

## PHASE 3 : INTÉGRATION

# Le Parcours Planifié

Le Parcours Planifié enseigne à **PENSER** avant d'agir



### Durée

15-20 min

### Groupe

Petits groupes avec ro

### Lieu

Salle, Cour

MS

GS

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Moteur	Cognitif	Socio-émotionnel
<ul style="list-style-type: none"> <li>Enchaîner des actions motrices variées</li> <li>Adapter son corps à différents obstacles</li> <li>Développer l'agilité globale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lire et interpréter un plan/des symboles</li> <li>Planifier une séquence d'actions</li> <li>Mémoriser un parcours</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Respecter les règles du parcours</li> <li>Attendre son tour</li> <li>S'encourager mutuellement</li> </ul>

## MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Matériel	Quantité	Alternative
Matériel de motricité varié	Cerceaux, plots, bancs, tunnels, etc.	Chaises, coussins, cordes
Images des actions	Set d'images pour chaque station	Symboles dessinés
Plan du parcours	1 par groupe ou affiché	—

## DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

### 1. PRÉPARATION

- **Installation:** Installer le parcours avec des stations distinctes. Afficher le plan du parcours et les images de chaque action.

### 2. INTRODUCTION

**Introduction:** Présenter le défi

« Aujourd'hui, vous n'allez pas juste faire un parcours. Vous allez d'abord le **PLANIFIER** ! Regardez ce plan. Il vous montre l'ordre des stations et ce qu'il faut faire à chacune. »

**Lecture du plan:** Décoder ensemble

« Regardez : le cercle signifie 'sauter dans les cerceaux'. La ligne signifie 'marcher sur le banc'. La vague signifie 'ramper sous le tunnel'. Quel est l'ordre ? »

### 3. EXÉCUTION

- **Phase 1 - Observation:** Les enfants observent le parcours complet une fois (démonstration ou visionnage).
- **Phase 2 - Verbalisation:** Chaque enfant dit à voix haute ce qu'il va faire avant de partir.
- **Phase 3 - Exécution:** L'enfant réalise le parcours en essayant de suivre exactement le plan mémorisé.

### 4. RETOUR AU CALME

**Auto-évaluation:** Retour réflexif

« As-tu réussi à faire tout ce qui était sur le plan ? Qu'est-ce qui était le plus difficile à retenir ? Qu'est-ce qui t'a aidé ? »



Séquence des étapes

## VARIANTES

+ Facile	+ Difficile	Variante
<b>Parcours court (MS)</b> Seulement 3-4 stations, plan très simple avec des images réalistes, guidage verbal.	<b>Création de parcours (GS)</b> Les enfants conçoivent eux-mêmes le parcours, dessinent le plan, puis le font faire aux autres.	<b>Parcours à instructions (GS)</b> Pas de plan visuel : les instructions sont données verbalement et doivent être mémorisées.

## ADAPTATIONS BESOINS SPÉCIAUX

### Difficultés de planification

- Plan toujours visible pendant le parcours
- Verbalisation à chaque étape
- Accompagnement d'un adulte

### Difficultés motrices

- Adapter les obstacles
- Focus sur la planification plutôt que la performance motrice
- Temps illimité

## SÉCURITÉ

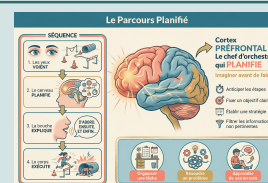
- Parcours sécurisé (pas de chute dangereuse possible)
- Supervision à chaque station difficile
- Espacement suffisant entre les enfants

## BÉNÉFICE NEUROLOGIQUE

**Système :** Fonctions exécutives (planification) + Intégration motrice

**Région cérébrale :** Cortex préfrontal + Cervelet + Aires motrices

Contrairement à un parcours suivi spontanément, le parcours planifié demande de lire un plan, de le mémoriser, et d'exécuter les actions dans l'ordre prévu. Cette séquence 'voir → comprendre → planifier → exécuter' est exactement celle utilisée pour la lecture et l'écriture.



## LIENS AVEC LES PROGRAMMES

**Marocain:** Développement cognitif : Planifier et organiser ses actions | Développement physique : Enchaîner des actions motrices

**Français:** Agir dans l'espace : Construire et conserver une séquence d'actions | Mobiliser le langage : Comprendre et utiliser des représentations

**Transversal:** Planification des tâches scolaires | Lecture de représentations (plans, schémas) | Organisation du travail