

Micro orientation (fiche 2 suite)

Adapté d'un travail réalisé par l'équipe EPS du Puy de Dôme

Activité : Mémo - orientation

Sécurité : gestes barrières :
Conserver 1 mètre entre chaque enfant.

Age préconisé : à partir de 8 ans.

Lieu de pratique : Cette activité est assez simple à mettre en place dans un espace intérieur si la surface est suffisamment large. (4m x 4m). Peut aussi être joué dans le garage ou en extérieur.

Matériel : Préparer 12 petites fiches réutilisables en papier sur lesquelles on écrit une lettre (lettres : A, B, C, E, F, G, H, J, K, L, M, N)
Préparer 4 fiches papiers sur lesquelles on écrit (D1, D2, D3, D4) pour les départs (Voir placement sur l'annexe 1)
4 feuilles circuits avec réponses (cf activité 1 micro CO)
1 feuille et 1 crayon pour noter ses réponses

Organisation de l'activité : l'enfant peut jouer seul ou être aidé.

Déroulement :

A partir de 4 départs possibles (D1, D2, D3 ou D4)

Vous devez mémoriser le parcours tracé sur votre feuille circuit durant 1 minute maximum.

Une fois mémorisé, vous devez écrire les lettres inscrites sur les feuilles posées au sol dans l'ordre de votre déplacement. Une fois le chemin terminé, vous vérifierez avec la correction.

(1 correction différente en fonction du départ).

Adaptations :

Vous pouvez tracer vos propres chemins pour les adapter en fonction de votre enfant.

Vous pouvez tracer des chemins en diagonale pour complexifier.

Vous pouvez augmenter le nombre de lettres et créer des plans pour des plus grands.

Vous pouvez écrire un message codé du type (D1 : ↗ ↘ → ↑ ← ↖)

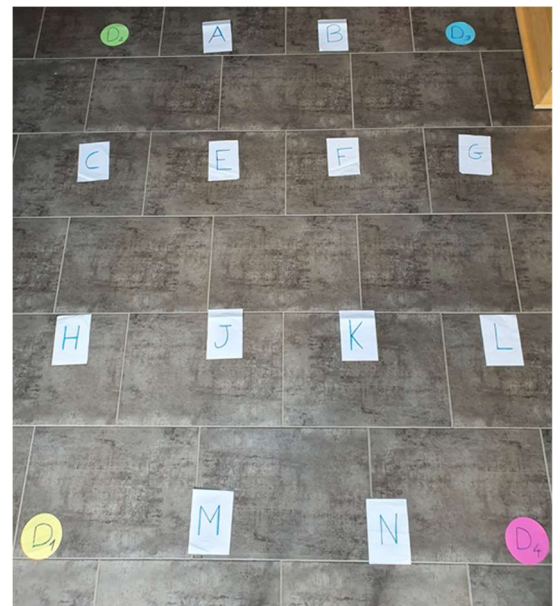
Variantes

Vous pouvez jouer à 4 en partant chacun d'un point de départ différent.

Prolongement possible :

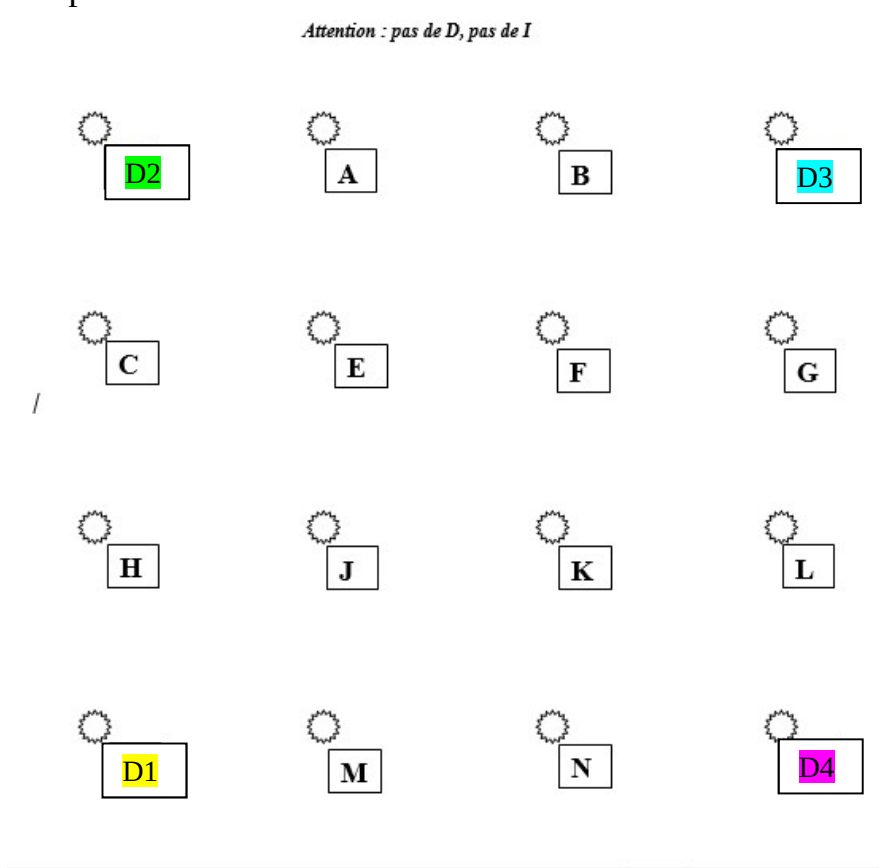
Utiliser un tableau de score pour chacun et voir l'évolution.

Message santé : Pour que l'activité physique soit bénéfique pour ma santé, je ne suis pas systématiquement obligé de courir très vite, d'avoir très chaud et de transpirer énormément. Même une activité physique modérée, avec mon cœur qui bat un peu plus vite, peut être bénéfique.



ANNEXE 1 : Disposition des lettres

Attention : pas de D, pas de I



ANNEXE 2 : Fiche vierge

