

ÉCOLE DE COURSE D'ORIENTATION

ENJEUX ÉDUCATIFS
PROGRAMME D'ENSEIGNEMENT
FICHES O'ABC



Course d'Orientation
Fédération Française

Document rédigé par la direction technique nationale



→ SOMMAIRE

PRÉAMBULE	5
I. LES ÉCOLES D'ORIENTATION	6
1) INTRODUCTION.....	6
2) OBJECTIFS.....	6
II. UNE ACTIVITÉ À MATURITÉ TARDIVE	7
1) ASPECT PHYSIOLOGIQUE ET MOTEUR	7
2) ASPECT AFFECTIF.....	7
3) ASPECT MENTAL	7
III. APPROCHE DE LA CO CHEZ L'ENFANT	8
IV. LES OBJECTIFS DE L'ÉCOLE	9
V. COMPÉTENCES ET CAPACITÉS À DÉVELOPPER	10
VI. CONDITIONS D'APPRENTISSAGE ET CONSEILS DE SÉCURITÉ	13
VII. ÉLÉMENTS DE PROGRESSIVITÉ	14
1) ADAPTATION DU SUPPORT CARTE	14
2) ADAPTATION DU MILIEU.....	15
3) ADAPTATION DES METHODES D'ORGANISATION ET DES PARCOURS	15
4) ADAPTATION DE LA PRATIQUE	16
VIII. INDICATEURS NÉCESSAIRES À L'APPRENTISSAGE	17
IX. ÉLÉMENTS NÉCESSAIRES À LA CONSTRUCTION DE L'ITINÉRAIRE	19
1) LA NOTION DE LIGNE « MAIN COURANTE ».....	19
2) LES NOTIONS DE POINT DE DECISION, POINT D'APPUI, POINT D'ATTAQUE, LIGNE D'ARRET	20
3) LA NOTION DE SAUT	21
X. LES FICHES PÉDAGOGIQUES	22
1) ÉLÉMENTS DIDACTIQUES SUR LE CONTENU DES FICHES.....	23
2) LES FICHES	25
<i>Fiche 1 : jeu des cerceaux</i>	25
<i>Fiche 2 : pose-dépose au croquis</i>	27
<i>Fiche 3 : construis la légende</i>	29
<i>Fiche 4 : mémoire</i>	31
<i>Fiche 5 : le billard</i>	33
<i>Fiche 6 : l'omnibus</i>	35
<i>Fiche 7 : le suivi jalonné</i>	37
<i>Fiche 8 : labyrinthe</i>	39
<i>Fiche 10 : le béret</i>	41
<i>Fiche 11 : rapid'O</i>	43
<i>Fiche 12 : mémo relais</i>	45



<i>Fiche 13 : chat perché</i>	47
<i>Fiche 14 : anomalies</i>	49
<i>Fiche 15 : cherchez l'erreur</i>	51
<i>Fiche 16 : le jalonné</i>	53
<i>Fiche 17 : parcours étoile</i>	55
<i>Fiche 18 : course aux définitions</i>	57
<i>Fiche 19 : circuit CO</i>	59
<i>Fiche 20 : course au score</i>	61
<i>Fiche 21 : la réparte</i>	63
<i>Fiche 22 : le relais</i>	65
<i>Fiche 23 : les duels</i>	67
ANNEXE 1 : FORMATION DU COUREUR	69
1) LES NIVEAUX DE COMPETENCE.....	69
2) ACQUISITION DES APPRENTISSAGES – CONTENUS ET SAVOIR-FAIRE.....	70
ANNEXE 2 : APPRENTISSAGE ET TRAÇAGE INTERDÉPENDANTS	73



→ PRÉAMBULE

« Une véritable politique sportive en faveur des jeunes est une nécessité pour l'avenir de notre fédération. Les objectifs essentiels en sont :

- l'amélioration de l'accueil des jeunes au sein des clubs ;
- la mise en place d'un référentiel d'apprentissage ;
- la création d'événements exclusivement réservés aux jeunes.

Les écoles d'orientation sont un des éléments indispensables à la structuration de cette politique. Elles doivent permettre aux jeunes de s'initier, de se perfectionner dans un environnement favorable et sécurisé et de participer à des épreuves (challenge des écoles de CO) où l'esprit d'équipe et la solidarité sont mis en valeur.

Commencer jeune offre un intérêt particulier pour acquérir une véritable autonomie, maîtriser la lecture de la carte et une agilité en tout terrain propre à l'orienteur. De plus, l'évolution des cartes et des technologies permettent d'offrir un éventail plus large de possibilités :

- réaliser des cartes toujours plus précises adaptées à l'apprentissage des plus jeunes, avec la mise en place d'une nouvelle symbolique identifiable à travers le label : Cart'O+ (par exemple de différencier mieux les objets et de multiplier le nombre de postes sur une surface donnée) ;
- étoffer les stades de pratiques par la réalisation de cartes de proximité destinées à l'apprentissage et à l'initiation ;
- mieux contrôler et rendre plus ludique l'apprentissage par l'utilisation du kit pédagogique SportIdent et du système de gestion électronique de course.

Définir nos priorités, notre démarche, nos objectifs sportifs pour les enfants, sont les problématiques auxquelles tente de répondre ce document. Le terrain apportera sous doute d'autres questionnements qui vous permettront d'en compléter les contenus.

Nous espérons que cet outil vous aidera à réfléchir sur votre pratique d'éducateur. Sachez que, outre la démarche sportive, votre objectif doit être de développer la personnalité de l'enfant en sachant créer les conditions qui incitent l'enfant à imaginer, inventer, créer, être actif et participatif de manière à faire émerger du sens à son activité.

N'oublions pas de former aussi des citoyens sportifs, une évidence qui doit faire partie intégrante de tout comportement de pratiquants d'activités de pleine nature. »

Hervé LETTERON
Conseiller technique national



1) Éléments didactiques sur le contenu des fiches

RECTO

1 LE TITRE DE LA FICHE ET SON NUMÉRO
Il correspond au nom du jeu/de l'exercice.

2 L'ILLUSTRATION
Elle permet de mieux comprendre l'exercice.

3 LE BUT DU JEU
Il indique ce que les jeunes pratiquants ont à faire.

4 LES ÉTOILES
De 1 à 3 (du plus simple au plus difficile), elles précisent le degré de difficulté du, sa durée, et la quantité de matériels nécessaire.

5

Fiches O'abc (niveau 1)

Le Billard

Nigo réalise son parcours sur le billard (*terrain de jeu*) en suivant l'ordre de son carton-trajectoire. Est-il passé par les bonnes balises jusque là ?

plan du billard (*toujours asymétrique*)

carton de «trajectoire-contrôle» (*trajectoire de la boule de billard*)

11 1 8 3 4 6 2 12 9 5 10 7

But du Jeu

Réaliser une trajectoire donnée par un plan.

difficulté durée matériel

☆☆ ☆ ☆



VERSO

Fiches O'abc (niveau 1) /// n°5 - Le Billard

FFCO
Course d'Orientation
Fédération Française
Site web : www.ffco-orientation.fr
mail : contact@ffco-orientation.fr

objectif
Maintenir la carte orientée en permanence en appliquant la méthode P.O.P.*
*Plié, Orienté, Pouce : le plan doit être Plié, Orienté, et le Pouce placé à l'endroit où l'on se situe sur le plan. A chaque déplacement sur le terrain, le pouce suit la progression sur le plan.

dispositif (durée estimée du jeu : 30 mn)
Prendre soin de disposer les balises (ou plots) de manière asymétrique afin de pouvoir orienter facilement le plan. L'individu doit réaliser le parcours en respectant l'ordre indiqué sur le carton « trajectoire » qui servira aussi de carton de contrôle (ici : 11-1-8-3-etc.)
C'est parti !
Le p'ti loup oriente son plan et se dirige vers la première balise de son parcours (celle indiquée par son carton « trajectoire-contrôle »). Arrivé à celle-ci, il poinçonne son carton, oriente son plan, repart vers la seconde balise, qu'il poinçonne, et ainsi de suite. A l'arrivée, il valide son parcours en comparant son carton au carton de vérification.

matériel

pour le dispositif	pour les jeunes	pour l'animateur
10 balises - 10 pincettes - 1 plot. <i>Les balises peuvent être remplacées par des cônes et les pincettes par des lettres codées ou crayons de couleur.</i>	1 plan du billard par enfant. 1 carton « trajectoire-contrôle ».	3 cartons de contrôle correction. 1 liste des participants pour noter les erreurs de chacun.

consignes
« Tu te rends au plot de départ qui correspond à celui marqué par un triangle sur ton plan du billard. »
« Tu effectues le parcours de la boule de billard dans l'ordre indiqué par ton carton "trajectoire-contrôle". »
« À chaque balise que tu rencontres sur ta trajectoire tu poinçones ton carton «trajectoire-contrôle». »
« À l'arrivée, tu compares ton carton à celui de vérification. »
« Tu donnes ton résultat à l'animateur sans tricher petit chenapan. »

variantes
Réaliser le parcours sans erreur.

► Pour simplifier la situation :
- Le parcours de la boule peut être dessiné sur le plan du jeu mais cela oblige à préparer un plan correspondant à chaque carton de trajectoire.
- Numéroté les balises dans un ordre logique et non au hasard.

► Pour complexifier la situation :
- Départ en masse de plusieurs enfants en même temps sur des trajectoires totalement différentes. Cette variante est perturbante car plusieurs enfants agissent en même temps. Elle permet aussi d'occuper plus largement les enfants et évite les situations d'attente.
- Pendant qu'un enfant agit, un autre observe et dessine la trajectoire de la boule sur le plan du jeu.
- Cette fiche peut être réalisée en niveau 2 comme un temps d'échauffement en début de séance.

Les fiches O'abc sont mises en place par la Fédération Française de Course d'Orientation (FFCO) dans le cadre du projet O+

Critères de réussite

- 1 LES OBJECTIFS**
Ils précisent ce que l'on veut faire découvrir, apprendre, ou évaluer.
- 2 LE DISPOSITIF**
Il indique ce que l'animateur ou l'enseignant doit réaliser pour préparer la séance.
- 3 LE MATÉRIEL**
Il s'agit du matériel nécessaire au fonctionnement et à la gestion de l'exercice.
- 4 LES CONSIGNES**
Elles indiquent ce que l'animateur ou l'enseignant doit dire aux jeunes pour qu'ils comprennent ce qu'ils ont à faire.
- 5 CRITÈRES DE RÉUSSITE**
Ils donnent plus de sens au jeu et permettent d'évaluer les réponses des jeunes.
- 6 LES VARIANTES**
Elles permettent de faire évoluer le jeu (en le complexifiant) ou de l'adapter (en le simplifiant).





Pour en savoir plus sur la course d'orientation

www.ffcoorientation.fr



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION
15 passage des Mauxins – 75019 PARIS
01 47 97 11 91 – contact@ffcoorientation.fr

Je souhaite commander le dossier pédagogique O'abc

Si vous souhaitez commander le dossier pédagogique O'abc, que vous soyez licencié FFCO ou non, vous devez simplement vous rendre sur la [boutique fédérale](#), télécharger le catalogue et le bon de commande, et envoyer votre bon de commande complété avec votre paiement à la fédération.



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE COURSE D'ORIENTATION

15 passage des Mauxins - 75019 PARIS

+33 (0)1 47 97 11 91 - contact@ffcorientation.fr

www.ffcorientation.fr

