

ACTIVITÉS USEP82

2024/2025

CYCLE 3



Activités par catégorie

ACTIVITÉS ATHLÉTIQUES

- Course de durée
- Athlétisme (Cross'athlon USEP)

ACTIVITÉS GYMNIQUES ET D'EXPRESSION CORPORELLE

- Acrosport
- Rencontre "Danse à l'école" - partenariat avec la DSDEN

ACTIVITÉS COLLECTIVES

- Jeux coopératifs
- Jeux coopétitifs

SPORTS DE COMBAT

- Jeux de lutte (Judo)
- Escrime (*places limitées et formation nécessaire - voir en réunion de secteur*)

SPORTS DE RAQUETTES

- Badminton (*places limitées - voir en réunion de secteur*)
- Tennis (*places limitées et formation nécessaire - voir en réunion de secteur*)

ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

- Orientation à la base de loisirs de Saint-Nicolas de la Grave ou au lac de Molières
- P'tit Tour à Vélo
- Golf (*places limitées et formation nécessaire - voir en réunion de secteur*)

SPORTS COLLECTIFS

- Handball à 4
- Rugby à toucher à 6
- Ultimate

ACTIVITÉS INNOVANTES

- Multi-activités

D'autres activités sportives pourront être proposées selon les infrastructures existantes dans chaque secteur et le matériel disponible à l'USEP82. A voir en réunion de secteur.

USEP 82 – Cycle 3 – Année 2024-2025 - Présentation

Dispositif	Descriptif	
Jeux coopératifs	<p>Les jeux du patrimoine (jeux traditionnels de coopération) permettent de développer le corps, la capacité de prendre des décisions, l'esprit d'équipe et la socialisation. Ces jeux ont de grandes qualités comme aiguïser la réflexion, l'éducation, la sociabilité de chacun, favoriser le travail d'équipe, l'harmonie, la collaboration et le partage, l'acceptation des défis.</p> <p>A partir de la connaissance d'une activité physique et sportive, les enfants ressortent forts de responsabilités acquises au travers de vrais rôles sociaux, et de compétences méthodologiques, civiques et sportives utiles à la compréhension de la vie sociale qui les entoure et indispensables à de futurs engagements.</p> <p>Pour participer à cette rencontre, chaque classe s'engage à préparer :</p> <ul style="list-style-type: none"> • un « <i>jeu</i> » qu'elle présentera et fera découvrir à une autre classe. Ne pas oublier d'amener le matériel ou demander à la délégation USEP en cas de besoin. 	D'octobre à décembre 2024
Course de durée	<p>Les enfants pourront juger de sa capacité afin de parcourir la plus grande distance en un temps donné (Course contrat temps).</p>	D'octobre à décembre 2024
Jeux de lutte	<p>La notion de contact et de prise de conscience du corps de l'autre s'avère indispensable dans l'épanouissement de chaque enfant.</p> <p>Ils peuvent apprendre à analyser leur agressivité, à coopérer les uns avec les autres, à se responsabiliser. Ils pourront ainsi travailler différents types de compétences au niveau des actions motrices comme tirer, pousser, saisir, retourner, immobiliser, déséquilibrer et au niveau de l'affectif comme la maîtrise de la peur du contact avec l'autre ou avec le sol.</p> <p>Cette rencontre permettra à l'enfant de découvrir progressivement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les notions d'affrontement et d'opposition directe, - La notion de conquête d'objets et de territoires, - Les jeux de combat collectif, - Le combat individuel. <p>Ces oppositions leur permettront d'aborder différents statuts, puisque tour à tour, ils devront assumer le rôle d'arbitre et celui de combattant dans le plus grand respect de l'autre et des règles.</p>	De janvier à mars 2025

<p>Acrosport</p>	<p>C'est une activité de coopération et de création collective qui vise à créer des figures statiques, équilibrées, à plusieurs en ajoutant des liaisons gymniques et/ou chorégraphiques.</p> <p>Il y a trois rôles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le porteur - le voltigeur - le pareur <p>Il faudra préparer en amont (dans la classe) un enchaînement de figures à visée artistique, esthétique ou expressive afin de présenter un spectacle devant les autres écoles lors de la rencontre USEP (le cahier des charges est à télécharger sur le site https://tarnetgaronne.comite.usep.org/2019/11/24/acrosport/)</p>	<p>De janvier à mars 2025</p>
<p>Escrime</p>	<p>Cette activité consiste en un affrontement duel avec utilisation d'un engin (fleuret) dans un cadre spatio-temporel défini où il s'agit de toucher l'autre sans se faire toucher.</p> <p>Au travers des divers ateliers proposés, l'enfant développera des capacités d'attention (agir en action/réaction), de maîtrise de soi, de confiance en soi et de respect (arbitre, adversaire) ...</p> <p><i>Ne peuvent s'inscrire que les classes ayant suivi un cycle d'apprentissage de l'activité. Les places sont limitées. A voir en réunion de secteur.</i></p>	<p>De février à avril 2025</p>
<p>Jeux coopératifs</p>	<p>Les jeux coopératifs sont une démarche dont l'enjeu est de tendre vers une opposition équitable en ajoutant des contraintes ou des avantages aux participants. Appliquée à une course de relais et un jeu collectif dans le coffret de la revue EPS, cette approche peut être transposée à de nombreuses activités sportives.</p> <p>Excellent moyen de travailler en interdisciplinarité et de lier l'EPS aux autres enseignements (lecture, écriture, mathématiques, ...).</p>	<p>De mars à mai 2025</p>
<p>Athlétisme</p>	<p>Inscrites dans l'opération nationale ""À l'USEP, l'athlé ça se VIE !"", ces rencontres contribuent au parcours éducatif de santé des élèves à partir des activités athlétiques.</p>	<p>De mars à mai 2025</p>

Sports de raquettes (tennis ou badminton)	<p>Les sports de raquettes permettent aux élèves de se déplacer et frapper vers une cible, de produire des trajectoires de longueurs différentes, de maîtriser les engins, les déplacements, les lancers, les frappes et les échanges.</p> <p><i>Ne peuvent s'inscrire que les classes ayant suivi un cycle d'apprentissage de l'activité. Les places sont limitées. A voir en réunion de secteur.</i></p>	De mars à mai 2025
Sports collectifs (Handball, Rugby à toucher, Football, Ultimate)	<p>Pratiquer une rencontre de sports collectifs, c'est résoudre à plusieurs et en actions, par des attitudes d'aide et d'opposition, des problèmes posés par le déplacement de mobiles (personnes et/ou objets) dont les trajets et trajectoires sont plus ou moins prévisibles, tout en répondant à des règles. Ces activités relèvent du domaine d'action des activités de coopération et d'opposition.</p> <p>Les comportements mis en jeu sont les suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ affronter à plusieurs un ou des adversaires ; ✓ respecter des règles ; ✓ expérimenter des rôles d'arbitre, de juge, de chronométreur... 	De mai à juin 2025
P'tit Tour à Vélo	<p>Le P'tit Tour à vélo est un moment privilégié d'activités sportives accessibles à tous, permettant aux enfants de goûter aux joies d'une pratique saine et citoyenne, dans le respect des règles de sécurité routière, de santé et d'environnement.</p> <p>Cette journée est composée <u>(d'une étape à vélo Aller/Retour de l'école au lieu de rendez-vous), d'un pique-nique et d'ateliers (maniabilité, quizz sécurité routière, adresse, course).</u></p> <p>Ces journées sont l'aboutissement d'un travail conduit dans le cadre du programme en Education Physique et Sportive et Education à la Sécurité Routière et dans le dispositif Savoir Rouler à Vélo.</p> <p><i>Des intervenants pourront être disponibles pour vous accompagner pendant le cycle d'apprentissage.</i></p>	De mai à juin 2025
Multi-activités	<p>Les enfants pourront découvrir de nouvelles activités qu'ils ne pratiquent pas habituellement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kinball ; - Tchouk ball ; - Mōlkky (jeu de quilles suédoises) ... ; - Sarbacane ; - Pétanque ; - Poul Ball ; - Scratch ball, entre autres. 	De mai à juin 2025