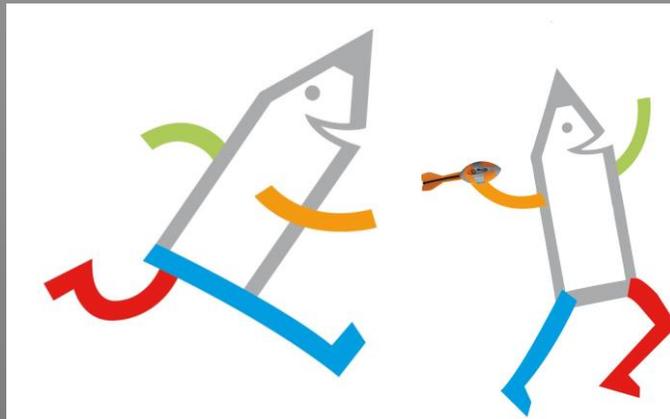


RENCONTRES SPORTIVES  
ASSOCIATIVES USEP



Maternathlon  
Cycle 1



**USEP 93**

**8, rue Claude Bernard  
93008 Bobigny Cedex**

Tél : 01 43 93 70 97

[www.seinesaintdenis.comite.usep.org](http://www.seinesaintdenis.comite.usep.org)

@Usep93

Association régie par la loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901

SIRET N° 399 222 199 00032

Union Sportive de l'Enseignement du Premier Degré

Fédération sportive scolaire de

la ligue de  
l'enseignement

un avenir par l'éducation populaire

## Documents d'appui

### Sur les sites :

USEP national (Ressources Pédagogiques) :  
<https://usep.org/index.php/2017/09/05/animathle/>

USEP 93 (Site Officiel) :  
<https://seinesaintdenis.comite.usep.org/ressources-pedagogiques-rencontres-usep-93/>

DSDEN 93 (Carnets de progrès- Athlétisme) :  
<http://www.dsden93.ac-creteil.fr/spip/spip.php?article6446>

### Les classes USEPIENNES participantes s'engagent à :

- Pratiquer un cycle d'apprentissage d'**Athlétisme** (Courir, Sauter, Lancer) en amont de la rencontre.
- Impliquer les enfants dans la tenue des rôles sociaux au cours du cycle d'apprentissage.
- Respecter l'organisation de la rencontre telle qu'elle aura été prévue.
- **Venir en tenue de sport obligatoirement !!!**
- Venir avec **2 adultes au minimum**.
- Ne pas oublier la **trousse à pharmacie et les fiches de renseignements des élèves**. Il s'agit d'une sortie occasionnelle. Chaque enseignant aura vérifié les assurances de chaque élève, obligation de l'assurance « responsabilité civile et individuelle-accidents corporels ».
- Ces assurances ne sont pas nécessaires pour les élèves licenciés à l'USEP.

### L'USEP 93 s'engage à :

- Organiser la rencontre.
- Fournir le matériel nécessaire pour la rencontre.
- Communiquer via les réseaux sociaux et le site internet.
- Remettre un diplôme.

### Météo :

Prévoir une tenue adaptée à tout changement climatique.

### Transport :

Le transport est à la charge de l'école et de l'enseignant.



Il est possible pour les classes de manger avant ou après la rencontre. Pensez à travailler sur le pique-nique zéro déchet avec vos élèves.

## Attendus de fin de cycle :

Extrait du BOEN n°2 du 26 mars 2015 / Programme d'enseignement de l'école maternelle (arrêté 18-2-2015)

### Les cinq domaines d'apprentissage

#### 1. Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions.

**1.1 L'oral :** Oser entrer en communication / Comprendre et apprendre / Échanger et réfléchir avec les autres / Commencer à réfléchir sur la langue et acquérir une conscience phonologique.

**1.2 L'écrit :** Écouter de l'écrit et comprendre / Découvrir la fonction de l'écrit / Commencer à produire des écrits et en découvrir le fonctionnement / Découvrir le principe alphabétique / Commencer à écrire tout seul.

#### **1.3 Ce qui est attendu des enfants en fin d'école maternelle :**

- Communiquer avec les adultes et avec les autres enfants par le langage, en se faisant comprendre.
- S'exprimer dans un langage syntaxiquement correct et précis. Reformuler pour se faire mieux comprendre.
- Pratiquer divers usages du langage oral : raconter, décrire, évoquer, expliquer, questionner, proposer des solutions, discuter un point de vue.
- Comprendre des textes écrits sans autre aide que le langage entendu.
- Participer verbalement à la production d'un écrit. Savoir qu'on n'écrit pas comme on parle.

#### 2. Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique.

**2.1. Objectifs visés et éléments de progressivité :** Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets / Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés / Collaborer, coopérer, s'opposer.

#### **2.2. Ce qui est attendu des enfants en fin d'école maternelle :**

- Courir, sauter, lancer de différentes façons, dans des espaces et avec des matériels variés, dans un but précis.
- Ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir ou de la trajectoire d'objets sur lesquels agir.
- Se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés.
- Coopérer, exercer des rôles différents complémentaires, s'opposer, élaborer des stratégies pour viser un but ou un effet commun.

### Présentation de la rencontre :

La rencontre sportive associative **Maternathlon** avec l'USEP 93, c'est :

- Une rencontre de 2 heures pour 3 classes inscrites sur le site.
- Un mélange des élèves des 3 classes en plusieurs équipes et une répartition sur les situations par les éducateurs de l'USEP 93.
- **Courses de haies, course à la rencontre, lancer de vortex (loin), lancer de vortex (précis), et les déménageurs.**
- Un temps protocolaire avec la remise des diplômes en fin de rencontre.
- Une sensibilisation proposée aux élèves à l'outil USEP « l'attitude santé » :

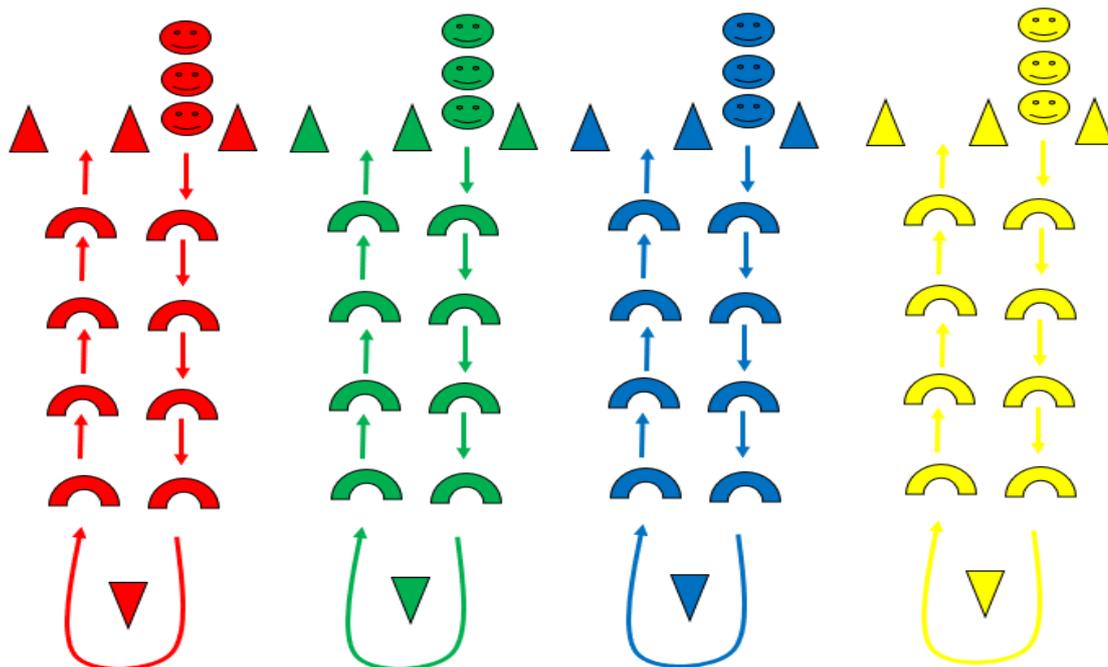
[Attitude santé Cycle 1](#)

## Courses de haies

But	Organisation	Consignes
<p>Le but de chaque équipe est de finir le relais le plus rapidement possible. Pour cela, tous les élèves de l'équipe doivent passer l'un après l'autre.</p> <p>Le nombre de passages doit être identique pour toutes les équipes.</p>	<p>Les quatre équipes de couleurs différentes se mettent derrière leurs plots de départ. Les équipes sont les unes à côté des autres. Les plots qui doivent être contournés sont à une distance différente en fonction du parcours.</p>	<p>Au signal, le premier de chaque équipe court en franchissant les obstacles pour aller contourner le plot de son couloir et revenir au départ. Les élèves ayant couru doivent s'asseoir derrière leur colonne.</p> <p>Chaque course rapportera des points aux équipes. (1<sup>er</sup> = 4 points, 2<sup>ème</sup> = 3 points etc.) Les équipes tourneront sur tous les parcours.</p>

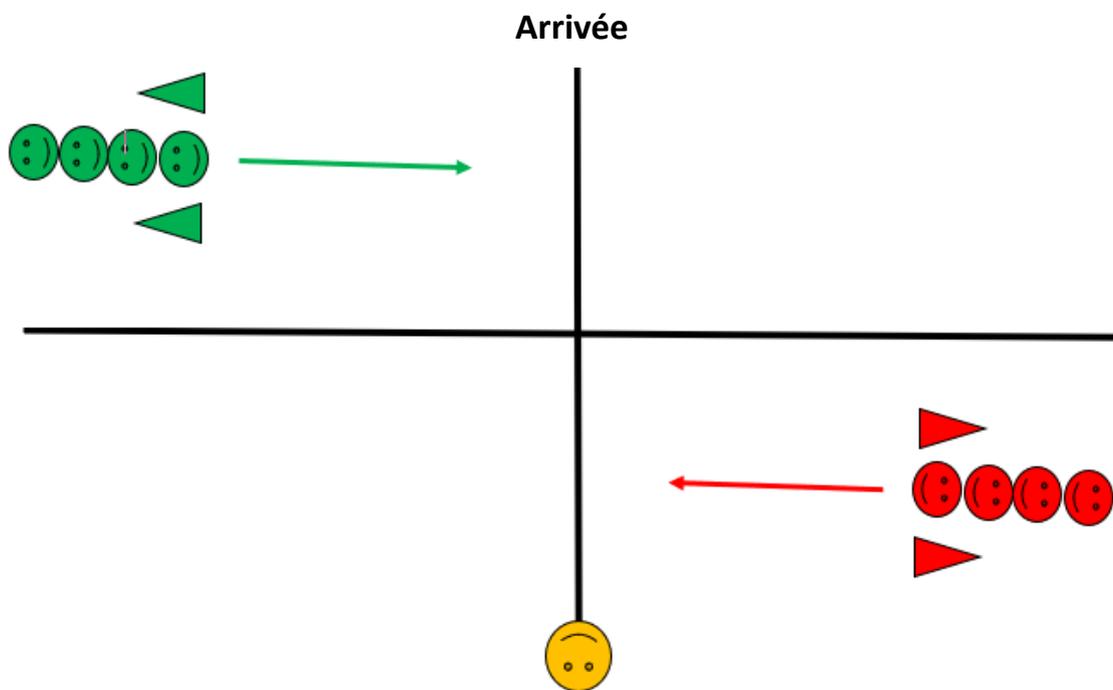
### Variantes

- Modifier les distances de course.
- Augmenter la hauteur des haies et / ou la distance entre elles.
- Introduire des témoins.
- Imposer un nombre de passages plus important.
- Modifier la disposition des plots.
- Demander des positions de départ différentes.
- Demander aux élèves de faire un tour complet autour du plot de leur couloir.



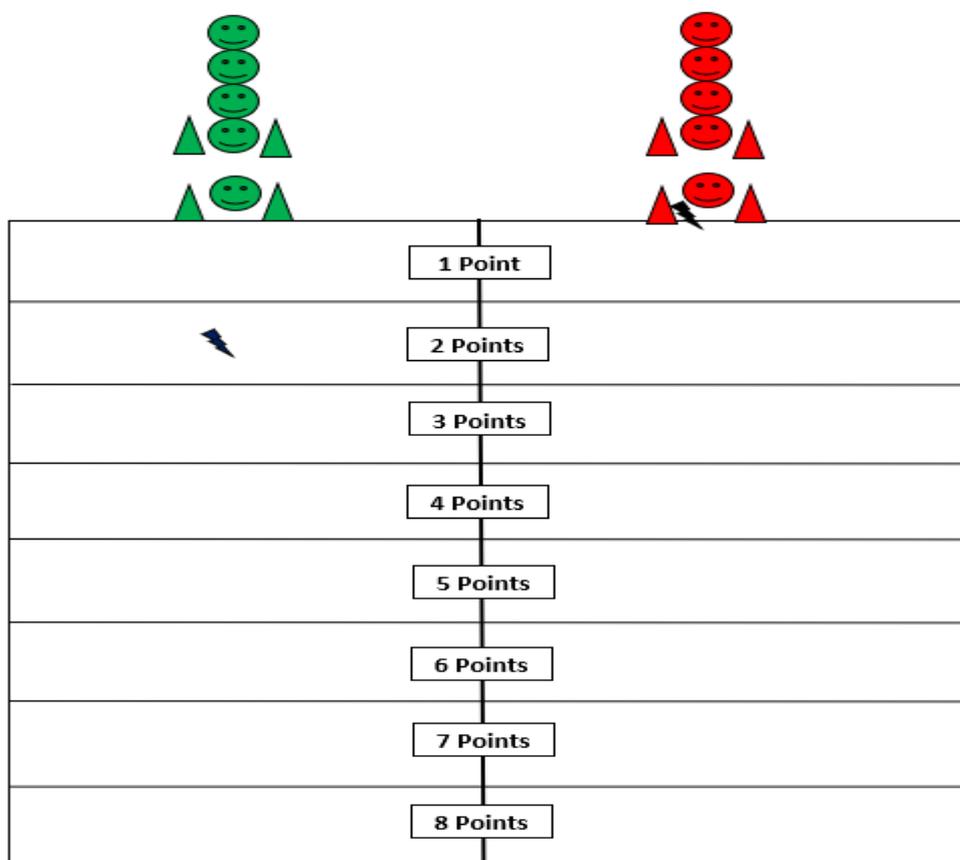
### Course à la rencontre

But	Organisation	Consignes
<p>Le but de chaque équipe est de courir le plus rapidement possible afin de gagner le duel.                      Pour cela, tous les élèves de l'équipe doivent passer l'un après l'autre.                      Le nombre de passages doit être identique pour toutes les équipes.</p>	<p>Les deux équipes de couleurs différentes se mettent derrière leurs plots de départ. Les équipes sont l'une en face de l'autre dans un couloir différent.</p>	<p>Au signal, le premier de chaque équipe court le plus vite possible jusqu'à la ligne d'arrivée.                      Le vainqueur est celui qui a dépassé la ligne d'arrivée en premier.                      Les élèves ayant couru doivent revenir s'asseoir derrière leur colonne.                      Chaque course rapportera des points aux équipes.                      (1<sup>er</sup>= 4points, 2<sup>ème</sup> = 3 points etc.)</p>
Variantes		
<p>Modifier les distances de course.                      Imposer un nombre de passages plus important.                      Demander des positions de départ différentes.</p>		



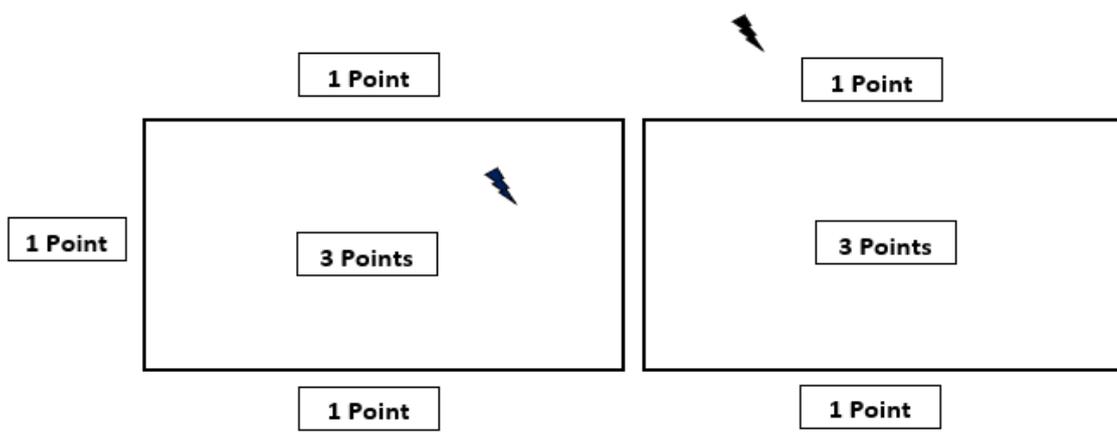
### Lancer de vortex (loin)

But	Organisation	Consignes
<p>Les élèves doivent lancer le vortex le plus loin possible sans dépasser les plots.</p>	<p>Chaque équipe est en colonne derrière les plots de sa couleur face à l'aire de lancer.</p>	<p>Au signal de l'adulte référant, les premiers de chaque colonne prennent un vortex puis le lance le plus loin possible sans dépasser les plots.</p> <p>Le vortex doit atterrir dans la zone de réception est non à l'extérieur des lignes de côté.</p> <p>Après le lancer, les élèves doivent retourner derrière leurs colonnes. Et ainsi de suite jusqu'au passage du même nombre d'élèves par équipe.</p> <p>(1<sup>ère</sup> zone = 1 point, 2<sup>ème</sup> zone = 2 points ...).</p>
<b>Variantes</b>		
<p>Changer l'engin de lancer.</p> <p>Réduire ou augmenter la longueur et / ou la largeur des zones de réception.</p> <p>Imposer une course d'élan.</p> <p>Intégrer des cerceaux ou des chasubles dans les zones de réception afin de faire obtenir un bonus aux lanceurs l'engin atterri dessus.</p>		



### Lancer de vortex (précis)

But	Organisation	Consignes
Les élèves doivent lancer le vortex le plus précisément dans la zone de réception sans dépasser les plots.	Chaque équipe est en colonne derrière les plots de sa couleur face à l'aire de lancer.	Au signal de l'adulte référant, les premiers de chaque colonne prennent un vortex puis le lance le plus précisément possible sans dépasser les plots. Le vortex doit atterrir dans la zone de réception est non à l'extérieur des lignes. Après le lancer, les élèves doivent retourner derrière leurs colonnes. Et ainsi de suite jusqu'au passage du même nombre d'élèves par équipe. (Dans la zone = 3 points, à l'extérieur de la zone = 1 point).
<b>Variantes</b>		
Changer l'engin de lancer. Réduire ou augmenter la taille de la zone de réception. Imposer une course d'élan.		



## Les déménageurs

But	Organisation	Consignes
Remplir sa réserve le plus rapidement possible avec le plus grand nombre d'objets.	Deux équipes placées l'une en face de l'autre. Une multitude d'objets différents, à équidistance des deux équipes, est placée au centre du terrain. Des dossards pour différencier les équipes. Des plots pour délimiter la maison de chaque équipe.	Tous les joueurs de chaque équipe doivent transporter un par un les objets qui se trouvent dans la réserve commune jusqu'à leurs maisons. Faire attention à ne pas se cogner contre des camarades qui couraient dans l'autre sens.
Variantes		
Augmenter ou diminuer la distance entre la réserve commune et les maisons. Ne prendre que des objets d'une même couleur. Prendre des objets en fonction de leur forme préalablement annoncée par le meneur de jeu. Mettre en place des slaloms, des haies, des parcours de plots.		

