

1- DEFINITION DE LA COURSE D'ORIENTATION

- **Définition et contradictions fondamentales**
- **Enjeux de formation**
- **Pratique sportive**

2- NOTIONS TECHNIQUES

- **Carte**
- **Légende**
- **Echelle**
- **Courbes de niveau**
- **Boussole**
- **Ligne**
- **Point**
- **Saut**

3- DONNEES PEDAGOGIQUES

- **Principes de traçage**
- **Variables didactiques**
- **Différents parcours**
- **Projet de déplacement**
- **Gestion de la sécurité**

4- CYCLE ET SEANCES

- **Niveau 1**
- **Niveau 2**
- **Cycle lycée**
- **Evaluation**

1- DEFINITION DE LA COURSE D'ORIENTATION

C'est une course individuelle contre la montre qui se déroule en terrain naturel, varié, généralement couvert, sur un parcours matérialisé par des postes de contrôle que le concurrent doit découvrir dans un ordre imposé par des cheminements de son choix en se servant d'une carte et d'éventuellement d'une boussole.

Ce qui va confronter le coureur aux « contradictions » suivantes :

- Etre seul / maîtriser ses émotions
- Prendre des risques / gérer sa sécurité
- Aller vite / s'économiser
- Consommer / respecter
- Gérer une multitude d'infos / en un temps limité
- Choisir / sans pouvoir pratiquement comparer
- Aller vite / aller surement
- Simplification du réel (carte) / complexité du milieu (terrain)

Le coureur doit	DECIDER	et	REALISER UN ITINERAIRE
	=		=
	Traiter les informations de la carte et construire un projet de déplacement (carte > terrain)		conduire le déplacement et traiter les informations du terrain (terrain > carte)

Les opérations mentales successives à réaliser sont :

- faire un projet de déplacement : je vais passer par ...
- imaginer le déroulement : je m'attends à ...
- se confronter avec la réalité : je vois ...
- corriger et adapter son déplacement : finalement je vais passer par ...
- etc. ...

Avoir le « sens de l'orientation », c'est finalement avoir des « qualités » de :

- D'observation (codage et reconnaissance)
- De décision
- De mémorisation (diminuer la surcharge informationnelle)
- D'anticipation (gestion des temps de lecture de la carte)
- Course en terrain varié (contrôle postural)
- Lucidité (gestion de l'allure / pression technique)

La pratique sportive : une fédération de 20000 licenciés mais une pratique qui dépasse largement le cadre fédéral (raid d'orientation, autres fédérations, militaires, sports de nature, scolaire, ...).

Plusieurs disciplines (à pied, à ski, à VTT et en fauteuil), plusieurs formats (sprint, moyenne, longue), plusieurs type de course (classique, score, relais) du niveau départemental avec beaucoup de non licenciés au meilleur niveau mondial où les fédérations scandinaves sont leaders.

En UNSS, le championnat de France se dispute par équipe de 4 sur un relais et une course au score par répartition de postes.

2- NOTIONS TECHNIQUES

• La carte :

Elle est faite par une personne pour un groupe ou un club de C.O.

Dessus apparaissent la date, le nom de celui qui l'a faite ainsi que celui du propriétaire.

Elle est réalisée à partir d'une photo aérienne et/ou de cartes IGN ainsi que de relevés sur le terrain et de GPS. Le concepteur va valoriser le réel pour permettre la CO.

Le plan est orienté au Nord (les lignes en bleu) Attention : Nord magnétique ≠ Nord géographique (qui est celui de l'axe de rotation de la terre).

La déformation (des distances, des angles, des surfaces) due à la projection de la terre (ronde) sur une carte (plane) est négligeable en CO.

Tarif : environ 1000€ au km² pour la conception en fonction de la technicité.

• La légende :

Elle est spécifique aux cartes de CO fabriquées par et pour les clubs de CO (≠ des cartes IGN liée aux représentations visuelles des utilisateurs).

orange - jaune: champ - terrain découvert, clairière

blanc à vert foncé: bois avec pénétrabilité de plus en plus réduite

bistre : courbes de niveau et éléments de relief

noir : éléments de planimétrie : ajouts humains (chemin, mur, clôtures,...) et rochers

bleu : l'eau et les flèches de nord

marron : parking et route

kaki : propriété privée

rouge : le parcours : triangle pour le départ , rond pour les balises (assez grand pour dégager la zone du poste, centré sur l'élément)

- **L'échelle :**

1/10 000 veut dire qu'1cm sur la carte représente 10 000cm sur le terrain (c'est à dire 100m...). c'est l'échelle la plus répandue en CO (les carte de rando sont au 1/25 000). En scolaire, on utilise des échelles plus petite pour avoir plus de lisibilité sur des parcours plus courts (1/2000 à 1/8000).

L'acquisition de la notion de distance ne se fait par la mesure en mm sur la carte et sa conversion en mètres à compter sur le terrain : c'est un apprentissage en action qui va progressivement mettre en relation le temps ressenti et l'effort pour évaluer la distance parcourue.

- **L'équidistance et les courbes de niveau:**

C'est la différence d'altitude entre deux courbes de niveau (mais l'altitude n'est pas indiquée). Habituellement de 5m, elle peut être réduite à 2m en cas de terrain relativement plat. La courbe de niveau est une ligne imaginaire reliant tous les points d'une même altitude. Plus elles sont rapprochées, plus la pente est importante ; pour savoir les sens de la pente, il faut trouver le sommet ou la dépression, un rivièrre ou un rentrant (talweg ou ravine perpendiculaire au sens de la pente). C'est une notion qui ne sera abordée qu'au niveau 2 ; les courbes de niveau au niveau 1 sont plutôt déstabilisantes dans la lecture de carte au niveau 1.

- **La boussole :**

Elle est composée de 3 éléments : l'aiguille qui indique le nord magnétique, la plaquette et sa flèche qui indique les sens de déplacement, et le cadran (nord fictif) qui permet de calculer l'azimut (angle que forme la direction à suivre avec le nord de la carte). Dans un premier temps, on se contentera d'aligner ces 3 flèches afin d'indiquer le nord magnétique et d'aligner la carte avec ce nord. Dans un niveau 3 on commencera à utiliser la notion d'azimut.

- **La ligne :**

On peut différencier 3 niveaux de ligne :

La ligne de niveau 1 : elle représente des éléments du quotidien (chemin, clôture ...). Les élèves connaissent ces lignes.

La ligne de niveau 2 : elles sont faciles à suivre mais elles sont nouvelles pour les élèves (talus, fossé, clôture difficile à voir ...)

La ligne de niveau 3 : il s'agit de ligne séparant des zones (différences de végétations) ou liée aux relief (crête, talweg).

En terme de fonction, la ligne peut être :

Soit une main courante : repère continu permettant un déplacement sûr.

Soit une ligne de sécurité (ligne de vie) définissant un périmètre à ne pas franchir (ligne connue comme une route, un champ,... ou reconnue à l'avance : chemin).

Soit une ligne d'arrêt qui s'inscrit dans le projet de déplacement pour le stopper : c'est un repère qui dit « je suis allé trop loin ».

Il faut concevoir la carte comme un entrelacs de lignes qui enchaînées les unes aux autres dessinent un chemin d'un point à un autre.

- **Le point :**

Il peut être sur une ligne ou en dehors. Il s'agit d'un endroit caractéristique sur la carte et sur le terrain (croisement de lignes, coude d'une ligne, extrémité de ligne, souche, borne, arbre particulier, trou, ...).

Comme pour la ligne on peut en différencier les fonctions :

Le point de décision : c'est un point sur une ligne à partir duquel on doit changer de ligne.

Le point d'appui : en plus du point de décision, c'est un point qui permet de valider l'itinéraire (renforcement dans la vérification de mon placement).

Le point d'attaque : c'est le dernier point de décision avant la balise (le point sûr le plus proche pour trouver la balise).

Une balise se situe toujours sur un point ; c'est que l'on appelle la définition du poste.

- **Le saut :**

On parle de saut lorsque l'on quitte une ligne pour rejoindre une autre ligne ou la balise. Le coureur « coupe » alors « à travers » ; son trajet devient aléatoire car il n'est plus soutenu par une ligne ; il n'est plus défini que par l'orientation de la carte et éventuellement (besoin de précision plus important) du calcul d'un azimut.

Critères pour définir la difficulté d'un parcours (partiel = poste à poste):

- Longueur et dénivelé (100m représente 1km à plat)
- Niveau des lignes à suivre
- Présence de sauts : possibles, obligatoires
- Nombre de points de décisions
- Qualités des points d'appui
- Placement de la balise : point d'attaque, niveau de l'objet, ligne d'arrêt

3- DONNEES PEDAGOGIQUES

La tâche fondamentale de l'enseignant va consister à la construction (création) d'un parcours (la situation).

C'est ce qu'on appelle le traçage. Il met en relation les objectifs (thèmes de travail) avec les élèves (caractéristiques, niveau) et avec l'activité (le milieu et ses contraintes).

Encore plus que dans les autres sports déplacement (kayak, escalade, VTT,...) le traçage revêt un caractère important à cause de la longueur du déplacement et de la difficulté de remédiation immédiate.

C'est le traçage qui va induire les obstacles auxquels les élèves vont être confrontés et le décalage entre ce qu'ils savent faire et ce qu'ils ne maîtrisent pas encore (notion de décalage optimum pour apprendre).

Comme dans les autres sports de plein-air, nous ne maîtrisons pas les caractéristiques du milieu et si nous choisissons cette activité, il faudra aussi se plier aux entrées dans l'activité et peut-être même aux thèmes de travail induits par le type de carte à disposition.

Principes de traçage en vrac :

- La tentation (dérive) existe en CO de poser plus de problème d'orientation que de course : si un parcours nous semble trop difficile, c'est qu'il l'est ! Il faut associer dans la mesure du possible un problème de course et d'orientation ; c'est ce qui détermine que l'on se trouve bien en EPS.
- Pour une majorité d'élèves, la réussite de la tâche ne doit pas être dans la découverte des balises, mais dans le temps qui va les départager (la vitesse). Ainsi si notre situation est adaptée, la presque totalité des élèves doit réussir le parcours

(trouver les balises) ; l'envie de jouer doit être celle d'aller plus vite (et non pas être plus lent pour être performant).

- Les postes ne doivent pas être cachés : quand on est au bon endroit, on doit voir la balise : ce n'est pas une course au trésor. La découverte de la balise ne doit pas être aléatoire au risque d'éloigner les élèves de « l'essence » de l'activité : courir en s'orientant.
- Dans un souci d'apprentissage, de sécurité et de motivation, il est préférable de multiplier les parcours courts plutôt que de laisser les élèves s'éloigner trop longtemps ou trop loin ou trop à côté de la tâche. Dans la même idée, mettre beaucoup de balises permet de donner des repères et de relancer l'intérêt.
- Enfin et pour résumer : respecter l'équité des parcours, assurer la sécurité, respecter le milieu et donner du plaisir.

Pour construire ses situations, le prof d'EPS va agir sur différents paramètres qui vont lui permettre de mettre l'accent sur telle ou telle compétence et de jouer sur la difficulté de l'obstacle à franchir :

Les variables didactiques :

- la carte : les informations qu'elle donne, sa lisibilité, sa justesse : avec ou sans couleur (ou 1 seule couleur), avec ou sans légende, quelle échelle (lisibilité).
- Le terrain : couvert, à découvert ou impénétrable, plus ou moins long et dénivellé, connu, semi-connu, de type connu ou inconnu. La difficulté dépend du nombre de lignes et de leur niveau, du nombre de points caractéristiques (qui vont permettre d'avoir des points de décisions, d'appui ou d'attaque).
- Les balises : Qu'est-ce qu'on met sur le terrain : présence de balises (vraies, fausses, manquantes, nids de postes) ou pas, plots ou toiles ou piquet, jalonnage (bande de chantier suspendue).
- Le parcours : la longueur (totale et poste à poste), avec ou sans postes, avec ou sans parcours surligné, avec ou sans le trait rouge qui relie les balises entre elles ...
- Le carton de contrôle : il peut être pratiquement vierge ou donner des indications aux élèves : le numéro des balises, la définition du poste. Ces informations peuvent être dans l'ordre du parcours ou à retrouver en fonction de l'emplacement des balises.
- La boussole : présente ou pas elle peut être utilisée à plusieurs niveaux : outil de sécurité, orientation de la carte, direction à suivre hors ligne, calcul d'azimut.
- La confrontation : elle met en place (ou non) une pression temporelle et/ou affective : travail en classe entière, par groupes, départs en masse ou échelonnés, seul ou à 2 (échanges verbaux favorisés), en défi 1x1, chrono.
- Le feed-back : primordial en CO à cause de l'absence de visibilité de la prestation du coureur, c'est ce qui est demandé au retour : correction du carton, remplissage de la feuille de départ (heure départ, heure arrivée, temps, balises justes,...), travail sur carte (placement des balises, de l'itinéraire, définition des postes), questionnement sur les pertes de temps, les erreurs, le projet de déplacement.

Avec ses variables on obtient quelques grands types de parcours avec de multiples variantes.

Les différents types de parcours :

- La course classique : c'est le parcours de compétition standard : il faut prendre toutes les balises dans l'ordre. Attention, il n'est pas tout le temps le plus adapté : départs échelonnés qui prennent du temps, difficile de différencier la tâche en fonction des élèves.
- La course au score : il s'agit ici de ramener le plus de balises possible dans un temps donné. Intérêt : gestion facile du temps, du groupe, de l'évaluation. Mais niveau de compétence demandé assez élevé dans la gestion du choix des balises,

du parcours entre elles, du temps disponibles en fonction du niveau de difficulté du parcours et de son propre niveau.

- Le surligné : il s'agit de poinçonner les balises rencontrées sur l'itinéraire imposé surligné sur la carte. Intérêt : il demande une lecture précise de la carte et oblige tous les élèves à faire la même distance (même avec peu de balises sur l'itinéraire) ; remarque : les balises ne sont pas portées sur la carte.
- Le jalonné : suivre les jalons sur le terrain et poinçonner les balises ; possibilité de couper pour aller plus vite aux balises ou de rester sur le jalonné pour jouer la sécurité. Intérêt : situation à plusieurs niveaux de compétence mais long à mettre en place sauf si le jalonné a été reconnu avec les élèves (intégré suffisamment pour ne plus avoir besoin d'être jalonné).
- Le parcours mémo : il s'agit de consulter la carte avant de partir et de la laisser sur place. Le coureur dispose seulement des informations qu'il a prélevées sur la carte avant son départ. On peut soit mettre une nouvelle carte à chaque balise soit fonctionner en étoile. Intérêt : l'élève construit la légende, apprend à repérer des points caractéristiques et fait un réel projet de déplacement.
- Le parcours en étoile : il s'agit de faire des aller-retour entre le point de départ et les balises. Je reviens à chaque fois à mon point de départ pour prendre une autre carte (une balise par carte). Intérêt : adapté en début de cycle ou en terrain peu connu : si je suis « perdu », je fais demi tour. Il peut évoluer en parcours papillon en demandant aux élèves de récupérer 2 balises (ou plus) avant de revenir.
- La pose-dépose : ce sont les élèves seuls ou par groupe qui vont poser les balises, les vérifier et les récupérer. Intérêt : lecture très fine de la carte et de la notion de définition de poste, compétence de gestion de l'activité, d'autonomie et de responsabilité fortement sollicitées.
- Le road-book : un élève va prendre une balise sans carte, juste avec l'itinéraire décrit par écrit d'un autre élève (ou du prof). Intérêt : permet de verbaliser les éléments indispensables à la conduite de l'itinéraire tout en sélectionnant les seuls nécessaires (sélection-simplification).
- L'azimut-distance : il s'agit de trouver les balises sans carte mais avec l'indication de l'azimut et de la distance par rapport au point de départ ; cela peut se faire en étoile ou en enchainant une nouvelle balise après chaque balise trouvée. Intérêt : manipulation de la boussole sans le support carte dans un premier temps ; on peut demander ensuite de placer les balises sur une carte.

Tous ces parcours peuvent évoluer et s'agrémenter de fausses balises, nids de postes, définitions dans le désordre, organisation en relais, en défi 1x1, en petit train, en moulin, ... toutes choses qui vont soit complexifier la tâche, soit mettre en avant une connaissance ou capacité particulière choisie par l'enseignant, soit aider à trouver du sens ou de l'intérêt.

Le projet de déplacement va être l'élément central de l'apprentissage. C'est lui qui permet la mobilisation des ressources et des techniques. Il peut être implicite mais on ne peut pas en faire l'économie pour progresser. Il faut le verbaliser en répondant aux questions suivantes :

- 1 / Où je suis (point précis) ?
- 2 / Où je vais (orientation de la carte) ?
- 3 / Comment j'y vais (itinéraire = suivi de lignes et sauts) ?
- 4 / Qu'est-ce que je m'attends à voir (points de décision, d'appui) ?
- 5 / Qu'est-ce que je cherche (définition du poste) ?
- 6 / Qu'est-ce qui m'arrête, me préviens si j'ai été trop loin (ligne d'arrêt) ?

Je peux alors m'engager sur le poste à poste, si je suis en échec, je me recale sur le dernier élément remarquable connu et je recommence l'opération. Du débutant à l'expert, les

mêmes questionnements ... seul la densité, la finesse et la vitesse de traitement de l'information diffère ! Le questionnement et la mémorisation de ce projet de déplacement va permettre de le fixer, point clé de la transformation de la pratique. Tant que ce projet n'est pas anticipé, l'élève va se déplacer globalement dans une direction en traitant les informations au fur et à mesure (mode de gestion réactif/prédictif), submergé d'infos inutiles non sélectionnées, il perd du temps et le nord ... Rendre explicite le projet de déplacement va lui permettre de passer d'un référentiel égocentré (le terrain change tout le temps autour de moi) à un référentiel exocentré (je me déplace sur la carte en ayant sélectionné les infos utiles).

Enfin il faut dans ce chapitre pédagogique parler de **la gestion du risque en CO et de la sécurité des élèves.**

La CO (comme toutes les activités sportives) est une activité à risque mais pas risquée. La connaissance et la maîtrise du risque est un contenu d'enseignement à part entière qu'il ne convient absolument pas d'évacuer. Cette formation (développée dans les APPN particulièrement) permettra de trouver un équilibre entre une attitude dangereuse et des conduites inhibées (parfois tout aussi dangereuses).

Il ya peu de risques objectifs en CO : piqûres, entorses, problème pulmonaire ou cardiaque mais le problème se situe plus dans les conséquences de l'incident : difficulté d'alerte et éloignement des secours.

Le risque subjectif est, lui, bien présent dans la peur du prof (de laisser ses élèves seuls), des élèves (peur du bois, des mauvaises rencontres : petit chaperon rouge et de se perdre : petit poucet) ou encore dans l'angoisse des parents.

Notre objectif dans la gestion du risque est double : mettre en place les conditions d'une pratique maîtrisée (sécurité passive) et rendre les élèves autonomes et responsables (sécurité active).

Sécurité passive :

- Evaluer ses élèves, leurs capacités, leurs attitudes.
- Connaître les lieux, les zones plus critiques.
- Maîtriser sa séance (timing, occupation de l'espace).
- Proposer des situations en adéquation avec le niveau (cognitif, affectif, physique) des élèves (notion de décalage optimum) ; si la tâche n'est pas adaptée, ils vont en sortir et c'est à ce moment qu'ils vont faire des conneries !
- Se munir des outils recommandables ... tél portable, trousse de secours, sifflet, ...

Sécurité active :

- Construire un cycle permettant aux élèves une progressivité dans leur engagement.
- C'est l'acquisition des compétences de l'orienteur qui va progressivement le rendre autonome et responsable : notion de mains courante, lignes d'arrêt, évaluation des distances, repères de temps, projet d'itinéraires, ...
- Construire une relation d'autorité (aucun retard toléré) et de confiance permettant de donner la responsabilité aux élèves (comme un permis d'assureur en escalade).
- Donner des consignes spatiales (ligne de vie, lieu de retour) et temporelles (heure de retour, temps max,...) écrites si possibles.
- Adopter une charte de l'orienteur responsable (ne pas crier, respecter les parcours, l'environnement, porter assistance, rentrer à l'heure, ...).

4- CYCLE ET SITUATIONS

NIVEAU 1 :

Compétence attendue : Choisir et conduire un déplacement pour trouver des balises à l'aide d'une carte en utilisant essentiellement des lignes dans un milieu nettement circonscrit. Gérer l'alternance des efforts. Respecter les règles de sécurité et l'environnement.

CONNAISSANCES Infos, règles, principes, repères sur l'activité.	CAPACITES Habilités, techniques, savoir-faire, mobilisation des ressources.	ATTITUDES Engagement, comportement par rapport à soi, aux autres, valeurs.
<ul style="list-style-type: none"> - vocabulaire spécifique. - nord magnétique. - légende simplifiée - consignes et procédures de sécurité. - esprit de la CO, activité de plein-air. 	<ul style="list-style-type: none"> - orienter la carte à l'aide du nord de la boussole ou de lignes du terrain. - choisir et planifier (main courante, ligne d'arrêt) son itinéraire. - coder (relation carte-terrain) et reconnaître (terrain-carte) les lignes et objets usuels. - suivre avec son pouce sur la carte la progression sur le terrain. - courir en terrain accidenté. - noter les temps, corriger un carton, expliquer un itinéraire. 	<ul style="list-style-type: none"> - respecter les consignes de sécurité. - respecter le matériel. - maîtriser ses émotions. - se montrer responsable des tâches liées aux autres rôles que celui de coureur.

Proposition de cycle :

- S1 : main courante en groupe, puis par deux, puis tout seul.
- S2 : main courante en défi 1x1 avec fausses balises sur le terrain et parcours différents.
- S3 : main courante avec nids de postes et poinçons dans la bonne définition.
- S4 : parcours étoile (12 balises au moins) à l'intérieur de la main courante.
- S5 : main courante sans carte avec description des lieux et des postes rencontrés et au retour.
- S6 : parcours classique / chasse aux carrefours dans les deux sens.
- S7 : 2 parcours mnésiques et 2 parcours surlignés.
- S8 : pose des balises (12), vérification et parcours papillon en défi 1x1.
- S9 : évaluation = surligné avec carton de définition + classique avec fausses balises.

NIVEAU 2 :

Compétence attendue : Choisir et conduire le déplacement le plus rapide pour trouver des balises à l'aide d'une carte en utilisant essentiellement des lignes et des points remarquables dans un milieu délimité plus ou moins connu. Gérer les efforts en adaptant des allures de course optimales en rapport au milieu et au moment du déplacement. Respecter les règles de sécurité et l'environnement.

Ce qui change par rapport au niveau 1 :

- La notion de choix d'itinéraires (« choisir ... le plus rapide »).
- La notion de points ce qui sous entend des sauts en dehors des lignes.
- La notion de lignes d'arrêt évidentes mais pas forcément reconnues.
- La notion d'allure maîtrisée en rapport avec l'approche du poste.

CONNAISSANCES Infos, règles, principes, repères sur l'activité.	CAPACITES Habilités, techniques, savoir- faire, mobilisation des ressources.	ATTITUDES Engagement, comportement par rapport à soi, aux autres, valeurs.
<ul style="list-style-type: none"> - Affinement de la légende (relief, courbes de niveau, pénétrabilité, végétation). - Manipulation de la boussole. - Appréciation de la difficulté d'un poste, d'un parcours. - Notion de point d'attaque, de saut, de point d'appui, d'erreur volontaire, de ligne d'arrêt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Courir en lisant. - Sélectionner, simplifier et mémoriser les infos. - Comparer et faire des choix d'itinéraire. - Se recalcr après un saut, rechercher les points remarquables. - Réguler sa vitesse en fonction de l'approche du poste. - Ne pas se laisser influencer, gérer la pression de la confrontation. - Commenter ses erreurs. 	<ul style="list-style-type: none"> - respecter les utilisateurs de la forêt. - respecter le milieu (saisons, plantations, cultures, murets, faune). - s'engager en restant lucide dans un milieu semi-connu.

Proposition de cycle :

- S1 : main courante en groupe avec pose de balises, puis parcours différents: S1 et S2 du N1.
- S2 : parcours étoile mémo en relais par 2 sans définition de poste (à marquer au retour).
- S2 : parcours au choix pair-impair avec pair = points d'attaque et impair en dehors des lignes.
- S3 : petit train par groupes de 3 : n°1 :carte surlignée niveau 1, n°2 :carte vierge, n°3 : chrono.
- S4 : relais 3 coureurs / 2 parcours (petit et moyen).
- S5 : pose des balises et moulin.
- S6 : parcours classique avec points d'attaque et balises azimut - distance.
- S7 : surligné limite de végétation.
- S8 : surligné relief.
- S9 : évaluation = surligné (orientation fine) + parcours mémo + classique nids de postes

En lycée :

Les textes font référence aux compétences culturelles et méthodologiques suivantes :

- CC1 : réaliser une performance.
- CC2 : s'adapter.
- CM1 : s'engager en sécurité.
- CM2 : se fixer un projet personnel.
- CM3 : se dominer.
- CM4 : adopter ensemble des règles de vie.

3 modes d'entrée dans l'activité sont proposés :

Une modalité sportive : CO classique.

Une modalité randonneur : préparer et conduire une randonnée adaptée et en lien avec le milieu environnant.

Une modalité « raider » : run'bike par équipe de deux : orienter à pied sans que l'autre descende de vélo.

Dans la modalité sportive, la proposition fait appel à des parcours mnésiques partiels (formulation du projet de déplacement), des itinéraires surlignés (orientation fine et continue) et des courses classiques (choix d'itinéraire et compromis physique/technique). Ces propositions se rapprochent de ce qui est développé dans le chapitre évaluation.

L'évaluation de la compétence :

Il faut une situation qui mette le plus en jeu le plus de connaissances, compétences et attitudes spécifiques de la CO :

- Remplir son carton de contrôle.
- Poinçonner dans les bonnes cases.
- Ne pas courir à plusieurs.
- Ne pas crier, être attentif, être propre.
- Connaître la légende, reconnaître les objets.
- Etre en situation de course (recherche de vitesse).
- Réaliser le circuit prévu sans se perdre.
- Poinçonner les bonnes balises.

L'évaluation ne doit pas forcément se faire lors de la dernière séance. On peut très bien envisager des évaluations intermédiaires pour valider des moments du cycle que l'on juge importants. Par exemple, on peut envisager des petites évaluations pour valider le travail sur la légende, la définition des postes, la reconnaissance des lignes d'arrêt ...

Lors de l'évaluation, les balises doivent pouvoir être trouvées par la presque totalité (sinon tous) des élèves. Sur la fiche ressource du Niveau 1, il n'est pas fait allusion à la notion de chronomètre, mais cela ne veut pas dire qu'il est absent ... c'est lui qui doit faire le barème car c'est une course.

L'évaluation sur le même site (majorité des cas) permet de valoriser le travail réalisé pendant le cycle : plus j'ai bossé, plus je connais les différents postes de la carte, les mains courantes, les lignes d'arrêt (= répétition d'une voie en escalade). Le déplacement de l'évaluation sur un autre site peut se faire mais alors sur une carte ayant les mêmes caractéristiques (milieu semi urbain par exemple).

La course au score n'est pas forcément une bonne solution pour évaluer des débutants car elle demande de gérer le projet de déplacement en même temps que le temps maximum imparti (ou l'heure de retour). On maîtrise peu le déplacement des élèves qui peut-être aléatoire.

Le parcours étoile excellent exercice de découverte d'un secteur, d'exploration progressive, de mise en sécurité, de travail foncier, de différenciation, reste difficile à évaluer dans l'équité (tout le monde ne fait pas la même chose).

On peut envisager une évaluation avec 3 parcours en même temps :

- un surligné (lecture fine et observation du terrain).
- un vrai faux (choix d'itinéraire et correction du déplacement).
- un mémo (anticipation du projet de déplacement).

Tout le monde passe sur les 3 parcours. On évite ainsi le caractère aléatoire d'une seule perf. Cela permet de gérer le nombre d'élèves dans l'espace et en même temps et de balayer plus de savoirs. Chaque parcours peut durer de 5 à 15mn.

Mettre une note :

La note de 10/20 peut-être acquise par la réussite du parcours, l'échelle de 10 à 20 servant de variable en fonction du chrono.

Ou alors : barème de 0 à 20 au temps avec pénalités pour les balises fausses.

De toute manière, dans un milieu toujours différent, le barème sera à construire en fonction du site de pratique. Il n'existe pas de cotation de la difficulté comme en escalade, même si les paramètres de la difficultés peuvent être appréhendés de manière rationnelle.