

Section Sportive Scolaire Course d'Orientation

Bonjour,

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



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

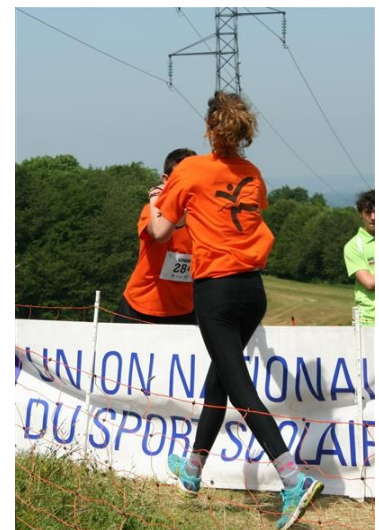
Apprendre ou améliorer sa lecture de carte

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

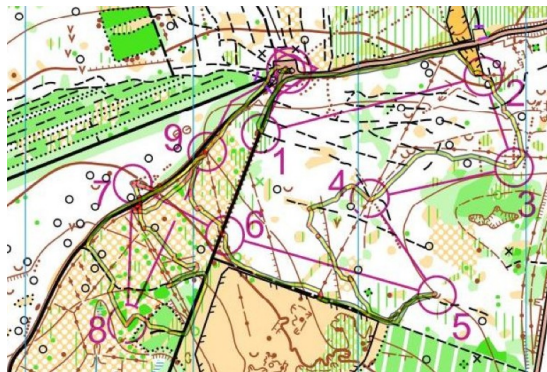
La Course d'Orientation peut se *pratiquer* seul(e) ou à plusieurs et s'adresse aux filles comme aux garçons ! Les règles ne sont pas les mêmes à l'UNSS ou en club, ou encore pour les personnes à mobilité réduite... Elle se pratique en forêt, en parcs, autour d'un stade, dans un labyrinthe...

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



Analyser sa pratique

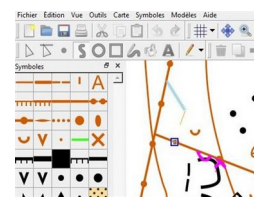
L'utilisation des nouvelles technologies permet d'aller plus loin dans l'*analyse* de son travail. Le recours au GPS permet de connaître avec précision le chemin parcouru pendant un circuit et de repérer les petites "erreurs" à corriger pour s'améliorer. Voici l'exemple d'une trace GPS obtenue lors d'un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

