

# Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique avec l'USEP



**« Bougeons à l'école maternelle !  
Des activités physiques pour apprendre et grandir »**



## Les intervenantes :

**Frédérique Naulet**, Sainte Gemme la Plaine, école La Plaine, classe de TPS-PS

**Emilie Grégoire**, La Chaize le Vicomte, école Pierre Perret, classe de TPS-PS

**Florence Lemaire**, La Genétouze, école Gustave Eiffel, classe de TPS-PS-MS

**Juliette Marlin**, Mortagne-sur-Sèvre, école primaire Evrunes, classe de CP-CE1-CE2 à ½ temps et chargée de mission USEP-Génération 2024 à ½ temps

**Kristell Troussicot**, conseillère pédagogique circonscription La Roche Sud

## Excusé :

**Benjamin Roy**, délégué USEP85



Direction des services départementaux  
de l'éducation nationale  
de Vendée





**Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré**  
Section sportive de la ligue de m'enseignement, sport scolaire  
Fédération sous tutelle de l'Etat



**Les randonnées contées :**  
une proposition pour bouger à l'école maternelle  
**OU**  
Comment associer développement moteur  
et développement langagier  
chez des élèves de cycle 1 ?

## Déroulement de l'atelier

5 '	Accueil et présentation des intervenantes
5 '	Descriptif du contexte et du déroulement général de la randonnée
20 '	Témoignages et bilan <i>par Emilie, Florence et Frédérique</i>
15 '	Échanges spontanés, questions libres et témoignages de pratiques similaires
15 '	<u>Temps réflexif 1</u> : les objectifs + Synthèse d'étape avec cadrage institutionnel <u>Temps réflexif 2</u> : la progressivité dans les objectifs en jeu + Synthèse et points de vigilance et mot de la fin
15 '	Présentation de L'USEP et des propositions pour le cycle 1 <i>par Juliette, Emilie, Frédérique et Florence</i>

## Randonnée Contée

NEZMY - ÎLE D'OLONNE - ST PROUANT - LES HERMIÈRES - LE BERNARD -  
HALLIERES - CHALLANS - VENEZEAULT - ET CHRISTOPHE DU LOUENON -  
LA CHAÎNE LE VICOMTE - LES ESCOFFES - ENDEBONNE - ET GILLES-CROIX  
DE VIE - LA CHATAYONNAISE - LA ROCHE-SUR-YOU



### Ce qu'il faut pour une randonnée contée :

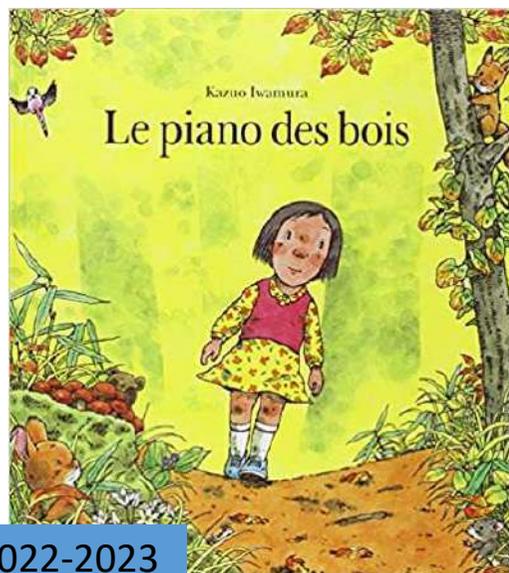
Un parcours balisé par des rubans

Des accompagnateurs et des lecteurs en plus de l'enseignant

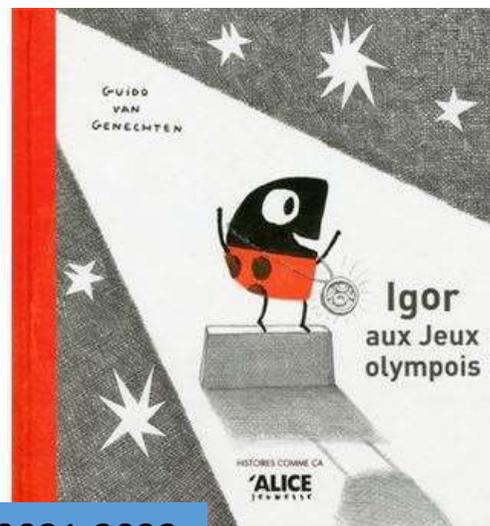
Un album avec une « structure en randonnée »

Des chaussures de sport

Un portable (photo, dictaphone, application QR code)



2022-2023



2021-2022



Précédemment...



# RANDONNÉE CONTÉE



NESMY - ILE D'OLONNE - ST PROUANT - LES HERBIERS - LE BERNARD -  
NALLIERS - CHALLANS - VENANSULT - ST CHRISTOPHE DU LIGNERON -  
LA CHAIZE LE VICOMTE - LES ESSARTS - LANDERONDE - ST GILLES CROIX  
DE VIE - LA CHATAIGNERAIE - LA ROCHE-SUR-YON



## La randonnée contée en chiffres :

Par groupe de 4 à 6 enfants

Environ 1 heure

Entre 1 km 500 et 2 km

3 à 6 points de lecture, *en fonction de l'album choisi*

Durant la 1<sup>e</sup> période scolaire

Semaine de la maternelle - DSDEN85 - Troussicot Kristell

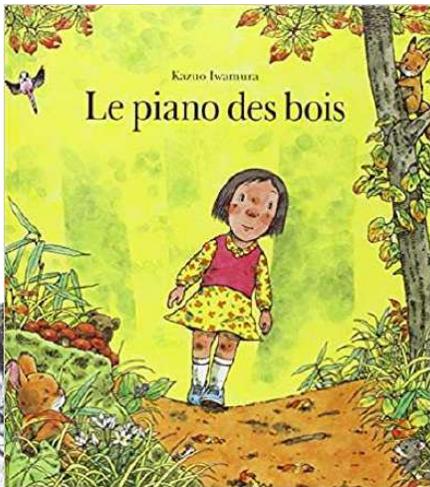


Emilie



Randonnée contée 11 octobre 2021  
Classe PS La Chaize le Vicmote

# Frédérique



# Florence



## DICTIONNAIRE DE L'ALBUM LE PIANO DES BOIS *les instruments de musique*



LUNDI					MARDI					MERCREDI					JEUDI					VENDREDI					SAMEDI					DIMANCHE				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				

Objectif : Savoir reconnaître un mot identique à un autre en lettres capitales.

Consigne : Entoure dans chaque colonne le nom de l'animal entouré en haut. Il peut être écrit plusieurs fois.



PIANO  
piano  
piano



TAMBOUR  
tambour  
tambour



TROMBONE  
trombone  
trombone

OISEAU



ONDE  
OISEAU  
OLIVE  
OISEAU

SOURIS



SOURIS  
SINGE  
SAVON  
SOUPE

ECUREUIL



ECOLE  
ECUREUIL  
ECUREUIL  
ECUME

LAPIN



LAPIN  
PATIN  
LAPIN  
LATIN

**Randonnée contée  
à Venansault**  
Lundi 10 octobre 2022



Une grande balade (1,6 km) nous a permis de découvrir, d'étape en étape, l'histoire du PIANO DES BOIS.

À chaque nouvelle balise, nous avons écouté un bout de l'album, ainsi que les instruments joués par les différents animaux.



### RANDONNÉE CONTÉE



Tambour



Piano



Trompette



Violoncelle



Xylophone



Partie 1



Partie 2



Partie 3



Partie 4

Semaine de la maternelle - DSDEN85 - Troussicot Kristell





**Questions libres**

**Remarques spontanées**

**Des pratiques similaires ?**

Temps réflexif partagé

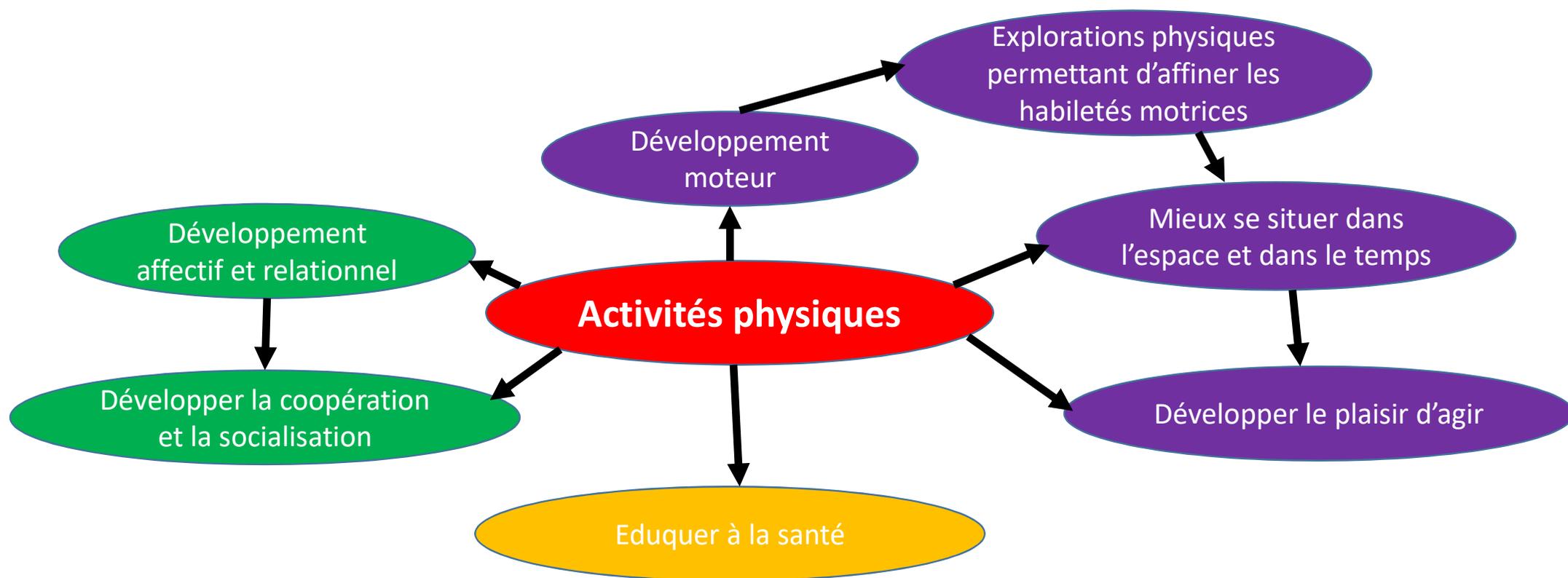
*Quels enjeux moteurs sont engagés dans la pratique partagée ?*

*Quels objectifs d'apprentissage visés ?*

*Vers une synthèse d'étape en appui sur des éléments institutionnels et didactiques*



## Retour sur les programmes en EPS



Pour faire écho à la conférence de Fabrice Delsahut

## Développement moteur de l'enfant

Le répertoire des patrons moteurs de base :

**LOCOMOTION**

EQUILIBRE

CONTRÔLE D'OBJET, MANIPULATION

Les habiletés motrices de locomotion :

courir, piloter, **marcher**, ramper, sauter,  
glisser, grimper, tourner, rouler, nager,  
patiner...

**MARCHER** ?

Action motrice qui peut paraître simple,  
naturelle et a priori acquise, mais :

- à laquelle il faudra peut-être prévoir des séances de préparation (proprioception ?)
- à laquelle on pourra apporter des enjeux supplémentaires afin de l'automatiser, la rendre encore plus opérationnelle pour ressentir du plaisir...
- à laquelle on pourra associer les habiletés d'équilibre

Dans cette randonnée, les enfants doivent apprendre à gérer les informations périphériques tout en marchant.

**Ici, les élèves doivent décentrer leur regard lorsqu'ils marchent pour repérer les balises (concept de l'extéroception).**

Dans quel parcours de formation du cycle 1 s'inscrit-on ?

Cycle 1	Compétences travaillées	Attendus de fin de cycle
<p>Objectif 2 /</p> <p>Adapter ses <u>équilibres</u> et ses <u>déplacements</u> à des environnements ou des contraintes variés</p>	<p><b>Découvrir des espaces inconnus ou caractérisés par leur incertitude</b> (piscine, patinoire, <b>parc, forêt, etc.</b>).</p> 	<p><b><u>Se déplacer</u> avec aisance et en sécurité dans des <u>environnements variés, naturels ou aménagés.</u></b></p>
<p>Objectif 1 /</p> <p>Agir dans <u>l'espace, dans la durée</u> et sur les objets</p>	<p><b>Il apprend à fournir des efforts dans la durée, à chercher à parcourir plus de distance dans un temps donné</b> (« matérialisé » par un sablier, une chanson enregistrée, etc.).</p> 	<p><b><u>Ajuster et enchaîner ses actions</u> et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir</b></p>

## « *Marcher ou lire... Pourquoi choisir ?* »

### Les objectifs de la randonnée :

- Pratiquer une activité physique (la marche longue) dans un environnement proche (*naturel -forêt-, urbain, péri-urbain...*)
- S'initier à l'orientation par le biais de la marche longue
- Développer et enrichir le vocabulaire chez les élèves
- Découvrir un texte littéraire par étapes, écouter de l'écrit
- S'exercer à raconter
- Explorer des sensations (*visuelles, auditives, olfactives*) à travers un nouvel environnement
- Faire partie d'un collectif ayant un objectif commun, avoir une pratique sociale en EPS
- Prendre du plaisir, avoir une estime de soi après son engagement



Temps réflexif partagé

Dans le champ des « actions motrices »

## Questionner la progressivité (sur l'année, le cycle)

Avant la randonnée, lors de la randonnée, après la randonnée

À leur arrivée à l'école maternelle, tous les enfants ne sont pas au même niveau de développement moteur. Ils n'ont pas réalisé les mêmes expériences corporelles et celles-ci ont pris des sens différents en fonction des contextes dans lesquels elles se sont déroulées



<b>Objectif 1 : Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets</b>	<b>Objectif 2 : Adapter ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés</b>
<p>Progressivité concernant la longueur du parcours, aller vers la capacité de se dépasser</p> <p>Progressivité concernant la difficulté du parcours quant à sa nature (côte, pente glissante, obstacles avec des fossés...) mais également les enchaînements moteurs qu'il pourrait permettre (marcher, enjamber, se pencher, sauter par-dessus...)</p> <p>Progressivité concernant la durée proposée du parcours : marcher le plus vite possible durant un temps limité pour terminer le parcours, apprendre à mesurer le temps et aller progressivement de la marche longue à la course longue</p>	<p>Débuter dans un espace sécurisé, fermé et connu de tous : la classe, puis, les couloirs, puis la cour de récréation, puis le quartier très proche de l'école, pour aller vers des milieux plus ou moins inconnus, avec des enjeux moteurs engageants (côte, montée glissante, obstacles avec des fossés...)</p> <p>Se préparer à observer, trouver des petits trésors</p> <p>Se repérer dans la réalité à partir du vocabulaire topologique et des éléments naturels de l'environnement, d'un plan, d'un dessin, d'une photo aérienne, d'une maquette</p> <p>Représenter l'espace parcouru sous la forme d'un dessin, placer les balises trouvées, pour proposer un parcours simple aux camarades</p> <p>Faire varier le nombre de balises</p> <p>Ajouter la variable du temps pour aller vers la course d'orientation</p>

## Si votre projet et vos objectifs restent centrés sur le grand objectif 1 :

*Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets*

Au travers des situations proposées par l'enseignant(e), l'enfant sera conduit à :

- Mobiliser son énergie (en courant vite ou longtemps, avec ou sans obstacles, seul ou à plusieurs) pour atteindre un repère d'espace, pour parcourir plus de distance dans un temps donné, pour parvenir à rattraper quelqu'un ou à lui échapper.
- Affiner, enchaîner des actions pour enjamber, franchir des obstacles variés, sauter à un ou deux pieds pour aller haut ou loin, enchaîner plusieurs sauts, lier une course et un saut puis se réceptionner.



**Ce qui est à construire sur l'ensemble du cycle**



	De l'étape 1... (autour de 2ans et demi - 3 ans)	... à l'étape 2 (autour de 4 ans)	... à l'étape 3 (autour de 5 ans)
Elargir et affiner des modes de déplacements.	Exploration de différents trajets dans un milieu aménagé à l'aide de matériels servant de repères ou d'obstacles.	Appréciation d'itinéraires, de trajets, adaptés aux buts recherchés.	Enchaînement d'actions et de déplacements dans le cadre d'une intention précise.
Percevoir des relations entre l'espace et le temps.	Engagement global dans un espace pour éprouver le plaisir du mouvement.	Exploration de vitesses différentes pour parcourir des espaces de plus en plus grands.	Expérimentation de situations mettant en relation les espaces parcourus ou les scores obtenus pour une même durée de course.
S'inscrire dans un projet d'action.	Proposition de manières de faire différentes, expérimentation des manières de faire des autres.	Choix parmi plusieurs solutions pour atteindre un but.	Engagement d'efforts dans la durée pour obtenir un score, pour chercher à progresser.

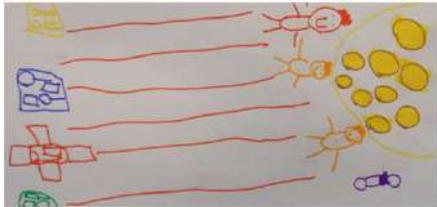
**Si votre projet et vos objectifs restent centrés sur le grand objectif 1 :**  
*Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets*

**Si votre projet et vos objectifs restent centrés sur le grand objectif 1 :**

*Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets*



## Les conditions de la réussite – les points de vigilance :



- Assurer les conditions d'une réelle pratique, pour une transformation des actions.



- Viser une inscription dans un projet d'apprentissage, individuel et collectif, dépassant le seul plaisir de faire ou de jouer.



- Apprendre soin de soi et des autres ; éduquer à la santé pour éduquer à la sécurité et à la citoyenneté.

## Si votre projet et vos objectifs restent centrés sur le grand objectif 2 :

*Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements (parc, forêt) et des contraintes variées*

Au travers des situations proposées par l'enseignant, l'enfant sera conduit à :

Se repérer dans un espace extérieur, de plus en plus large, connu ou inconnu, y prélever des indices, utiliser des moyens de guidage, pour retrouver des « trésors » cachés, réaliser des déplacements, projeter des itinéraires.

### Ce qui est à construire sur l'ensemble du cycle

	De l'étape 1 (autour de 2 ans et demi – 3 ans)	à l'étape 2 (autour de 3-4 ans)	à l'étape 3 (autour de 5 ans)
Construire des déplacements dans des espaces aménagés	Exploration de différents espaces constitués de plans et d'obstacles de différentes hauteurs et inclinaisons.	Déplacements en coordonnant ses appuis sur des chemins plus complexes, avec des supports plus hauts. Recherche de différentes façons de franchir les obstacles.	Anticipation de ses itinéraires, de ses manières de faire. Recherche « d'exploits » à montrer aux autres.
Construire des espaces orientés	Suivi d'un itinéraire simple dans un espace proche et connu. Prise d'indices spatiaux.	Utilisation de repères spatiaux pour suivre un itinéraire dans un espace connu élargi. Représentation d'un itinéraire sur un plan à l'aide de dessins d'éléments remarquables.	Repérage dans un lieu inconnu (stade, parc) à l'aide de photos, de plans, de maquettes. Mémorisation d'un parcours. Elaboration et décodage de représentations schématiques d'un parcours simple.



Resources maternelle  
Agir, s'exprimer, comprendre  
à travers l'activité physique

Objectif 2 : Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et des contraintes variées



**Si votre projet et vos objectifs restent centrés sur le grand objectif 2 :**

*Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements (parc, forêt) et des contraintes variées*

## Les conditions de la réussite – les points de vigilance :



- Assurer à l'enfant un temps d'expérimentation suffisant
- Engager le groupe-classe dans un projet d'apprentissage (donner du sens, finalité du projet, suites...) notamment en encourageant l'expression de ce qu'il fait, ce qu'il ressent
- Aider à représenter le réel, de façon évolutive, structurer l'espace.



Au pied de la porte  
du château



Sur la murette à côté  
du donjon



Sur le chiffre 2 de la  
marche

De la sensation naît l'action et de l'action naissent les sensations...

Fabrice Delsahut

Synthèse  
Points de  
vigilance



## RANDONNÉE CONTÉE

NESMY - ILE D'OLONNE - ST PROUANT - LES HERBIERS - LE BERNARD -  
NALLIERS - CHALLANS - VENANSULT - ST CHRISTOPHE DU LIGNERON -  
LA CHAIZE LE VICOMTE - LES ESSARTS - LANDERONDE - ST GILLES CROIX  
DE VIE - LA CHATAIGNERAIE - LA ROCHE-SUR-YON



Semaine de la maternelle - DSDEN85 - Troussicot Kristell



Faire du lien entre activité physique, pratique culturelle et plus encore...



**La randonnée contée  
ou...  
Le croisement  
de multiples possibles**

*Au cycle 1, chaque activité est l'occasion d'une expression orale, par anticipation, en situation, a posteriori ou de façon décontextualisée.*

## Quelle place pour le langage dans cette proposition ?

Quelle progressivité ?

Comment faire conscientiser les progrès ?

Avant la séance  
Pendant la séance  
Après la séance

Création d'un glossaire de l'album **EN AMONT**  
(pour faciliter la compréhension) +  
**un glossaire propre à l'activité physique**  
**et son environnement :**  
des verbes d'action, des verbes d'émotion et de sensation,  
les animaux, les instruments, la nature,  
le vocabulaire de positionnement...

## Le langage au service des conduites motrices :

En quoi le langage peut-il permettre aux élèves de progresser dans leurs conduites motrices ?

Pourquoi la mise en mots renforce-t-elle les conduites motrices des élèves ?

Par exemple, qu'est-ce que l'enseignant peut mettre en place pour faire conscientiser les critères pour bien s'orienter ?

## Lien avec l'EDD

Découverte de l'environnement

Développement des sensations visuelles, auditives, olfactives...

Proposition de s'inscrire dans un projet de **l'école du dehors** ou « comment mieux exploiter l'environnement proche de l'élève pour nourrir des champs disciplinaires précis et engager une démarche éco citoyenne avec les élèves ? »

Réflexion co-parentale autour des AR école-domicile ; semaine des déplacements à vélo et à pied, mise en place d'un pédibus, question globale de la mobilité

Vers une **labélisation E3D** de l'école ?

**Autre questionnement possible à cette proposition :**  
**Comment utiliser son environnement proche pour faire progresser les élèves dans leurs actions et conduites motrices ?**



Entrée	Exemples d'actions	Ressources disponibles
TRAJET MAISON – ECOLE	<ul style="list-style-type: none"> <li>Banaliser une semaine de déplacement éco-responsable (lien EDD) : à pied, à vélo.</li> </ul> <p><i>Sensibiliser les familles / les assistantes maternelles à la nécessité de se déplacer de manière autonome pour les jeunes enfants : encourager les déplacements à pied dans l'enceinte de l'école (prévoir un parking-poussettes intérieur ou extérieur).</i></p>	

L'objectif de marcher est-il celui de l'élève ou de l'adulte ?  
L'enfant ne voit-il pas que la finalité : lire un livre ?

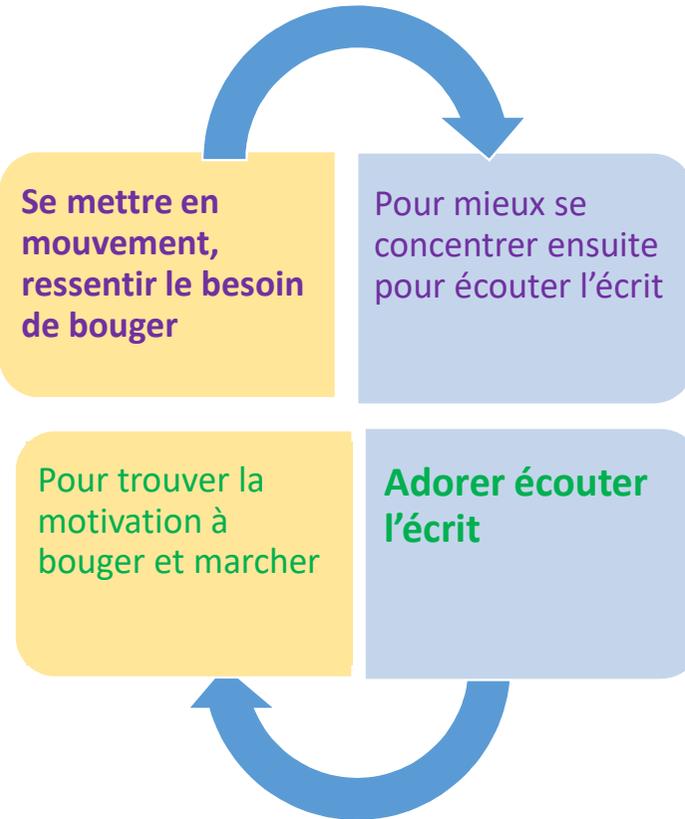
Frédérique

La randonnée contée,  
une activité qui peut convenir à tous.

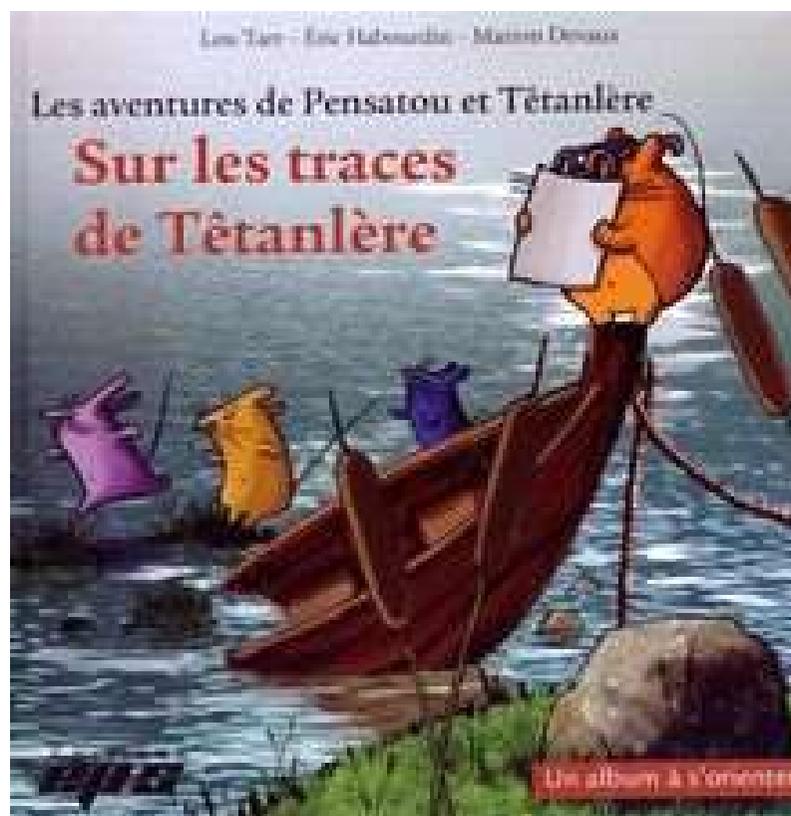
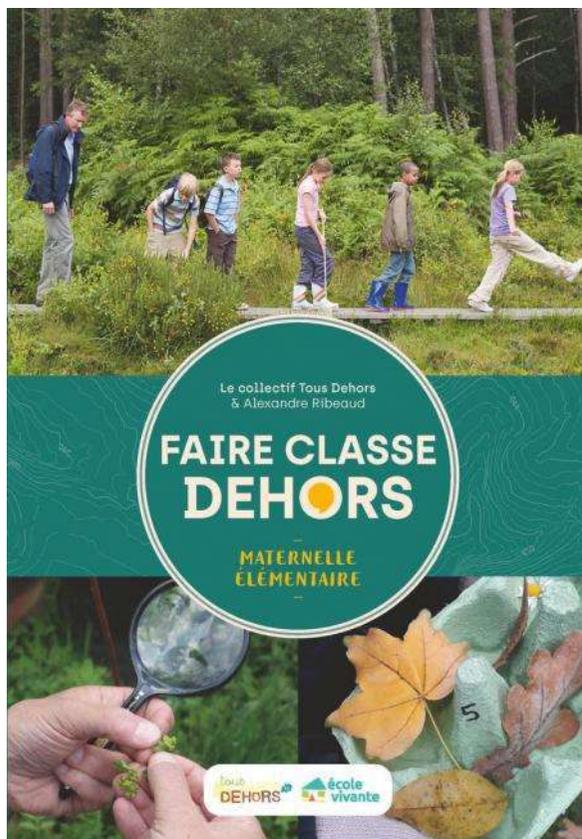
Florence

La randonnée contée marque le  
point de départ au projet de  
l'année.

Emilie



## Bibliographie :



# Présentation de l'USEP



## Les rencontres Cycle 1

### Période 1

Du 26 sept au 14 octobre

#### Randonnées contées



Autour de l'école, les élèves vont réaliser un parcours de 1.5 km à 2 km en découvrant un conte à quatre points de lecture, sur le chemin.



### Période 3

Du du 6 au 24 mars 2023

#### À l'USEP, la maternelle

entre en JEU!

Les élèves vont vivre une rencontre sportive autour du rugby : jeux individuels, collectifs et culturels.



### Période 5

Du 22 au 26 mai 2023

#### À l'USEP, la maternelle

entre en JEU!



4 jeux d'orientation sont proposés. Lors de cette rencontre, les élèves seront amenés à prendre des responsabilités.



## Les bonus : les temps forts



# SOP

SEMAINE OLYMPIQUE  
& PARALYMPIQUE

Journée Olympique

Le 23 juin 2023

Du 3 au 8 avril 2023



**P'tits reporters :** Tout au long de l'année, les enfants sont invités à rendre compte de leur vécu sur une rencontre USEP.

## Comment adhérer ?

### Créer une association USEP :

Cette association, comme toute association de loi 1901, permet la gestion légale de fonds (accompagnement du CD USEP dans les démarches)

### Comment s'affilier à l'USEP ?

- Via votre association de parents affiliée à la Ligue de l'enseignement : création une section USEP
- En contactant le délégué USEP de Vendée : Benjamin Roy

[usep@laligue85.org](mailto:usep@laligue85.org)

06 20 65 87 81

### Les tarifs

Affiliation association	33 euros
Licence enfant de maternelle	6.03 euros
Licence adulte	24 euros

**A noter :** 50 % des effectifs doivent être affiliés pour bénéficier des avantages USEP. (ex : si 4 classes maternelles, affilier 2 classes)

## Les rencontres programmées par l'USEP pour 2022-2023

# LES RENCONTRES USEP 2022/2023

## POUR LE CYCLE 1

- Rencontre « Les randonnées contées à l'Usep » du 26 septembre au 14 octobre 2022, différents sites dans le département
- Les Maternelles en jeu (Jeux d'opposition) du 6 au 24 mars 2023, différents sites dans le département
- Semaine Olympique et Paralympique (SOP) du 3 au 8 avril 2023 : actions dans les écoles
- Les Maternelles en jeu (Jeux d'orientation) du 22 au 26 mai 2023, différents sites dans le département
- Le P'tit Tour Multi Déplacements : mois de mai 2023
- Journée Olympique : le 23 juin 2023
- Les p'tits reporters Usep d'avril à juin 2023 : réalisation au cours de l'année, d'un reportage sur une rencontre Usep





# ORIENTATION



# Des propositions de jeux et parcours d'orientation au cycle 1 :



## La chasse aux contes

orientation



Durée : 45 min

**Objectif :** Se déplacer sur un parcours simple au plan (GS) ou jalonné (MS) et repérer des objets insolites.

**Lieu :** Espace inconnu

**Dispositif :** Parcours jalonné ou plan

### Matériel

- Balises : 5 à 10 objets caractéristiques d'un conte (cf annexe)
- Jalons ou plan du parcours (> 1 km)
- Albums ou images de la couverture
- Photos (prises au préalable) des objets caractéristiques pour la validation.

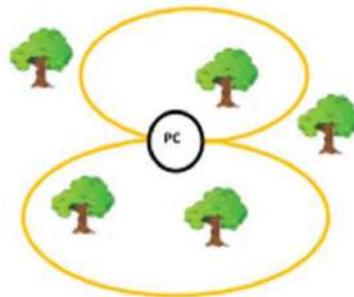
### Organisation

- Le point de départ est aussi le point de contrôle (PC)
- 2 équipes de 6 à 8 enfants encadrées d'un adulte
- 1 ou plusieurs parcours en boucle, jalonné, ou identifié sur plan avec balises (objets) successives (posées ou accrochées).
- Les balises sont régulièrement espacées sur le parcours
- Le parcours en boucle (> 1km) des départs :
  - en \*SAM et SIAM
  - échelonnés



### Déroulement

- 2 équipes sont lancées simultanément sur le parcours : l'une en SAM, l'autre en SIAM.
- Elles effectuent le parcours (environ 30 minutes), observent, identifient et relèvent les objets insolites caractéristiques d'un conte.
- Chaque objet est nommé, mémorisé ou dessiné.
- Le parcours effectué, l'équipe revient au point de départ.
- Chaque équipe valide et comptabilise les objets identifiés par une autre.
- Ensemble, les deux équipes associent chaque objet (à partir des photos) à un conte.



### Consigne

Ouvrez l'œil! Sur le parcours que vous allez effectuer à l'aide du plan / des jalons, vous découvrirez des objets insolites qui se sont échappés de contes que vous connaissez bien. Mémorisez-les / dessinez-les car, à votre retour, vous nous direz à quel conte ils appartiennent.

### Adaptations possibles en fonction des singularités

- Distance à parcourir
- Nombre de balises
- A l'aide des photos, situer sur le plan, chaque objet insolite.
- Annoncer en amont du parcours les contes supports et faire énumérer les objets qui pourraient être rencontrés.

### Maitre de la validation

Chaque équipe valide et comptabilise les objets relevés par une autre.

### But

Identifier tous les objets insolites et les associer à un conte.

### Critères de réussite

- Nombre d'objets identifiés
- Nombre d'associations objet / conte

### Annexe

- [Exemples d'objets et de contes](#)

\*SAM : Sens des Aiguilles d'une Montre  
SIAM : Sens Inverse des Aiguilles d'une Montre

Le sport scolaire de l'École publique

# JEUX OPPOSITION





## Un grand merci

- aux enseignantes ayant témoigné,
- à tous et toutes pour vos remarques et réflexions pour aller plus loin et créer des envies.

## Bonne continuation avec vos élèves !

