



DSDEN de la Moselle 2024

Cycle 2

Sport, sciences physiques et mathématiques

Lancer loin

Situations pour faire varier les paramètres de lancer.

Constituer des groupes de 6 à 8 élèves. Les élèves travaillent en binôme, un élève lance, l'autre repère le point de chute. On inverse les rôles ensuite.

Lancer uniquement au-dessus de la tête.

Situation n°1

Matériel : Sac à grain ou balle ou tout objet un peu lourd. Masse indicative 250g. Un décimètre.

Lancer libre : chaque élève lance trois fois son objet, un camarade repère le point de chute. On conserve le repère du lancer le plus éloigné. On utilise un cône ou une croix au sol pour matérialiser les points de chute.

On mesure les distances et on les reporte dans le tableau en annexe.

Situation n°2 : changer sa façon de lancer.

Il s'agit de faire comprendre aux élèves qu'on lance plus loin quand on lance en cloche.

On peut utiliser le filet de Volleyball comme repère de lancer. On peut également utiliser des barres et des élastiques ou le but de handball.

On déplace le lanceur en le faisant reculer ou avancer par rapport au filet.

On demande aux élèves de lancer au-dessus du filet 3 fois en reculant. On observe le point de chute de chaque lancer. On conserve le meilleur lancer.

L'idée est de faire constater que l'angle optimal est d'environ 45° . Distance optimale par rapport au filet.

On compare les points de chute des lancers qui sont passés au-dessus et des lancers qui sont passés en-dessous. Les élèves devraient constater que quand on lance au-dessus, "ça va plus loin".

Situation n°3 : s'entraîner à lancer en cloche

On place des cibles au sol. On fait varier la distance à la cible, en faisant reculer les élèves une fois la cible atteinte. L'objectif est de leur faire comprendre que lancer selon un angle de 45° environ, permet de lancer loin, et que lancer loin c'est aussi lancer haut.



DSDEN de la Moselle 2024

Cycle 2

Exploitation en classe :

On compare les mesures des lancers en fonction de l'éloignement. Sur tous les tableaux.

Statistiquement, les lancers avec angle optimal devraient être plus long que les lancers autres.

Les élèves vont certainement dire que cela dépend de la personne qui lance et de sa force.

On peut tester l'incidence de l'angle de lancer avec une planche sur laquelle les élèves vont faire glisser l'objet à lancer une voiture à friction par exemple.

On fait varier l'angle de la planche par rapport au sol.

On mesure les points de chute à chaque fois qu'on fait varier l'angle. On peut mesurer la hauteur du bout de la planche comme repère.

