

Documents d'accompagnement des programmes de l'école primaire (Arrêté du 9 juin 2008)

PREAMBULE

L'Éducation Physique et Sportive (EPS), à tous les niveaux de la scolarité, vise la réussite de tous les élèves et contribue, avec les autres disciplines, à l'instruction, la formation et l'éducation de chacun. Elle participe à l'acquisition et à la maîtrise du socle commun et permet de faire partager aux élèves les valeurs de la République.

En proposant une activité physique régulière, source de bien être, elle favorise l'acquisition d'habitudes de pratiques nées souvent du plaisir éprouvé, et contribue à la lutte contre la sédentarité et le surpoids.

A l'école primaire, par la confrontation à des problèmes variés et la rencontre avec les autres, dans différents jeux et Activités Physiques Sportives et Artistiques (APSA), les élèves explorent leurs possibilités et construisent leurs premières compétences.

Pour les élèves volontaires d'autres pratiques sont proposées : l'USEP organise la rencontre entre élèves, d'une même ou de plusieurs écoles, sous formes de rencontres. Par des prises d'initiatives et de responsabilités, elle permet un apprentissage concret de la vie associative, élément de la citoyenneté favorisant ainsi une approche humaniste du sport.

FINALITES DE L'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Tout en répondant au besoin et au **plaisir de bouger**, elle permet de développer le **sens de l'effort et de la persévérance**.

Elle contribue à l'éducation pour la **santé** en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps. Les élèves apprennent à mieux se connaître, à mieux connaître les autres.

Elle contribue à l'éducation à la **sécurité** par des prises de risques contrôlées.

Elle éduque à la **responsabilité** et à l'**autonomie** en faisant accéder l'élève à des valeurs morales et sociales (respect de règles, de soi-même et d'autrui).

OBJECTIFS DE L'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

L'éducation physique vise le développement des capacités nécessaires aux conduites motrices. Elle offre une première initiation (cycle 2) puis une pratique (cycle 3) des APSA.

COMPÉTENCES ATTENDUES

S'inspirant du texte relatif au socle commun, les compétences attendues représentent un ensemble structuré d'éléments : des connaissances, des capacités et des attitudes permettant à l'élève de se montrer efficace dans un champ d'activité donné et de faire face de façon adaptée aux problèmes qu'il rencontre.

Les connaissances renvoient aux informations que doit s'approprier l'élève sur les activités physiques, sur sa propre activité ou celle d'autrui. Il s'agit principalement de règles, de principes, de repères. (**Savoir**)

Les capacités renvoient à la mise en œuvre des connaissances, à l'activité de l'élève et à la mobilisation des ressources pour agir. Il s'agit principalement d'habiletés motrices, de techniques, de savoir-faire. (**Savoir-faire**)

Les attitudes renvoient à l'engagement et aux comportements que l'élève doit avoir dans ses relations à lui-même, aux autres et à l'environnement et sont sous-tendues par des valeurs qu'il convient d'acquérir et d'installer. (**Savoir-être**)

Réaliser une performance (cycle 2) ou réaliser une performance mesurée (cycle 3):

Au moyen des activités athlétiques, il s'agit de courir vite (en slalom, en relais, avec obstacles), de courir longtemps, de sauter haut, de sauter loin, de lancer précis ou de lancer pour aller loin.

Nous pouvons repérer deux niveaux d'exigence :

1. le **niveau 1** pour une activité enseignée durant au moins **douze heures** de pratique effective que l'on peut attendre en fin de cycle 2
2. le **niveau 2** pour une activité enseignée durant au moins **vingt quatre heures** de pratique effective que l'on peut attendre en fin de cycle 3.

	Compétences attendues
Courir vite Niveau 1	Trouver la meilleure posture pour démarrer vite et parcourir la plus grande distance possible en un temps réduit (6 secondes). Se concentrer, se préparer, ressentir les effets de l'action, gérer des tâches simples (départ, arrivée) Groupes de 3 élèves (un coureur, un chronométrateur, un marqueur)
Courir vite Niveau 2	Réagir le plus rapidement possible au signal, accélérer et maintenir sa vitesse jusque la ligne d'arrivée. Comprendre, respecter et gérer les commandements de départ de l'action ; gérer des tâches simples (départ, chronométrage, marque) Groupes de 3 élèves (un coureur, un chronométrateur, un marqueur)
Courir vite avec obstacles Niveau 1	Courir vite et adapter sa course à différents types d'obstacles Se concentrer, se préparer, ressentir les effets de l'action, gérer des tâches simples (départ, franchissement, arrivée) Par binômes (un coureur, un observateur)
Courir vite avec obstacles Niveau 2	Courir vite, franchir 4 obstacles et passer la ligne d'arrivée le plus rapidement possible Comprendre, respecter et gérer les commandements de départ ; Se concentrer, se préparer, ressentir les effets de l'action, évaluer Groupes de 3 élèves (un coureur, un chronométrateur, un observateur)
Lancer loin et précis Niveau 1	Adapter son geste pour lancer loin et avec précision différents engins (sans élan ou avec élan réduit)
Lancer loin Niveau 2	Ajuster son geste pour construire une trajectoire vers le haut et vers l'avant afin de lancer le plus loin possible Coordonner prise d'élan et geste de lancer

Courir en relais Niveau 1	Faire parcourir collectivement à un objet (de préférence un anneau souple) une distance le plus rapidement possible Se concentrer, se préparer, maîtriser ses émotions, gérer des tâches simples (donner, recevoir)
Courir en relais Niveau 2	S'organiser collectivement pour transporter un objet (anneau souple ou témoin de relais) le plus rapidement possible sur un parcours Se concentrer, se préparer pour assurer une transmission du témoin efficace
Bondir et rebondir Niveau 1	Adapter et enchaîner diverses impulsions sur un parcours.
Sauter haut Niveau 2	Enchaîner un élan réduit rythmé avec une impulsion (un pied) pour sauter vers le haut
Sauter pour aller loin Niveau 2	Enchaîner une série de bonds, sur un rythme régulier, pour sauter loin

COMPETENCES LIEES AU SOCLE COMMUN (visées éducatives)

PREMIER PALIER POUR LA MAÎTRISE DU SOCLE COMMUN :
COMPÉTENCES ATTENDUES À LA FIN DU CE1

Compétence 1 : S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié, utiliser des mots précis pour s'exprimer

Compétence 3 : Situer un objet par rapport à soi ou à un autre objet, utiliser les unités usuelles de lecture

Compétence 6 : Connaître les règles de la vie collective, respecter les autres et les règles de sécurité

DEUXIEME PALIER POUR LA MAÎTRISE DU SOCLE COMMUN :
COMPÉTENCES ATTENDUES À LA FIN DU CM2

Compétence 1 : S'exprimer à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié et précis

Compétence 3 : utiliser des instruments et les unités de mesure usuelles ; maîtriser des connaissances et les mobiliser sur le fonctionnement du corps humain et la santé

Compétence 4 : utiliser l'outil informatique pour présenter un travail (relevés de performances) et communiquer

Compétence 6 : Respecter les autres, les règles de sécurité et de la vie collective ; coopérer, travailler en équipe

Compétence 7 : Respecter les consignes ; s'auto évaluer ; montrer une certaine persévérance ; développer l'autonomie dans le travail ; s'impliquer dans un projet individuel ou collectif ; respecter les principales règles d'hygiène de vie ; avoir une bonne maîtrise de son corps

Courir vite

Niveau 1

Compétences attendues :

- Trouver la meilleure posture pour démarrer vite et parcourir la plus grande distance possible en un temps réduit (6s).
- Se concentrer, se préparer, ressentir les effets de l'action, gérer des tâches simples (départ, arrivée).

Situation de référence : groupes de 3 (un coureur, un chronométreur, un marqueur) trouver la meilleure posture pour démarrer vite et parcourir la plus grande distance possible en 6 secondes. Illustration : dispositif l'échelle

<u>Connaissances</u> (savoir)	<u>Capacités</u> (savoir faire)	<u>Attitudes</u> (savoir être)
<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ connaître le vocabulaire spécifique : ligne de départ, couloir, ligne d'arrivée ○ connaissance de son corps et des effets de l'action sur celui-ci <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ connaître l'organisation des parcours et de ses différentes zones ○ connaître tous les rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité (chronométreur, marqueur) 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ réagir à différents types de signaux (visuels, sonores, tactiles, cognitifs) ○ varier les postures de départ (assis, debout pieds décalés sur des axes différents, après une roulade) ○ courir en ligne droite (orienter le regard vers une cible) ○ courir le plus vite possible en coordonnant l'action des bras et des jambes ○ varier le rythme de course ○ finir sa course en maintenant sa vitesse jusqu'au signal de fin <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ participer à la mise en œuvre (installer, démonter l'atelier) ○ utiliser les appareils de mesure ○ assurer tous les rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité (chronométreur, marqueur) 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ être attentif et persévérant ○ se concentrer avant la mise en action <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ répondre aux règles de sécurité : respect des couloirs <hr style="border-top: 1px dotted black;"/> <p style="text-align: center;">dispositif : l'échelle</p>

Liens avec le socle
 C1: S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié
 C6: Respecter les règles de vie collective
 C7: Travailler en groupe, s'engager dans un projet

Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :
 Fiches Vit 1a jusque Vit 12b

Courir vite

Niveau 2

Compétences attendues :

- Réagir le plus rapidement possible au signal, accélérer et maintenir sa vitesse jusque la ligne d'arrivée.
- Comprendre, respecter et gérer les commandements de départ de l'action, gérer des tâches simples (départ, arrivée).

Situation de référence : groupes de 3 (un coureur, un chronométreur, un marqueur) réagir le plus rapidement possible au signal, accélérer et passer la ligne d'arrivée en conservant sa vitesse maximale.

Dispositif : couloirs ou lignes de 40m– 3 courses par élève – Récupération complète entre chaque course en alternant les 3 rôles

<u>Connaissances (savoir)</u>	<u>Capacités (savoir faire)</u>	<u>Attitudes (savoir être)</u>
<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ connaître le vocabulaire spécifique : starter, amplitude (courir «grand»), rythme ○ connaître son niveau de pratique (afin d'établir un projet de performance, et d'évaluer les progrès accomplis) <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ connaître les critères de réussite (observateur : mise en action / maintien de la vitesse maximale / arrivée) ○ connaître les instruments de mesure (chronomètre, mètre-ruban) et les unités usuelles (longueur, durée) 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Coordonner ses actions ○ Gérer ses efforts ○ <i>départ</i> : adopter une position de départ active pour une mise en action rapide ○ <i>course</i> : optimiser le rythme (rapport amplitude et fréquence) pour courir vite (ex parcours à lattes: fiches vit 26e et vit 27e) ○ <i>arrivée</i> : conserver sa vitesse maximale jusqu'au passage de la ligne d'arrivée <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Observer ○ utiliser les instruments de mesure 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ être attentif (aux ordres du starter) ○ persévérer dans ses tentatives ○ se concentrer sur l'enchaînement des actions (avant la mise en action, départ, maintien de la vitesse maximale et franchissement de la ligne d'arrivée) ○ s'engager dans une action visant la performance ○ analyser (réflexion/discussion entre pairs): apprécier la qualité de sa course et celle de l'autre (3 observables : mise en action, course, arrivée) <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ respecter les règles ○ s'enrichir des actions des autres (échanges) ○ tenir différents rôles ○ répondre aux règles de sécurité : respect des couloirs
<p><u>Liens avec le socle</u></p> <p>C1 : s'exprimer à l'oral dans un vocabulaire approprié et précis. C 3 : utiliser des instruments et les unités de mesure usuelles C4 : utiliser l'outil informatique pour présenter un travail (relevés de performances) et communiquer C6: respecter les autres, coopérer, C7: respecter des consignes, s'auto évaluer, montrer une certaine persévérance</p>	<p><u>Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :</u></p> <p>Fiches Vit 13c jusque Vit 30e</p>	

Courir vite avec obstacles

Niveau 1

Compétences attendues :

- Courir vite et adapter sa course à différents types d'obstacles.
- Se concentrer, se préparer, ressentir les effets de l'action, gérer des tâches simples (départ, franchissement, arrivée).

Situation de référence : courir vite en franchissant des obstacles variés (hauteur, largeur, espacement).

Constituer des binômes (coureur, observateur)

Illustration : cdrom n°2 « athlétisme à l'école », situation **Obs 4a**.

Connaissances (savoir)

de l'élève

- Connaître le vocabulaire spécifique : départ, obstacles, couloir, ligne d'arrivée ; appuis, foulée, pied d'appel

liées aux autres rôles

- connaître l'organisation des parcours et de ses différentes zones
- connaître les rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité (coureur, observateur)

Capacités (savoir faire)

de l'élève

- réagir à divers types de signaux (auditif, visuels) selon différentes positions de départ (dos à l'arrivée, à genoux...)
- s'adapter à des obstacles variés, jouant sur l'horizontalité (latte, rivière, tapis) et la verticalité (latte, plot, haie)
- adapter sa course en fonction des intervalles
- franchir avec une impulsion et une réception sur un pied
- conserver son équilibre et sa vitesse
- utiliser les repères visuels pour mieux réussir

liées aux autres rôles

- participer à la mise en œuvre de l'activité
- assurer tous les rôles (coureur, observateur)

Attitudes (savoir être)

de l'élève

- se concentrer avant la mise en action
- être attentif aux signaux
- persévérer dans ses tentatives

liées aux autres rôles

- vivre différents rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité (observateur averti, juges, secrétaire)
- répondre aux règles de sécurité : respect des couloirs

Liens avec le socle

C1: S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié

C6: Respecter les règles de vie collective

C7: Travailler en groupe, s'engager dans un projet

Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :

Fiches Obs1a jusqu'à Obs12b

Courir vite avec obstacles

Niveau 2

Compétences attendues:

- Courir, franchir 4 obstacles et passer la ligne d'arrivée le plus rapidement possible
- Comprendre, respecter et gérer les commandements de départ

Situation de référence : Elèves en trinômes (chronométreur, coureur, observateur) – 3 courses par élève – Récupération complète entre chaque course – 3 couloirs de 40m, une ligne d'arrivée – Les obstacles : 4 haies à hauteur du genou (prévoir des couloirs adaptés à la morphologie des élèves), espacées régulièrement : Couloir 1 : haies basses à 10,50m – 16m – 21,50m – 27m / Couloir 2 : haies moyennes à 11m – 17m – 23m – 29m / Couloir 3 : haies hautes à 11m – 17,50m – 24m – 30,50m

<u>Connaissances (savoir)</u>	<u>Capacités (savoir-faire)</u>	<u>Attitudes (savoir-être)</u>
<p>de l'élève</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Connaître le vocabulaire spécifique : starter, rythme, haie, jambe d'impulsion, intervalle ○ connaître son corps et les effets de l'action sur celui-ci ○ connaître son niveau de pratique, pour établir son projet de performance et choisir son parcours d'obstacles <p>liées aux autres rôles</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ connaître les instruments de mesure (chronomètre, mètre-ruban) et les unités usuelles (longueur, durée) 	<p>de l'élève</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Coordonner ses actions ○ Gérer sa vitesse ○ <i>départ :</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ réagir à un signal (mise en action sur le signal) ▪ arriver le plus vite possible sur le premier obstacle ○ <i>course :</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ conserver sa vitesse malgré les obstacles ▪ s'adapter à l'intervalle inter-obstacles en construisant un rythme de course rapide et régulier ○ <i>franchissement :</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ impulsion dynamique avant l'obstacle et reprise active de l'appui derrière l'obstacle ▪ conserver son équilibre et sa vitesse ○ <i>arrivée :</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ conserver sa vitesse maximale jusqu'au passage de la ligne d'arrivée <p>liées aux autres rôles</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ observer, chronométrer ○ mesurer, tracer, dessiner, reporter des résultats 	<p>de l'élève</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ être attentif (aux ordres du starter) ○ persévérer dans ses tentatives ○ se concentrer sur l'enchaînement des actions (avant la mise en action, le départ, maintien de la vitesse maximale malgré les obstacles et franchissement de la ligne d'arrivée) ○ s'engager dans une action visant la performance ○ analyser (réflexion/discussion entre pairs): apprécier la qualité de sa course et celle de l'autre (4 observables : mise en action, course, franchissement, arrivée) <p>liées aux autres rôles</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ répondre aux règles de sécurité : respect des couloirs, du sens de franchissement de la haie ○ s'enrichir des actions des autres (échanges) ○ vivre différents rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité (chronométreur, gestion du matériel)

Liens avec le socle

C1: S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié et précis
 C 3 : utiliser des instruments et les unités de mesure usuelles
 C4 : utiliser l'outil informatique pour présenter un travail (relevés de performances) et communiquer
 C6: Respecter les autres et les règles de la vie collective - Coopérer
 C7: Respecter les consignes - S'auto évaluer – Montrer une certaine persévérance

Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :

Fiches Obs13c jusque Obs30e

Lancer loin et précis

Niveau 1

Compétences attendues :

- Adapter son geste pour lancer loin et avec précision différents engins (sans élan ou avec élan réduit)

Situation de référence : Lancer avec précision des objets variés

Illustration : cdrom n°2 « athlétisme à l'école » fiche **Lan 8b**

<u>Connaissances (savoir)</u>	<u>Capacités (savoir-faire)</u>	<u>Attitudes (savoir être)</u>
<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ connaître le vocabulaire spécifique (zone d'élan, zone de performance, engin, vortex, balle, anneau, cerceau, comète, cible, pieds au sol) ○ connaître les règles de sécurité : codes de lancers collectifs, délimitation des zones, des circulations, des ordres de lancement, d'attente, de récupération • connaître ses performances réalisées précédemment <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ connaître les critères de réussite ○ connaître les instruments de mesure et les unités usuelles (longueur) ou empiriques (zones matérialisées) 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Avoir une prise en main adaptée à l'engin ○ Utiliser le geste inhérent à l'engin ○ Lancer avec tout son corps ○ Accompagner du regard la trajectoire de l'engin ○ Lancer dans une zone définie ○ Lancer avec pied en avant opposé au bras lanceur ○ Construire une trajectoire vers l'avant et en hauteur ○ Comparer ses performances <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Mise en œuvre de l'activité (utilisation de fiches « outils », mise en place et rangement du matériel) ○ Savoir lire un schéma, un plan (la légende, code ...) 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Se concentrer avant l'action ○ Accepter les observations des pairs ○ Intégrer les contraintes liées à l'activité (engin, aire de lancer), sécurité (vigilance vis-à-vis du lanceur et réciproquement) <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Vivre différents rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité (observateur averti, marqueur)

Liens avec le socle

C1: S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié
 C6: Respecter les règles de vie collective
 C7: Travailler en groupe, s'engager dans un projet

Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :

Fiches : **Lan1a, 1b, 3a, 4a, 5a, 6a, 7b, 9b, 10b, 11b, 12b, 13c**

Lancer loin

Niveau 2

Compétences attendues:

- Ajuster son geste pour construire une trajectoire vers le haut et l'avant afin de lancer le plus loin possible
- Coordonner prise d'élan et geste de lancer

Situation de référence :

Illustration : cdrom n°2 « athlétisme à l'école » fiche **Lan 13c**

<u>Connaissances (savoir)</u>	<u>Capacités (savoir-faire)</u>	<u>Attitudes (savoir être)</u>
<p>de l'élève</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Connaître le vocabulaire spécifique (zone d'élan, engin, medecine ball, vortex, javelot, balle, disque, comète, cible, trajectoire, pieds au sol, en rotation, par poussée, fouetté, à l'amble) ○ Connaître les règles de sécurité : respecter les codes de lancers collectifs ○ Connaître ses performances réalisées précédemment <p>liées aux autres rôles</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Connaître les critères de réussite ○ Connaître les unités de mesure (mesures usuelles ou empiriques) 	<p>de l'élève</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Avoir une prise en main adaptée à l'engin ○ Utiliser le geste inhérent à l'engin ○ Coordonner élan et lancer (transmettre à l'engin la force et la vitesse acquises pendant l'élan) ○ Avoir un geste de lancer plus ample et plus accéléré pour tendre vers la trajectoire optimale (vers le haut et l'avant) suivant l'engin ○ Accompagner du regard la trajectoire de l'engin ○ Comparer ses performances <p>liées aux autres rôles</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Mise en œuvre de l'activité (création et utilisation de fiches « outils », gestion du matériel, utilisation des instruments de mesure...) ○ Savoir lire un schéma, un plan (la légende, code 	<p>de l'élève</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Prendre ses repères (engin, aire de lancer : zone d'élan et sa limite, zone de réception) ○ Se concentrer avant l'action ○ Prendre conscience de sa performance au regard des critères de réussite et des observations des pairs pour progresser ○ Intégrer les contraintes liées à l'activité (engin, aire de lancer, sécurité vis-à-vis des autres...) <p>liées aux autres rôles</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Assurer de manière responsable les différents rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité (observateur averti, marqueur) ○ Prendre des initiatives pour réguler l'activité

Liens avec le socle

C1: s'exprimer à l'oral dans un vocabulaire approprié et précis
 C3 : utiliser des unités de mesure usuelles ; utiliser des instruments de mesure
 C4 : utiliser l'outil informatique pour présenter un travail et communiquer
 C6: respecter les règles de vie collective
 C7: montrer une certaine persévérance, s'impliquer dans un projet, travailler en groupe

Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :

Fiches : **Lan15c, 16c, 18c, 19d jusque 24d, 25e, 28e, 30e**

Courir en relais

Niveau 1

Compétences attendues :

Faire parcourir collectivement à un objet (de préférence un anneau souple) une distance le plus rapidement possible
Se concentrer, se préparer, maîtriser ses émotions, gérer les tâches simples (donner, recevoir)

Situation de référence : cdrom n°2 « athlétisme à l'école », **fiche Vit2a**

<u>Connaissances (savoir)</u>	<u>Capacités (savoir-faire)</u>	<u>Attitudes (savoir-être)</u>
<p><u>de l'élève</u></p> <p>3. connaître le vocabulaire spécifique : donner, recevoir</p> <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - connaître la mise en place des situations et l'organisation des parcours - connaître les rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité (porteur, receveur, observateur) 	<p><u>de l'élève porteur</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - démarrer vite - Courir vite avec l'objet - Faciliter la prise de l'objet par le receveur - donner l'objet - prendre des repères visuels sur le partenaire <p><u>de l'élève receveur</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - adopter la meilleure posture pour recevoir l'objet - s'adapter à la course du porteur - prendre des repères visuels sur le partenaire <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ participer à l'organisation ➤ assurer tous les rôles (porteur, receveur, observateur) ➤ être capable de porter un avis sur la transmission 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - être attentif - se concentrer avant et pendant l'action - se préparer (posture d'attente) - accepter les observations des pairs <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ répondre aux règles de sécurité : respect des couloirs, des espaces de transmission
<p><u>Liens avec le socle</u></p> <p>C1: S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié C6: Respecter les autres et les règles de vie collective C7: Travailler en groupe, s'engager dans un projet collectif ; justifier son point de vue</p>	<p><u>Situations d'apprentissage :</u></p> <p>tout type de situation sous forme de relais-navette</p>	

Courir en relais

Niveau 2

Compétences attendues:

- S'organiser collectivement pour transporter un objet (anneau souple ou témoin de relais) le plus rapidement possible sur un parcours
- Se concentrer, se préparer pour assurer une transmission du témoin efficace

Situation de référence : cdrom n°2 « athlétisme à l'école » **fiche Rel3e**

<u>Connaissances (savoir)</u>	<u>Capacités (savoir faire)</u>	<u>Attitudes (savoir être)</u>
<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - connaître le vocabulaire spécifique : témoin de relais, transmission, relayeur (receveur), relayé (donneur), zone de transmission, entrée de zone, sortie de zone, disqualification, main gauche, main droite <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ connaître les instruments de mesure (mètre-ruban) ➤ connaître les observables : la transmission : choix des mains sur le moment de la mise en action du relayeur et sur sa position de départ 	<p><u>de l'élève porteur (le relayé)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ S'accorder sur le choix des mains (relayeur-relayé) ➤ Garder sa vitesse au moment de la transmission ➤ Donner l'ordre du début de la transmission <p><u>de l'élève receveur (le relayeur)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - avoir une posture permettant un départ rapide - vérifier la main utilisée par le donneur - Estimer la vitesse du relayé pour déclencher son départ - Réagir au signal donné par le relayé pour enclencher la transmission <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● porter un avis sur la transmission ● utiliser les unités de mesure 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ être attentif à ses équipiers (guetter les repères visuels et sonores) ➤ se fier à son partenaire ➤ persévérer dans ses tentatives ➤ se concentrer sur l'enchaînement des actions ➤ apprécier la qualité de sa course et celle de l'autre (mise en action, course, transmission) <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ répondre aux règles de sécurité : respect des couloirs, des espaces de transmission ➤ s'enrichir des actions des autres (échanges)
<p><u>Liens avec le socle</u></p> <p>C1: S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié et précis C4 : utiliser l'outil informatique pour présenter un travail (relevés de performances) et communiquer C6: respecter les autres et les règles de la vie collective C7: savoir respecter des consignes, s'auto évaluer, montrer une certaine persévérance</p>	<p><u>Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :</u></p> <p>Fiches: Rel 1e jusque Rel 6 e</p>	

Sauter (bondir et rebondir)

Niveau 1

Compétences attendues:

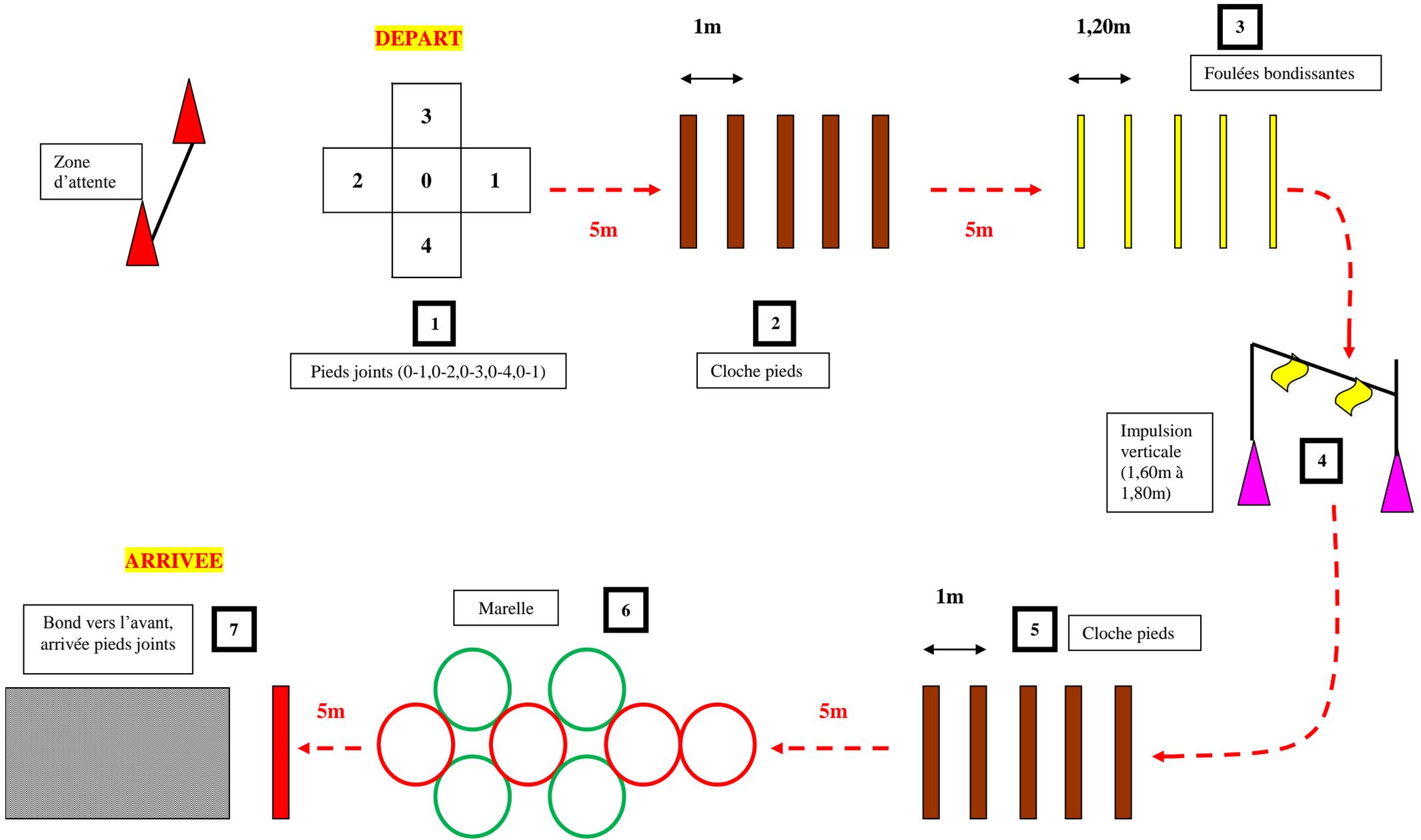
Adapter et enchaîner diverses impulsions

Situation de référence :

Parcours athlétique saut

<u>Connaissances (savoir)</u>	<u>Capacités (savoir faire)</u>	<u>Attitudes (savoir être)</u>
<p>de l'élève connaître le vocabulaire spécifique : impulsion, jambe gauche, jambe droite, réception, cloche-pied, pieds joints, enchaînement, franchissement</p> <p>connaître son corps et les effets de l'action sur celui-ci</p> <p>liées aux autres rôles</p> <ol style="list-style-type: none">connaître l'organisation des parcours pour une pratique efficace et sécuriséeconnaître les différentes zonesconnaître les critères de réussiteconnaître les différents rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité	<p>de l'élève</p> <ul style="list-style-type: none">orienter son impulsion vers l'avant, sur les côtés, l'arrière (ex la croix)orienter son impulsion vers le haut (ex : corde oblique avec foulards à toucher)enchaîner des impulsions variées : deux pieds, cloche-pied, foulées bondissantes (ex: la marelle)coordonner les actions des bras avec celles des jambes (ex : saut à la corde)être gainé à l'impulsion (se grandir) <p>liées aux autres rôles</p> <ul style="list-style-type: none">être capable d'aider à la mise en place et au rangement du dispositifparticiper à la mise en œuvre de l'activité (création et utilisation de fiches « outils », gestion du matériel, utilisation des instruments de mesure) <ol style="list-style-type: none">savoir lire un schéma, un plan (la légende, code)	<p>de l'élève</p> <ul style="list-style-type: none">se concentrer avant la mise en actionêtre attentif, persévérant <p>liées aux autres rôles</p> <ul style="list-style-type: none">vivre différents rôles nécessaires au fonctionnement de l'activitéprendre des initiatives pour réguler l'activité
<p>Liens avec le socle</p> <p>C1: S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié</p> <p>C6: Respecter les autres et les règles de vie collective</p> <p>C7: Travailler en groupe, s'engager dans un projet collectif ; justifier son point de vue</p>	<p>Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :</p> <p>Fiches: Sau 1a, 3a, 5a, 9b, 11b, 13c, 17c</p>	

PARCOURS ATHLETIQUE SAUT



Sauter haut

Niveau 2

Compétences attendues:

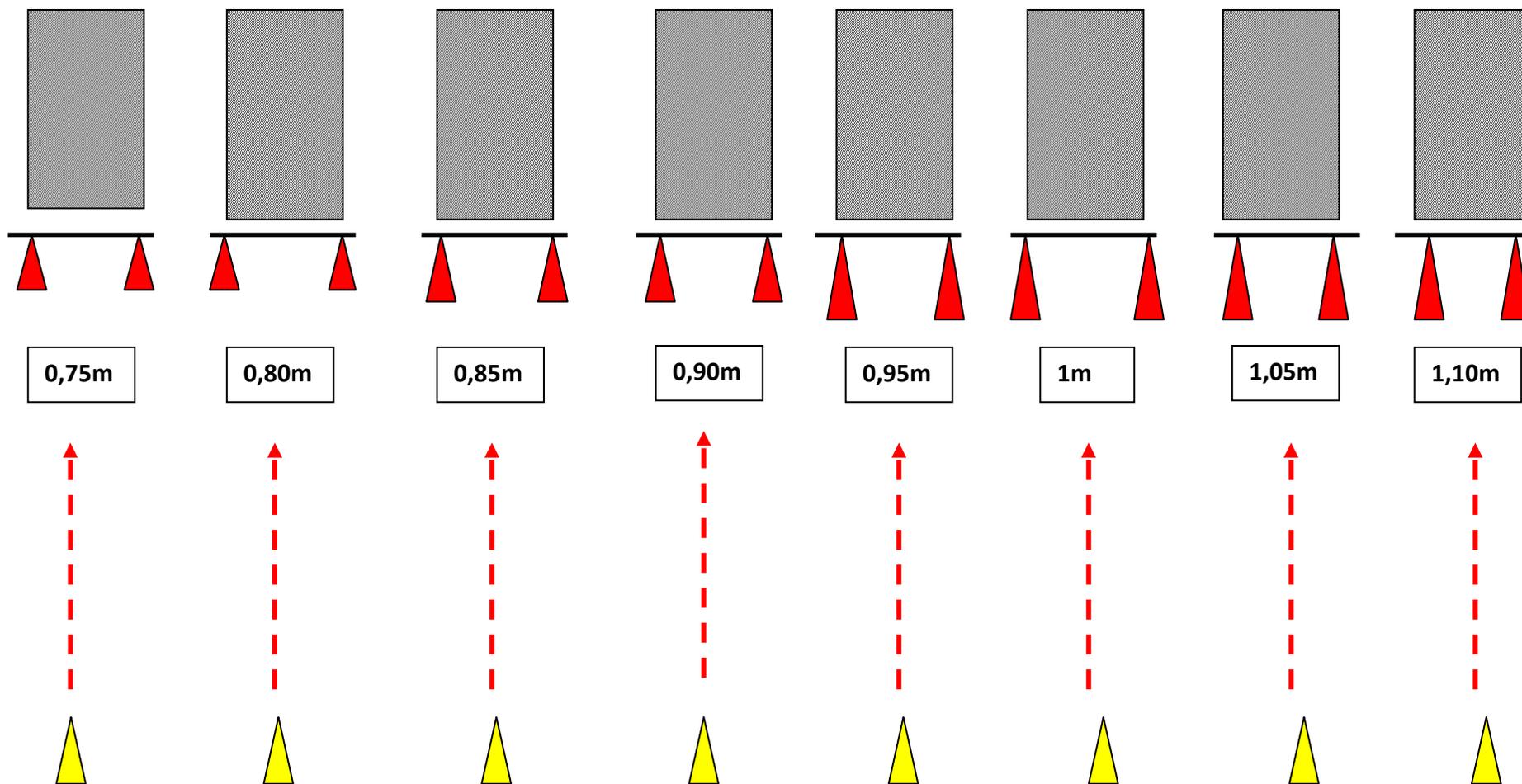
Enchaîner un élan réduit (5m maxi) rythmé avec une impulsion (un pied) pour sauter vers le haut

Situation de référence :

Sauter vers le haut

<u>Connaissances (savoir)</u>	<u>Capacités (savoir faire)</u>	<u>Attitudes (savoir être)</u>
<p><u>de l'élève</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Connaître le vocabulaire spécifique et l'utiliser (impulsion, franchissement, appel un pied, jambe d'appel) 2. Connaître les règles de sécurité 3. Connaître le règlement du saut en hauteur : appel <u>un pied</u> 4. Connaître son niveau de pratique <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Connaître les unités de mesure usuelles ○ Connaître l'organisation matérielle d'un sautoir en hauteur pour une pratique efficace et sécurisée ○ Connaître tous les rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité 	<p><u>de l'élève</u></p> <p>pendant l'élan :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Améliorer sa course ○ Courir de façon rythmée ○ acquérir une vitesse compatible avec une impulsion vers le haut ○ organiser sa course en fonction de la zone d'impulsion <p>pendant le saut :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ déclencher une impulsion vers le haut ○ s'aider des bras pour s'élever ○ être gainé, aligné à l'impulsion ○ se réceptionner sur les pieds <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ co-évaluation ○ observation 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ être attentif, persévérant ○ se concentrer avant la mise en action ○ s'engager de manière sécurisée ○ se fixer un contrat de réussite ○ prendre en compte les essais précédents pour progresser (réflexion sur ses expériences et ses sensations) <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ respecter les zones d'élan de ses camarades ○ respecter les règles de sécurité ○ vivre différents rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité
<p><u>Liens avec le socle</u></p> <p>C1: S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié et précis</p> <p>C 3 : utiliser des instruments et les unités de mesure usuelles</p> <p>C4 : utiliser l'outil informatique pour présenter un travail (relevés de performances) et communiquer</p> <p>C6: Respecter les autres et les règles de la vie collective - Coopérer</p> <p>C7: Respecter les consignes - S'auto évaluer – Montrer une certaine persévérance</p>	<p><u>Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :</u></p> <p>Fiches: Sau 23d, 29e</p>	

SAUTER VERS LE HAUT



- Elan réduit (5m maximum)
- Impulsion 1 pied, face au tapis
- Réception sur les pieds
- Nombre important de répétitions
- En cas de réussite confirmée (3 fois consécutivement), tenter la hauteur immédiatement supérieure

Sauter pour aller loin

Niveau 2

Compétences attendues:

Enchaîner une série de bonds sur un rythme régulier, pour sauter loin.

Situation de référence :

Après un élan réduit (5 mètres maximum), enchaîner le moins de bonds possibles pour parcourir 10 mètres

Remarques : privilégier un sol souple, bitume déconseillé

<u>Connaissances (savoir)</u>	<u>Capacités (savoir faire)</u>	<u>Attitudes (savoir être)</u>
<p><u>de l'élève</u> 1.connaître le vocabulaire spécifique : élan, zone d'impulsion, réception, rythme régulier, être équilibré, zone d'élan, appel, jambe d'appel, cloche-pied, foulée 2.connaître son niveau de pratique</p> <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ connaître les critères de réussite ○ connaître les instruments de mesure ○ connaître les unités de mesure usuelles ○ connaître l'organisation de l'espace d'action pour une pratique efficace et sécurisée ○ connaître les différents rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité (observateur, évaluateur) 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Coordonner ses actions ○ Gérer ses efforts ○ Elan : Utiliser le déplacement pour sauter Contrôler son allure de course pour placer une impulsion Améliorer le rythme du déplacement pour sauter Prendre son appel dans une zone d'impulsion matérialisée ○ Bondissements : Enchaîner des impulsions variées Rebondir en gardant un rythme régulier <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ co-évaluation ○ observation 	<p><u>de l'élève</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ être attentif, persévérant ○ se concentrer avant la mise en action ○ avoir l'intention d'aller vers l'avant (engagement dans le saut) ○ analyser ses actions ○ estimer la qualité de son saut (distance) <p><u>liées aux autres rôles</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ respecter les zones d'élan de ses camarades ○ s'enrichir des actions des autres ○ vivre différents rôles nécessaires au fonctionnement de l'activité
<p><u>Liens avec le socle</u> C1: S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié et précis C 3 : utiliser des instruments et les unités de mesure usuelles C4 : utiliser l'outil informatique pour présenter un travail (relevés de performances) et communiquer C6: Respecter les autres et les règles de la vie collective - Coopérer C7: Respecter les consignes - S'auto évaluer – Montrer une certaine persévérance</p>	<p><u>Situations d'apprentissage en référence au cdrom n°2 « athlétisme à l'école » :</u> Fiches: Sau 14c, 15c, 20d, 21d, 25e, 26e, 27e, 30 e</p>	

EPS ET APPRENTISSAGE

L'EPS diffère de l'activité physique dans la mesure où elle recherche des apprentissages volontaires qui visent la transformation des élèves. L'unité d'apprentissage en est la **leçon**.

Qu'est-ce qu'une leçon?

C'est une unité d'appropriation, à la fois unité de temps et unité de lieu, centrée sur l'apprentissage des élèves. Afin de pouvoir répondre à la problématique de l'apprentissage en EPS, nous allons devoir répondre à trois questions:

Comment peut-il y avoir apprentissage?

Comment gérer cet apprentissage?

Comment envisager le parcours d'apprentissage dans le cursus scolaire de l'élève?

1. Comment peut-il y avoir apprentissage?

L'apprentissage ne peut apparaître que lorsqu'un problème est posé à l'élève dans la tâche (à noter que, lors d'activités physiques, des problèmes peuvent naître incidemment et voir apparaître des apprentissages induits). L'élève apprend lorsqu'il est confronté à un problème nouveau mais compatible avec ses ressources; il transforme alors son comportement initial pour répondre de manière adaptée à la situation.

Sous l'appellation de ressources, nous trouvons toutes les connaissances, capacités, aptitudes, attitudes, processus cognitifs, que possède le sujet et qu'il peut modifier à son profit pour accomplir une tâche, pour pratiquer une activité.

5 catégories de **ressources**:

- bio-informationnelles: représentent l'ensemble des processus et des fonctions susceptibles d'être mises en jeu dans les activités internes de traitement de l'information. Elles permettent le contrôle, la régulation de l'activité (psychologique, physiologique, neurologique, biologique)
- bioénergétiques: qui sont liées aux fonctions musculaires, respiratoires, cardio-vasculaires. Elles sont responsables de la production et de la gestion de l'énergie (physiologie + physio de l'effort)
- biomécaniques: sont en relation étroite avec la constitution du sujet et avec les données biométriques (anatomie, anatomie fonctionnelle, mécanique, physique)
- affectives et relationnelles: ont pour conséquence la gestion des émotions, des sentiments, des attitudes
- sémiotrices: liées à la production de sens, à l'attribution de signification au mouvement. Les activités de choix, de prise de décision sont au cœur de ces ressources

L'apprentissage sera effectif si l'élève est capable de mobiliser ses ressources pour résoudre le problème posé; toute la difficulté réside dans le fait de proposer une contrainte suffisamment importante pour développer ses ressources, mais pas trop éloignée de ses possibilités. Il convient d'adapter les situations aux ressources de l'apprenant.

Trois caractéristiques de cet apprentissage sont recherchées:

- la durabilité, la reproductibilité (la mémoire est impliquée dans tout processus d'acquisition)
- la systématité (stabilité dans la succession des réponses)
- la généralisation (principe d'une compétence)

Pour apprendre, l'élève devra savoir:

- quoi faire
- comment faire
- ce qu'il a fait
- comment faire mieux

Si l'on veut déclencher l'apprentissage, nous devons fixer un but à la tâche.

2. Comment gérer cet apprentissage?

Chacun possède toutes ces ressources, mais à des niveaux différents de développement. Le progrès des élèves passera par une mobilisation de toutes les ressources mais, selon le niveau de l'élève et ses caractéristiques, certaines d'entre elles seront plus importantes à développer (celles qui lui font particulièrement défaut à ce moment précis de l'apprentissage); l'enseignant doit y veiller, il gère les conditions d'apprentissage.

Il met en place les déterminants de la tâche ou de la situation (objectif, critères de réussite, critères de réalisation, aménagement matériel et humain, variables didactiques d'ajustement).

Le problème posé peut être décrit de cette façon: comment passer du comportement observé initial au comportement visé (qui traduit l'objectif)?

L'enseignant formalise les contenus d'enseignement nécessaires aux transformations souhaitées (opérations à réaliser par l'élève pour réussir la tâche) ; ces critères de réussite doivent toujours être précisés aux élèves. Il place les élèves en situation de répétition et privilégie, par une organisation pédagogique adéquate le coefficient de pratique individuel optimal, nécessaire aux progrès.

Il s'assure de la **cohérence interne** de la leçon: gestion du temps et de l'espace didactique, logique d'enchaînement des tâches, équilibre entre les différentes ressources sollicitées. Il alterne les phases de contextualisation, de décontextualisation puis de recontextualisation : l'élève doit retrouver des situations les plus authentiques possibles, les plus proches de l'émotion.

Il s'assure de la **cohérence externe** de la leçon (positionnement de la leçon dans le cycle: logique de succession à la précédente, préparation à la suivante).

A certains moments, l'élève a besoin d'utiliser ce qu'il sait faire; à d'autres moments, il se retrouve en situation d'exploration, de recherche de nouveaux comportements (équilibre entre recherche d'autonomie et encadrement)

3. Comment envisager le parcours d'apprentissage dans le cursus scolaire de l'élève?

La fréquence et la durée des séances sont des éléments déterminants pour assurer la qualité des apprentissages. Les cycles d'activités doivent permettre un temps d'exploration, la recherche de solutions, le réinvestissement et des temps d'évaluation ainsi que, progressivement, la recherche de régularité et d'amélioration.

Le **cycle**, (module) d'apprentissage, ne doit pas être défini par l'activité sportive qui lui sert de support, mais par les objectifs qu'il vise, c'est-à-dire par la traduction en visées motrices et éducatives. Il indique la **progressivité** à prendre en compte dans l'atteinte de l'objectif (progressivité pour l'activité de l'élève).

ex: développer la qualité des appuis, la tonicité des impulsions (bondir et rebondir Niveau1) avant de chercher à sauter plus haut ou plus loin (Niveau2).

Un cycle s'articule entre: les tâches – les objectifs – les contenus + la progressivité de présentation

o objectifs = compétences spécifiques (propres à l'EPS) à acquérir

o contenus = qu'est-ce qu'il y a à faire pour faire = ce que l'élève doit intérioriser = les règles d'action

Les critères de réalisation matérialisent les contenus ; le cycle n'est pas qu'une succession de tâches, c'est une progression de contenus.

Une compétence finalise un cycle d'enseignement relativement long (10 à 12h). Le cycle peut être traduit par la transformation d'un comportement initial à un comportement attendu dans la situation de référence, ce qui rend la compétence observable.

La situation de référence, forme scolaire de pratique de l'activité :

- illustre le cycle
- intègre les visées de transformation motrice et les visées éducatives
- sert de situation d'évaluation (diagnostique, intermédiaire ou sommative) pour l'élève comme pour l'enseignant
- donne du sens aux apprentissages

La programmation :

Les objectifs nationaux, les compétences visées contenues dans les programmes, les activités physiques sportives et artistiques (APSA) possibles à l'école ou dans son environnement proche se matérialisent dans une programmation de l'éducation physique et sportive. Elle est réalisée par l'équipe pédagogique et doit offrir à tous les élèves, pendant leur scolarité à l'école primaire, une pratique polyvalente des APSA.

Pour rechercher une véritable éducation physique cohérente, complète et équilibrée, quelques principes doivent être respectés :

- o Il est souhaitable que les quatre compétences spécifiques (réaliser une performance mesurée, adapter ses déplacements à différents types d'environnement, coopérer et/ou s'opposer individuellement et collectivement, concevoir et réaliser des actions à visée expressive, artistique, esthétique) soient travaillées chaque année du cycle.
- o Chaque compétence propre à l'EPS est traitée à travers une ou plusieurs activités.
- o Les compétences générales et les connaissances peuvent être abordées à travers toutes les APSA.

Remerciements aux auteurs de ces documents :

- Gérard CAMBRELING – Conseiller Technique de la Fédération Française d'Athlétisme
- Manuel BOCK – CPC EPS
- Damien DEHEUNYNCK – CPC EPS
- Didier EVRARD – CPC EPS
- Laurence GEHU-GALLAS – CPC EPS
- Thibault HAESBROECK – CPC EPS
- Bernard QU'HEN – CPC EPS
- Dominique SENEZ – CPC EPS
- Francis VALZY – CPC EPS
- Jean-Paul WAQUET – CPD EPS