

# Pratiquer une activité sportive collective et solidaire : courir et danser

#Solidarité #Egalité #Confiance  
#SeDépenser #Coopérer #Débattre

**CYCLE** 2 et 3

**DURÉE GLOBALE** 2h

**ÂGE** 6 - 11 ans

**MATÉRIEL** Pour le jeu "Course équitable"

**EFFECTIFS** 15 enfants maximum  
1 animateur

- Marquage pour les zones de départ et d'arrivée (plots, lignes, craies...)
- Plots ou coupelles de différentes couleurs (1 pour 2 enfants)

Pour le jeu "Cercle Circassien"

- Sono + support musical
- 2 jeux de foulards de couleur (Ex : rouges / verts) - 1 par enfant
- Masques occultants - masques en tissu - foulards pour la moitié de l'effectif

Pour le débat "Egalité fille-garçons"

- 2 cerceaux de couleurs différentes
- Des étiquettes bonhommes « crayon » SPORT (au moins 24, idéalement plastifiées)



## DESCRIPTIF & ENJEUX

Cette séance vise à développer la connaissance qu'ont les enfants de l'autre et des interactions qu'ils peuvent avoir avec leurs pairs.. A travers des activités ludiques, sportives et culturelles ils seront sensibilisés aux pratiques sportives individuelles et collectives solidaires.



## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Permettre à chaque enfant de pouvoir gagner en prenant en compte ces capacités
- Apprendre à faire confiance et à prendre soin de l'autre
- Agir au sein d'un groupe et agir avec les autres
- Initier à la réflexion, à l'échange et travailler au développement de l'esprit critique



## CONNAISSANCES & COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Je suis capable d'évoluer dans un groupe, d'être bienveillant et de faire confiance à ceux qui m'entourent
- Je suis capable de faire preuve de solidarité et d'équité
- Je débats, j'argumente, j'écoute et je respecte les opinions des autres
- Je suis capable de repérer les situations ou attitudes discriminantes et de lutter contre elles.



## CONTRIBUTION AU SOCLE COMMUN DE CONNAISSANCES, DE COMPÉTENCES ET DE CULTURE

- **Domaine 1- les langages pour penser et communiquer** : s'exprimer à l'oral | Comprendre des énoncés oraux | Pratiquer des activités physiques sportives et artistiques
- **Domaine 3 - La formation de la personne et du citoyen** : maîtriser l'expression de sa sensibilité et de ses opinions, respecter celles des autres | exercer son esprit critique, faire preuve de réflexion et de discernement / Faire preuve de responsabilité, respecter les règles de la vie collective, s'engager et prendre des initiatives
- **Domaine 5 - Les représentations du monde et l'activité humaine** : situer et se situer dans l'espace et le temps / Analyser et comprendre les organisations humaines et les représentations du monde



## INSCRIPTION DANS NOTRE PROJET ÉDUCATIF

### CITOYENNETÉ

Exercice actif, la citoyenneté, c'est d'abord vouloir prendre les choses en main ! C'est avoir accès à des outils pour acquérir de la connaissance, en développer et ainsi pouvoir agir.

### SOLIDARITÉ/ENGAGEMENT

Indissociables, la solidarité et l'engagement constituent une alliance représentative d'un contrat collectif qui participe à la construction d'une société plus juste et plus fraternelle. C'est une union autour d'un projet commun.

## DIVERSITÉ/ÉGALITÉ

Force pour la République, la diversité est une source d'enrichissement individuel et collectif. L'égalité en droit permet son expression et garantit le « vivre ensemble » pacifié en reconnaissant l'autre dans sa singularité.



## DÉROULÉ DE SÉANCE

### INTRODUCTION DE LA SÉANCE (5 min)

L'animateur introduit la séance en interrogeant les jeunes sur la notion de solidarité : savent-ils ce que c'est ? est-ce qu'ils peuvent donner des exemples de situations de solidarité ? Est-ce qu'ils ont déjà fait preuve de solidarité ? Et la coopération et l'égalité est-ce qu'ils savent ce que c'est ? Quel lien peut-on faire entre la solidarité, la coopération et l'égalité ?

Lorsque les enfants auront pu s'exprimer sur le sujet, l'animateur leur expliquera qu'au cours de cette séance ils vont réaliser deux jeux sportifs : ils devront travailler en binôme et faire preuve de d'équité, l'autre où ils devront toujours travailler en binôme et apprendre à se faire confiance. A la fin de la séance, ils auront un petit temps de débat pour voir si les notions qu'ils ont travaillé pendant les jeux sportifs ont bien été comprises.

### CONSIGNES (1H45)

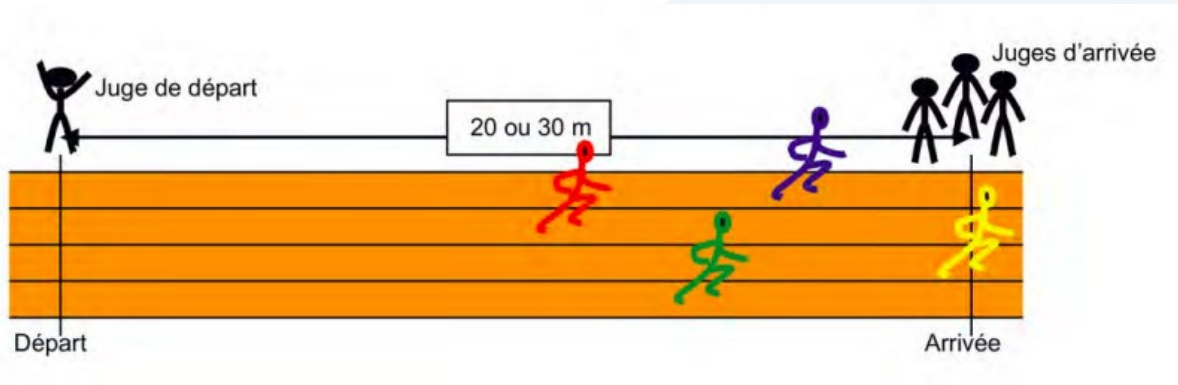
Les animations "Course équitable", "Cercle Circassien" et "débat égalité fille-garçons" ont été conçues dans le cadre du dispositif "[Les Clés Usep d'une éducation au développement durable](#)" de l'USEP. **Le déroulé des animations énoncé ci-après est une proposition. En fonction du temps, de l'espace et des effectifs disponibles les équipes pédagogiques peuvent dérouler tout, ou partie des animations.**

#### Etape 1 : La course équitable (30min)

##### **Temps 1 : Course de vitesse (15min)**

L'animateur compose des binômes : un enfant qui aura le rôle de coureur et un autre celui de juge d'arrivée. Les coureurs se placent sur la ligne de départ. Les juges se placent quant à eux à proximité de la ligne d'arrivée. Ils observent l'emplacement de leur coureur au moment du franchissement de la ligne d'arrivée par le gagnant. Chaque juge pose alors une marque au sol (avec un plot par exemple) pour matérialiser la distance parcourue par son binôme. L'animateur fera retentir un signal sonore lors du passage de la ligne d'arrivée par le gagnant. Chaque coureur effectue 3 courses, la position du plot pouvant évoluer en fonction de l'évolution du coureur à chacune d'elles. Ensuite, les rôles sont inversés dans les binômes entre

le coureur et le juge pour que l'ensemble des enfants aient pu endosser les deux rôles pendant l'activité.

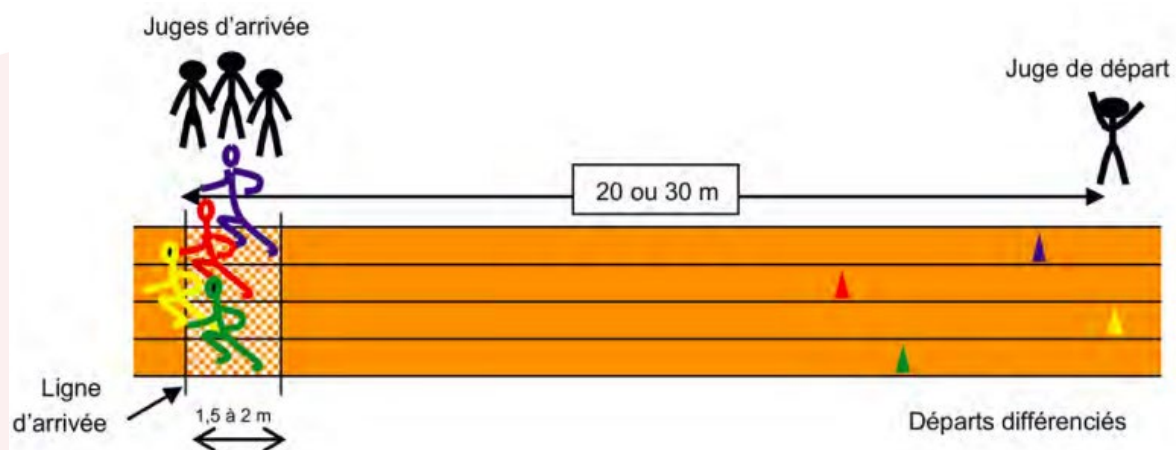


Ce premier temps est conclu par un débat mené par l'animateur : *Qui gagne, qui perd ? Combien de fois ? Est-ce toujours le même enfant ou non ? Où sont posés les plots à l'arrivée ?...*

*Tips : Même lorsque vous inversez les rôles, laissez bien les marquages au sol (les plots) des enfants en place. Cela vous sera utile pour la suite de l'activité.*

### **Temps 2 : Course équitable (15min)**

L'animateur inverse le sens de la course et trace une zone d'arrivée de 2 mètres environ. Les enfants qui ont le rôle de coureurs se placent à leur plot d'arrivée (la distance à parcourir est adaptée aux possibilités du moment de chaque enfant). Les courses s'effectuent toujours entre les mêmes adversaires afin de conserver les mêmes conditions.



Afin que chacun, quelles que soient ses possibilités, ait une chance de gagner, l'animateur fait partir les enfants de l'endroit le plus adapté à chacun d'eux. Pour cela, il inverse le sens de la course et demande aux enfants de partir de la marque posée par son observateur (son juge) lors des courses précédentes. Tous les coureurs doivent pouvoir, désormais, se retrouver dans la "zone d'arrivée". Chacun a ainsi plus de chance de gagner. Il s'agit toujours pour le coureur

de franchir la ligne d'arrivée le premier ou d'être au moins dans la zone d'arrivée au moment où le gagnant franchit la ligne.

L'animateur répète l'exercice jusqu'à ce que chaque enfant ait couru 3 fois. Enfin, il termine ce second temps par un débat : *Qui gagne, qui perd ? Est-ce toujours le même enfant ou non ? Quelles différences entre les deux courses ? Quelle course avez-vous préférée ? Pourquoi ?*

**Tips:**

- Veiller à ce que les binômes et les concurrents des courses restent les mêmes.
- Pour maintenir l'enjeu « Courir vite » après la découverte du dispositif de la 2ème course, proposer d'attribuer un score à chaque course (aller et retour). Le meilleur score obtenu sera conservé.
- Le temps de débat est essentiel, il doit mettre en évidence le défi de chacun et les progrès de chacun (chance de gagner = émulation).

## **Etape 2 : Le cercle Circassien (45 min)**

### **Temps 1 : Apprentissage de la danse traditionnelle (15 min)**

L'animateur décompose les différentes phases de la danse sans / avec le support musical. Il met en évidence les repères musicaux, verbalise les différentes phases. Enfin, il met le groupe « en répétition »

### **Temps 2 : Danse à l'aveugle (10 min)**

Un danseur sur deux a les yeux bandés. Les autres danseurs deviennent alors des « guides » qui sont chargés de prendre soin de leur camarade et d'organiser la danse. Au préalable, il est nécessaire, d'échanger à partir de la question « *Comment prendre soin de l'autre ?* » En fonction des réponses des enfants, l'animateur peut compléter avec ces suggestions :

- En lui parlant doucement, sans crier, pour le guider à la voix
- En lui tenant la main, l'épaule, doucement sans le « tirer »
- En le regardant pour veiller à sa sécurité

Ensuite, l'animateur relance la musique et la danse peut reprendre collectivement. A la fin de l'expérience à l'aveugle, l'animateur interroge les enfants (ceux qui ont eu le rôle de danseurs et ceux qui ont eu le rôle de guides) sur leur ressenti : plaisir, difficulté, crainte, ... ce qui les a aidés, ce qui les a mis en difficulté. L'animateur peut s'appuyer sur les pictogrammes Pio et Pia pour aider les enfants à verbaliser leurs ressentis.

### **Temps 3 : danse à l'aveugle (10 min)**

L'animateur réplique à l'identique l'activité du temps 2, mais cette fois-ci en inversant les rôles : les guides deviennent danseurs

### **Temps 4 : Echanges et débat (15 min)**

Ce temps vise à faire émerger les notions de solidarité (besoin de l'autre), de respect des différences (handicap), en collectif.

**Tips :**

*Avant l'activité, prenez connaissance de la fiche descriptive de la danse pour apprendre comment danser le cercle circassien*

*Tous les enfants, comme les adultes, ne réagissent pas de la même façon dans le noir... Il convient donc de laisser, à chacun, le choix de sa situation « acceptable » :*

- *Le masque occultant offre un noir complet*
- *Le masque en tissu ou le foulard laisse filtrer la lumière*
- *Fermer les yeux... laisse la possibilité de les rouvrir en cas de nécessité.*

**Etape 3 : Le débat égalité "filles-garçons" (30min)**

L'animateur distribue à chaque enfant 2 étiquettes "bonhommes crayons sportifs" et leur demande d'identifier le sport ou l'activité que cette étiquette symbolise selon lui.

L'animateur pose devant les enfants deux cerceaux au sol. Un cerceau représente les activités des filles, l'autre celles des garçons... l'intersection des deux cerceaux : les activités mixtes. Par 2, les enfants échangent pour envisager le dépôt des étiquettes. Chaque binôme dépose une étiquette en expliquant pourquoi il la dépose à cet endroit. L'animateur peut également lancer des échanges au sein du grand groupe. L'important n'est pas la pose des étiquettes mais bien les échanges qui en découlent entre les enfants au cours du débat.

 **CONCLUSION DE SÉANCE (10 min)**

L'animateur peut conclure la séance en demandant aux enfants s'ils comprennent mieux la notion de solidarité et si les deux jeux et le débat auquel ils ont participé pendant cette séance leur a permis de mieux la comprendre. Enfin, l'animateur peut finir en proposant aux enfants d'imaginer eux-mêmes un jeu solidaire, auquel ils pourront jouer durant les temps de loisirs



## SUPPORTS NÉCESSAIRES

- [«Ma première séance d'EPS»](#)
- [Réglette du PLAISIR](#)
- [Descriptif de la danse](#)
- [Bande son](#)
- [Ressenti - Pictogrammes Pio / Pia](#)
- [Vidéo danse \(USEP 58\)](#)
- [Étiquettes « bonhommes crayons sportifs »](#)
- [Livret "Débat associatif"](#)
- [Fiche débat « Égalité fille – garçon »](#)
- [Littérature de jeunesse sur l'Égalité « Fille-Garçon »](#)
- [On va gagner !](#) Adèle Rox et Sandrine Lhomme, Cache-cailloux, 2019. Une histoire drôle et touchante sur le football au féminin.



## POUR ALLER PLUS LOIN

### RESSOURCES LIGUE

- Le dispositif "[Les Clés Usep d'une éducation au développement durable](#)"
- Les Petits Citoyens, Association loi 1901 agréée par le ministère de l'Éducation nationale, de l'Enseignement
- supérieur et de la Recherche, [Et si on s'parlait de l'esprit sportif ? Et si on s'parlait du respect ?](#)
- Projet éducatif Vacances, Séjours et Loisirs Éducatifs, Classes Découvertes et Formation BAFA/BAFD

### RESSOURCES PARTENAIRES

Plateforme éducative LUMNI et notamment :

- Le dossier "[1 jour 1 question - C'est quoi l'égalité filles-garçons ?](#)"
- L'épisode [C'est quoi la solidarité ?](#) de la web-série **1jour1question**
- Le dossier [Comprendre le handicap](#)

**Lu.  
mni**

Cette fiche s'appuie sur des ressources de Lumni, l'offre éducative des acteurs de l'audiovisuel public, réalisée en partenariat avec le Ministère de l'Éducation nationale et de la jeunesse, le Ministère de la Culture, Réseau Canopé, le Clémi et La Ligue de l'enseignement.

Au service du savoir, de la connaissance et de la culture Lumni propose un catalogue de plus de 10 500 contenus pédagogiques gratuits, expertisés et sans publicité, pour les enfants du primaire au lycée et pour les professionnels de l'éducation qu'ils soient enseignants, animateurs, éducateurs ou médiateurs.

