

USEP 44

# BIATH' MAT ...



1

*Jeux de PRECISION ...*

*vers la pétanque...*

avec le concours de "PETANQUE SUD RETZ"

**Un jeu de contrastes au cycle 1**

*...Jeux à COURIR*



# SOMMAIRE

Page 1	Première de couverture
Pages 2 & 3	Sommaire
Page 4	Historique
Pages 5 à 7	Programmes
Pages 8 & 9	Le matériel
Pages 10 & 11	Sécurité
Page 12	Positions du joueur (pétanque)
Page 13	Verbes d'action spécifiques
Pages 14	Descriptif général
Pages 15 & 16	<b>Jeu à courir 1</b> : HABILLE-LOUP
Pages 17 & 18	<b>Jeu de précision 2</b> : PASSE-PORTE
Pages 19 & 20	<b>Jeu à courir 3</b> : DEPOSE-BOUCHON
Pages 21 & 22	<b>Jeu de précision 4</b> : TOUCHE-FOULARD
Pages 23 & 24	<b>Jeu à courir 5</b> : TOURNE-ROND

3

Pages 25 & 26	<b>Jeu de précision 6 : MARQUE-FLEUR</b>
Pages 27 & 28	<b>Jeu à courir 7 : RAMASSE-ORDURES</b>
Pages 29 & 30	<b>Jeu de précision 8 : CHASSE-BOULES</b>
Pages 31 & 32	<b>Jeu à courir 9 : ATTRAPE-SOURIS</b>
Pages 33 & 34	<b>Jeu de précision 10 : BOUCHE-CASE/VIDE-CASE</b>
Pages 35 & 36	<b>Jeu à courir 11 : DEPASSE-WAGONS</b>
Pages 37 & 38	<b>Jeu de précision 12 : APPROCHE-MUR</b>
Pages 39 à 45	<b>La boîte à histoires : ses 12 albums de référence</b>
Pages 46 à 60	<b>Mode d'organisation</b>
Pages 61 à 67	<b>Annexes/Ateliers</b>
Pages 68 à 80	<b>Affichettes ateliers BIATH'MAT</b>
Pages 81 à 83	<b>La réglette du plaisir pendant la rencontre et en classe</b>
Page 84	<b>Les p'tits reporters usépien.ne.s</b>

## HISTORIQUE

Derrière **Biath'Mat** se cache "biathlon" un mot d'origine grecque *bi = deux & athlos = combat, lutte* qui signifie "deux épreuves".

Son origine : le Nord de l'Europe. Avant de devenir un sport, il s'agissait d'une technique de déplacement à ski intégrée à la vie des habitants qui combinaient ski et chasse (lance et fusil en bandoulière) pour survivre. Né en Scandinavie, au XVIIIème siècle, le biathlon était à l'origine un exercice d'entraînement pour les militaires comprenant deux épreuves : le ski de fond & le tir sportif.

Le biathlon est sport olympique de 1924 (date des premiers jeux d'hiver en France, à Chamonix) à 1948, puis réintégré depuis 1960, il combine une course de ski de fond rapide beaucoup de résistance physique et une épreuve de tir à la carabine qui exige contrôle, précision et rapidité.

## 4 POURQUOI ...

... proposer le biath'mat au cycle 1?

- ▶ d'une part pour développer l'endurance et la gestion de l'effort,
- ▶ d'autre part pour mobiliser l'auto-régulation, la précision et la concentration.

## COMMENT ?

Il se réalisera sur la base de l'enchaînement de deux activités antagonistes sous une forme algorithmique.

## QUOI ?

Un parcours combiné de deux épreuves par équipe

**4 épreuves principales** : le sprint, la poursuite, l'épreuve individuelle, le relais

éduSCOL Programme et ressources pour le cycle 1 (2015): **Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique**

O1 - Objectif 1	O2 - Objectif 2	O3 - Objectif 3	O4 - Objectif 4
<b>Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets (p. 4 à 19)</b>	<b>Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et contraintes variés (p.4 à 23)</b>	<b>Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique (p.4 à 20)</b>	<b>Collaborer, coopérer, s'opposer (p.4 à 19)</b>
<b>Les enjeux essentiels de cet objectif (4-5)</b> *Les différents attendus en fonction des âges *Ce qui est à construire sur l'ensemble du cycle	<b>Les enjeux essentiels de cet objectif (4-5)</b> *Les différents attendus en fonction des âges *Ce qui est à construire sur l'ensemble du cycle	<b>Les enjeux essentiels de cet objectif (4-5)</b> *Les différents attendus en fonction des âges *Ce qui est à construire sur l'ensemble du cycle	<b>Les enjeux essentiels de cet objectif (4-6)</b> *Les différents attendus en fonction des âges *Ce qui est à construire sur l'ensemble du cycle
<b>Les conditions de la réussite (6-8)</b> *Assurer les conditions d'une réelle pratique *Mobiliser le langage dans toutes ses dimensions *Construire en relation avec le vécu, les supports qui vont « ancrer » les situations langagières *Investir des espaces de plus en plus vastes	<b>Les conditions de la réussite (6-9)</b> *Assurer à l'enfant un temps d'expérimentation suffisant *Solliciter les rééquilibrations *Solliciter les prises de risque *Engager le groupe dans un projet d'apprentissage	<b>Les conditions de la réussite (6-8)</b> *Accompagner les apprentissages moteurs, symboliques et relationnels des élèves *Donner du sens au mouvement et à l'expression de l'élève *Engager l'élève dans un parcours de motricité expressive	<b>Les conditions de la réussite (7-8)</b> *Donner la priorité à une entrée rapide dans l'activité *Solliciter et faciliter les prises de décision *Amener à réfléchir sur les stratégies efficaces
<b>La progressivité (9-11)</b> *Etape 1 – Autour de 2 ans et demi -3 ans *Etape 2 – Autour de 3 – 4 ans *Etape 3 – Autour de 5 ans	<b>La progressivité (10-12)</b> *Etape 1 – Autour de 2 ans et demi -3 ans *Etape 2 – Autour de 3 – 4 ans *Etape 3 – Autour de 5 ans	<b>La progressivité (9-11)</b> *Etape 1 – Autour de 2 ans et demi -3 ans *Etape 2 – Autour de 3 – 4 ans *Etape 3 – Autour de 5 ans	<b>La progressivité (9-12)</b> *Etape 1 – Autour de 2 ans et demi -3 ans *Etape 2 – Autour de 3 – 4 ans *Etape 3 – Autour de 5 ans Etape 3 – Autour de 5 ans - 2° piste de travail
<b>Les moins de 3 ans (12-14)</b> *Développer une motricité globale *Etendre les possibilités d'action sur et avec les objets *Développer les perceptions et les coordinations *Apprendre le partage des espaces ou des objets	<b>Les moins de 3 ans (13-15)</b> *A deux ans, les enfants ne sont plus des bébés *Voir grand pour les tout petits ! *Observer pour faire progresser *Encourager l'exploration motrice *Faire vivre les aménagements	<b>Les moins de 3 ans (12-14)</b> *Développer les perceptions et les coordinations *Danser avec des objets (exploration, recherche) *Prendre en compte des gestes fondateurs *Danser avec une musique (imprégnation, accordage tonique, dialogue) *Danser par imitation, (et imprégnation) *Entrer dans des situations chorégraphiques, organiser la danse, construire un projet chorégraphique *Regarder des œuvres chorégraphiques	<b>Les moins de 3 ans (13-15)</b> *Aller vers une plus grande autonomie *Passer du jeu « en parallèle » au jeu « coopératif » *Créer les prémices des collaborations, de la coopération et de l'opposition
<b>Construire une image orientée de son corps (15-16)</b> *Un corps mieux latéralisé *Un corps mieux identifié et mieux situé	<b>Investir des espaces aménagés (16-19)</b> *Des types d'aménagements différents pour des fonctions différentes *Un espace aménagé en « coins », en « îlots » *Un espace aménagé en « pays » *Une espace aménagé en « étoile » *Un espace aménagé en « parcours »	<b>S'engager dans une démarche de création (15-17)</b> *Pourquoi et pour quoi faire ? *Des gestes fondateurs *Quels acteurs, quels partenaires ? *Quelles étapes ?	<b>Jouer avec les autres (16-20)</b> *Découvrir progressivement l'autre au travers du jeu *Trouver peu à peu sa place dans un groupe *Un adulte qui accompagne, sécurise, relance
<b>Prendre soin de son corps et de sa santé (17-19)</b> *Devenir « grand », devenir « un grand » *Connaître, mieux se connaître au travers d'un plaisir d'agir *Construire progressivement une « attitude santé »	<b>Explorer le milieu aquatique</b> *Le milieu aquatique : un milieu à apprivoiser par le jeune terrien *Une démarche qui privilégie l'aspect ludique *Le rôle de l'enseignant	<b>Entrer dans un parcours d'éducation artistique et culturelle (18-20)</b> *Rencontrer, fréquenter des œuvres et des artistes *Pratiquer des expériences artistiques *S'approprier des connaissances *Garder des traces du parcours *Penser la continuité et la cohérence du parcours de l'élève	<b>Construire la notion de règle</b> *Trouver progressivement sa place dans un groupe *Jouer ensemble dans le cadre d'une règle *S'approprier des rôles différents



**FOCUS sur les objectifs 1 et 4: Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique**  
**ACCEPTER & S'APPROPRIER DIFFERENTS ROLES SOCIAUX**



**1. JOUEUR /ACTEUR**

- ✓ **Donner des trajectoires** multiples à des projectiles de tailles, de formes ou de poids différents pour **lancer haut, loin ou précis**, faire glisser ou **rouler**, faire rebondir.
- ✓ 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.**
- ✓ **Ajuster ses actions** et ses déplacements en fonction de la trajectoire de différents objets pour les attraper, **les frapper, les guider, les conduire.**

6

Construire des modes d'actions sur et avec les objets, apprécier des trajectoires.	<p><b>Etape 1</b> : jeu avec des objets...</p> <p><b>Etape 2</b> : appréciation de trajectoires variées d'objets pour obtenir des effets multiples.</p> <p><b>Etape 3</b> : prévision, anticipation de trajectoires pour se placer, se déplacer, agir en fonction d'un but.</p>
Elargir et affiner des modes de déplacements.	<p><b>Etape 1</b> : exploration de différents trajets dans un milieu aménagé à l'aide de matériels servant de repères ou d'obstacles.</p> <p><b>Etape 2</b> : appréciation d'itinéraires, de trajets adaptés aux buts recherchés.</p> <p><b>Etape 3</b> : enchaînement d'actions et de déplacements dans le cadre d'une intention précise.</p>
Percevoir des relations entre l'espace et le temps.	<p><b>Etape 1</b> : engagement global dans un espace pour éprouver le plaisir du mouvement.</p> <p><b>Etape 2</b> : Exploration de vitesses différentes pour parcourir des espaces de plus en plus grands.</p> <p><b>Etape 3</b> : expérimentation de situations mettant en relation les espaces parcouru ou les scores obtenus pour une même durée de course.</p>
Considérer l'autre comme un partenaire.	<p><b>Etape 1</b> : acceptation du partage des objets et des espaces de jeux dans le cadre d'une règle.</p> <p><b>Etape 2</b> : participation à des jeux d'échange avec un partenaire, compréhension des rôles différents</p> <p><b>Etape 3</b> : aide à l'action de l'autre, observation ou évaluation dans le cadre d'une organisation collective.</p>
S'inscrire dans un projet d'action.	<p><b>Etape 1</b> : proposition de manières de faire différentes, expérimentation des manières de faire des autres.</p> <p><b>Etape 2</b> : choix parmi plusieurs solutions pour atteindre un but.</p> <p><b>Etape 3</b> : engagement d'efforts dans la durée pour obtenir un score, pour chercher à progresser</p>

[...]L'enseignant propose des tâches particulières qui aident à la gestion de la situation et sollicite les enfants pour prendre des **initiatives** et des **responsabilités** au service du collectif. Il valorise ces tâches et fait percevoir la nécessité et les apports de ces **rôles sociaux** dans le déroulement du jeu. L'enseignant permet notamment aux enfants de participer à la **prise en charge de l'aménagement des espaces d'action** et de la **gestion du matériel**, d'y exercer de ce fait des **rôles différents coopératifs** [...] page 20 objectif 4.

"[...] Que ce soit dans ces jeux à deux ou dans des jeux de groupe, tous peuvent utilement s'approprier des rôles sociaux variés : **arbitre, observateur, responsable de la marque ou de la durée du jeu.** [...]"



## 2. ARBITRE

7 « Connaître et respecter des règles, se positionner sur le terrain pour une observation efficace des comportements des joueurs, intervenir sans hésitation »

## 3. OBSERVATEUR

« L'observation sera guidée par un critère précis et un retour sur les observations sera effectué à l'ensemble du groupe »



## 4. RESPONSABLE de la MARQUE



## 5. RESPONSABLE de la DUREE du JEU (phases de jeu courtes), du MATERIEL



**LE MATERIEL : Bien choisir les boules de pétanque en fonction de l'âge de l'enfant en veillant au poids et à la matière.**

**4 critères à prendre en compte:**

1. La matière
2. La dureté
3. Le poids
4. La taille/le diamètre

Selon l'âge de l'enfant, la matière et le poids des boules de pétanque varient. Pour les petits, privilégiez des matériaux plus légers et moins durs. Réservez les boules en métal pour les plus grands !

**Un enfant de maternelle peut jouer AU JEU DE BOULES !**

**A partir de trois ou quatre ans:**

Des **boules en plastique** ou des **boules en bois** utilisables aussi bien en extérieur qu'en intérieur.

8



Les 3 paires B, R & V sont livrées avec 2 cochonnets R & V. Poids d'une boule : 150gr (*petanqueshop.com 18€*)

**À partir de cinq ans :**


- Des **boules en métal** très légères, d'environ 200 grammes sans risque en cas de chute sur les pieds.
- Des **boules souples**



FFPBOU 79€ <https://www.petanque-boutique.fr/3-boules-et-buts?orderby=quantity&orderway=desc>




Voir aussi le **koolbool** ou **cool boule** <http://www.koolbool.com/> <https://www.youtube.com/watch?v=2TYWbQ-z7X8>

 The image shows a red rectangular box for 'Koolbool' with the brand name in white and red. Below the box are several colorful balls (red, blue, yellow) and a small white object. Text on the box reads 'JOUER PARTOUT' and 'JOUER CHEZ VOUS'.	<p>Un jeu de KoolBool se compose de 6 boules, tissu imprimées avec double coque, et un cochonnet en vinyle dans un sac de transport imprimé original. Format : 18 x 13 x 7 cm. Livré avec le sac. règle de la pétanque « basique » ou règle du jeu proposée. Il y a <b>un cochonnet spécial qui impose des défis</b>. Et en plus, <b>ce jeu est de fabrication française</b>. (20€ environ)</p>
--	---

**À partir de six/sept ans :**

- 9
- Les premières **boules Obut** : Les boules **Obut Junior Loisir SUN chevron** ou **Obut Junior Loisir SUN point**, de bonne qualité, idéales pour la découverte de la pétanque. (*dotation à privilégier pour une école maternelle*)
  - Mais aussi des **boules en PVC remplies de sable**, à partir de six ans en 6,5 cm avec un poids de 200 grammes. (*cf le kit de 6 boules 360007 51,12€ TTC idémasport*)

 The image shows a collection of colorful balls (red, blue, yellow) and a small white object. In the top left corner, there is a circular logo with a stylized face and the letters 'O' and 'B'.	<p>Conçues en étroite collaboration avec des éducateurs sportifs, ces boules sont spécialement adaptées pour le milieu scolaire. Leur revêtement garantit une sécurité totale pour jouer en toute liberté. Livrées avec sacoche de transport et cochonnet.</p>
--	--



Quelques règles sécuritaires essentielles à **RESPECTER** et **FAIRE RESPECTER**



**R1** : Ne **jamais traverser** le terrain de jeu !



**R2** : Ne se tenir **ni face** au joueur, **ni derrière** lui !



**R3** : Quitter le cercle de lancer **par l'arrière** après avoir lancé toutes ses boules !



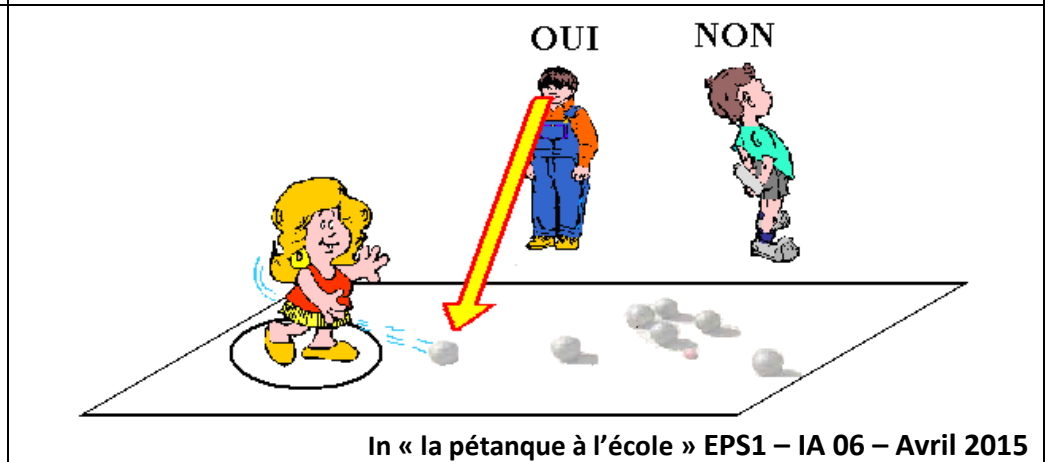
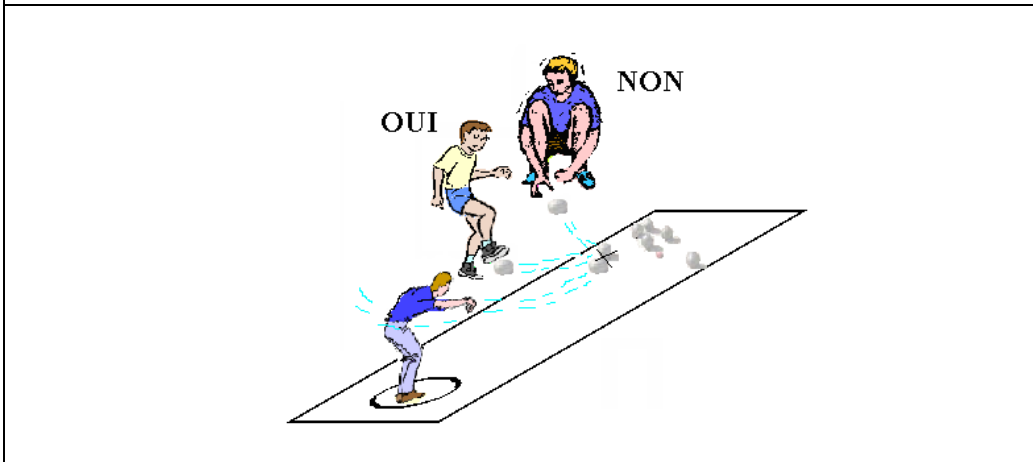
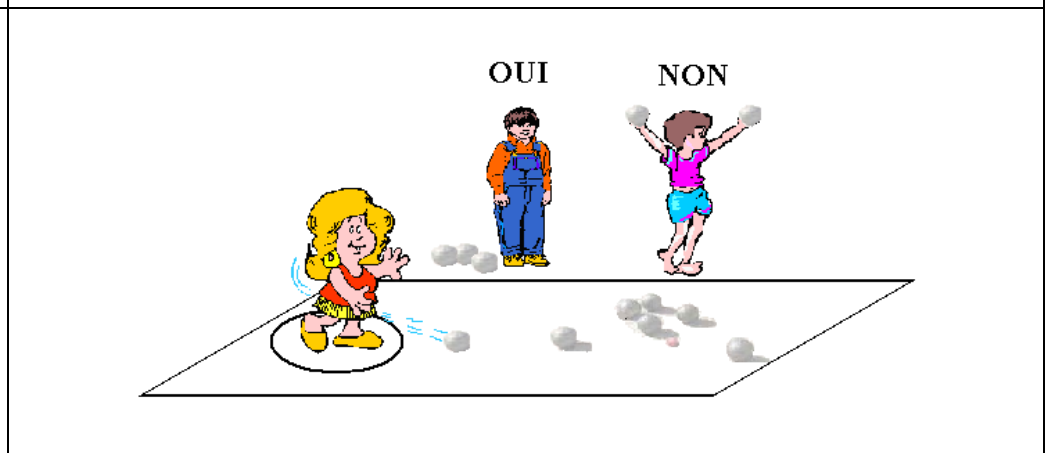
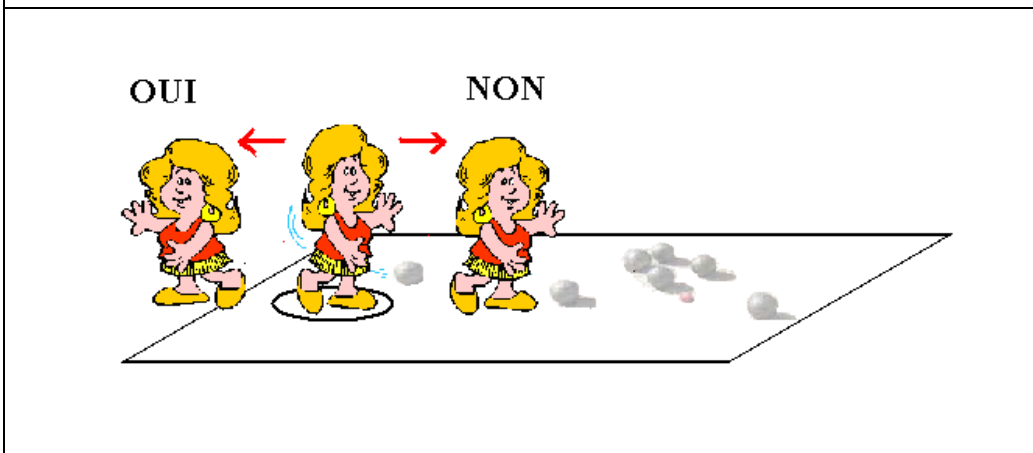
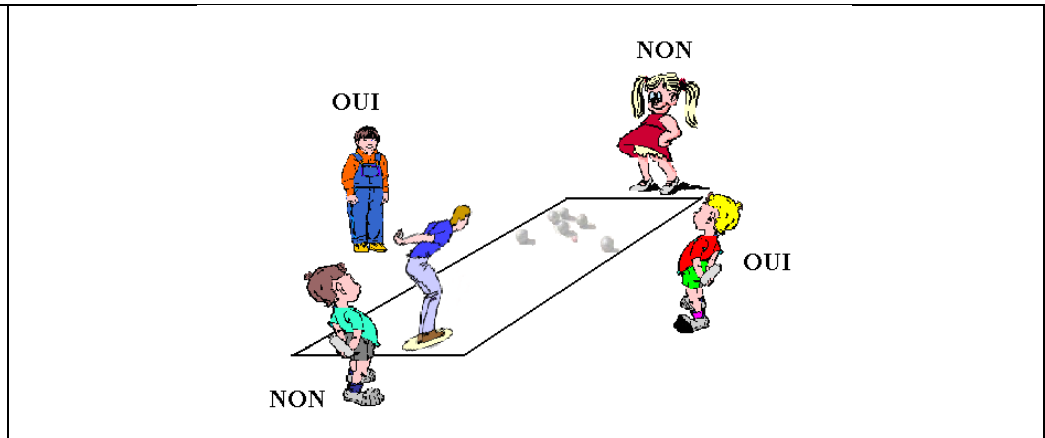
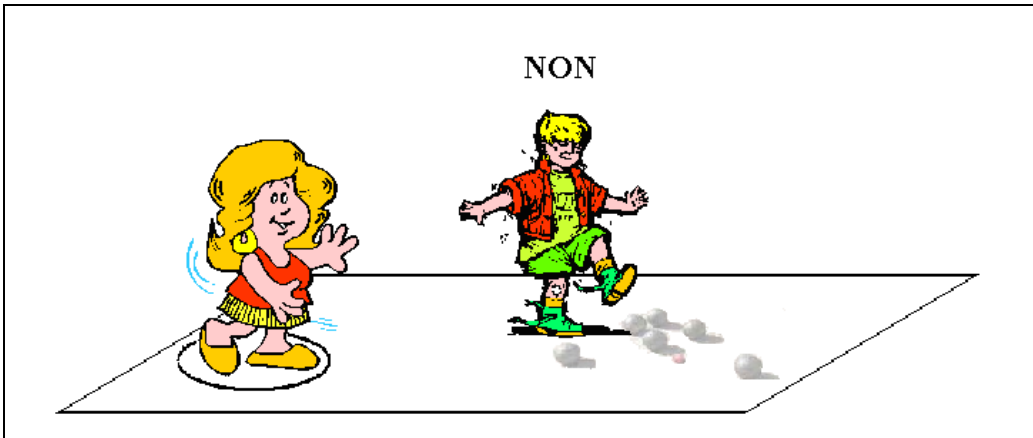
**R4** : **Seul**, le joueur en action a les boules en mains !



**R5** : Arrêter une boule en mouvement seulement avec le **dessous du pied**, ne surtout pas utiliser 1 autre partie du corps !





**R6** : Se montrer attentif en observant les boules en mouvement pour le joueur placé à l'extérieur du cercle !



## LES POSITIONS DU JOUEUR

- Deux notions importantes : EQUILIBRE ET ORIENTATION DU CORPS

1. Position basse	2. Position haute
<p data-bbox="443 619 752 678"><b>ACCROUPI</b></p>  <p data-bbox="1518 619 1765 678"><b>DEBOUT</b></p>  <p data-bbox="1198 1066 2083 1104"><b>DE PREFERENCE FAVORISER LA POSITION DEBOUT</b></p>	

- **Avoir une position stable** : Garder l'équilibre en position accroupie sur ses deux pieds (« tanqués ») est plus difficile.
  - + Laisser l'enfant choisir la position dans laquelle il se sent le plus à l'aise.
  - + Varier les positions est néanmoins intéressant à proposer en situation d'apprentissage.
- **Saisir la boule de préférence en " sous-main "** (la main recouvrant la boule), de façon à accompagner le mouvement lors du lâcher de la boule par les doigts et à obtenir ainsi plus de précision.

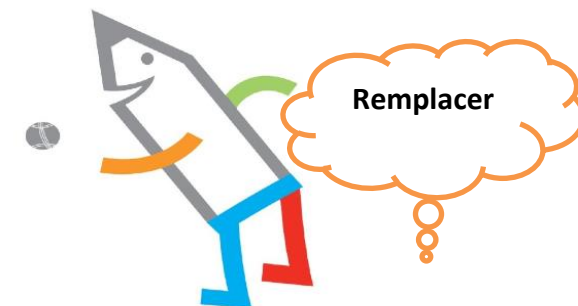
Positionner

Pousser

Eviter

Deux verbes d'action spécifiques

Remplacer



←GÊNER→

Frapper

13

### POINTER, c'est...

+ **ajouter** une boule pour : **gagner ou gêner !**  
*essayer de se rapprocher du but ou de la boule adverse*

1. Point **glissé (roulé au sol)**= trajectoire basse
2. Pointer en **demi-portée** = trajectoire en cloche
3. Pointer en **portée** = trajectoire haute et longue/courte

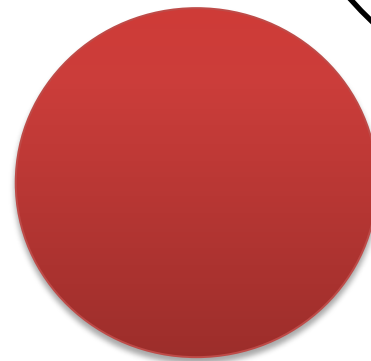
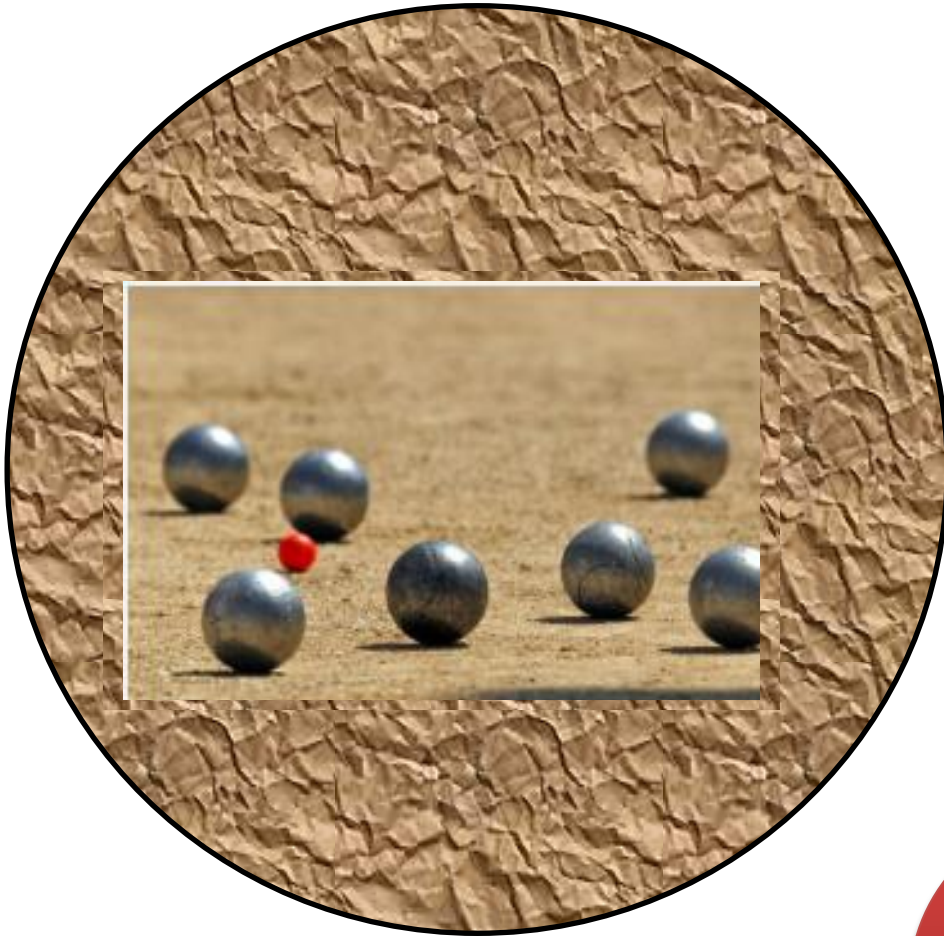
### TIRER, c'est...

- **enlever** une boule pour : **gagner! casser des points ! ouvrir l'espace !**

1. à la **rafle** : faire tomber la boule devant 1 boule adverse avec une trajectoire rasante et 1 lancer fort
2. à **racler** : faire tomber la boule devant 1 boule adverse avec une trajectoire haute
3. au **fer** : frapper la boule visée sans toucher le sol avant

***Une alternance d'actions : COURIR – POINTER/TIRER – COURIR...  
pour un parcours combiné adapté...***

14



**« HABILLE-  
LOUP »**



**Atelier**

**1**



## Jeu à courir 1 « Habille-loup »

**Objectif :** courir selon la contrainte du temps du sablier 5' x 2 pour collecter le maximum de vêtements du loup.

**Matériel :** (cf. annexe pages 23 à 28)

- 1 album « **Je m'habille et... je te croque !** » Bénédicte GUETTIER, EDL, 1998
- 5 à 6 silhouettes de loup de couleurs différentes
- 8 boîtes comportant les 8 habits du loup en 5 ou 6 exemplaires réparties dans l'espace d'évolution: bottes- chapeau- chaussettes-culotte-manteau- pantalon- pull-tee-shirt.

**Tâche à réaliser (seul.e) ou à deux (parcours en étoile)**

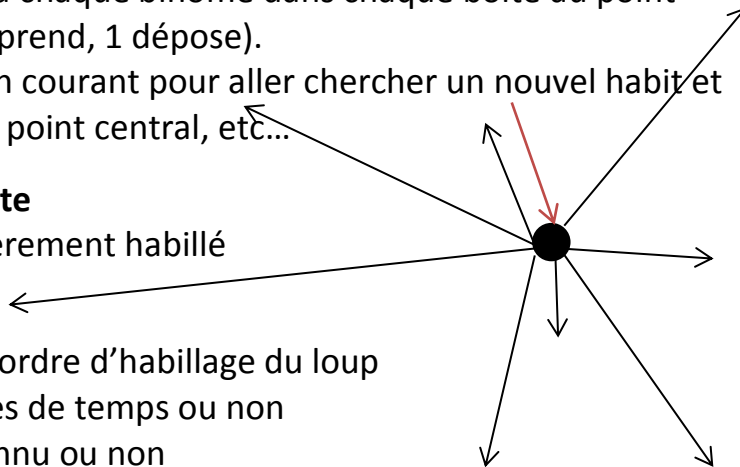
- Au signal, explorer l'environnement en **courant ensemble** pour rapporter un des vêtements du loup **au point central**.
- Déposer chaque vêtement trouvé sur la silhouette attribuée à chaque binôme dans chaque boîte au point central (1 prend, 1 dépose).
- Repartir en courant pour aller chercher un nouvel habit et revenir au point central, etc...

**Critère de réussite**

- Loup entièrement habillé

**Variables**

- Etablir un ordre d'habillage du loup
- Contraintes de temps ou non
- Espace connu ou non



## VERBE(S) D'ACTION

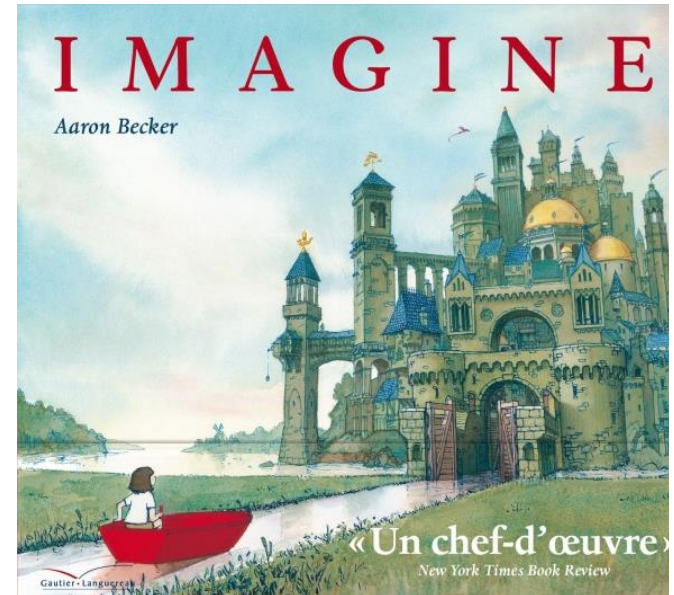
### COURIR & S'ORIENTER



+



# « PASSE- PORTE »



Atelier  
2

## Jeu de précision 2 « Passe-Porte »

**Objectif :** être capable de lancer la boule en ligne droite.

### Matériel :

- 3 boules de pétanque molles par joueur
- 6 plots de 3 couleurs pour matérialiser les 3 portes
- 1 carton pour réceptionner les boules au Départ et à l'Arrivée

### Tâche à réaliser à 3 :

- 3 rôles à tenir alternativement : lanceur – observateur – ramasseur (LOR)
- Au signal, lancer successivement 3 boules pour les faire passer par la porte jaune, si non réussite, persévérer
- Si réussite, poursuivre sinon par la verte,
- et enfin la bleue si réussite à la verte

### Critère de réussite

- La boule roule entre les deux plots (1 réussite = 1 bouchon)
- Comparer et/ou Compter le nombre de bouchons à l'issue du jeu

### Point sécurité

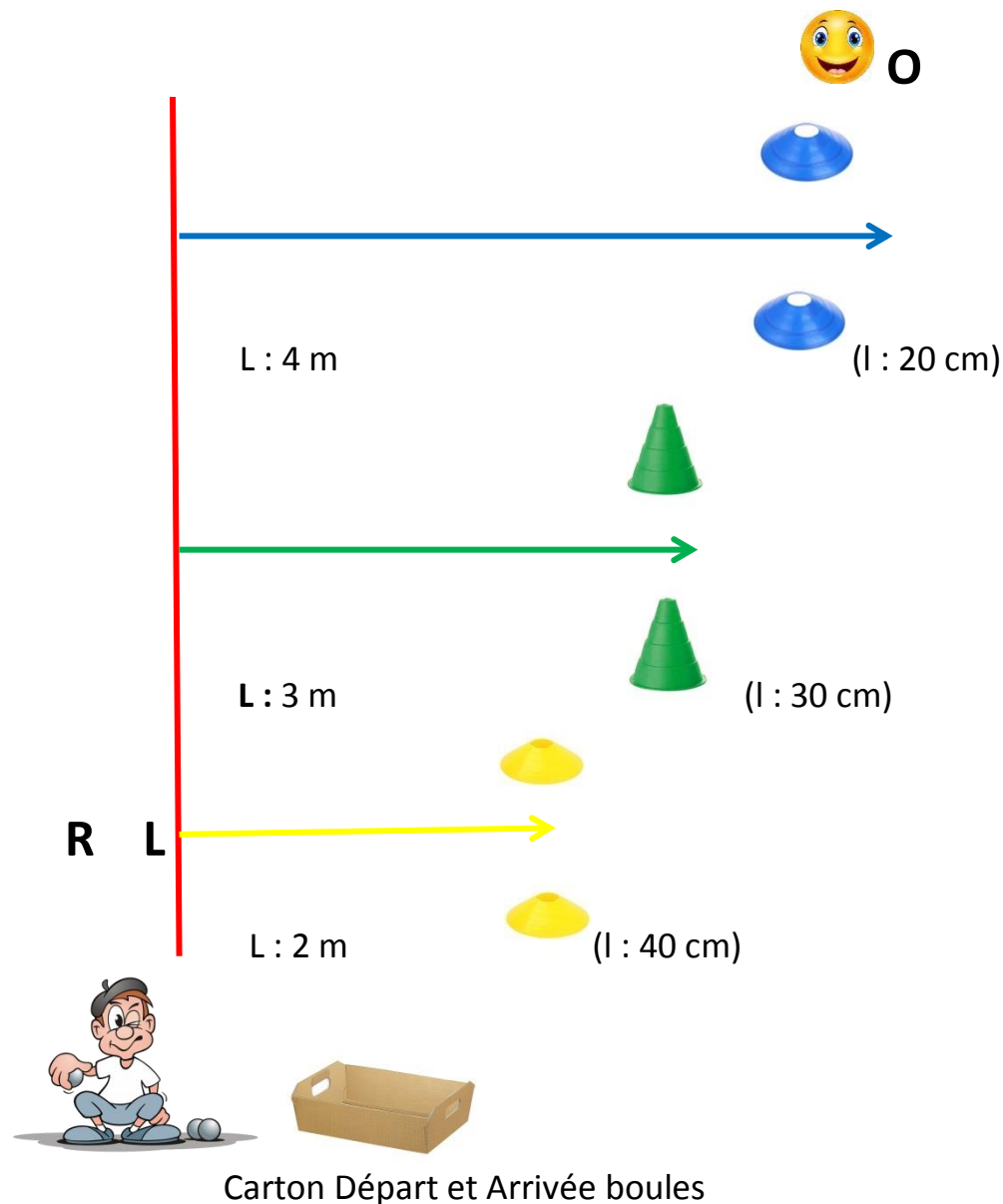
Les 3 boules du L sont ramassées par R seulement après l'avis de l'observateur qui valide ou non la réussite.

### Variables

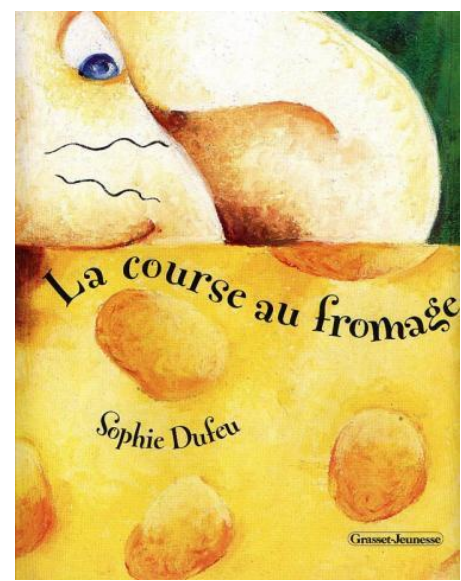
- distance des portes de la **zone de lancer**
- largeur des portes (diminution progressive à envisager)
- aménagement possible en forme d'entonnoir (largeur de porte décroissante avec plots)

## VERBE(S) D'ACTION

### LANCER-POINTER



**« DEPOSE –  
BOUCHON »**



**Atelier  
3**

## Jeu à courir 3 «Dépose-Bouchon »

**Objectif :** courir de façon régulière sans s'arrêter ni marcher pendant une durée imposée

**Matériel :** 2 seaux -des bouchons –des plots de matérialisation de l'espace de course

**Tâche à réaliser (en équipe):**

- Prendre un bouchon dans le seau vert puis courir sans s'arrêter jusqu'au seau/dépôt
- Déposer le bouchon dans le seau rouge
- Marcher jusqu'au seau vert, reprendre un bouchon et courir jusqu'au saut rouge etc... jusqu'au signal sonore final

**Critère de réussite**

Courir sans s'arrêter ni marcher

**Variables**

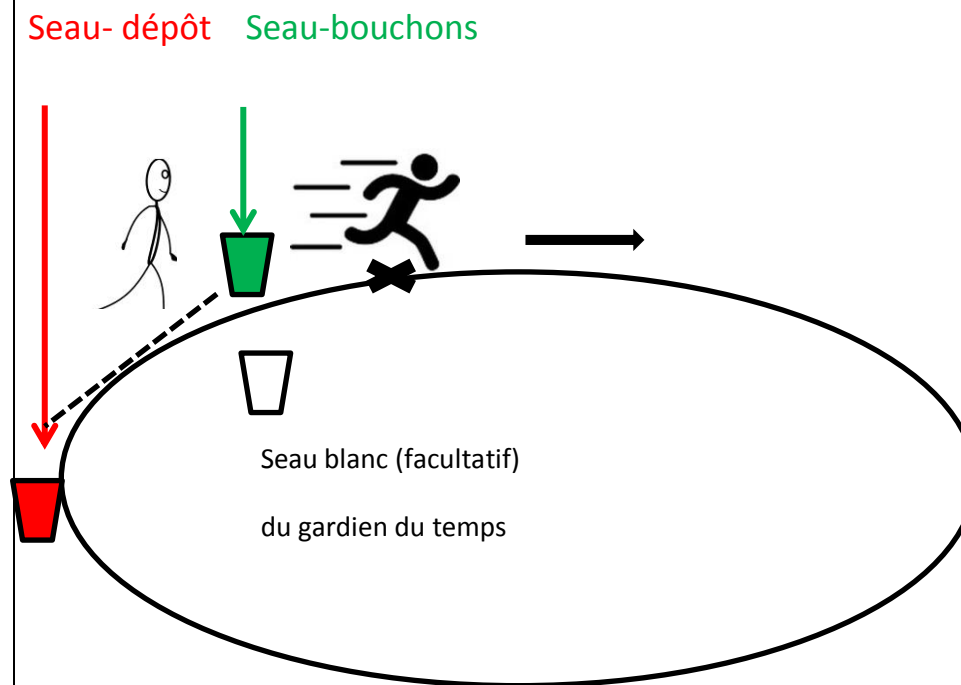
**Espace :** de 50 à 100 m **ou +**

**Temps :** 1'x1 2'x1 3'x1 ou 3'x2

**Bases de départ :** en multiplier le nombre sur le circuit de 1 à 4

**Pénalité :**

Si arrêt ou marche (ou « coupe du fromage »), retourner au seau vert et déposer son bouchon dans le seau blanc gardien du temps



✓ Equipe A court / Equipe B observe  
puis inversement des rôles

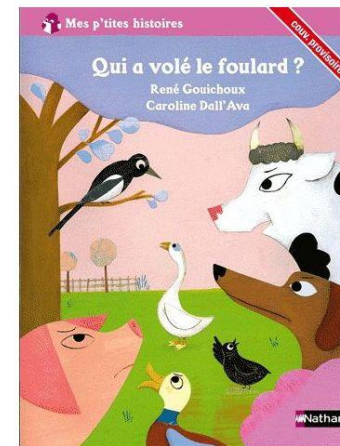
✓ - - - - : Zone de trot entre seau rouge et seau vert

\*E1 : marcher 2 fois maximum

\*E2 : marcher 1 fois seulement

\*E3 : trottiner ou courir uniquement

# « TOUCHE- FOULARD »



Atelier  
4

## Jeu de précision 4 « Touche-Foulard »

### POINTER

**Objectif :** Lancer droit en adaptant la puissance du jet pour atteindre la cible

**Matériel :** 3 foulards – 3 cerceaux – 3 boules  
Une haie basse- une zone rectangulaire et/ou un cerceau vertical

#### Tâche à réaliser :

Lancer la boule de manière à ce qu'elle s'arrête sur le foulard

3 essais/enfant : 3 cibles au choix

E1 : sans obstacles 3 m, si réussite 4m, si réussite 5m

E2 : idem avec obstacles : boule sous haie basse avec recherche de trajectoire rasante

E3 : idem avec obstacles : boule par-dessus 1 zone interdite ou dans 1 cerceau vertical

Comptabiliser les réussites de l'équipe

#### Critères de réussite :

La boule s'arrête sur le foulard.

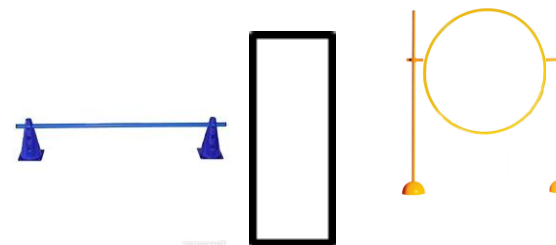
#### Variables :

- Distance
- Modes de lancer ex : E3 lancer **en portée** par-dessus la zone interdite pour atteindre la cible

## VERBE(S) D'ACTION

### LANCER-POINTER

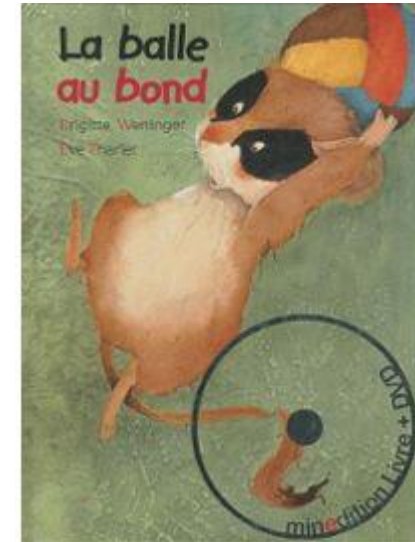
E1



E2 sous la latte horizontale

E3 en portée au-dessus d'une zone au sol ou dans le cerceau

# « TOURNE- ROND »



Atelier

5

## Jeu à courir 5 « Tourne-Rond »»

### Objectif :

A/ Courir sans s'arrêter ni marcher et transmettre l'anneau au coureur suivant

B/ N1 : Passer un ballon ou N2 : Lancer/attraper

**Matériel :** 1 ballon en mousse (A) – 1 anneau (B) – des bouchons – 2 seaux – des plots de matérialisation de la zone circulaire – 1 sablier de 5'

### Tâches à réaliser :

A = Courir autour du cercle sans s'arrêter avec un anneau tenu. Transmettre l'anneau au coureur suivant avant de se placer à la fin de la colonne.

B= Se passer ou se lancer : attraper le ballon sans le faire tomber

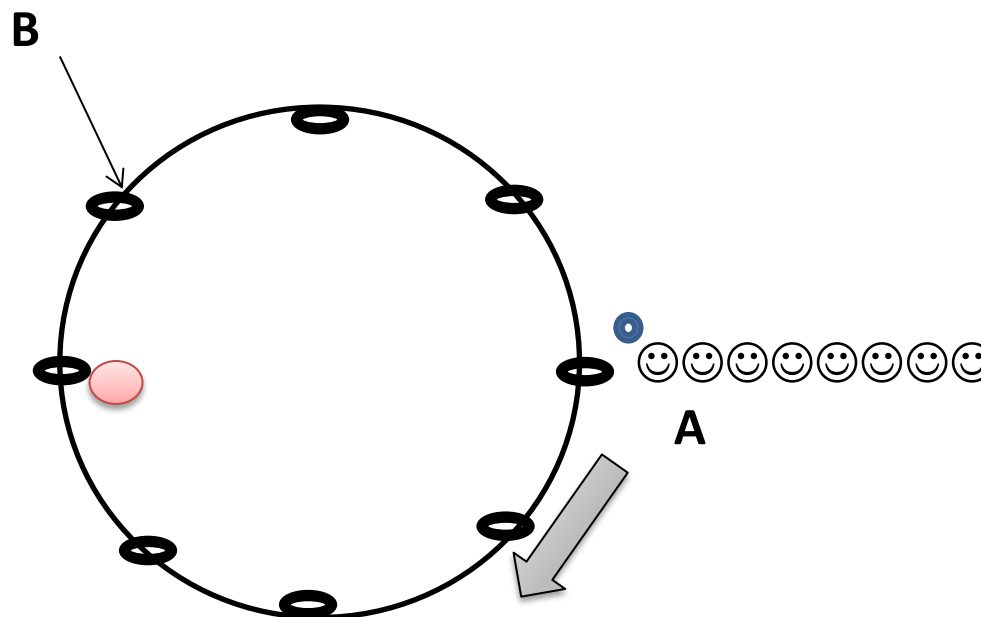
### Critères de réussite :

Réaliser le plus grand nombre de tours

### Variables :

- circonférence du cercle < ou >
- alterner SAM & SIAM
- temps de jeu

## VERBE(S) D'ACTION COURIR/LANCER





# « MARQUE- FLEUR »



Atelier  
6

## Jeu de précision 6 « Marque-fleur »

**Objectif :** Atteindre une zone numérotée en faisant rouler la boule ou en portée

**Matériel :** 5 cibles numérotées (tracés au sol à la craie ou bombe) de 1 et 3 points + Seau de bouchons

### Tâche à réaliser :

E1 : Lancer la boule afin de réussir à atteindre une des 5 zones (1 point /pétale de couleur extérieur)

E2 : Lancer la boule afin d'atteindre une des zones annoncées

E3 : Lancer la boule afin d'atteindre la zone centrale (cœur de la fleur = 3 points)

Comptabiliser les réussites avec des bouchons

**Critère de réussite :** Atteindre les cibles annoncées dont la cible centrale (marquer le plus de points possibles)

### Variables :

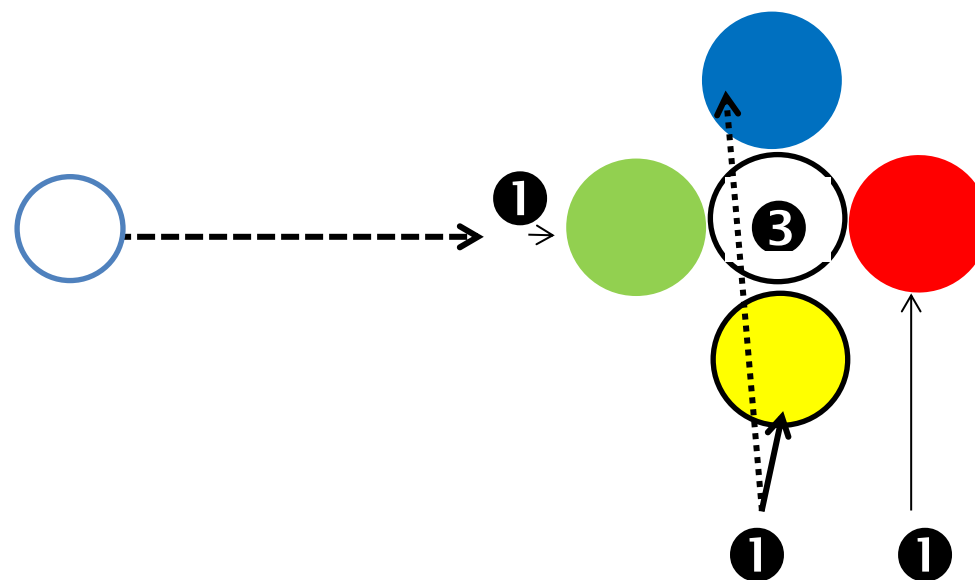
- Annoncer avant le lancer la zone visée
- Distance
- Zones de réception
- taille des « pétales »

## VERBE(S) D'ACTION

### LANCER-POINTER

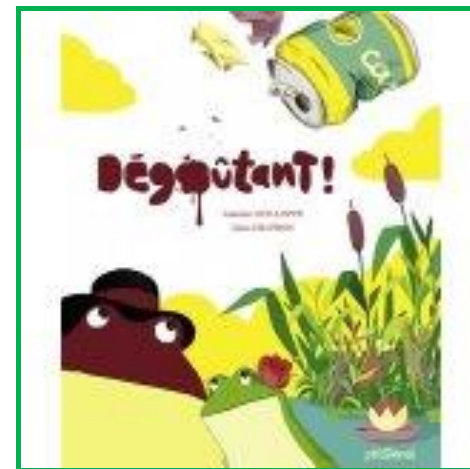
3 essais/enfant

3 distances : 3m 4m 5m



*Si zone centrale atteinte, changer de distance en reculant de 1m*

# « RAMASSE- ORDURES »



Atelier

7

## Jeu à courir 7 «Ramasse-Ordures»

**Objectif :** se débarrasser des boules en les faisant rouler ou en les lançant par-dessus un obstacle

**COLLECTIF :** 2 manches avec changement de terrain

**Matériel :** au moins autant de boules molles que d'élèves

Rivière (2 traits)/ 2 Bancs bas alignés + sabliers de durée variable de 1' à 5'

**Tâche à réaliser :** lancer la boule dans la zone adverse dans le délai défini au choix.

**E1 :** en lui faisant franchir la rivière

**E2 :** sous le banc.

**E3 :** par-dessus le banc

Franchir la porte pour aller chercher en courant un bouchon afin de le déposer dans son seau et revenir au jeu en passant par la porte

**Critères de réussite :**

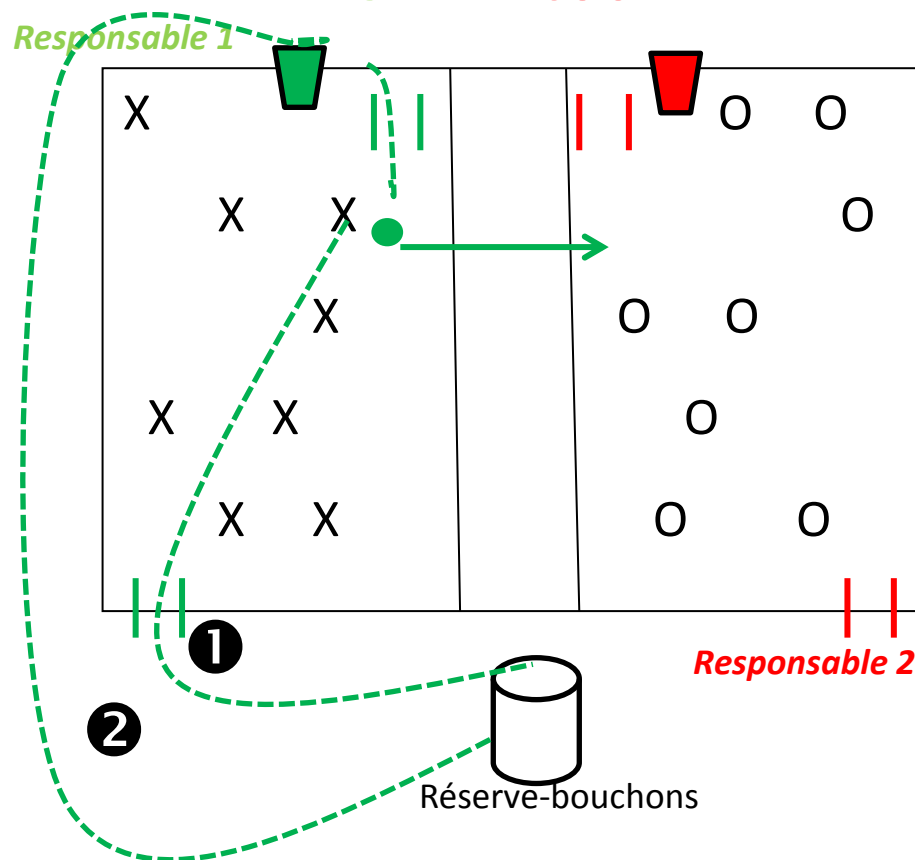
- Respecter le type de lancer
- Obtenir le plus de bouchons possible

**Variable :**

- Durée de jeu

## VERBE(S) D'ACTION

POINTER-COURIR

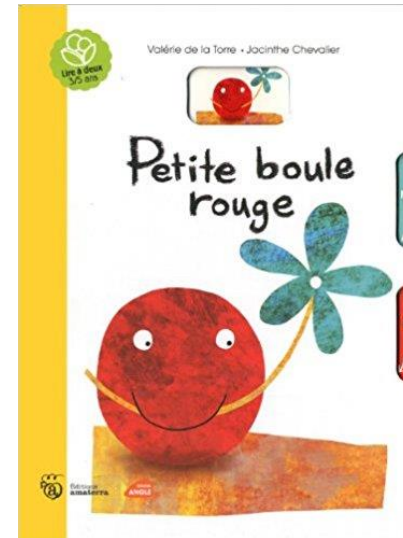


*Rappel = arrêter une boule seulement avec le dessous du pied !*

Prévoir 2 enfants responsables « ramasse-ordures »

Rôle : ramasser les boules éparpillées pour les remettre en jeu (pose dans le terrain) Boules dans la rivière perdues !

# « CHASSE-BOULES »



Atelier  
8

## Jeu de précision 8 « Chasse-Boules »

**Objectif :** faire sortir le maximum de boules du couloir

**Matériel :** 1 couloir de 6 boules espacées de 15cm  
3 boules/lanceur

**Tâche à réaliser :**

3 essais/enfant

**E1 :** lancer à la rafla à 4m, si réussite, à 5m, si réussite à 6m

**E2 :** idem avec zone d'atterrissage de 0,50m devant les boules

**E3 :** idem avec 4 zones de franchissement matérialisées derrière les boules (1 point par zone franchie)

**Critères de réussite :**

Sortir le plus de boules de la cible

**Variables :**

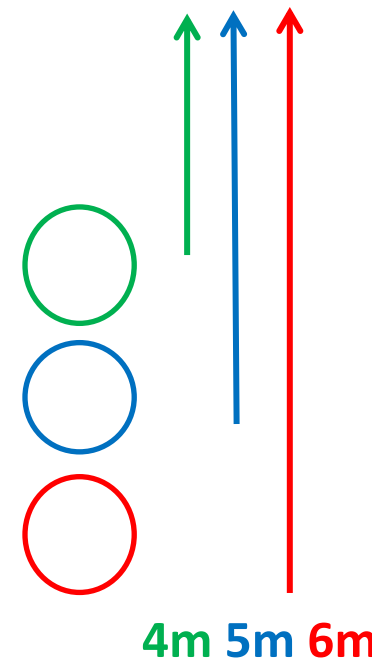
- Distance de lancer
- Nombre de boules

## VERBE(S) D'ACTION

**LANCER-TIRER**



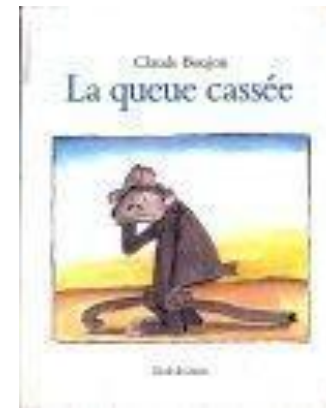
15cm



4m 5m 6m

Replacer toutes les boules

# «ATTRAPE -SOURIS »



Atelier  
9

## Jeu à courir 9 «Attrape-souris »

### Objectif :

Ajuster sa course en fonction de celle de sa/son camarade

**Matériel :** 1 foulard par souris placé à la ceinture.

### Tâches à réaliser :

**Chat :** poursuivre la souris et attraper sa queue

**Souris :** courir sans se faire dépasser

2 équipes simultanément : l'équipe des chats et celle des souris

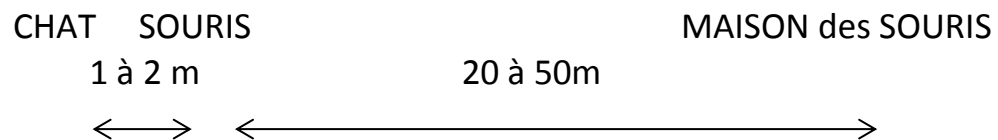
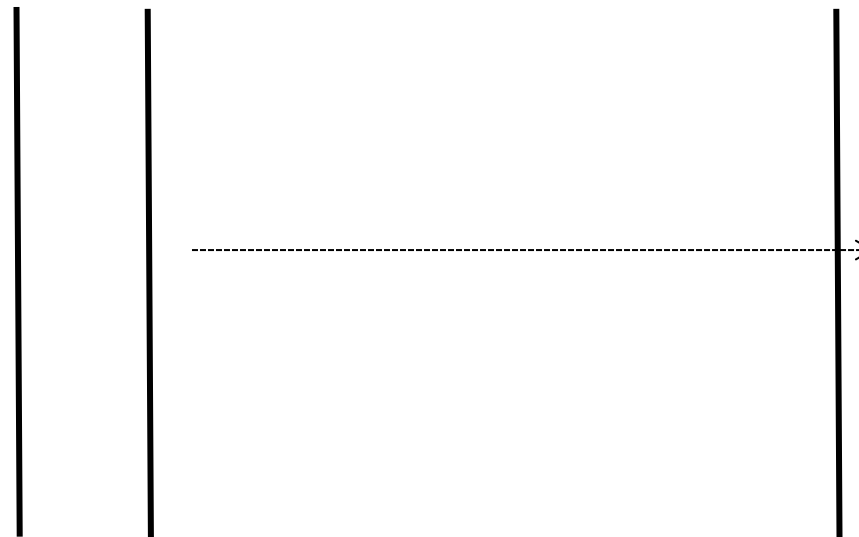
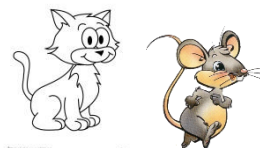
### Critères de réussite :

**Chat :** attraper la queue de la souris

**Souris :** rejoindre la maison des souris en possession de sa queue

### Variables :

- Distance progressive intervalle chat souris (de 1 à 3m)
- distance de course





# « BOUCHE - CASE »



Atelier

10

## Jeu de précision 10 «Bouche-case/Vide-case»

**Objectif :** Lancer droit en adaptant la puissance du jet pour atteindre la cible

**COLLECTIF**

**2 équipes**

**Matériel :** E1 1 cercle au sol

**E2 & 3** quadrillages de 9 cases : 1 par équipe

**Tâche à réaliser :**

**E1 : Plein-pot :** lancer dans le pot /vider le pot

**E2 :** lancer la boule dans une des cases vides pour remplir son quadrillage (3 essais/élève)

**E3 :** lancer une boule pour sortir une boule du quadrillage adverse  
Comptabiliser les réussites de chaque équipe

**Critères de réussite :**

**E1** Faire entrer et/ou sortir plus de boules que l'équipe adverse dans le (du) pot

**E2** Positionner plus de boules que l'équipe adverse dans le quadrillage.

**E3** Sortir le plus possible de boules du quadrillage

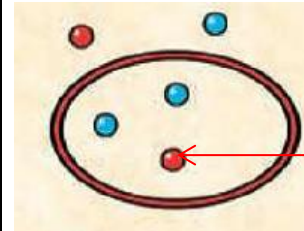
**Variables :**

- Distance de lancer
- Taille des cases

## VERBE(S) D'ACTION

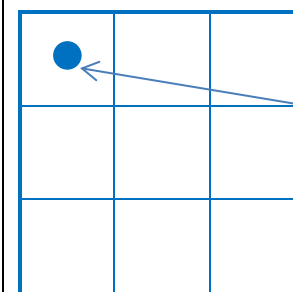
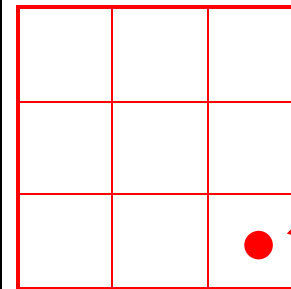
### LANCER-POINTER/TIRER

**E1= le pot à remplir et vider**



**Lanceurs X X X X X X X**

**E2=**



**Lanceurs X X X X X X X**

«DEPASSE

-

WAGON»



Atelier

11

## Jeu à courir 11 «Dépasse-wagons »

### Objectif :

Ajuster sa course en fonction de celle de sa/son camarade

### COLLECTIF : 4 équipes de 4 coureurs

Matériel : plots de couleur 4 R et 2 V

Périmètre : 150 m

### Tâches à réaliser :

Chaque tour est mené par une locomotive. A la fin de chaque tour, le ou la dernier.e doit dépasser les wagons précédents pour se placer en tête et devenir la nouvelle locomotive, dans la zone de dépassement prévu à cet effet. Le jeu est fini une fois que chaque coureur a joué le rôle de locomotive.

E1= commencer en binôme (par 2)

E2= constituer des triplettes (par 3)

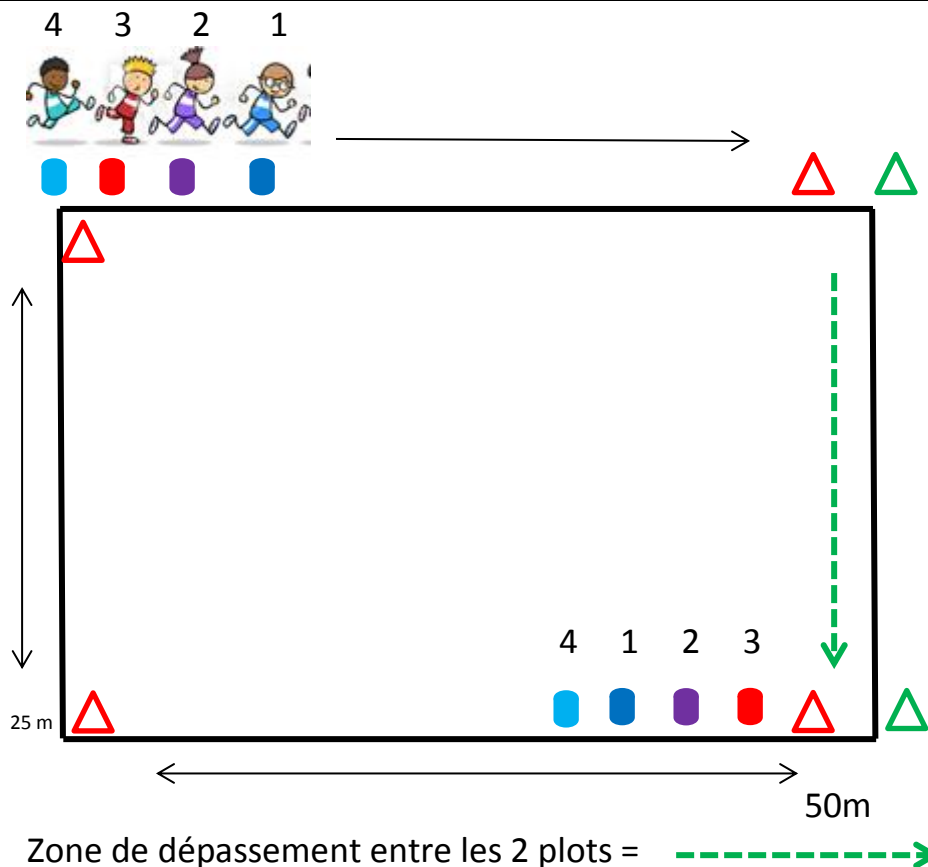
E3= composer enfin un train de 4 coureurs (par 4)

### Critère de réussite :

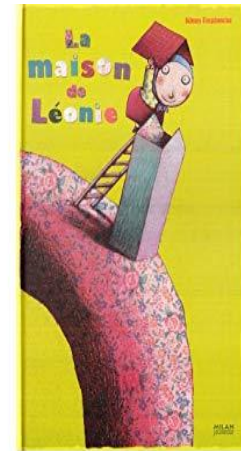
- Opérer le dépassement dans la zone matérialisée

### Variables :

- Nombre de coureurs par équipe
- Longueur périmètre/ distance de course



# «APPROCHE -MUR»



Atelier  
12

## Jeu de précision 12 «Approche-mur»

**Objectif :** lancer une boule plus près du mur que l'équipe adverse

**COLLECTIF**

**4 équipes de 4 joueurs en opposition**

**Matériel :**

1 mur – 1 boule par joueur

**Tâche à réaliser :** Lancer une boule le plus près possible du mur.

4 séries de 4 lancers

A la suite des 4 lancers, observer la boule de l'équipe le plus près du mur qui prend un bouchon et le dépose dans son seau... etc  
A l'issue de la partie, comptabiliser le nombre de bouchons par équipe

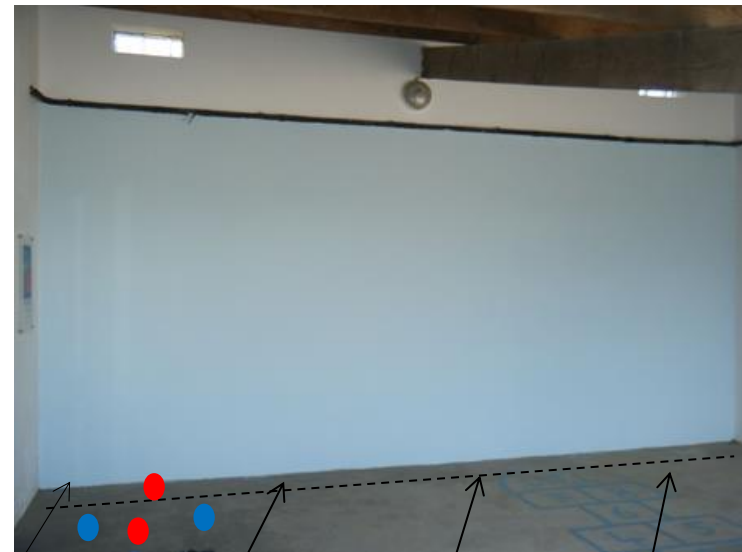
**Critères de réussite :**

l'équipe avec la boule la plus près du mur a gagné (prise d'1 bouchon)

**Variables :**

- Distances de lancer
- Mur à remplacer par des cordes ou une ligne à ne pas franchir

## VERBE(S) D'ACTION LANCER-POINTER (TIRER)



2 Lanceurs & 2 Lanceurs

A X X / X X

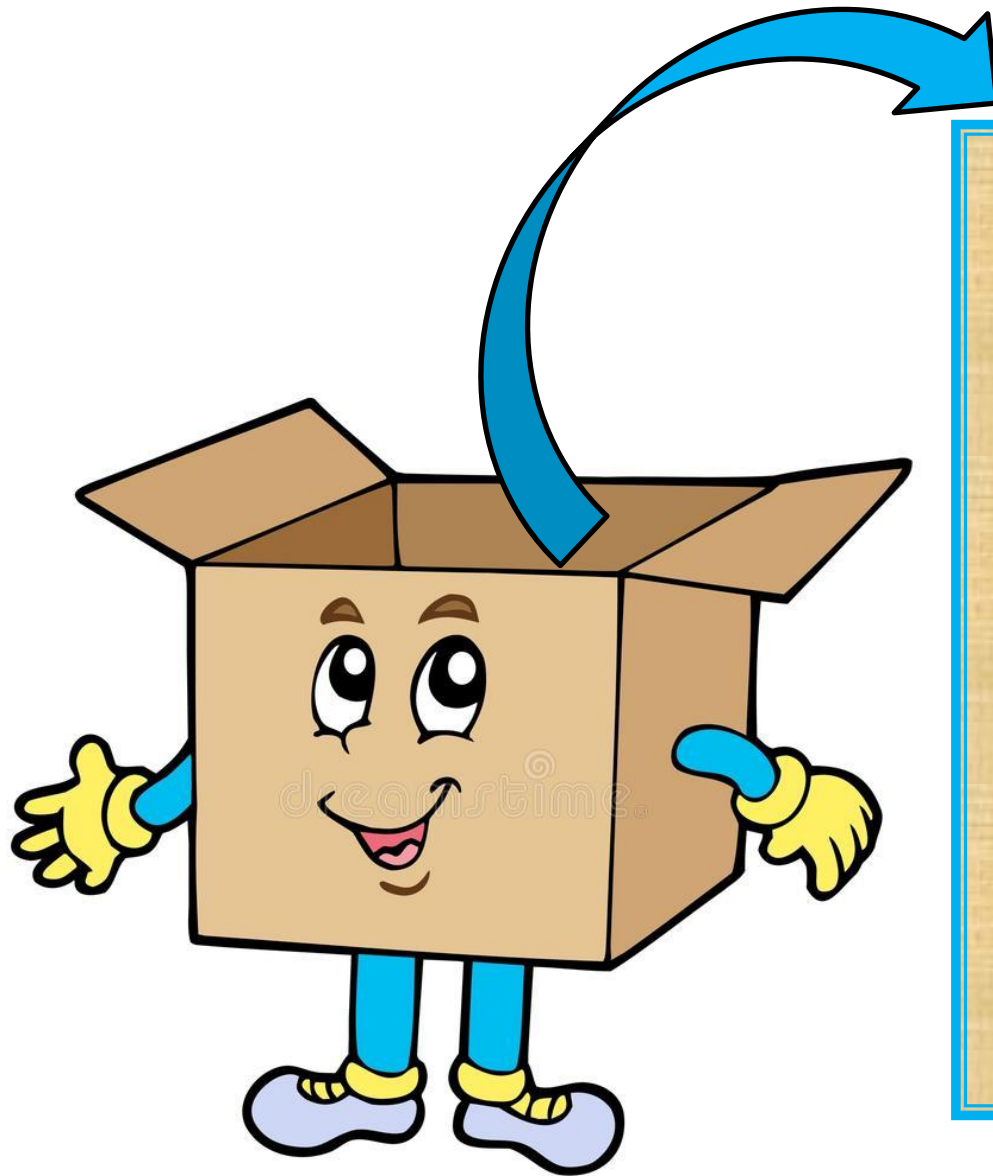
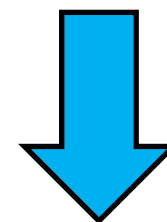
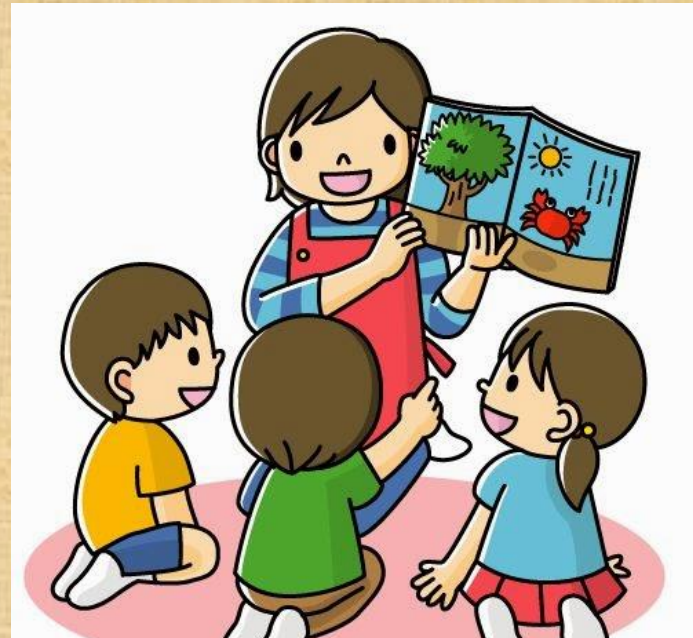
B X X / X X

C X X / X X

D X X / X X

**AGIR POUR APRES... ECOUTER-LIRE**

# **LA BOÎTE A HISTOIRES**



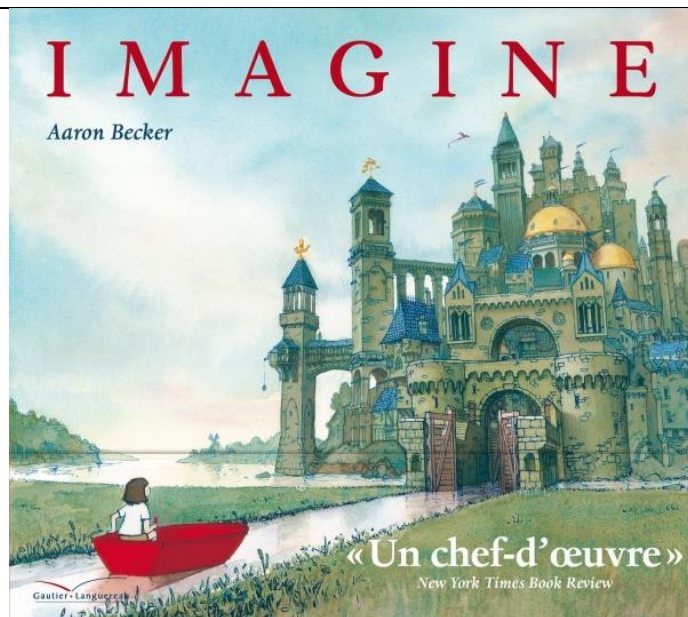


1



On a beau être un loup-garou... on n'en est pas moins élégant !

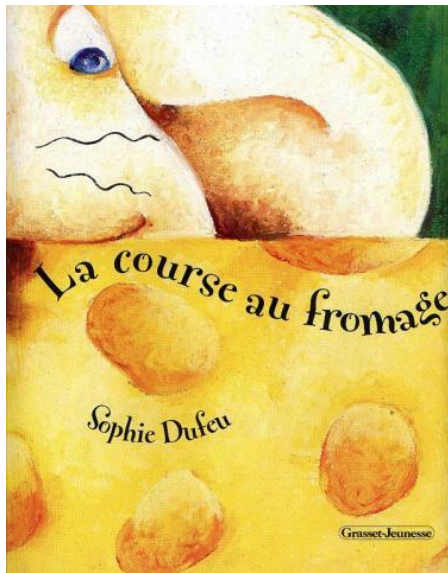
2



Plongez dans le premier **album sans texte** de Gautier Languereau. Une histoire qui invite à voyager et utiliser son imagination. Avec un simple crayon rouge, une fillette dessine **une porte magique**, qui s'ouvre sur des mondes imaginaires. Crayon en main, elle crée tour à tour un bateau, une montgolfière, et un tapis volant ; et traverse des royaumes enchanteurs. Une aventure poétique à l'encre, plume et aquarelle, qui montre que l'imagination offre un voyage sans limite.

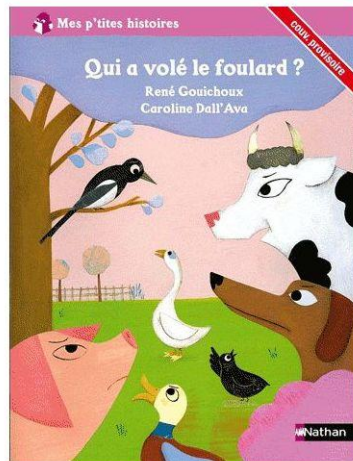


3



Dans la maison de madame Rose vivent deux familles de souris et un gros chat. C'est le grand jour de la course au fromage, chaque équipe encourage son champion à rapporter le plus gros morceau de fromage possible. Après de grandes péripéties et avoir échappé au chat, les deux familles souris peuvent enfin se régaler.

4



Drame à la basse-cour : Le joli foulard de Petite Oie a disparu ! Y aurait-il un voleur dans la ferme ?

42  
5

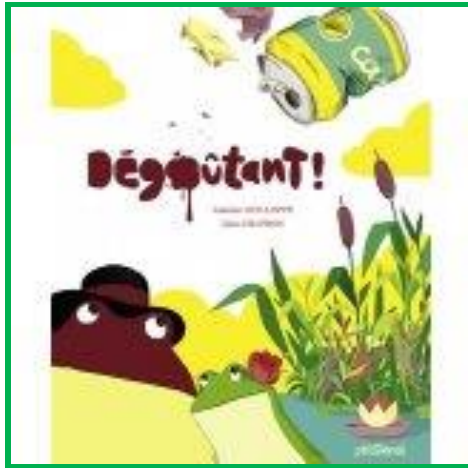
Sim, le petit souriceau, joue tranquillement dans la prairie avec ses amis lorsque surgit leur voisin Rico. Celui-ci n'est guère le bienvenu : c'est un trouble-fête qui sème toujours la pagaille. Et en effet, à peine arrivé, le voilà qui chipe le ballon avant de déguerpir. Les cinq amis sont furieux. Mais au moment où ils récupèrent enfin leur balle, quelque chose d'inattendu se produit : au lieu de la garder, le petit souriceau la relance au fond du terrier de Rico en l'invitant à venir jouer avec eux. Celui-ci acceptera-t-il ? Une balle partagée peut parfois tout changer...

6



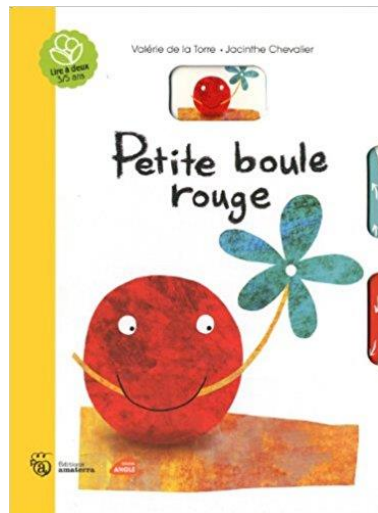
Le printemps est arrivé ! Miyuki, impatiente, encourage son grand-père à se lever pour en profiter. Le vieil homme lui rétorque qu'il savoure, pour l'instant, « la douceur de son oreiller » en regardant les premiers rayons du soleil à travers sa fenêtre. Sa petite-fille insiste tellement qu'il finit par craquer pour la suivre dans le jardin. Ensemble, ils saluent les cerisiers, l'herbe sucrée et les jolies **fleurs**. Soudain, le regard de la fillette se pose sur une petite **fleur** restée en bouton. Miyuki pense qu'elle est en retard sur les autres et souhaite la réveiller au plus vite. Pour éclore, elle a besoin de l'eau la plus pure et la plus fine. Cédant à son impulsivité, l'enfant part, son seau à la main en quête du liquide magique...

7



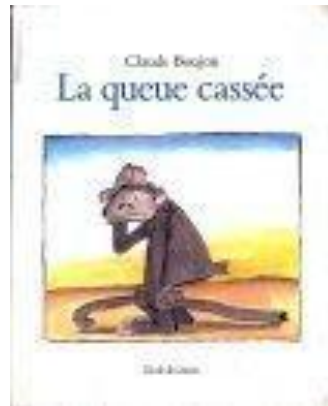
Dur dur de déclarer sa flamme à la rainette de ses rêves quand on est sans cesse interrompu par.... des obstacles inconnus ! Une histoire d'amour avec un grand A, sous forme d'ode à la vie et à notre planète jolie...

8



Une histoire : Petite boule rouge ne sait pas rouler. Grâce à Grand ballon bleu et Toute petite balle verte, elle apprendra et deviendra grande. Des roues pour s'amuser avec les mots et les images de l'histoire. Petite boule rouge a peur de rouler. Grand ballon bleu lui explique comment faire, l'aide à prendre confiance et Petite boule rouge peut alors se lancer ! Mais ce n'est pas encore parfait : Petite boule rouge doit s'entraîner. Et lorsque Petite boule rouge croise le chemin de Petite boule verte et qu'elle lui apprend à son tour à rouler, Petite boule rouge comprend qu'elle est enfin devenue grande.

9



La queue du petit singe Bobo s'est cassée. C'est trop injuste, Bobo décide d'aller tirer la queue des autres animaux pour savoir s'il est le seul à pouvoir connaître un tel malheur. Il finit par indisposer tout le monde mais chacun a son idée pour lui donner une leçon. Et cela dégénère en bataille rangée.

44

10



Natchan a apporté une belle pomme rouge pour la croquer à son aise tout en haut de la colline. Mais zut ! La pomme lui échappe et se met à dévaler la pente. Au secours ! Impossible de la rattraper. Heureusement, le lapin et l'écureuil sont rapides. Heureusement, l'ours est doux et solide. Chacun à sa façon va venir en aide à la petite fille. Ouf, la pomme est récupérée, intacte. Hmm... elle a l'air bonne. Tous ont vraiment envie d'y goûter maintenant. Et si elle était encore meilleure quand on la partage

11

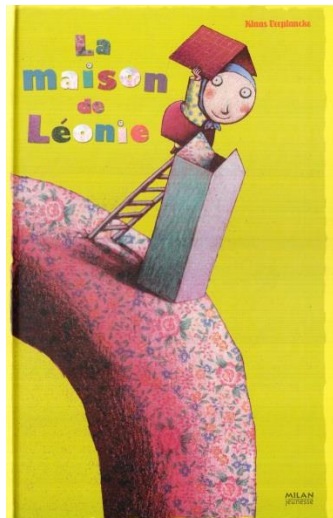


Les Indiens d'Amérique avaient baptisé le train « cheval de fer ». On pourrait appeler celui de Donald Crews « arc-en-ciel sur rails ».

Aucune couleur n'y manque. De quoi connaître et reconnaître tout le nuancier. Et apprendre les différents noms des wagons : citerne, fourgon, tender...ce qui peut toujours servir, quand on joue au train électrique, ou quand on imagine ses futurs voyages de rêve...

45

12



Dans un pays où elle s'ennuie, Léonie est fière de la maison qu'elle vient de bâtir seule. Mais dans sa hâte, elle a oublié d'y mettre des ouvertures. Forêt, montagne, prairie ou étang, les animaux lui enseignent que tout a son importance. La jeune femme les écoute. Une fois les modifications de la maison achevées, ils s'installent tous ensemble autour d'un bon feu et leur amitié les réchauffe mieux que des **murs**.

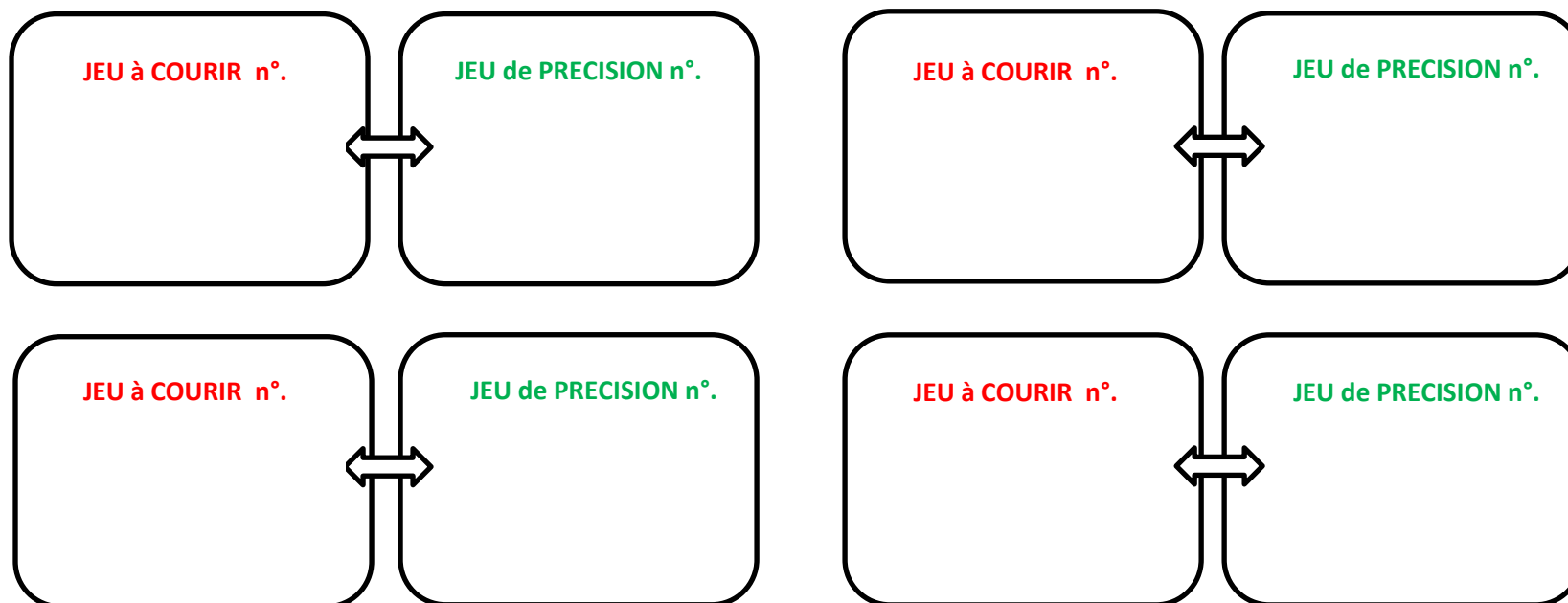


# LA RENCONTRE BIATH'MAT

~ Mode d'emploi ~

- COMPOSER votre parcours combiné avec 3 ou 4 BLOCS selon le temps prévu pour la rencontre.
- CHOISIR, pour chaque BLOC, 2 situations : 1 jeu à courir + 1 jeu de précision parmi les 10 proposées

46









## REPARTITION DES 12 EQUIPES

*3 BLOCS = 6 SITUATIONS*

BLOCS	Jeux	Rotations/Equipes					
		R1	R2	R3	R4	R5	R6
BLOC A	Jeu à courir	1-2	3-4	9-10	11-12	5-6	7-8
	Jeu de précision	3-4	1-2	11-12	9-10	7-8	5-6
BLOC B	Jeu à courir	5-6	7-8	1-2	3-4	9-10	11-12
	Jeu de précision	7-8	5-6	3-4	1-2	11-12	9-10
BLOC C	Jeu à courir	9-10	11-12	5-6	7-8	1-2	3-4
	Jeu de précision	11-12	9-10	7-8	5-6	3-4	1-2







FICHE EQUIPE







**1**







BLOCS		Noms des jeux	Ordre de rotation
<b>A</b>			<b>1</b>
			<b>2</b>
<b>B</b>			<b>3</b>
			<b>4</b>
<b>C</b>			<b>5</b>
			<b>6</b>















## FICHE EQUIPE







		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>1</b>
			<b>2</b>
<b>B</b>			<b>3</b>
			<b>4</b>
<b>C</b>			<b>5</b>
			<b>6</b>

		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>2</b>
			<b>1</b>
<b>B</b>			<b>4</b>
			<b>3</b>
<b>C</b>			<b>6</b>
			<b>5</b>







		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>2</b>
			<b>1</b>
<b>B</b>			<b>4</b>
			<b>3</b>
<b>C</b>			<b>6</b>
			<b>5</b>







		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>5</b>
			<b>6</b>
<b>B</b>			<b>1</b>
			<b>2</b>
<b>C</b>			<b>3</b>
			<b>4</b>

		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>5</b>
			<b>6</b>
<b>B</b>			<b>1</b>
			<b>2</b>
<b>C</b>			<b>3</b>
			<b>4</b>







		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>6</b>
			<b>5</b>
<b>B</b>			<b>2</b>
			<b>1</b>
<b>C</b>			<b>4</b>
			<b>3</b>







55







		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>6</b>
			<b>5</b>
<b>B</b>			<b>2</b>
			<b>1</b>
<b>C</b>			<b>4</b>
			<b>3</b>

		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>3</b>
			<b>4</b>
<b>B</b>			<b>5</b>
			<b>6</b>
<b>C</b>			<b>1</b>
			<b>2</b>



		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>3</b>
			<b>4</b>
<b>B</b>			<b>5</b>
			<b>6</b>
<b>C</b>			<b>1</b>
			<b>2</b>

		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>4</b>
			<b>3</b>
<b>B</b>			<b>6</b>
			<b>5</b>
<b>C</b>			<b>2</b>
			<b>1</b>

		Noms des jeux	Ordre de rotations
<b>A</b>			<b>4</b>
			<b>3</b>
<b>B</b>			<b>6</b>
			<b>5</b>
<b>C</b>			<b>2</b>
			<b>1</b>

## REPARTITION DES 16 EQUIPES

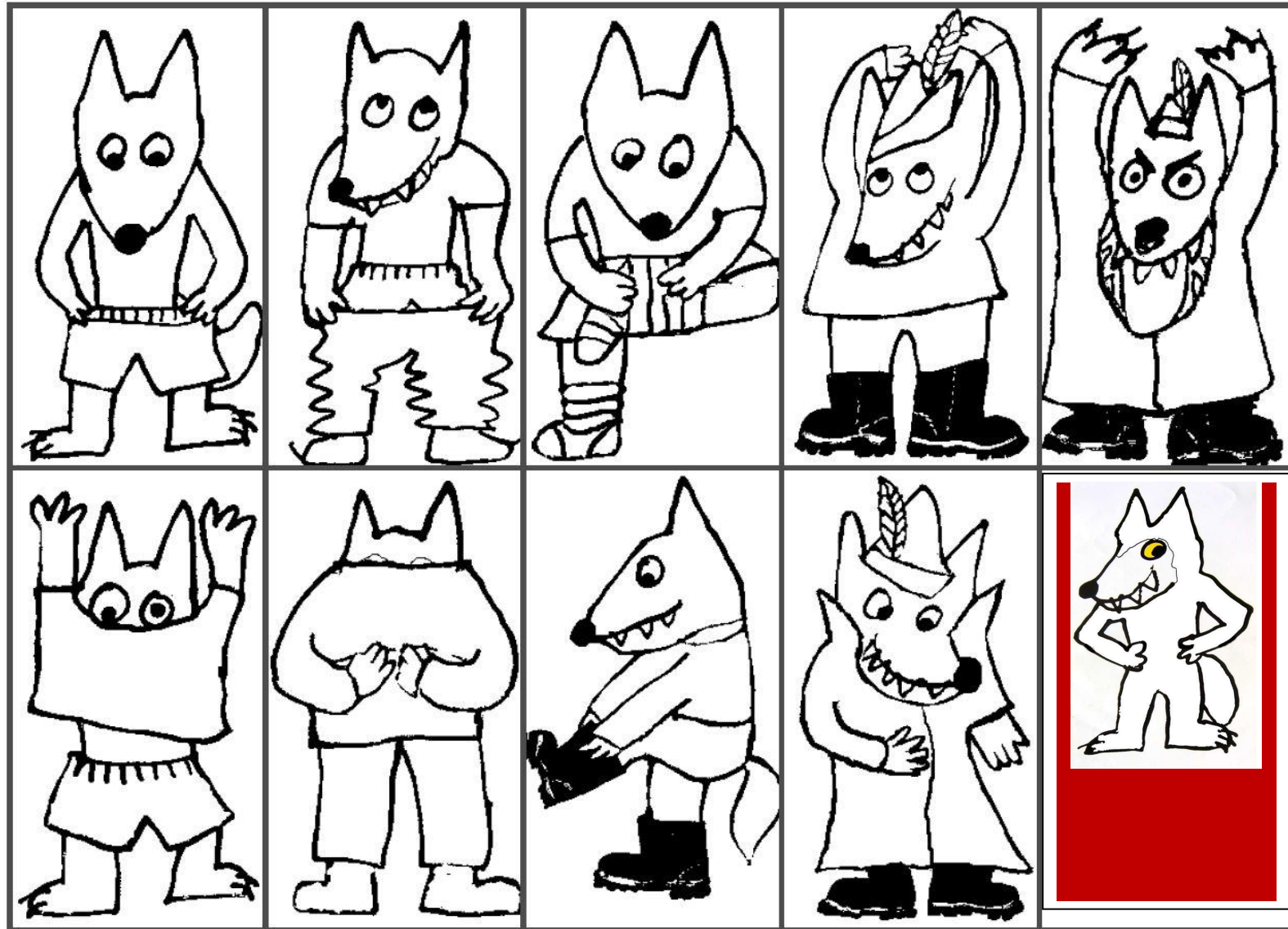
*4 BLOCS = 8 SITUATIONS*

BLOCS	Jeux	Rotations/Equipes							
		R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8
BLOC A	Jeu à courir .	1-2	3-4	13-14	15-16	9-10	11-12	5-6	7-8
	Jeu de précision .	3-4	1-2	15-16	13-14	11-12	9-10	7-8	5-6
BLOC B	Jeu à courir .	5-6	7-8	1-2	3-4	13-14	15-16	9-10	11-12
	Jeu de précision .	7-8	5-6	3-4	1-2	15-16	13-14	11-12	9-10
BLOC C	Jeu à courir .	9-10	11-12	5-6	7-8	1-2	3-4	13-14	15-16
	Jeu de précision .	11-12	9-10	7-8	5-6	3-4	1-2	15-16	13-14
BLOC D	Jeu à courir .	13-14	15-16	9-10	11-12	5-6	7-8	1-2	3-4
	Jeu de précision .	15-16	13-14	11-12	9-10	7-8	5-6	3-4	1-2

60

# ANNEXES

61





**Silhouette à habiller**

**avec**

**les**

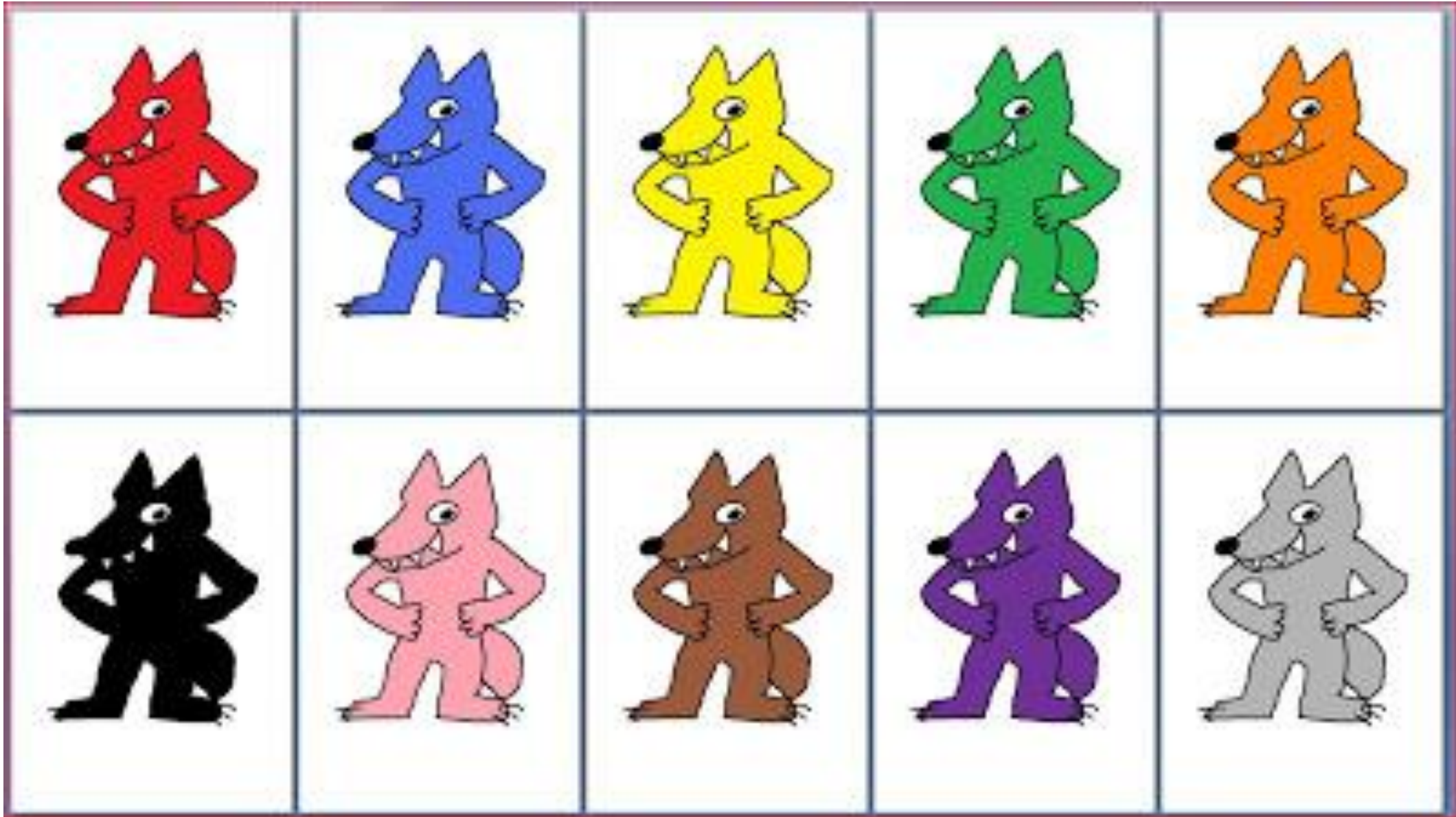
**8 Vêtements**



63







64

*Silhouettes de couleur « Habille-loup »*



ORDRE D'HABILLAGE en référence à l'album

- 1. Culotte**
- 2. Tee-shirt**
- 3. Chaussettes**
- 4. Pantalon**
- 5. Pull**
- 6. Bottes**
- 7. Chapeau**
- 8. Manteau**



**Je mets  
ma culotte**



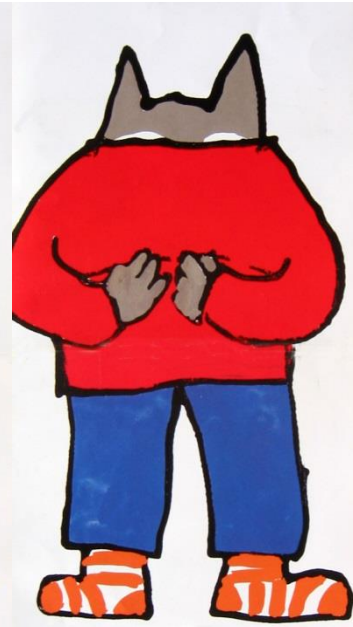
**Je mets  
mon tee-shirt**



**Je mets  
mes chaussettes**



**Je mets  
mon pantalon**



**Je mets  
mon pull**

1

2

3

4

5



6

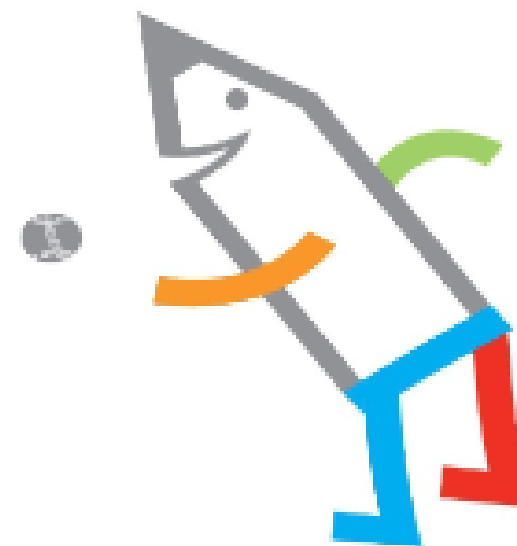
7

8



*AFFICHETTES  
ATELIERS*

**BIATH'MAT**





***JEU  
A  
COURIR***

***HABILLE-  
LOUP***





***JEU  
A  
COURIR***

***DÉPOSE-  
BOUCHON***





***JEU  
A  
COURIR***

***TOURNE-  
ROND***







***JEU  
A  
COURIR***

***RAMASSE-  
ORDURES***

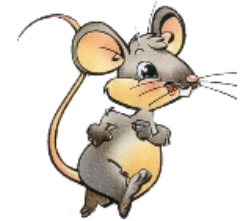






***JEU  
A  
COURIR***

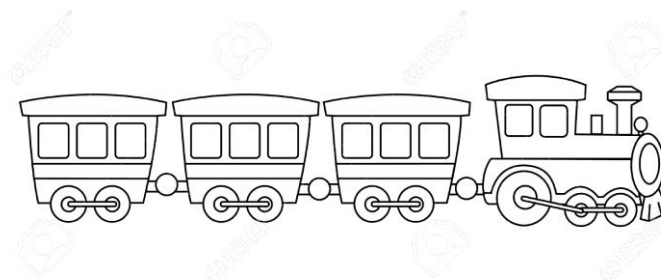
***ATTRAPE-  
SOURIS***





***JEU  
A  
COURIR***

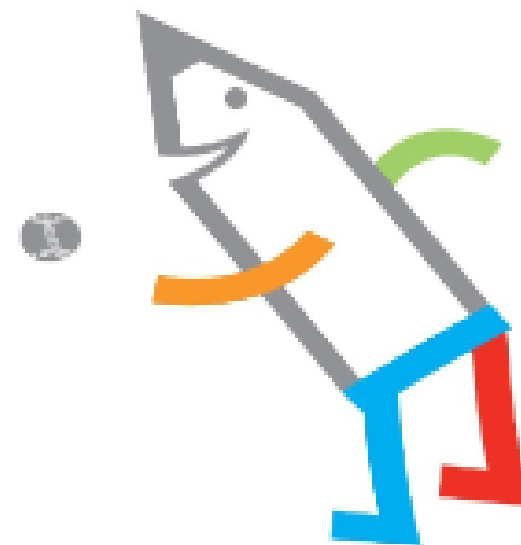
***DÉPASSE-  
WAGONS***



*PASSE-  
PORTE*



*JEU  
DE  
PRÉCISION*

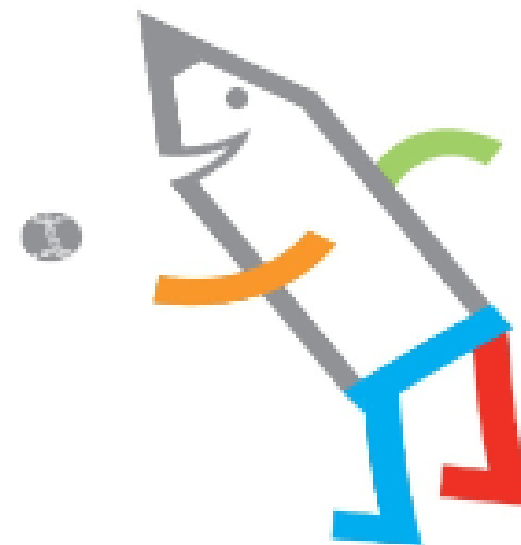


76

***TOUCHE-  
FOULARD***



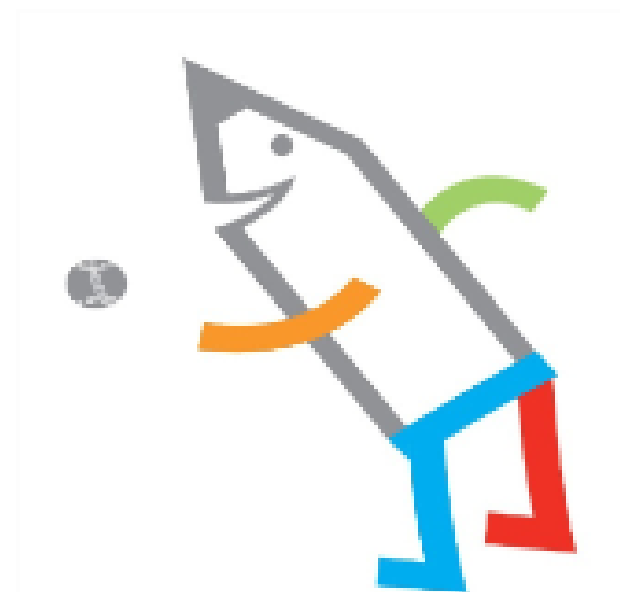
***JEU  
DE  
PRÉCISION***



# MARQUE- FLEUR



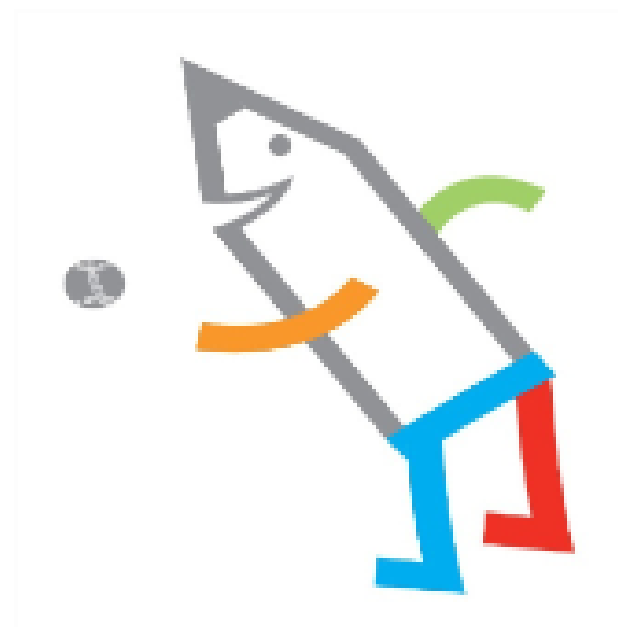
# *JEU DE PRÉCISION*



**CHASSE-  
BOULES**



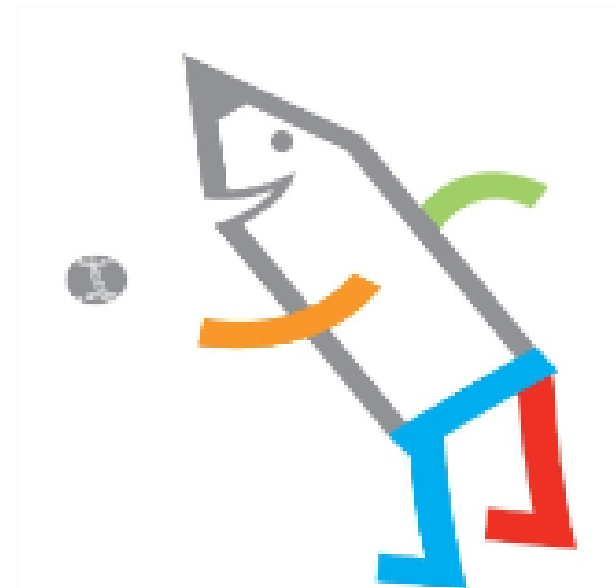
**JEU  
DE  
PRÉCISION**



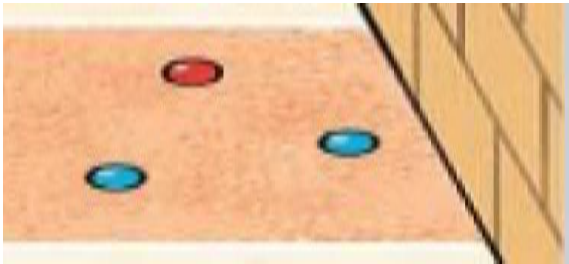
***BOUCHE/  
VIDE – CASE***

79

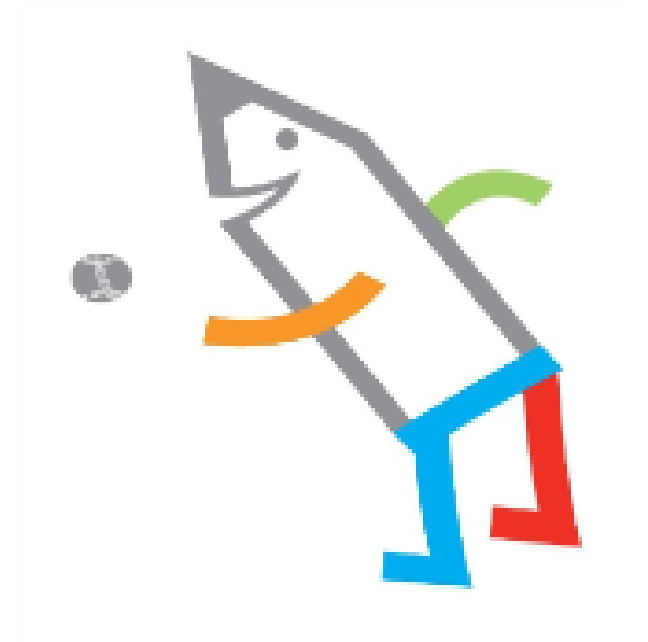

***JEU  
DE  
PRÉCISION***



*APPROCHE  
-  
MUR*



*JEU  
DE  
PRÉCISION*



80





Permettre à l'enfant d'exprimer le plaisir ressenti à l'issue de la pratique d'une activité physique et/ou sportive

**A l'issue de la rencontre et de retour en classe** L'utilisation de la *Réglette du plaisir* (banderole de collecte disponible à l'USEP 44)

L'utilisation de la réglette engendre une posture particulière pour l'enfant et pour l'adulte. Chaque protagoniste doit s'interroger sur sa représentation de l'outil et sur son utilisation dans le cadre de la pratique des activités physiques et sportives.

Adultes et enfants n'ont ni le même statut, ni les mêmes objectifs, ni les mêmes moyens. Il est indispensable que l'adulte qui utilise la *Réglette du plaisir* ait pleinement conscience de son propre positionnement dans les domaines de la santé et du plaisir.

Enfants comme adultes ont un certain nombre de questions à se poser :

**L'enfant doit s'interroger sur**

- ce que veut l'adulte, pourquoi ces questions-là lui sont-elles posées, comment ses réponses vont-elles être exploitées, ...
- ce qu'il éprouve lorsqu'il exprime ses ressentis.

### L'adulte doit s'interroger sur

- ce qu'il va demander à l'enfant, ce qu'il attend de lui,
- ce que signifie la réponse de l'enfant, à quoi elle renvoie,
- comment il va utiliser les informations recueillies, ce qu'il fait de ce qui lui est dit.

L'utilisation de la *Réglette du plaisir* conduit l'enfant à se représenter et à extérioriser son *monde intérieur*. Cela sous-entend un climat de confiance suffisant entre l'adulte et l'enfant afin que celui-ci puisse s'exprimer au mieux.

### L'adaptation de l'utilisation de la réglette selon l'âge des enfants

Les possibilités d'expression et de raisonnement de l'enfant évoluant avec sa maturation, les objectifs de l'enseignant et l'utilisation de la *Réglette du plaisir* seront différentes et de plus en plus complexes selon l'âge des enfants auxquels on s'adresse.

#### En maternelle

82 Il s'agit d'apprendre progressivement à identifier ses ressentis, à les extérioriser. Grâce à un objet transitionnel (la *Réglette du plaisir*), l'expression de chacun des enfants et la mise en mots des émotions seront facilitées. L'adulte sera plus attentif aux intentions formulées par l'enfant qu'au résultat lui-même indiqué par le positionnement du curseur. À cette étape de la scolarité, il est important que l'adulte soit disponible et à l'écoute de chaque enfant afin que celui-ci se sente reconnu et pris en compte.

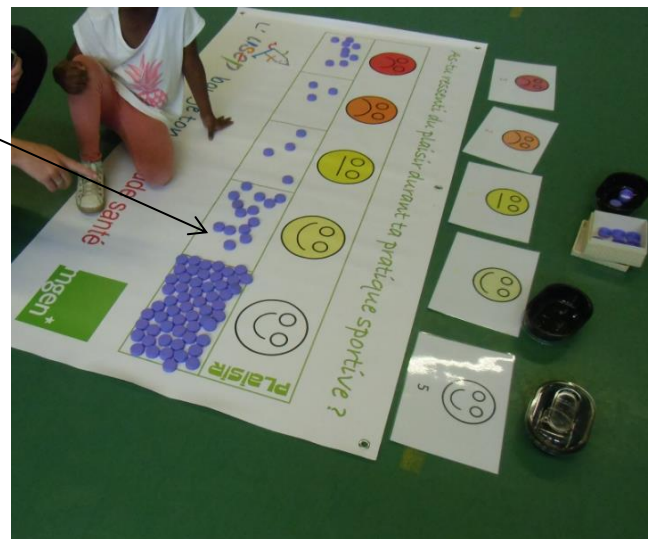
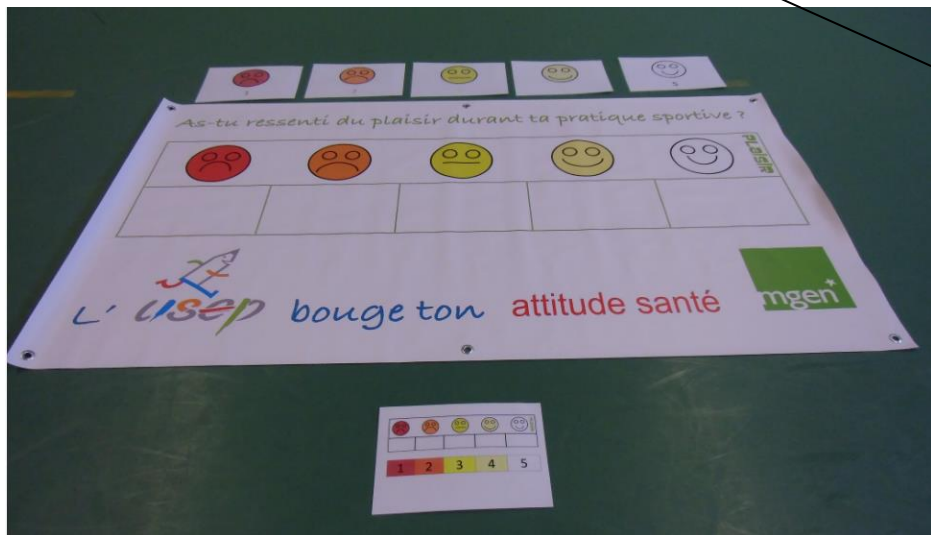
#### Point de vigilance

Un enfant ne doit pas se retrouver devant le groupe en situation de devoir se justifier sur la position du curseur ou de son propre bouchon et/ou de sa propre gommette s'il ne le souhaite pas, c'est pourquoi il est important d'engager la discussion sur la *photographie* de l'ensemble des réponses afin d'éviter toute stigmatisation.

## Mode d'emploi






### Sur place

- \*Chaque élève prend un bouchon dans la réserve, pose son bouchon à son tour dans la colonne qui lui convient une fois les consignes formulées par le.a « grand.e » (adulte ou élève encadrant).
- \*Procéder par équipe rassemblée ou par classe pour clôturer la manifestation
- \*Conserver une trace mémoire du support complété



### En classe

Faire compléter la réglette avec des gommettes à coller ou en cochant la case qui convient sur fiche ou sur le brevet de participation.

					PLAISIR
1	2	3	4	5	

...avant, pendant et/ou après la rencontre n'oubliez pas, enfin !  
Donnez la parole aux *p'tits reporters*



Les P'tits reportages



USEP44

BIATH' MAT ...

84

## Le reportage

### Forme

- Une **production numérique** directement exposable (un seul fichier de 200 Mo maximum, en Mp3 pour les fichiers audio)
- La forme de la production est libre : production d'écrit (texte, livre, journal...), enregistrement, affiche, montage photo, dessin, album, BD, vidéo, diaporama...
- Les auteurs, niveau(x) de classe, date et type d'événement seront précisés.

### Contenu :

- La production doit être **réalisée par des enfants de l'école maternelle**.
- Elle doit témoigner de la participation à une rencontre USEP, moment de pratique sportive, de vie associative et/ou de réflexion collective
- Elle peut porter sur tout ou partie des 3 temps de la rencontre : AVANT—PENDANT—APRES

à transmettre à [usep44@laligue44.org](mailto:usep44@laligue44.org)