

Exemple de cycles

Activités « course d'orientation » Tome 2

Les exercices de ce tome 2 sont pour la plupart d'entre eux adaptés aux enfants qui ont déjà quelques notions d'orientation, notamment en ce qui concerne la tenue de la carte (POP).

En effet, dès qu'une "vraie" carte est utilisée, le simple fait de lire cette carte occupe déjà bien l'esprit. Il est donc plus raisonnable de commencer l'orientation avec des exercices issus du tome 1 pour travailler les bases.

Pour les classes du cycle 2, nous associerons donc des exercices issus du tome 1 et du tome 2 dans les propositions de cycle ci-dessous.

Pour les classes du cycle 3, d'une part nous ferons l'hypothèse que les enfants réalisent leur premier cycle de course d'orientation et nous proposerons donc une association d'exercices du tome 1 et du tome 2. D'autre part, nous ferons l'hypothèse que les enfants ont déjà réalisé au moins un cycle de 3 séances d'activités d'orientation et nous ne proposerons que des exercices issus du tome 2.

Cycle de 3 à 8 séances de 50 minutes, en grande section

Séance 1

Je le place à ...	Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 1
Equilibre	Niveau 1, Sans support, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1

Séance 2

Premier parcours	Niveau 1, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 5 min, Tome 1
Parcours d'agilité	Niveau 1, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 1

Séance 3

Plier et déplier	Niveau 1, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 1
Multi puzzle	Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 4

O'photo	Niveau 2, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 30 min, Tome 2
1, 2, 3 soleil !	Niveau 1, Sans support, Durée : 10/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 5

Plan de la classe	Niveau 1, Carte du terrain, Durée : 20/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1
-------------------	--

Plier et déplier Niveau 1, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 6

Promenade suivi Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 7

Deuxième parcours Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1

Course nature Niveau 1, Sans support, Durée : 10/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 8

Papillon et score Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

avec des boucles d'un seul poste (parcours étoile) et un terrain connu des enfants et sécurisé.

Cycle de 3 à 8 séances de 50 minutes, en CP

Séance 1

Plan de la classe Niveau 1, Carte du terrain, Durée : 20/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1

Equilibre Niveau 1, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1

Séance 2

Premier parcours Niveau 1, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 5 min, Tome 1

1, 2, 3 soleil ! Niveau 1, Sans support, Durée : 10/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 3

Oeil de lynx Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Course nature Niveau 1, Sans support, Durée : 10/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 4

Deuxième parcours Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1

Multi puzzle Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 1

Séance 5

Plier et déplier Niveau 1, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 1

O'promenade Niveau 1, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 6

Schéma N&B Niveau 1, Sans support, Durée : 30/50 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 7

Promenade suivi Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 8

Papillon et score Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Cycle de 3 à 8 séances de 50 minutes, en CE1

Séance 1

Premier parcours Niveau 1, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 5 min, Tome 1

Course nature Niveau 1, Sans support, Durée : 10/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 2

Deuxième parcours Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1

Equilibre Niveau 1, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1

Séance 3

Jeux des erreurs Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 2

O'promenade Niveau 1, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 4

Promenade suivi Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 5

Schéma N&B Niveau 1, Sans support, Durée : 30/50 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 6

Les paires Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Papillon et score Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 7

Train bavard Niveau 2, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Oeil de lynx Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 8

Jeu des mots Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Parcours classique Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Cycle de 3 à 8 séances de 50 minutes, en CE2 débutants

Séance 1

Premier parcours	Niveau 1, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 5 min, Tome 1
Deuxième parcours	Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1
O'promenade	Niveau 1, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 2

Les paires	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 1
Papillon et score	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 3

O'choix	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2
Oeil de lynx	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Parcours d'agilité	Niveau 1, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 1

Séance 4

Prom. repérage	Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Train bavard	Niveau 2, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 5

Jeu des mots	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Parcours classique	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 6

Jeu du béret	Niveau 2, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 15 min, Tome 2
O'dictée	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 7

Appui	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1
Promenade départ	Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 8

Suivi d'itinéraire	Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2
Pose sans carte	Niveau 3, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Cycle de 3 à 8 séances de 50 minutes, en CM1 débutants

Séance 1

Promenade POP	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 0 min, Tome 1
Stop !	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 2

Deuxième parcours	Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1
Papillon et score	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 3

Train bavard	Niveau 2, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1
Oeil de lynx	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2
O'choix	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 4

O' Dictée	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2
Course nature	Niveau 1, Sans support, Durée : 10/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1

Séance 5

Où faut-il passer ?	Niveau 3, Support fourni, Durée : 20/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2
Parcours classique	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 6

Pose sans carte	Niveau 3, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2
Parcours d'agilité	Niveau 1, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 1

Séance 7

Jeu des mots	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Suivi d'itinéraire	Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 8

Lire et courir	Niveau 4, Support non fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 1
Localisation	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 15 min, Tome 2

Cycle de 3 à 8 séances de 50 minutes, en CM2 débutants

Séance 1

Où suis-je ?	Niveau 2, Support fourni ,Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 1
Je regarde	Niveau 2, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 2

Course nature	Niveau 1, Sans support, Durée : 10/30 min, Prépa : 0 min, Tome 1
Jeux des erreurs	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 2
Bataille navale	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 3

Deuxième parcours	Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 5 min, Tome 1
Papillon et score	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 4

Multi puzzle	Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Les paires	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 1
Prom. repérage	Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 5

Pose / score	Niveau 3, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2
Parcours d'agilité	Niveau 1, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 1

Séance 6

Lire et courir	Niveau 4, Support non fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 1
Parcours classique	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 7

Suivi d'itinéraire	Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2
Pose balise	Niveau 4, Carte du terrain, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 8

Oeil de lynx	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Course 2 en 1	Niveau 4, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Cycle de 3 à 8 séances de 50 minutes, en CE2 « élites »

Séance 1

Promenade suivi	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 0 min, Tome 2
Multi puzzle	Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 2

O'photo	Niveau 2, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 30 min, Tome 1
Jeux des erreurs	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 2

Séance 3

O'promenade	Niveau 1, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2
Stop !	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 4

Oeil de lynx	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Papillon et score	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 5

Jeu des mots	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Prom. localisation	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 6

O'choix	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2
Prom. repérage	Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 7

Localisation	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 15 min, Tome 2
Parcours classique	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 8

O'précision init.	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2
Bataille navale	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Cycle de 3 à 8 séances de 50 minutes, en CM1 « élites »

Séance 1

Je regarde	Niveau 2, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2
Stop !	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Multi puzzle	Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 2

Jeux des erreurs	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 2
Papillon et score	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 3

Prom. repérage	Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Jeu des mots	Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 4

O'choix	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min
Parcours classique	Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 5

Choix de direction	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 2
Pose sans carte	Niveau 3, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 6

Pose balise	Niveau 4, Carte du terrain, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2
Bataille navale	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 7

O'croquis	Niveau 4, Carte du terrain, Durée : 20/30 min, Prépa : 15 min, Tome 2
Pose / score	Niveau 3, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 8

Localisation	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 15 min, Tome 2
Parcours sprint	Niveau 4, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Cycle de 3 à 8 séances de 50 minutes, en CM2 « élites »

Séance 1

O dictée	Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2
----------	--

Jeu des mots Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Jeux des erreurs Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/30 min, Prépa : 5 min, Tome 2

Séance 2

Oeil de lynx Niveau 2, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Pose sans carte Niveau 3, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Multi puzzle Niveau 1, Support fourni, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 3

Prom. localisation Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Papillon et score Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Séance 4

Suivi d'itinéraire Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Bataille navale Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Séance 5

Pose avec carte Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 20/30 min, Prépa : 0 min, Tome 2

Localisation Niveau 3, Support fourni, Durée : 10/20 min, Prépa : 15 min, Tome 2

Séance 6

Parcours classique Niveau 2, Carte du terrain, Durée : 30/50 min, Prépa : 30 min, Tome 2

Ecrire définition Niveau 4, Sans support, Durée : 20/30 min, Prépa : 15 min, Tome 2

Séance 7

Contrôle carte Niveau 3, Carte du terrain, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Pose balise Niveau 4, Carte du terrain, Durée : 20/30 min, Prépa : 10 min, Tome 2

Séance 8

O'croquis Niveau 4, Carte du terrain, Durée : 20/30 min, Prépa : 15 min, Tome 2

Course aux postes Niveau 4, Carte du terrain, Durée : 20/50 min, Prépa : 15 min, Tome 2