|  |
| --- |
| ***Produire une performance maximale, mesurée à une échéance donnée* Saut en longueur Cycle 2 CP CE1 CE2** |
| **APPRENTISSAGES ATTENDUS :** | **Objectif généraux :**Coordonner et enchaîner des actions motrices caractérisées par leur force, leur vitesse, dans des espaces et avec différents matériels, dans des types d’efforts variés, de plus en plus régulièrement, à une échéance donnée, pour égaler ou battre son propre record. Repérer, identifier (CP) puis chercher à stabiliser (à partir du CE1) sa performance (être capable par exemple de la reproduire 4 fois sur 5)**.****Objectifs moteurs :****CP** :* Sauter pieds joints, en gardant les pieds joints au moment de l’impulsion et en arrivant sur ses deux pieds.
* Sauter à partir d’une impulsion sur un pied, en courant de façon rectiligne lors de la prise d’élan, en se réceptionnant sur deux pieds sans chute arrière.
* Évaluer sa performance.

**CE1/CE2*** Enchaîner course d’élan et impulsion sur un pied, sans temps d’arrêt.
* Prendre son impulsion dans une zone d’appel matérialisée.
* Arriver sur ses deux pieds sans déséquilibre arrière.
* Prendre une impulsion simultanée des deux pieds.
* Sauter à partir d’une impulsion sur un pied en trouvant son pied d’appel.

→ Courir sur quelques mètres et sauter le plus loin possible, avec une impulsion sur un pied dans la zone d’appel matérialisée.**Objectifs affectifs et sociaux :*** **Compétence 6 du socle** : respect des règles reconnues ; assumer les rôles sociaux (juge, arbitre, observateur). Respect des autres.
* **Compétences 7 :** affiner la connaissance de soi en fonction de ses ressources ; s’engager lucidement dans l’action (sécurité, stratégies efficaces, contrôle des émotions, gestion des efforts).
* J’ai mes affaires de sport. Je respecte les autres.
 |
| **MATERIEL**Cônes, chronomètre, mètre à enrouleur, sifflet, sautoir, ou étendue de sable… | **CRITERES DE REUSSITE****CP** :* Je saute à pieds joints.
* J’arrive à pieds joints.
* Je ne tombe pas en arrière dans le sautoir.
* Je mesure ma performance.

**CE1/CE2 :*** J’enchaîne course d’élan et impulsion sur un pied, sans temps d’arrêt.
* Je prends mon impulsion dans ma zone d’appel.
* J’arrive sur mes deux pieds sans déséquilibre arrière.

→ Je cours sur quelques mètres et je saute le plus loin possible, avec une impulsion sur un pied dans la zone d’appel matérialisée. | **PLUS FACILE**- La taille de la zone d’appel |
| **REGLES DE SECURITE, REGLES D’OR**- Attendre que le camarade soit sorti du sautoir pour commencer. | **PLUS DIFFICILE*** Je prends de la vitesse grâce à une course d'élan efficace.
* J’arrive à pleine vitesse sur la zone d’appel pour bondir avec la jambe d'appel.
* J’essaie de me maintenir le plus longtemps possible en l’air.
 |

Situation d'apprentissage – Livret EPS