

# La course d'orientation

## Nouveaux programmes (extrait):

« Adapter ses déplacements à différents types d'environnements »  
dans des environnements de plus en plus éloignés et chargés d'incertitude  
(bois, forêt, montagne, rivière, mer...) en fournissant des efforts de types variés.

Mise en œuvre : activités d'orientation – exemple : réaliser le plus rapidement possible un parcours de cinq balises en étoile à partir de la lecture d'une carte où figurent des indices.



# Les +

### Plan moteur

- développer l'autonomie motrice
- pratiquer des gestes naturels et variés
- développer l'endurance
- adapter la motricité à des repères spatio-temporels
- développer les capacités à maintenir un effort « aérobic » en terrain accidenté
- maîtriser son allure
- développer les capacités à maintenir une motricité liée aux caractéristiques du terrain
- maîtriser ses appuis

### Plan affectif

- plaisir d'une pratique ludique
- comportement de coopération et de socialisation
- contact avec un milieu à priori hostile ou inquiétant mais propice à l'aventure (vaincre sa peur)
- prise de risques calculés
- expression de l'imaginaire
- affirmation de soi par rapport à cet imaginaire
- capacités d'autonomie

### Plan cognitif

- découverte du milieu
- passage de l'espace vécu à l'espace représenté
- appréciation globale des distances et de la mesure
- apprentissage de l'observation
- formation scientifique
- accès aux symboles et à l'abstrait
- compétences pour s'orienter sur un terrain inconnu à partir de repères
- compétences stratégiques liées aux choix de l'itinéraire et la régulation de la vitesse

# La séquence

Séances	Notions abordées	Compétences disciplinaires
1	Situation de référence	Evaluation diagnostique
2	Construire son itinéraire et sa trajectoire.	Organiser ses déplacements
3	Diversifier ses sources d'informations	Prendre des indices pour se repérer
4	Elargir son espace d'action	Coder pour communiquer
5	Adapter son action motrice	Développer une stratégie
6	Gérer sa sécurité	Savoir utiliser l'azimut

## Evaluation Retour sur la situation de référence

Tout au long de la séquence, des remédiations sont proposées lors de situations d'apprentissage dédiées. (propositions en fin de fascicule)



# La sécurité

**Distance :**

- 3 km maximum pour les élèves du cycle 3

**Durée :** 1 heure au maximum.

**Autorisations :**

- Voir avec le Directeur

**Sécurité du lieu :**

- Les espaces doivent être reconnus au préalable et ne pas présenter de danger particulier (abrupt important, trou profond...)
- S'il n'existe pas de limites bien franches, un balisage s'impose pour délimiter l'espace d'action.
- Prévoir un signal sonore puissant de fin d'activité et un véhicule.

**L'encadrement, les assurances :**

- Se référer au dossier des sorties scolaires

**Propositions d'organisation pédagogique :**

- Se référer aux organisations proposées pour les différentes situations d'apprentissage.
- Au cycle 2, en fonction des lieux, les groupes seront accompagnés d'adultes.
- Au cycle 3, on peut constituer des groupes autonomes.

**Equipement pour la classe :**

- Moyen de communication (téléphone portable si possible)
- Trousse à pharmacie de premiers secours.

**Equipement individuel :**

- Chaussures de type basket, tennis, randonnée. Eviter les bottes, espadrilles, claquettes.
- Prendre des vêtements confortables.

**C'est une activité citoyenne : penser à rappeler les règles de respect de l'environnement, de l'entraide, de la coopération...**

# Séance 1

## Situation de référence *La course d'orientation*

**Objectifs spécifiques :** - S'approprier un espace inconnu  
- Etre capable d'organiser son déplacement

**But :** Réaliser le parcours, par groupe de 3, le plus vite possible

**Dispositif :** 5 balises, avec un code (ou les "pinces" d'orientation), disposées sur le terrain  
Un plan avec l'emplacement des balises  
Une fiche de route avec l'ordre des balises à trouver (l'ordre est différent pour chaque groupe)

**Consignes :** Par groupe de 3, retrouver les balises indiquées sur le plan en suivant l'ordre demandé et relever à chaque fois le code sur la feuille de route

**Critères de réussite :** Le nombre de balises trouvées  
Le temps mis pour effectuer le parcours

**Variables :**

- Le nombre de balises
- La difficultés du terrain
- Un retour possible après un certain nombre de balises pour le contrôle

# Séance 2

## Construire son itinéraire et sa trajectoire

**Objectifs spécifiques :** Se situer par rapport à 2 ou 3 repères significatifs (points remarquables, lignes de déplacement) en précisant les directions et les distances

**But :** Un groupe d'élèves (2 ou 3) établit une fiche itinéraire, sur place, afin qu'un autre groupe puisse le suivre

**Dispositif :** Milieu suffisamment ouvert.

Temps de préparation:

Les élèves, en groupe, reconnaissent le terrain puis  
écrivent leur texte

Ils déposent leur balise

Temps de jeu:

Chaque groupe reçoit l'itinéraire d'un autre groupe, réalise le  
parcours, relève le signe de la balise, revient au point de départ pour  
validation

Il repart pour une nouvelle balise

Temps d'évaluation:

Si une balise n'a pas été trouvée, recherché en grand groupe  
(recherche des erreurs dans l'écrit)

**Consignes :** Par groupe de 3, reconnaître le terrain, écrire un texte permettant de trouver la  
balise, puis placer la balise

Suivre l'itinéraire d'un autre groupe pour trouver la balise et noter son signe  
valider au point de départ et renouveler l'opération avec un autre texte...

**Critères de réussite :** L'itinéraire est réalisé à l'aide de la fiche par 3  
groupes d'élèves successivement.

**Variables :**

Milieu de plus en plus complexe

# Séance 3

## Diversifier ses sources d'informations

**Objectifs spécifiques :**

- Découvrir la nécessité d'un code commun
- Connaître la légende
- Savoir lire une carte d'orientation

**But :** Retrouver des balises ou des objets dont l'emplacement est indiqué sur la carte.

**Dispositif :**

- Les élèves par équipe de deux disposent d'une carte d'orientation
- Parcours en étoile (à chaque retour au départ, les équipes sont dirigées sur des balises différentes.
- Terrain semi-connu

**Consignes :**

- Retrouver sur le terrain des objets ou balises dont l'emplacement est indiqué sur la carte.
- Retrouver sur le terrain des balises ou des objets placés à des endroits caractéristiques (arbre, rocher, jeu...)

**Critères de réussite :**

- Les lieux sont bien repérés sur la carte
- La légende est maîtrisée
- Les balises sont trouvées

**Variables :**

- Balises plus nombreuses
- Variété du terrain
- Complexité de la légende

# Séance 4

## Elargir son espace d'action

**Objectifs spécifiques :**

- Prendre des repères sur la carte et sur le terrain
- Orienter sa carte
- Relation carte/terrain

**But :**

Poser des balises sur le terrain, coder leur emplacement sur la carte pour que les autres les retrouvent.

**Dispositif :**

- Les élèves sont par groupe de deux : un «poseur» et un «chercheur»
- Inverser les rôles au cours de la séance.
- Utiliser le même terrain que pour la séance précédente.
- L'enseignant détermine les zones de pose des balises.

**Consignes :**

- Un élève va poser une ou deux balises. Il note sur sa carte les emplacements précis.
- Son équipier doit retrouver les balises à l'aide de la carte.

**Critères de réussite :**

- Bon codage des objets placés.
- Les chercheurs trouvent rapidement.

**Variables :**

- Augmenter le périmètre d'action
- Augmenter le nombre de balises

# Séance 5

## Adapter son action motrice

**Objectifs spécifiques :**

- Maîtriser la relation carte/terrain
- Anticiper sa course, développer une stratégie, choisir des balises en fonction du nombre de points qu'elles donnent.

**But :**

Marquer un score en un temps donné en fonction de la difficulté à trouver les balises.

**Dispositif :**

- Les balises donnent un nombre de points en fonction de leur emplacement et de la difficulté à les trouver
- Terrain semi-connu.
- Les élèves courent par deux ou trois.

**Consignes :**

- Repérer sur la carte l'emplacement des balises et le nombre de points qu'elles donnent.
- Aller les chercher.
- A l'issue de la course, on totalise le nombre de points donnés par les balises trouvées.

**Critères de réussite :**

- Les balises sont correctement repérées.
- Plus de la moitié des balises sont trouvées.
- Les scores sont élevés.

**Variables :**

- Augmenter le nombre de balises.
- Varier les points donnés.
- Augmenter ou diminuer le temps de recherche.



# Séance 6

## Gérer sa sécurité

**Objectifs spécifiques :**

- Savoir utiliser la boussole.
- Suivre l'azimut.

**But :**

Accomplir un parcours déterminé, en terrain inconnu, en un temps limité.

**Dispositif :**

- Equipes : de 2 ou 4 enfants.
- Matériel :  
Posé : x balises (ou objets insolites).  
Par équipe : une boussole, une feuille de route indiquant azimut, distance et code des « positions » à trouver (un crayon).

**Consignes :**

- Trouver toutes les balises d'un parcours en suivant les instructions de la feuille de route, en utilisant la boussole et en suivant les indications de ses partenaires.

**Pour cela, progresser dans la bonne direction, suivant le même azimut à partir de repères successifs ( le repère pouvant être un enfant).**

- A chaque balise trouvée, on inverse les rôles dans l'équipe.

**Critères de réussite :**

- L'épreuve est réussie si toutes les balises ont été trouvées.
- Le temps réalisé peut constituer un moyen de valorisation.

**Variables :**

- Nombre d'enfants par équipe
- Nombre de balises
- Circuit unique ou en étoile
- Espace : dégagé ou non, périmètre, distance entre les balises.
- Difficulté du terrain : clairsemé, dense ...
- Durée.

# Evaluation

## Parcours course d'orientation avec carte et utilisation de la boussole

**Objectifs spécifiques :**

Maîtriser la relation carte/terrain.  
Adapter sa course au terrain.  
Acquérir une meilleure qualité de lecture de carte.  
Améliorer la maîtrise de l'utilisation de la boussole.  
Chercher et suivre un azimut.  
Investir un espace inconnu.  
Réinvestir les connaissances acquises.

**But :**

Le plus rapidement possible, parcourir un itinéraire et trouver toutes les balises.

**Dispositif :**

Espace inconnu élargi (nécessité d'un encadrement nombreux).  
Course par équipes de 3 (ou 2).

**Matériel :**

- une carte, une boussole par équipe.
- Balises

Départ toutes les 3 à 5 minutes de 2 ou 3 points de départ différents.

**Consignes :** Effectuer dans l'ordre le circuit indiqué sur la carte, le plus vite possible, et poinçonner son carton (pour une balise).

seulement : utilisation de la boussole).

**Critères de réussite :**

Nombre de balises trouvées.  
Temps.

**Variables :**

- Nombre de balises.
- Temps.
- Espace.
- Difficulté du paysage et du terrain.



# Remédiations