

# SECTION SPORTIVE SCOLAIRE

## COURSE D'ORIENTATION

Bonjour,

comme vous le savez peut-être, le collège E.Maupas proposera en septembre prochain l'accès à une Section Sportive Scolaire "Course d'Orientation", un enseignement optionnel de 3 heures par semaine.

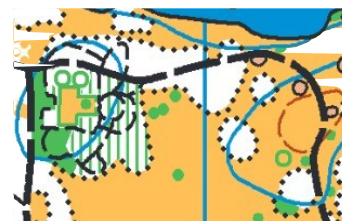


Les enfants qui sont déjà au collège ont accès à un espace de travail « Section Sportive Course d'Orientation » sur l'ENT. Tout ce qui est expliqué ici, l'est également sur cet espace, avec en plus des activités à tester !

Afin de vous présenter ce que nous y ferons, voici les objectifs poursuivis :

### Apprendre ou améliorer sa lecture de carte

Un des objectifs sera bien sûr d'apprendre à *lire une carte*, ou alors d'améliorer sa compréhension de toutes les informations qui y figurent. L'idée est de s'appropriier tout cela par la pratique (autant que possible...) ou alors lors de séances en classe.



### Améliorer sa condition physique

Bien sûr, dans "Course d'Orientation", il y a... "Course". Une partie des séances sera donc consacrée à l'amélioration de sa *condition physique*.



### Connaître les formes de pratique

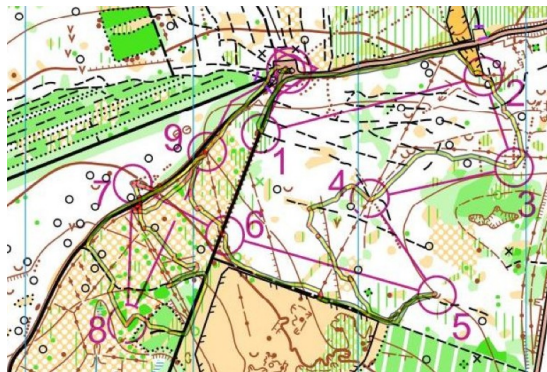
La Course d'Orientation peut se *pratiquer* seul(e) ou à plusieurs et s'adresse aux filles comme aux garçons ! Les règles ne sont pas les mêmes à l'UNSS ou en club, ou encore pour les personnes à mobilité réduite... Elle se pratique en forêt, en parcs, autour d'un stade, dans un labyrinthe...

Il est même possible de faire de la simulation en s'imaginant courir ailleurs.



## Analyser sa pratique

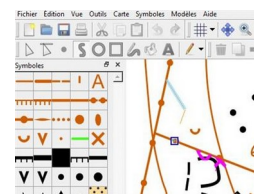
L'utilisation des nouvelles technologies permet d'aller plus loin dans l'*analyse* de son travail. Le recours au GPS permet de connaître avec précision le chemin parcouru pendant un circuit et de repérer les petites "erreurs" à corriger pour s'améliorer. Voici l'exemple d'une trace GPS obtenue lors d'un entraînement de l'Association Sportive du collègue :



## Mieux connaître l'activité

L'idée est aussi d'explorer l'activité dans toutes ces dimensions :

- *s'initier à la cartographie* : comprendre comment les cartes sont fabriquées permet de mieux connaître sa légende, d'y repérer des détails, et cartographier une zone simple apprend à se repérer, à placer les éléments les uns par rapport aux autres...



- *découvrir le milieu forestier* : la course d'orientation se pratique beaucoup en forêt. C'est un milieu souvent mal connu qu'il convient d'appivoiser pour s'y repérer plus facilement. C'est quoi un layon ? Et une charbonnière ? Et puis c'est également un milieu fragile qu'il faut apprendre à protéger...



## Pour participer

Pour rejoindre le dispositif, il faut déposer un dossier de candidature si sera évalué au collège. Plusieurs critères seront pris en compte, comme la capacité à augmenter son emploi du temps de 3h par semaine (la charge de travail supplémentaire ne doit pas être un frein aux apprentissages des autres disciplines) et la capacité à s'engager physiquement pour améliorer ses performances.

Pour s'épanouir dans cette « aventure », il faudra également faire preuve de curiosité pour découvrir la cartographie et le milieu forestier, ainsi que d'envie d'apprendre individuellement et collectivement.

