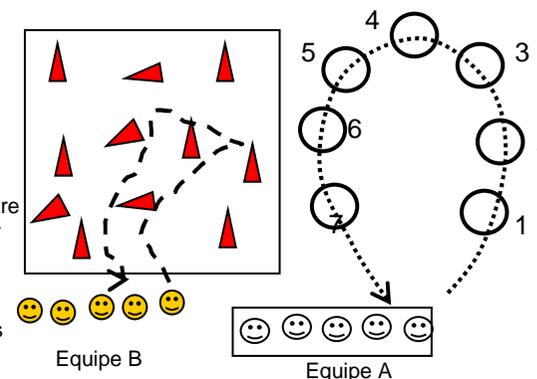
Equipe B : Réaliser une autre tâche collective.

Exemple : renverser un certain nombre de quilles avec la main, une crosse ou le fauteuil...

Chacun des joueurs B détermine le nombre de quilles qu'il va renverser.

Le 1<sup>er</sup> joueur A part pour faire le tour quand le 1<sup>er</sup> joueur B sort pour renverser les quilles ; A doit s'être arrêté quand B rentre. Puis 2<sup>ème</sup> joueur B part pour renverser de nouvelles quilles et le 2<sup>ème</sup> joueur B idem...etc jusqu'à ce que toutes les quilles soient renversées.

On additionne le nombre de points correspondants aux balises atteintes par chacun des joueurs A

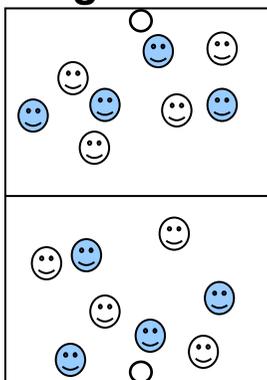


# Le Korfball

## But :

Marquer plus de paniers que l'équipe adverse

## Aménagement :



### Matériel

Un ballon de basket  
Terrain et paniers de basket

Les équipes sont composées de 8 joueurs en nombre égal de garçons et de filles.  
Dans chaque zone 2 garçons + 2 filles de chaque équipe.  
Un panier pour l'équipe A et un autre pour l'équipe B.

## Consignes :

**Aucun des joueurs n'a le droit de franchir la ligne médiane.**

Les attaquants doivent faire progresser la balle par passes successives jusqu'au panier adverse où un tir sera tenté par un joueur obligatoirement non marqué.

Le porteur du ballon ne peut pas se déplacer : il doit passer ou tirer.

Les défenseurs s'opposent à la progression du ballon par un marquage sur défenseur du même sexe et situé dans la même zone de jeu. Aucun contact n'est admis.

Changement de zone tous les 2 paniers (ou 5 mn)

## Critères de réussite :

Nombre de paniers marqués

Cycle 3

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

Attraper / passer vite

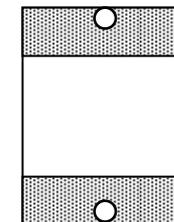
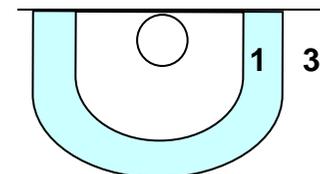
S'informer vite pour décider vite

Elaborer à plusieurs une stratégie collective

## Adaptations possibles

Avec un élève handicapé moteur :

- L'équipe avec cet élève est en surnombre.
- Le panier est adapté :
  - Un cerceau est fixé sur une chaise
  - Une poubelle est posée sur une table ou sur le sol
- Zones à points
- Une chaise est placée devant chaque panier :
  - tir d'une chaise (ou du fauteuil roulant) = 2 points
  - Tir debout derrière la ligne = 1 pt.
- En défense, si l'enfant handicapé est en fauteuil, adapter une frite sur le fauteuil ; s'il touche le porteur de balle, le ballon lui est donné.
- Une zone réservée à l'élève handicapé
  - **Attaque** : 3 points s'il attrape le ballon dans la zone, 1 point si le panier est réussi
  - **Défense**, ce joueur est un joueur de champ (sur le terrain), quand il touche le porteur de balle, la balle revient à son équipe

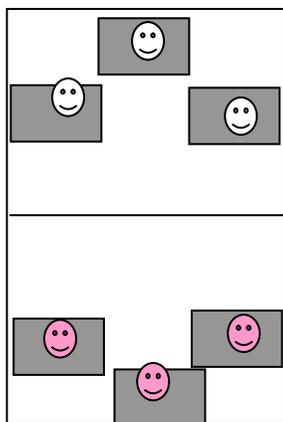


# Le Torball

## But :

Faire sortir la balle derrière la ligne adverse

## Aménagement :



Fil avec clochettes

2 terrains séparés par la ligne de clochettes accrochée à 40 cm de hauteur.

### Matériel

1 ballon sonore  
Une ficelle avec des clochettes  
6 tapis fins (2 mX1 m)

## Consignes :

Le ballon roule au sol. La position d'attente des joueurs est soit debout, accroupie ou à genoux (mais pas assis) sur un tapis. Dès que le ballon est en jeu, les défenseurs peuvent bloquer la balle dans n'importe quelle position

Tous les joueurs ont les yeux bandés.

Ils doivent à l'aide de lancer faire franchir le ballon par la ligne de fond.

Chaque joueur ne peut tirer plus de 3 fois de suite

## Critères de réussite :

Nombre de buts par jeu de 3 mn

Cycle 3

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

### Jeu adapté aux élèves déficients visuels

Développement des qualités d'attention, d'ouïe,  
Repérage dans l'espace à l'aide des sensations de toucher et d'ouïe.

# Variantes

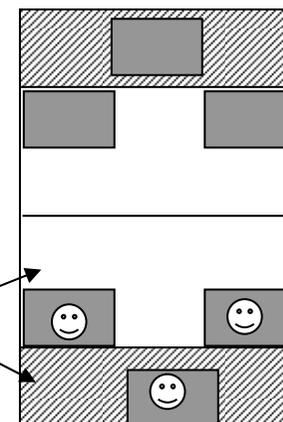
A faire au préalable :

Passes à 10 dans son camp.

Obligation de faire 2 passes avant de relancer

Zones de jeu

Zones dans lesquelles les joueurs ne sortent pas



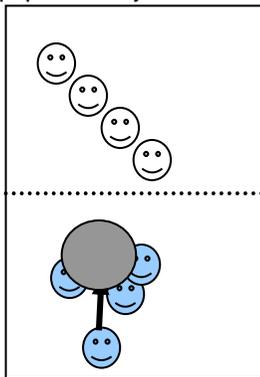
# Kin tennis

## But :

Frapper la balle pour mettre l'équipe en difficulté

## Aménagement :

2 équipes de 4 joueurs



## Matériel

1 ballon kin ball  
1 terrain type volley  
avec filet

## Consignes :

Mise en jeu : 3 élèves supportent le ballon, le 4<sup>ème</sup> le frappe vers le camp adverse.

L'équipe adverse doit le réceptionner avant qu'il ne touche le sol, le « geler » (= bloquer à 3) et le frapper à leur tour dans le camp opposé.

Si le ballon sort des limites du terrain, 1 point pour l'équipe adverse et remise en jeu par la même équipe.

## Critères de réussite :

Le nombre de points

Cycle 3

Jeux collectifs

## Savoirs à construire :

Repérer la trajectoire du ballon

Réceptionner à plusieurs

Frapper le ballon dans une zone libre

## Adaptations possibles

### Pour un élève handicapé visuel

Laisser du temps pour équilibrer la réception.

## Compétence 4 :

Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive

DANSE COLLECTIVE

MIME OU DANSE CREATIVE

### **Conseils pour la mise en œuvre de la danse collective :**

L'équipe départementale EPS propose des danses collectives qui peuvent être pour un bon nombre d'entre elles, utilisées quand il y a un élève handicapé dans la classe. (voir [ia14-cpdeps@ac-caen.fr](mailto:ia14-cpdeps@ac-caen.fr))

Cependant, :

- **Pour les élèves handicapés visuels**, il faudra privilégier les danses avec un contact (couples, farandoles, files...).
- **Pour les élèves qui savent se déplacer avec leur fauteuil**, les danses à figures prévues avec pas marchés peuvent convenir dans la mesure où il y a peu de changements de directions.
- **Pour les élèves qui ont des difficultés à se déplacer**, de nombreuses danses peuvent être adaptées de sorte que l'élève concerné puisse participer (sur un déplacement 2 fois plus lent, en restant sur place, en tenant un rôle particulier ...)

Il est également possible d'organiser la classe en 2 rondes avec des tâches différentes pour chaque groupe ; une variable simplifiée pour un groupe et la danse réelle pour un autre groupe.

Pages suivantes : des exemples de danses adaptées.

### **Conseils pour la mise en œuvre du mime ou de la danse créative :**

Beaucoup de situations utilisées pour la danse créative ou le mime sont utilisables telles quelles quand il y a un élève handicapé dans la classe.

- Situations d'écoute corporelle par 2 : le miroir, le sculpteur, le marionnettiste....
- Situations de mime de gestes quotidiens, d'animaux, ....
- Situations de statues en duo ou en collectif.
- Scenarii de groupe visant à raconter une histoire ou à la compléter avec des contraintes adaptées : exemple, l'histoire se passe dans un château tout petit ou dans un souterrain, si l'élève du groupe ne peut se lever.
- Scenarii de groupe à partir d'une musique.....



Niveau 1

## La petite scottish

**Musique** : Bal de mandarine (page 8)

**Formation de départ** :

Par 2 en tresse, en dispersion

**Modes de déplacement**



: Pas de polka et sautillés



Figures	Rythme	Pas
Position de tresse <ul style="list-style-type: none"> <li>Pas de polka pied droit (talon, pointe, poser D/G/D)</li> <li>Pas de polka pied gauche (talon, pointe, poser /G/D/G)</li> </ul> 2 fois	2 X 8 temps	Pas de polka
2 Promenade en sautillés	2 X 8 temps	sautillés

Variables :

- Changement de sens au milieu de la promenade (8temps + 8 temps)
- Danse sur une ronde

### Adaptations possibles

**Déficient visuel** :

Intérêt de cette danse car on reste par couple. On peut simplifier en ne gardant que le talon-pointe 2 fois (1<sup>ère</sup> partie de la 1<sup>ère</sup> figure) sans pas de polka



Niveau 1

## La fête des couleurs

**Musique** : Apprendre au pays des chansons de Dominique Guérin

**Formation de départ** : Farandole puis ronde

**Modes de déplacement** : Pas marchés



<i>Figures</i>	<i>Rythme</i>	<i>Pas</i>
1 Déplacement en farandole pour se mettre en ronde	2X8 temps	Pas marchés
2 Ronde vers la G Ronde vers la D	2X8 temps	Pas marchés
3 Avancer vers le centre en 4 pas et reculer en 4 pas	8 temps	Pas marchés
4 Tour sur soi vers la D Tour sur soi vers la G	8 temps	Pas marchés

### Adaptations possibles

**Déficient visuel :**

Intérêt de cette danse car on reste par couple. On peut simplifier en ne gardant que le talon-pointe 2 fois (1<sup>ère</sup> partie de la 1<sup>ère</sup> figure) sans pas de polka ;

**Déplacement en fauteuil :**

Dans la figure 3, remplacer le tour par une action des bras.



## Le moulin de la semaine

**Musique** : Baller de sorcières Bal pour enfants

**Formation de départ** : Rondes de 4 ou 5 enfants

**Modes de déplacement** : pas marchés



	<i>Figures</i>	<b>Rythme</b>	<b>Pas</b>
1	Couplets : 3 frappés de mains 3 frappés de pieds	2X 8t	Pas marchés
2	Couplet suite : 3 frappés de mains 3 frappés de pieds	2X 8t	Pas marchés
3	Faire une ronde sur la partie chantée dans le sens inverse des aiguilles d'une montre	2X 8t	Pas marchés
4	Faire une ronde sur la partie instrumentale dans le sens des aiguilles d'une montre	2X 8t	Pas marchés

### Adaptations possibles

**Avec un fauteuil :**

Remplacer le frappé de pieds par frappés de mains. On peut tourner dans le même sens avec un enfant qui tient le fauteuil (un cercle est tracé au sol)



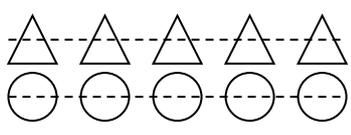
Niveau 1

## La fille du coupeur de paille

**Musique** : Dansons 48 rondes farandoles et chansons (page 45)

**Formation de départ** :  
2 lignes face à face

**Modes de déplacement** :  
Pas marchés et pas chassés




	Figures	Rythme	Pas
1	Pour chaque couple, en se donnant les 2 mains, l'un avance et l'autre recule puis retour à sa place. 2 fois	2 X 8 temps	Pas marchés
2	On se lâche les mains et on frappe des mains pendant que les 4 derniers couples remontent la haie pour venir en 1 <sup>ère</sup> position	2 X 8 temps	Pas chassés

### Adaptations possibles

**Déficient visuel** : pas de difficulté particulière

**Avec un fauteuil ou des difficulté de déplacement** : Réaliser 2 fois plus lentement. L'enfant valide pousse le fauteuil dans la figure 2. On ne fait passer que 2 couples entre la haie



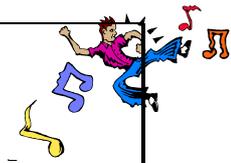
Niveau 2

## Cochinchine

**Musique** : Le Bal Mandarine

**Formation de départ** : Par 3 en se donnant la main

**Modes de déplacement** : pas marchés et sautillés



**Figures**

**Rythme**

**Pas**

Introduction instrumentale

1	En ronde, tourner dans le SAM puis dans l'autre sens en suivant les paroles de la chanson	2X 8t	Pas marchés
2	Ouvrir la ronde, le danseur central sert de pivot. Il lève le bras G et fait passer le danseur D sous le pont et termine la rotation. Puis idem à D avec l'autre danseur		Pas sautillés

### Adaptations possibles

**Déficient visuel** : pas de difficulté particulière

**Avec un fauteuil** : L'enfant central en fauteuil ne tourne pas ; ce sont ses partenaires qui tourne autour de lui.

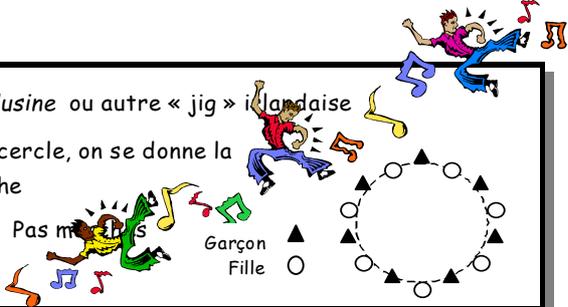


# Le cercle circassien

**Musique** : Cercle circassien de *Mélusine* ou autre « jig » irlandaise

**Formation de départ** : en cercle, on se donne la main, dans le couple le garçon est à gauche

**Modes de déplacement** : Pas marchés et swing



	Figures	Rythme	Pas
1	1) 4 pas vers le centre, salut puis recul de 4 pas :2x 2) Idem avec les filles seulement 3) Les garçons font 4 pas vers le centre, puis font un 1/2 tour sur leur gauche, vont vers leur contre-partenaire	2 x 8 temps 8 temps 8 temps	Pas marchés
2	-Tour swing sur le cercle avec le nouveau couple (en position de danse moderne). -Puis, pour la figure suivante, le garçon place sa partenaire à sa droite, ils se tiennent : main G de la fille sur l'épaule du garçon et main D du garçon à la taille de la fille (ou bien : main D/main D et main G/main G)	2 x 8 temps	Pas de swing
3	-Tour promenade sur le cercle dans le sens inverse de aiguilles d'une montre (SIAM), puis chaque couple se replace sur le cercle, le garçon à gauche	2 x 8 temps	Pas marchés

## Adaptations possibles

**Déficient visuel** : Danse intéressante car nombreux contact avec un partenaire. Pour la 2<sup>ème</sup> partie de la figure 1, le partenaire guide le danseur en frappant le rythme dans les mains

Type d'activité	L'élève travaille...	Eléments de différenciation
<b>Activités duelles et collectives</b>	... avec d'autres élèves	<p><b>L'élève a le même rôle que les autres mais des conditions de réalisation adaptées</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Son terrain de badminton est plus petit que celui de son adversaire,</li> <li>- ou bien il est interdit à ses adversaires de s'opposer à lui lorsqu'il tente un tir au basket</li> </ul> <p><b>Il a un rôle spécifique</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il est gardien de but, lors d'un match de hockey, s'il ne peut pas courir</li> </ul>
	... à côté des autres	<p><b>Il effectue une activité spécifique pendant que ses camarades participent à une activité qu'il ne peut pratiquer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il effectue un travail de jonglage en complément du travail sur le thème du cirque qu'il réalise avec ses camarades à un autre moment</li> </ul>
<b>Activités individuelles</b>	... sur une tâche tout à fait identique	<p><b>Il effectue une tâche dont le but et les conditions de réalisation sont identiques mais dont les critères d'évaluation sont adaptés</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il effectue le même lancer que ses camarades mais la cible est moins éloignée</li> </ul>
	... sur une tâche en partie différente	<p><b>Il effectue une tâche dont le but est semblable mais dont les conditions de réalisation sont différentes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il évolue en équilibre sur une surface plus large que celle des camarades,</li> <li>- ou bien il réalise une course d'obstacles en fauteuil roulant en franchissant des cordes à grimper posées au sol à la place des haies</li> <li>- ou bien, il atteint une cible à l'aide d'une gouttière</li> </ul>
	... sur une tâche tout à fait différente	<p><b>Il effectue une tâche spécifique à côté de ses camarades pratiquant une activité qui lui est contre-indiquée-</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il s'entraîne à améliorer la maîtrise de son fauteuil roulant en terrain accidenté</li> </ul>