

Activité support : Lancer

Acquisitions attendues

Moteur

- différencier lancer, jeter, poser
- maintenir son équilibre pour ne pas tomber
- s'équilibrer pour lancer
- s'équilibrer pour passer d'une action motrice à une autre action motrice : prendre, courir, s'arrêter, lancer

Cognitif

- comprendre et exécuter une consigne
- imiter le maître
- imiter un camarade
- prendre des informations pour éviter les autres, pour transporter un objet

Affectif/social

- faire ensemble

Situations proposées

- 1) Lancer différents objets
- 2) Lancer différents objets
- 3) Lancer des objets encombrants
- 4) Lancer des objets légers
- 5) Lancer des objets lourds
- 6) Lancer loin
- 7) Lancer haut
- 8) Lancer dans une cible horizontale
- 9) Lancer dans une cible verticale

Axes de progressivité

Action de lancer

lâcher



poser



lancer

Orienter son lancer

lancer dans tous les sens



Lancer en dehors



S'orienter face à une cible

Tenir compte des autres

de lancer sans se soucier des autres



Lancer en évitant les autres pour réaliser des actions concrètes

Situation d'exploration	<i>Lancer différents objets</i>
Compétence	<i>Adapter ses déplacements à différents types d'environnement ou contraintes variés</i>
Apprentissages visés	<ul style="list-style-type: none"> - Expérimenter les différentes sensations de lancer. - Repérer les différents espaces.
Matériel	<p>Grande quantité d'objets variés de taille, masse, forme, dimension, textures différentes (sacs de sable, anneaux, palets, lattes, cordes, boîtes légères, balles, petits et gros ballons, cartons, plumes, tissus, ...).</p> <p>Bancs, au moins trois caisses.</p>
<p><u>But</u></p> <p>Lancer les objets de l'autre côté du ou des bancs.</p> <p><u>Organisation</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Demi-classe ou classe entière selon l'espace disponible. - Les élèves sont dans une zone de lancer matérialisée par des bancs. - La zone de réception des objets est située de l'autre côté des bancs. - Les objets à lancer sont regroupés dans des caisses. <p><u>Consignes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Au signal, prendre <u>un</u> objet et le lancer. - Lorsqu'il n'y a plus d'objets à lancer, aller les chercher et les déposer dans les caisses. <p><u>Critères de réussite</u></p> <p>Pour l'élève : se séparer de son objet.</p> <p>Pour le groupe : vider les caisses.</p> <p><u>Recommandation</u></p> <p>Vérifier que les élèves ne sortent pas de la zone de lancer avant que tous les objets soient lancés.</p>	
<p><u>Variables</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Espace : éloignement des caisses. 	



Langage en situation utilisé par l'enseignant

- Lexique lié aux objets : sacs de sable, anneaux, palets, lattes, cordes, boîtes légères, balles, petits et gros ballons, cartons, bancs, couleurs ...
- Verbes d'actions : lancer, ramener, poser.
- Lexique lié à l'espace : extérieur/dehors, intérieur/dedans, de l'autre côté ...
- Lexique lié à la quantité : plein, vide, tous les objets, tous.
- Lexique lié au temps : début, fin, avant, après.

Situation d'exploration	Lancer différents objets
Compétence	<i>Adapter ses déplacements à différents types d'environnement ou contraintes variés</i>
Apprentissages visés	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les différents espaces - Expérimenter les sensations de lancer - Adapter son geste en fonction de l'objet à lancer
Matériel	<p>Grande quantité d'objets variés de taille, masse, forme, dimension, textures différentes (sacs de sable, anneaux, palets, lattes, cordes, boîtes légères, balles, petits et gros ballons, cartons, plumes, tissus, ...).</p> <p>Bancs, au moins trois caisses.</p>
<p><u>But :</u></p> <p><i>Lancer les objets à l'extérieur de la « maison » en se plaçant derrière les bancs.</i></p> <p><u>Organisation</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Demi-classe - Les élèves sont dans une zone de lancer nommée « maison » matérialisée par des bancs. - La zone de réception des objets est située de l'autre côté des bancs. - Les objets à lancer sont regroupés dans des caisses. <p><u>Consignes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Au signal, prendre <u>un</u> objet et le lancer. - Lancer en se plaçant à chaque fois derrière un banc. -Lorsqu'il n'y a plus d'objet à lancer, aller les chercher et les poser dans les caisses. <p><u>Critères de réussite</u></p> <p><i>Pour l'élève : lancer des objets un par un.</i></p> <p><i>Pour le groupe : vider les caisses.</i></p> <p><u>Recommandations</u></p> <p><i>Vérifier que les élèves ne sortent pas de la «maison» avant que tous les objets soient lancés.</i></p> <p><i>Cet aménagement ne convient que dans un grand espace.</i></p> <p><i>Dans un espace plus restreint, utiliser l'aménagement de la situation 1.</i></p>	
<p><u>Variables</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Changer de type d'objet à chaque lancer. - Changer de zone de lancer. 	



Langage en situation utilisé par l'enseignant :

- Lexique lié aux objets : sacs de sable, anneaux, palets, lattes, cordes, boîtes légères, balles, petits et gros ballons, cartons, bancs, couleurs, etc.
- Verbes d'actions : lancer, ramener, poser.
- Lexique lié à l'espace : tout autour, extérieur/dehors, intérieur/dedans, de l'autre côté.
- Lexique lié à la quantité : plein, vide, tous les objets, tous.
- Lexique lié au temps : début, fin, avant, après.

Situation d'exploration	<i>Lancer des objets encombrants</i>	
Compétence	<i>Adapter ses déplacements à différents types d'environnement ou contraintes variés</i>	
Apprentissages visés	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les différents espaces - Expérimenter les sensations de lancer - Adapter son geste en fonction de l'objet à lancer 	
Matériel	<i>Grande quantité d'objets encombrants : cartons, tapis, cerceaux... Bancs, au moins trois caisses.</i>	
<p><u>But</u></p> <p><i>Lancer les objets encombrants à l'extérieur de la « maison » en se plaçant derrière les bancs.</i></p> <p><u>Organisation</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Demi-classe. - Les élèves sont dans une zone de lancer nommée « maison » matérialisée par des bancs. - La zone de réception des objets est située de l'autre côté des bancs. - Les objets à lancer sont regroupés dans des caisses. <p><u>Consignes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Au signal, prendre <u>un</u> objet et le lancer - Lancer en se plaçant à chaque fois derrière un banc - Lorsqu'il n'y a plus d'objet à lancer, aller les chercher et les poser dans les caisses. <p><u>Critères de réussite</u></p> <p><i>Pour l'élève : lancer des objets un par un.</i></p> <p><i>Pour le groupe : vider les caisses.</i></p> <p><u>Recommandations</u></p> <p><i>Vérifier que les élèves ne sortent pas de la « maison » avant que tous les objets soient lancés.</i></p> <p><i>Cet aménagement ne convient que dans un grand espace.</i></p> <p><i>Dans un espace plus restreint, utiliser l'aménagement de la situation 1.</i></p>		
<p><u>Variables</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Changer de type d'objet à chaque lancer. - Changer de zone de lancer. 		

Langage en situation utilisé par l'enseignant

- Lexique lié aux objets : tapis, cerceaux, boîtes, gros ballons, cartons, bancs, long, grand, gros, encombrant.
- Verbes d'actions : lancer, ramener, poser.
- Lexique lié à l'espace : tout autour, extérieur/dehors, intérieur/dedans, de l'autre côté.
- Lexique lié à la quantité : plein, vide, tous les objets, tous.
- Lexique lié au temps : début, fin, avant, après.

Situation d'exploration	<i>Lancer des objets légers</i>
Compétence	<i>Adapter ses déplacements à différents types d'environnement ou contraintes variés</i>
Apprentissages visés	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les différents espaces - Expérimenter les sensations de lancer - Adapter son geste en fonction de l'objet à lancer
Matériel	<i>Grande quantité d'objets légers : papier, foulards, ballons légers, volants de badminton, cordelettes, rubans ...</i> <i>Bancs, au moins trois caisses.</i>

But :

Lancer les objets légers à l'extérieur de la « maison » en se plaçant derrière les bancs.

Organisation :

- Demi-classe.
- Les élèves sont dans une zone de lancer nommée « maison » matérialisée par des bancs.
- La zone de réception des objets est située de l'autre côté des bancs.
- Les objets à lancer sont regroupés dans des caisses.

Consignes

- Au signal, prendre un objet et le lancer.
- Lancer en se plaçant à chaque fois derrière un banc.
- Lorsqu'il n'y a plus d'objet à lancer, aller les chercher et les poser dans les caisses.

Critères de réussite

- Pour l'élève : lancer des objets un par un.*
- Pour le groupe : vider les caisses.*

Recommandations

Vérifier que les élèves ne sortent pas de la « maison » avant que tous les objets soient lancés.
Cet aménagement ne convient que dans un grand espace.
Dans un espace plus restreint, utiliser l'aménagement de la situation 1.

**Variables**

- Espace : éloignement des caisses.

Langage en situation utilisé par l'enseignant

- Lexique lié aux objets : boîtes légères, balles, petits et gros ballons, cartons, bancs, léger.
- Verbes d'actions : lancer, ramener, poser.
- Lexique lié à l'espace : tout autour, extérieur/dehors, intérieur/dedans, de l'autre côté.
- Lexique lié à la quantité : plein, vide, tous les objets, tous.
- Lexique lié au temps : début, fin, avant, après.

Situation d'exploration	<i>Lancer des objets lourds</i>
Compétence	<i>Adapter ses déplacements à différents types d'environnement ou contraintes variés</i>
Apprentissages visés	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les différents espaces - Expérimenter les sensations de lancer - Adapter son geste en fonction de l'objet à lancer
Matériel	<i>Grande quantité d'objets lourds : sacs de sable, socles, roues en plastique, gros ballons, ballons sauteurs ...</i> <i>Bancs, au moins trois caisses.</i>
<p><u>But</u></p> <p><i>Lancer les objets lourds à l'extérieur de la « maison » en se plaçant derrière les bancs.</i></p> <p><u>Organisation</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Demi-classe. - Les élèves sont dans une zone de lancer nommée « maison » matérialisée par des bancs. - La zone de réception des objets est située de l'autre côté des bancs. - Les objets à lancer sont regroupés dans des caisses. <p><u>Consignes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Au signal, prendre <u>un</u> objet et le lancer. - Lancer en se plaçant à chaque fois derrière un banc. - Lorsqu'il n'y a plus d'objet à lancer, aller les chercher et les poser dans les caisses. <p><u>Critères de réussite</u></p> <p><i>Pour l'élève : lancer des objets un par un.</i> <i>Pour le groupe : vider les caisses.</i></p> <p><u>Recommandations</u></p> <p><i>Vérifier que les élèves ne sortent pas de la « maison » avant que tous les objets soient lancés.</i> <i>Cet aménagement ne convient que dans un grand espace.</i> <i>Dans un espace plus restreint, utiliser l'aménagement de la situation 1.</i></p>	
<p><u>Variables</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Changer de type d'objet à chaque lancer. - Changer de zone de lancer. 	



Langage en situation utilisé par l'enseignant :

- Lexique lié aux objets : sacs de sable, socles, roues en plastique, gros ballons, ballons sauteurs, bancs, lourd, gros.
- Verbes d'actions : lancer, ramener, poser.
- Lexique lié à l'espace : tout autour, extérieur/dehors, intérieur/dedans, de l'autre côté.
- Lexique lié à la quantité : plein, vide, tous les objets, tous.
- Lexique lié au temps : début, fin, avant, après.

Situation d'exploration	<i>Lancer loin</i>
Compétence	<i>Adapter ses déplacements à différents types d'environnement ou contraintes variés</i>
Apprentissages visés	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les différents espaces - Expérimenter les sensations de lancer - Adapter son geste en fonction de l'objet à lancer, de la distance
Matériel	<p>Grande quantité d'objets non rebondissants (sacs de sable, anneaux, balles de jonglage, palets...).</p> <p>Bancs, au moins trois caisses.</p> <p>Terrains aménagés (zones matérialisées par des couleurs, tapis, bancs).</p> <p>Zone de lancer délimitée par des bancs.</p>
<p><u>But</u></p> <p>Lancer loin différents objets.</p> <p><u>Organisation</u></p> <p>Demi-classe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Délimiter des zones de couleurs (cf. schéma). - Les objets à lancer sont regroupés dans des caisses. - Possibilité de mettre en place cette situation en extérieur. <p><u>Consignes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Au signal, prendre <u>un</u> objet et le lancer le plus loin possible de l'autre côté du banc. - Lancer loin en se plaçant à chaque fois derrière un banc - Lorsqu'il n'y a plus d'objet à lancer, aller les chercher et les poser dans les caisses. <p><u>Critères de réussite</u></p> <p>Pour l'élève : lancer des objets le plus loin possible. Pour le groupe : vider les caisses..</p> <p><u>Recommandations</u></p> <p>Vérifier que les élèves ne sortent pas de la « maison » avant que tous les objets soient lancés. Cet aménagement ne convient que dans un grand espace. Dans un espace plus restreint, utiliser l'aménagement de la situation 1.</p>	
<p><u>Variables</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Matériel : proposer dans la même séance un matériel qui a des propriétés identiques (lourd, encombrant, léger) 	



Langage en situation utilisé par l'enseignant

- Lexique lié aux objets : sacs de sable, socles, roues en plastique, gros ballons, ballons sauteurs, bancs, lourd, gros.
- Verbes d'actions : lancer, ramener, poser.
- Lexique lié à l'espace : tout autour, extérieur/dehors, intérieur/dedans, de l'autre côté, loin, près, entre.
- Lexique lié à la quantité : plein, vide, tous les objets, tous.
- Lexique lié au temps : début, fin, avant, après.

Situation d'exploration	<i>Lancer haut</i>
Compétence	<i>Adapter ses déplacements à différents types d'environnement ou contraintes variés</i>
Apprentissages visés	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les différents espaces - Expérimenter les sensations de lancer - Adapter son geste en fonction de l'objet à lancer, de la hauteur
Matériel	<p>Grande quantité d'objets (sacs de sable, anneaux, palets, foulards, cordelettes, ballons, balles)</p> <p>Bancs, au moins trois caisses.</p> <p>Terrains aménagés : cordes ou élastiques tendus sur lesquels on place des filets ou tissus, grands tapis</p> <p>Zone de lancer délimitée par des bancs</p>

But

Lancer haut différents objets

Organisation

Demi-classe

- Délimiter des zones de couleurs (cf. schéma).
- Les objets à lancer sont regroupés dans des caisses.
- Possibilité de mettre en place cette situation en extérieur.

Consignes

- Au signal, prendre un objet et le lancer par-dessus l'obstacle.
- Lancer au-dessus de l'obstacle en se plaçant à chaque fois derrière un banc.
- Lorsqu'il n'y a plus d'objet à lancer, aller les chercher et les poser dans les caisses.

Critères de réussite

Pour l'élève : lancer des objets par-dessus l'obstacle.
 Pour le groupe : vider les caisses.

Recommandations

Vérifier que les élèves ne sortent pas de la « maison » avant que tous les objets soient lancés.
 Cet aménagement ne convient que dans un grand espace.
 Dans un espace plus restreint, utiliser l'aménagement de la situation 1.

**Variables**

- Matériel : proposer dans la même séance un matériel qui a des propriétés identiques (lourd, encombrant, léger).

Langage en situation utilisé par l'enseignant

- Lexique lié aux objets : sacs de sable, anneaux, palets, foulards, cordelettes, ballons, balles.
- Verbes d'actions : lancer, ramener, poser.
- Lexique lié à l'espace : tout autour, extérieur/dehors, intérieur/dedans, de l'autre côté, au-dessus, au dessous, par dessus, par dessous, haut, bas.
- Lexique lié à la quantité : plein, vide, tous les objets, tous.
- Lexique lié au temps : début, fin, avant, après.

		PS
Situation d'exploration	<i>Lancer précis dans une cible horizontale</i>	
Compétence	<i>Adapter ses déplacements à différents types d'environnement ou contraintes variés</i>	
Apprentissages visés	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les différents espaces - Expérimenter les sensations de lancer - Adapter son geste en fonction de l'objet à lancer, de la distance, de la hauteur 	
Matériel	<i>Grande quantité d'objets (sacs de sable, anneaux, palets, cordelettes, ballons, balles) Bancs, au moins trois caisses. Cibles horizontales (cerceaux caisses, tapis, seaux) à différentes hauteurs et distances Zone de lancer délimitée par des bancs</i>	
<p><u>But</u> <i>Lancer avec précision différents objets.</i></p> <p><u>Organisation</u> <i>Demi-classe</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Les objets à lancer sont regroupés dans des caisses. - Possibilité de mettre en place cette situation en extérieur. <p><u>Consignes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Au signal, prendre <u>un</u> objet et le lancer dans la cible. - Lancer dans la cible en se plaçant à chaque fois derrière un banc. -Lorsqu'il n'y a plus d'objet à lancer, aller les chercher et les poser dans les caisses. <p><u>Critères de réussite</u></p> <p><i>Pour l'élève : lancer des objets dans les cibles. Pour le groupe : vider les caisses.</i></p> <p><u>Recommandations</u></p> <p><i>Vérifier que les élèves ne sortent pas de la « maison » avant que tous les objets soient lancés. Cet aménagement ne convient que dans un grand espace. Dans un espace plus restreint, utiliser l'aménagement de la situation 1.</i></p>		
		
<p><u>Variables</u></p> <p><i>Matériel : proposer dans la même séance un matériel qui a des propriétés identiques (lourd, encombrant, léger)</i></p>		

<p>Langage en situation utilisé par l'enseignant</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lexique lié aux objets : sacs de sable, anneaux, palets, foulards, cordelettes, ballons, balles. - Verbes d'actions : lancer, ramener, poser. - Lexique lié à l'espace : tout autour, extérieur/dehors, intérieur/dedans, de l'autre côté, au-dessus, au dessous, par dessus, par dessous, haut, bas. - Lexique lié à la quantité : plein, vide, tous les objets, tous. - Lexique lié au temps : début, fin, avant, après ...

Situation d'exploration	<i>Lancer dans une cible verticale</i>
Compétence	<i>Adapter ses déplacements à différents types d'environnement ou contraintes variés</i>
Apprentissages visés	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les différents espaces - Expérimenter les sensations de lancer - Adapter son geste en fonction de l'objet à lancer, de la distance, de la hauteur
Matériel	<p>Grande quantité d'objets (sacs de sable, anneaux, palets, cordelettes pliées et nouées, ballons, balles)</p> <p>Bancs, au moins trois caisses.</p> <p>Cibles verticales (cerceaux, caisses, affiches, traçages sur les murs)</p> <p>Zone de lancer délimitée par des bancs</p>
<p><u>But</u></p> <p><i>Lancer précisément différents objets</i></p> <p><u>Organisation</u></p> <p><i>Demi-classe</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Les objets à lancer sont regroupés dans des caisses. - Possibilité de mettre en place cette situation en extérieur. <p><u>Consignes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Au signal, prendre <u>un</u> objet et le lancer dans la cible. - Lancer dans la cible en se plaçant à chaque fois derrière un banc -Lorsqu'il n'y a plus d'objet à lancer, aller les chercher et les poser dans les caisses. <p><u>Critères de réussite</u></p> <p><i>Pour l'élève : lancer des objets dans les cibles.</i></p> <p><i>Pour le groupe : vider les caisses.</i></p> <p><u>Recommandations</u></p> <p><i>Vérifier que les élèves ne sortent pas de la « maison » avant que tous les objets soient lancés.</i></p> <p><i>Cet aménagement ne convient que dans un grand espace.</i></p> <p><i>Dans un espace plus restreint, utiliser l'aménagement de la situation 1.</i></p>	
<u>Variables</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Espace : varier la hauteur, la taille et la distance des cibles.

Langage en situation utilisé par l'enseignant

- Lexique lié aux objets : sacs de sable, anneaux, palets, foulards, cordelettes, ballons, balles.
- Verbes d'actions : lancer, ramener, poser.
- Lexique lié à l'espace : tout autour, extérieur/dehors, intérieur/dedans, de l'autre côté, au-dessus, au dessous, par dessus, par dessous, haut, bas.
- Lexique lié à la quantité : plein, vide, tous les objets, tous.
- Lexique lié au temps : début, fin, avant, après.