Perception de l'espace: Course d'orientation

Dans cet exercice, les enfants effectuent différents types de parcours, en principe en forêt, afin de minimiser l'effet de points de repère lointains. Ils apprennent à lire l'espace, parfois en situation de stress ou de fatigue.

Toutes les formes de course sont intéressantes, mais:

1. Il faut apprendre à lire une carte, c'est-à-dire savoir à quoi correspondent les figurés de la carte et comparer ces figurés avec des éléments de la réalité observée;
2. On commencera de préférence avec des courses en étoile (aller à un poste, revenir au point de départ, aller vers un autre poste, etc.) ou en petits circuits (2 à 4 postes), en allongeant progressivement les distances;
3. On favorisera les courses individuelles, afin de mettre chacun face à ses propres difficultés.

Remarques

- La pratique de la course d'orientation permet l'apprentissage de la lecture de l'espace immobile, ce qui correspond certainement à l'une des bases essentielles de la perception de l'espace.
- La course d'orientation laisse du temps pour l'analyse de l'espace, contrairement à d'autres sports (snowboard, canoë, etc.).

Matériel: Cartes et autres objets pour la CO

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO