Exemple de séance

Le niveau de la classe

Les objectifs de la séance

Le matériel à prévoir

Le descriptif précis de la séance

séance 2

Bouger, ne pas bouger ?

NIVEAU
Cycle 2

OBJECTIFS
- Distinguer activité et inactivité physique

DURÉE
Environ 1 h pour les activités et 30 min pour la trace écrite individuelle

MATÉRIEL À PRÉVOIR
- Papier absorbant
- 2 affiches
- Feutres

Prévoir de mener cette séance dans la cour, sous le préau ou dans la salle de sport.

TRAVAIL COLLECTIF

1. Discussion

Distinction activité physique – inactivité physique

L'enseignant propose à sa classe de pratiquer pendant cinq minutes une activité physique (petite course, série de flexions, saut à la corde…). Pour faire prendre conscience aux élèves de la distinction entre activité physique et inactivité physique, demander :
« Pouvez-vous nommer des situations où l'on bouge et d'autres où l'on ne bouge pas ? »
Par exemple, on ne bouge pas en regardant la télévision, en jouant aux jeux vidéo, à l'ordinateur, en voyageant dans une voiture …

Les modifications du corps après une activité physique

Demander aux élèves de réfléchir sur ce qui se passe quand ils pratiquent une activité physique :
« Avez-vous observé des modifications, ou des réactions de votre corps, par exemple après avoir couru ou sauté ? »
Les propositions suivantes peuvent être évoquées par les enfants : on a chaud, soif, on respire plus vite, on s'essouffle, le cœur bat plus vite, on est fatigué, le visage rougit…
Proposer ensuite d'étudier ces modifications dans le fonctionnement du corps :
« Comment peut-on faire pour savoir que l'on transpire ?
Que notre cœur bat plus vite ?… »

Pour des informations sur l'eau et l'organisme : ➤ Éclairage scientifique p. 60.

Formulation d'hypothèses

Pour répondre à ces questions, l'enseignant amène les élèves à évoquer diverses expériences très simples (qui font souvent partie de leur vécu quotidien) permettant de mesurer les réactions du corps :
– si on transpire, on peut recueillir la transpiration sur un mouchoir en papier ;
– si on est essoufflé, on peut sentir le souffle en mettant la main devant la bouche ;
– si le cœur bat plus vite, on peut écouter les battements cardiaques avec l'oreille collée, en posant sa main sur la poitrine ou en utilisant un rouleau de carton. On peut aussi mesurer son pouls en plaquant le doigt sur une artère du cou mais cette méthode est plus difficile pour de jeunes enfants.

PAR PETITS GROUPES

2. Activités physiques

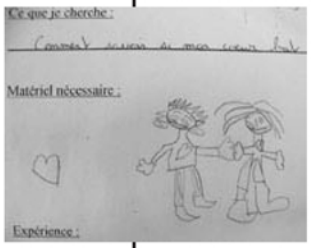
Répartit les élèves par petits groupes (par exemple, par groupes de deux) et proposer à l'ensemble des groupes de réaliser la même expérience (par exemple, celle sur la transpiration ou celle sur l'essoufflement) puis de comparer les résultats (discussion collective) avant de passer à l'expérience suivante (par exemple, celle des battements du cœur). Pour mener à bien ces expériences, les élèves vont à nouveau pratiquer une activité physique pendant cinq minutes et comparer ce qui se passe quand ils bougent, puis quand ils restent au repos pendant quelques minutes, en particulier pour les battements du cœur. Après chaque série d'expériences, les résultats obtenus par les différents groupes sont mutualisés.

Pour des informations sur l'organisation des activités (rôle de l'enseignant, travail en groupe) : ➤ Éclairage pédagogique p. 75.

TRAVAIL INDIVIDUEL

3. Traces écrites (à différer)

Il est préférable de ne pas réaliser cette trace écrite individuelle après la séance. D'une part, cette séance se déroulant dans la cour ou dans le préau, les élèves ne sont pas bien installés pour rédiger leur compte rendu, d'autre part, l'enseignant peut ainsi reprendre « au calme » les notions abordées.
Les élèves dessinent dans le cahier d'expériences les activités réalisées et recopient la conclusion. Pour les plus jeunes élèves, on pourra proposer de ne dessiner qu'une seule expérience.
Un panneau collectif représentant des personnages en activité physique et en inactivité physique peut être réalisé et affiché dans la classe pour renforcer les notions abordées (les personnages peuvent être découpés dans des revues). Pour enrichir le vocabulaire des élèves, l'enseignant note le verbe correspondant aux actions sous chaque image.



Pour en savoir plus sur la production de traces écrites : ➤ Éclairage pédagogique p. 80.

Des exemples de traces écrites

Une conclusion à retenir

Conclusion

Bouger, c'est marcher, courir, sauter, nager… Ne pas bouger, c'est rester immobile, par exemple, regarder la télévision ou faire de l'ordinateur… Quand je bouge, mon cœur bat plus vite, mon souffle est plus rapide et je transpire…

Prolongements possibles

Des suggestions de prolongements

Diversité du monde vivant :
– Observer les modes de locomotion d'animaux familiers élevés dans la classe ou amenés par les élèves. Ce travail d'observation peut être complété par une visite au zoo, à la ferme… Bibliographie : *C'est un veau* qui compare la conduite d'un animal et d'un enfant. Dans le CD audio « Fabulettes pour enfants », Anne Sylvestre.

Le corps de l'enfant :
- Trouver les articulations de son corps, observer des radiographies, fabriquer un pantin articulé. Bibliographie : *Les lunettes à voir le squelette*, de Renaud Chabrier et Gérald Stehr, Collection Archimède, Éditions l'École des loisirs ; *J'observe le corps humain*, Collection Mes premières découvertes Éditions Gallimard Jeunesse.

Les images animées :
Fabriquer un livre animé, un folioscope. Voir fiche de fabrication :
http://www.teteamodeler.com/vip2/nouveaux/decouverte/fiche218.asp
Observer les ancêtres du cinéma pour animer des images comme le zootrope, le thaumatrope. Voir fiche de fabrication :
http://www.teteamodeler.com/vip2/nouveaux/decouverte/fiche220.asp