



RÉPUBLIQUE DE DJIBOUTI
Unité-Égalité-Paix

**MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE ET DE LA
FORMATION PROFESSIONNELLE**



GUIDE EPS DE L'ENSEIGNANT(E)

5^{ème} ANNEE



Centre de Recherche, d'Information
et de Production de l'Éducation
Nationale

2021-2022

RÉPUBLIQUE DE DJIBOUTI
Unité-Égalité-Paix

**MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE ET DE LA
FORMATION PROFESSIONNELLE**



Guide de l'enseignant (e)

5ème Année

CONCEPTION

Mme ZEINABA MOHAMED ABDALLAH
Conseillère Pédagogique EPS / MS

M. SAAD HASSAN ADEN
Conseiller Pédagogique EPS/ MS

Mr FAHIM NEGUIB IBRAHIM
Professeur EPS Moyen

Validation

M. ABDOULKADER DAHER ADEN /IEMS

M ADIL SALEH ALI

Inspecteur d'Education Physique et Sportive

Inspecteur EB

SOUS LA DIRECTION PÉDAGOGIQUE
M. RAMI MOHAMED ALI

Inspecteur d'Éducation Physique et Sportive / IEMS

Maquette et mise en page : Mlle HINDA HABIB MOUSSA

Illustrations : M. ABDOULRAZAK ISMAEL DEMBIL

Iconographie : M ALI SALEM AWAD

Suivi éditorial : : M BARREH ABDI ISMAN



Centre de Recherche, d'Information
et de Production de l'Éducation Nationale

AVANT-PROPOS

Education Physique et Sportive (EPS) joue un rôle essentiel à l'école primaire. Cette discipline obligatoire caractérisée par le mouvement, est l'une des bases nécessaires de l'éducation du jeune enfant, un facteur d'équilibre dans la journée et un moyen puissant pour structurer la vie sociale dans la classe comme dans l'école. Tout en accompagnant le développement moteur de l'enfant, l'EPS participe également à la construction complète de l'enfant tant sur le plan physique, mental, affectif que social.

Ainsi, l'école vise à former par l'action de l'éducation physique et sportive un être physiquement et mentalement sain, un être capable d'adaptation et d'autonomie, un être solidaire et responsable.

En rédigeant ce guide, les auteurs ont voulu redonner à l'EPS sa place légitime dans le cursus scolaire en insistant sur son aspect transdisciplinaire. L'EPS est en effet souvent au service des autres disciplines.

Le but de cet ouvrage est de proposer aux enseignants polyvalents appelés à appliquer l'Approche Par les Compétences :

- Un ensemble de modules d'enseignements organisés et cohérents ;
- Des situations d'apprentissages préparées correspondant aux habiletés spécifiques à faire acquérir aux élèves et pouvant être mises en place avec un matériel simple (matériel de récupération) ;
- Des consignes d'organisation et d'exécution précises permettant la construction et la programmation de leur enseignement d'éducation physique et sportive.
- L'enseignant trouvera également dans cet ouvrage des recommandations, des conseils et des exemples de ce qu'il peut faire dans tous les domaines d'activités prévues par les programmes. Au cycle des apprentissages fondamentaux c'est-à-dire en 5ème années, trois compétences ou domaines d'actions sont retenus à savoir :

✻ **LA LOCOMOTION (course)**

✻ **LA PREHENSION (lancer)**

✻ **L'EXPRESSION CORPORELLE (danse, musique, chant).**

Les jeux collectifs (opposition et coopération) sont intégrés dans la préhension et l'évaluation est incluse dans les séances d'apprentissage. Tous dépendent de la mise en œuvre de l'enseignant (e)

L'équipe rédactrice s'est attachée à guider l'enseignant (e) dans l'observation des élèves en lui proposant une démarche et une méthodologie identiques dans toutes les pratiques physiques au programme.

Toutefois, cet ouvrage ne prétend pas être une source de référence unique. C'est un outil de travail et un livre ressource qui laisse une part de liberté à l'enseignant (e).

Les auteurs

SOMMAIRE

| | |
|---|-----------|
| INTRODUCTION | P 5 |
| LES COMPETENCES DE VIE EN EPS..... | P6 |
| LES COMPETENCES NUMERIQUES EN EPS..... | P7 |
| Quelle place pour les TIC(E) en E.P.S. | |
| Les utilisations en E.P.S. | |
| L'EPS ET L'APPROCHE PAR LES COMPETENCES..... | P8 |
| INTRODUCTION | |
| QU'EST-CE QUE L'APPROCHE PAR LES COMPÉTENCES | P9 |
| VERS UNE EDUCATION INCLUSIVE DE QUALITE | P10 à P13 |
| Les enfants à besoins spéciaux | |
| Les particularités de l'EPS dans les régions (voir annexes) | |
| La natation à Tadjourah et à Obock | |
| La randonnée en pleine nature à Arta, à Ali Sabieh et à Dikhil | |
| Les textes règlementaires | |
| Le guide d'exécution | |
| Orientations spécifiques à la discipline/ activité..... | P13 |
| Les programmes des écoles..... | P14 |
| La classe de 5ème année..... | P14 |
| Les grandes orientations institutionnelles pour la classe de la 5ème année..... | P15 à P17 |
| Les domaines d'action et APSA | |
| Les horaires | |
| Les acteurs de l'EPS | |
| La programmation en EPS..... | P17 |
| Le module d'apprentissage..... | P18 à P21 |
| Les différentes étapes à travers les séances | |
| Phase d'entrée (Temps pour entrer dans l'activité | |
| Phase d'apprentissage (Temps pour apprendre et progresser) | |
| Evaluation (Temps pour évaluer) | |
| LA SEANCE..... | P22 |
| La gestion du groupe en EPS..... | P23 à P24 |
| PAGE PHOTO LA VITESSE | P25 |
| COMPETENCE 1 : LOCOMOTION (LA VITESSE) | P26 à 32 |
| PAGE PHOTO COURSE EN DUREE..... | P33 |
| LOCOMOTION (LA COURSE EN DUREE)..... | P34 à P37 |
| PAGE PHOTO SAUT AU LONGUEUR..... | P38 |
| LOCOMOTION (SAUT AU LONGUEUR)..... | P39 à P45 |
| PAGE PHOTO LES LANCERS..... | P46 |
| COMPETENCE 2 : LA PREHENSION (LES LANCERS)..... | P47 à P53 |
| COMPETENCE 3 : L'EXPRESSION CORPORELLE..... | P54 |
| GYMNASTIQUE..... | P55 à P66 |
| GRILLES D'EVALUTION..... | P67 |
| ANNEXES..... | P68 |
| SECURITE ET SECORISME EN IMAGE..... | P69 |
| COMMENT ALERTER..... | P70 |
| COMMENT SAUVER UNE VIE..... | P71 |
| MATERIELS DIDACTIQUES..... | P72 |
| SITUATIONS DE REFERENCES..... | P73 à P75 |
| LOCOMOTION | |
| PREHENSION | |
| EXPRESSION CORPORELLE | |
| LEXIQUE..... | P77 à 78 |
| FICHE DE SUIVIE DE L'ELEVE..... | P79 |
| REFERENCE BIBLIOGRAPHIE..... | P80 |

INTRODUCTION

Dans un monde en perpétuelle mutation où les choses changent à une vitesse fulgurante et vertigineuse, l'école, ce lieu par essence d'apprentissage de savoirs, savoir-faire et savoir- être (*compétences de vie*), n'est pas en reste.

Elle doit être en permanence en phase avec le mouvement et le progrès du monde extérieur pour répondre au mieux, aux besoins et aux exigences de la société à laquelle elle adhère pleinement.

- 1. Dans le cadre de sa fonction d'instruction, le système éducatif a pour mission de garantir à tous les apprenants, un enseignement de qualité qui leur permet d'acquérir une culture générale, des connaissances théoriques et le développement de leur aptitude à s'insérer efficacement dans la société du savoir et de la production.**
- 2. Assurer à tous une éducation équitable, inclusive et de qualité avec des possibilités d'apprentissage tout au long de la vie. La révision des curricula a permis de se lancer dans une nouvelle ère en introduisant dès la première année, les notions de Compétences de Vie et des TICE.**

L'Éducation Physique et Sportive (**EPS**), à tous les niveaux de la scolarité, apporte sa contribution à l'ambition d'une formation complète, équilibrée et inclusive.

A ce titre elle vise la réussite de tous et concourt avec les autres disciplines, à l'instruction, la formation et l'éducation de nos élèves.

Fruit d'une culture commune, d'une ambition partagée et dans la droite ligne de cette finalité, ce nouveau guide insuffle un nouvel élan à l'enseignement de la discipline l'EPS au primaire selon deux orientations :

- 1. Par la conception de programmes révisés en cohérence avec la réalité de terrain, l'appropriation d'une culture physique et des valeurs éducatives inhérentes à la discipline comme la santé, la sécurité, la citoyenneté.**
- 2. Par l'introduction de 2 concepts novateurs autour desquels s'articulent la mise en œuvre de la didactique pratique de l'Enseignement de l'EPS.**

Le présent document se structure ainsi en trois parties principales distinctes :

- 1. Une première partie portant sur les généralités s'articulant autour de l'Activité Physique et Sportive ;*
- 2. Une seconde partie déclinant la didactique pratique des enseignements-apprentissages par APSA et notamment sur les outils de mise œuvre de l'enseignement de l'EPS (fiche de cycle, fiche de séance, grilles d'évaluation diagnostique, d'observation et sommative).*
- 3. Une troisième et dernière partie sous forme de plus documents d'annexes.*

L'innovation dans ces curricula révisés réside en effet dans l'intégration des deux nouveaux concepts dans le programme de 5ème Année à savoir les Compétences de Vie et les TIC dans les apprentissages.

I. LES COMPÉTENCES DE VIE EN EPS

Depuis 2017, la République de Djibouti (*en tant que membre des pays de la MENA*) et en l'occurrence le MENFOP a entamé dans une première phase une large réflexion sur les modalités d'intégration de ces compétences dans les curricula de l'Enseignement Fondamental (Primaire et Moyen) qui propose une nouvelle vision de l'éducation, transformatrice, inclusive, durable, dans la droite ligne de l'ODD 4 (Objectif de Développement Durable).

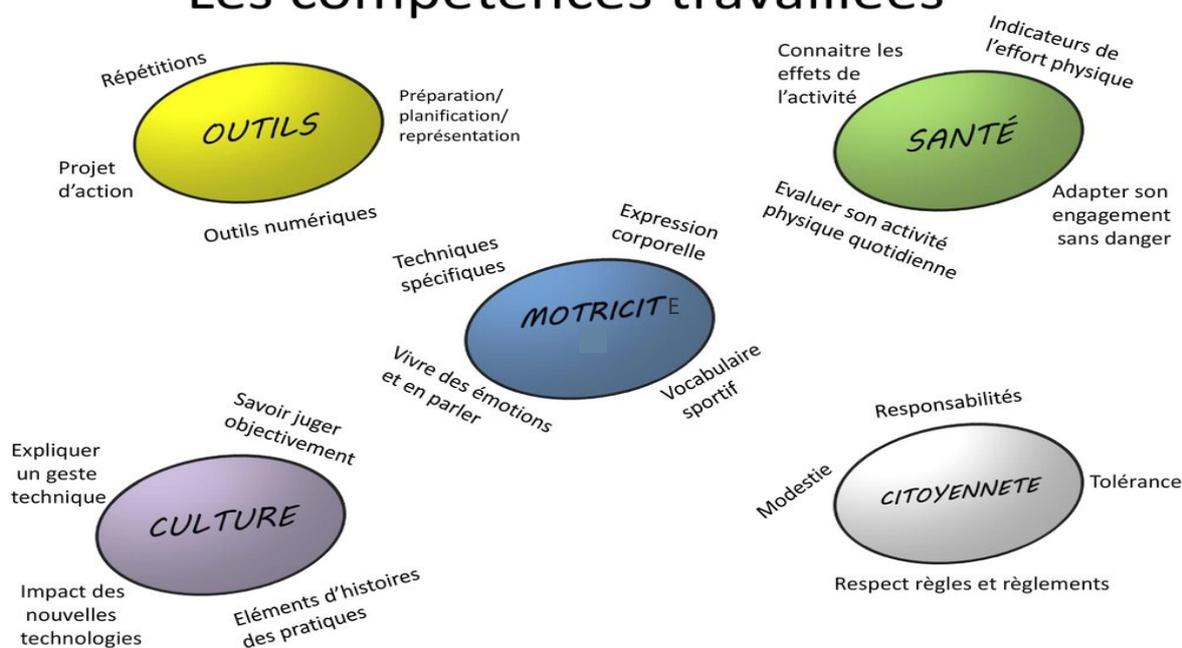
Le MENFOP dans une 2ème étape et dans le cadre de la révision des curricula depuis 2018 a intégré ce nouveau concept de Compétences de Vie dans les nouveaux programmes et sa mise en œuvre dans les supports didactiques (*Manuels, Guides et Livrets*)

Le concept de Compétences de vie ou Compétences du 21ème siècle ne renvoie pas uniquement aux savoirs et savoirs faire mais implique aussi de répondre pour les apprenants à des exigences complexes et à pouvoir mobiliser des ressources psychosociales dans un contexte particulier et en tant que citoyens dans le cadre de leur vie future.

Ce concept de Compétences de Vie et l'Education à la Citoyenneté (*LSCE*) se décline en 12 Compétences clés articulées autour de 4 champs d'apprentissage (*Développement Personnel, Citoyenneté active, Apprentissage, Employabilité*) et vise à faire le lien entre savoir, savoir-faire, savoir-être et Savoir agir.

La Commission Rédactionnelle EPS du Guide 5ème Année a intégré les 12 Compétences clés déclinées dans le schéma ci-dessous selon les compétences transversales développées par chaque Compétences.

Les compétences travaillées



II. LES COMPETENCES NUMERIQUES EN EPS

La représentation classique de l'enseignant d'E.P.S. en tenue de sport au milieu d'une classe ou d'un groupe d'élèves en action, demeure et doit rester une image pertinente de l'enseignement de notre discipline. Le sifflet n'est cependant plus depuis longtemps, l'unique accessoire indispensable de notre travail.



Par ses objectifs et ses contenus, l'E.P.S. et ses enseignants occupent une place originale dans le système scolaire. Notre discipline ne peut s'accommoder de salles dédiées aux « nouvelles technologies » où l'immobilisme primerait. L'essentiel du développement des TIC en E.P.S. repose encore sur ce que nous appelons une « bureautique enseignante ». L'informatique pédagogique dispose de peu de matériels adaptés aux conditions réelles du terrain. Cependant les outils numériques nomades (**vidéo numérique, PDA, portables.**) dans leurs fonctions diverses, prennent de plus en plus de place dans le champ des pratiques en E.P.S.

a. Quelle place pour les TIC(E) en E.P.S. ?

1. L'introduction de moyens technologiques particuliers en EPS a apporté les avancées suivantes :

- ***l'apport d'une rigueur et une meilleure connaissance des APS mais aussi une motivation supplémentaire pour les élèves.***
- ***l'utilisation de matériels de biofeedback (cardio-fréquence mètres, PDA par exemple), permet de développer les compétences d'analyse de la pratique physique et de la performance pour gérer son travail.***

2. L'apport d'une analyse fine des prestations des élèves et de réponses efficaces aux problèmes posés grâce à la vidéo numérique.

3. L'exploitation des observations saisies par les élèves permettant l'individualisation des interventions, des contenus de pratique didactique et une pédagogie différenciée selon les charges de travail et en fonction des niveaux de chaque groupe d'élèves.

4. La délégation certaines tâches répétitives et de se consacrer à des interventions plus pédagogiques qui constituent le cœur des enseignements-apprentissages

La construction de supports de communication à vocation pédagogique :

- Support papier, audio, vidéo, navigation multimédia.
- L'apport d'une plus grande rigueur dans la notation et l'évaluation.

b. Les utilisations en E.P.S.

De par leurs caractéristiques variées, les ordinateurs de poche aident l'enseignant d'EPS :

- 1. Dans le calcul des notes appliquées à des barèmes parfois complexes, comme répertoire d'exercices et de situations pour montrer des situations et utiliser des séquences pédagogiques.**
- 2. Comme banque d'images numériques et de vidéos pour comparer les productions des élèves aux images ou vidéos de référence (supports vidéo numériques et notamment en Athlétisme et en Gymnastique etc.**
- 3. Pour la saisie et traitement d'information directement au cours de la séance et permettre des retours d'informations en direct.**

Il appartiendra aux enseignants d'identifier et utiliser les outils TIC adaptés à l'enseignement des Activités Physiques selon les savoirs, savoir-faire, savoir être et savoir agir mobilisés.

A. L'EPS ET L'APPROCHE PAR LES COMPETENCES

1. INTRODUCTION

L'approche par compétences était l'objet de plusieurs travaux élaborés par les didacticiens tel, Philippe Perrenoud qui suppose que pour garantir la bonne pratique de cette approche dans les systèmes éducatifs. Il faut rénover et réécrire les programmes pour qu'il ait une cohérence entre les intentions (les objectifs).

| SAVOIR CONNAISSANCES HABILITES COGNITIVES | | |
|--|--------------------|--|
| SAVOIR - FAIRE HABILITES MOTRICES D'EXTERITE | COMPETENCES | SAVOIR - ETRE ATTITUDES VALEURS ETHIQUE |

L'approche par compétence est une notion qui s'est développée au début des années 1990 et qui vise à construire l'enseignement sur la base de savoir-faire, évalués dans le cadre de la réalisation d'un ensemble de tâches complexes.

La République De Djibouti a décidé d'amorcer, il y a presque deux décennies, une réforme globale et progressive de son système éducatif. Cela s'est, entre autres, traduit par la recommandation d'adopter l'Approche Par les Compétences (désormais APC) dans les trois paliers de son système : le Primaire, le Moyen et le Secondaire.

2. QU'EST-CE QUE L'APPROCHE PAR LES COMPÉTENCES ?

L'APC apparaît au début des années 1990. C'est une approche centrée sur l'apprenant, mais aussi et surtout sur l'activité de celui-ci et donc sur l'apprentissage (actif).

Cette approche s'inspire du mouvement de l'École Nouvelle du début du siècle précédent, s'inscrit notamment dans le courant socio-constructiviste (Boutin, 2005) et fait ainsi partie des modèles qui « attribuent à l'apprenant un rôle déterminant dans l'édification de ses compétences, de ses savoirs et de ses connaissances » (Carbonneau et Legendre, 2002).

On prône d'abandonner la logique de la transmission des connaissances encyclopédiques, par l'enseignant à un apprenant assis, au profit de celle de l'apprentissage qui s'appuie davantage sur l'activité des apprenants. On rejette aussi les fondements behavioristes de la pédagogie par objectifs (PPO) au profit du cognitivisme (Ibid.). On insiste également souvent sur l'importance de favoriser le transfert des apprentissages en dehors de l'école (Ait Djida, 2009 ; Ammouden, 2017 ; Perrenoud, 2008).

Dans la présentation du livre consacré par Perrenoud (2008) à cette approche, il est expliqué que Réussir à l'école n'est pas une fin en soi. (...). L'élève devrait être capable de mobiliser ses acquis scolaires en dehors de l'école, dans des situations diverses, complexes, imprévisibles.

Aujourd'hui, cette préoccupation s'exprime dans ce qu'on appelle assez souvent la problématique du transfert des connaissances ou de la construction de compétences.

Ces principes exigent le recours à des démarches et dispositifs didactiques, tels que les projet-élèves (Huber, 2005), qui favorisent l'interdisciplinarité, le développement des compétences de haut niveau et le transfert : l'APC implique l'apprentissage par situations-problèmes « dans le cadre d'une pédagogie du projet » et exige que les apprenants soient « actifs et engagés dans leurs apprentissages » (Perrenoud, 1995).

Nous pouvons ainsi considérer, à la suite de Beacco (2007), que l'APC constitue une passerelle entre les approches communicatives et l'approche actionnelle.

Dans l'Approche Par les Compétences, les apprentissages ponctuels ne sont plus perçus et organisés comme naguère en simples leçons enseignées les unes après les autres et n'ayant aucune relation entre elles. Ils sont organisés et planifiés désormais sous forme de compétences solides et ayant un sens pour l'élève.

En EPS, les verbes d'action ne sont plus étudiés de façon isolée et morcelée mais ils sont plutôt organisés sous forme des familles ou domaines d'actions. On distingue plusieurs domaines d'action :

- 1. La locomotion** : elle regroupe tous les verbes d'action qui relèvent du déplacement (*courir, marcher, sauter etc.*) ;
- 2. La préhension** : elle concerne tout ce qui relève de l'action de prendre (*attraper, manipuler, lancer etc.*),
- 3. L'expression corporelle** : elle englobe la motricité expressive (*danser, chanter, etc.*) et les jeux collectifs qui résument comme leur nom l'indique toutes les actions à caractère collectif (*coopérer, échanger, communiquer, etc.*).

B. VERS UNE EDUCATION INCLUSIVE DE QUALITE

1. Les enfants à besoins spéciaux

Une école inclusive, c'est l'école et son environnement qui se mettent au service de l'enfant à besoins éducatifs particuliers. C'est le lieu où chaque enfant est pris en compte (porteur de handicap ou non), tant sur le plan matériel qu'éducatif.

Dans un souci d'équité et d'égalité dans l'enseignement, notre pays s'est engagé depuis déjà plusieurs années à intégrer les enfants à besoins spéciaux dans le système éducatif surtout sur le plan professionnel.

Le MENFOP fait des efforts sans précédent, pour améliorer la scolarisation en milieu ordinaire des enfants en situation de handicap.

Le droit à l'éducation pour tous les enfants, quel que soit leur handicap, est un droit fondamental. La révision des curricula a, pour sa part, mis un accent particulier sur l'intégration pour la première fois, du principe d'inclusion scolaire. Le Ministère est déterminé à faire de l'école inclusive, celle du 21^e siècle.

Il importe par conséquent à l'enseignant (e) de porter une attention particulière à ces enfants qui font désormais partie intégrante de notre système éducatif.

a. Les particularités de l'EPS dans les régions (voir annexes)

L'enseignant (e) devrait, dans la mesure du possible, introduire dans son travail une activité parmi les deux propositions citées ci-dessus.

Il est souhaitable que dans chaque région les élèves pratiquent un sport spécifique à leur milieu, tel que : la natation et la randonnée.

L'intérêt d'introduction de la natation, la randonnée en pleine nature dans le programme scolaire repose sur un paradigme suivant :

La République de Djibouti étant un pays qui dispose d'une grande façade maritime, et des lieux touristiques, cette situation géographique conduit à observer sur les plages un nombre de plus en plus important d'accidents mortels, une certaine méconnaissance du paysage etc. De ce fait, il est de la responsabilité publique de trouver une solution pérenne à cette situation.

L'introduction de ces disciplines dans le programme scolaire est la solution pour faire face à cette problématique. L'apprentissage de la natation à l'école doit avoir un objectif pédagogique à savoir lutter contre la noyade dès le plus jeune âge, ainsi avec l'apprentissage de la randonnée en pleine nature permettant la découverte et l'exploration du patrimoine culturelle du pays.

Il correspondra à une meilleure maîtrise du milieu non seulement aquatique permettant de nager en toute sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, **parc aquatique, plan d'eau calme à pente douce etc.**), de s'orienter, d'escalader et doit être acquis de la maternelle jusqu'au lycée.

L'acquisition des connaissances et des compétences permettant l'accès au savoir-nager, s'orienter et escalader se conçoit à travers la programmation de plusieurs cycles d'activités réparties aux trois paliers du socle cités ci-haut.

Cet apprentissage commence à l'école primaire et, lorsque c'est possible, dès la grande section de l'école maternelle. Il doit répondre aux enjeux fondamentaux de l'éducation à la sécurité et à la santé mais aussi favoriser l'accès aux diverses pratiques sociales, sportives et de loisirs.

b. La natation à Tadjourah et à Obock ;

Les jeux dans l'eau sont des moyens que l'enseignant peut utiliser pour :

- 1. Donner du sens à l'enseignement des activités aquatiques.**
- 2. Permettre une grande quantité d'actions**

Ces jeux ne sont pas une finalité : ce sont des moyens utilisés au service d'objectifs concernant l'immersion, les déplacements, l'équilibration et la propulsion

Jeux avec différents matériaux, jets d'eau, toboggan etc.

Organisation du temps dans l'eau par l'enseignant(e), en fonction du nombre d'enfants La séance comporte un temps de jeux dirigés et de jeux libre

c. La randonnée en pleine nature à Arta, à Ali Sabieh et à Dikhil

C'est une activité de déplacement dans un espace plus ou moins accidenté en pleine nature

De ce fait, le pratiquant de cette activité devra être capable de :

- 1. Lire le milieu dans lequel il évolue pour repérer les dangers;**
- 2. Décider d'un projet de déplacement d'un endroit à un autre endroit;**
- 3. S'engager dans l'action en acceptant une charge émotionnelle;**
- 4. Se dépasser;**
- 5. D'accepter de travailler en coopération avec autrui pour assurer sa sécurité et celle des autres;**

L'objectif ici est de pouvoir amener les enfants à découvrir, s'orienter et d'escalader une « petite » pente sur une montagne, une petite falaise et permettre aux petits de voir ou comprendre plus ou moins les risques d'escalader un endroit pour arriver à un autre endroit qui se trouve de l'autre côté du point de départ. De manière de découvrir le paysage en question

Comment mettre en œuvre son enseignement dans les classes ?

L'enseignement de l'Education Physique et Sportive (EPS) vise le développement des capacités et des ressources nécessaires à l'apprentissage des conduites motrices adaptées à des situations de plus en plus complexes.

● **À l'école maternelle :** l'activité physique et les expériences corporelles contribuent au développement moteur, sensoriel, affectif et intellectuel de l'enfant. L'élève construit son répertoire moteur à travers les situations qui lui sont proposées : déplacements, équilibres, manipulations, projections et réceptions d'objets.

L'élève constate à travers les répétitions le résultat de son action. Il découvre les possibilités de son corps.

● **Aucycle2:** l'EPS répond au besoin et au plaisir de bouger, développe le sens de l'effort et de la persévérance, permet de mieux se connaître, de mieux connaître les autres et de veiller à sa santé. L'enseignement offre une première initiation aux activités physiques, sportives et artistiques (APSA).

Les actions motrices fondamentales seront combinées, enchaînées voire complexifiées au travers de la pratique des activités physiques, sportives et artistiques qui leur donnent tout leur sens.

● **Au cycle3:** l'EPS contribue à l'éducation à la santé, à la sécurité, à la responsabilité et à l'autonomie. L'idée d'enrichissement, de perfectionnement, d'affinement et de complexification doit transparaître dans la démarche et la mise en œuvre pédagogique. À ce stade, l'élève devient capable de mettre en place un projet d'action.

Dans le même temps, l'EPS :

- 1. Favorise l'accès au patrimoine culturel que représentent les diverses activités physiques, sportives et artistiques, pratiques sociales de référence,***
- 2. Contribue à la formation du citoyen (comprendre la règle, la respecter, la faire évoluer, afin de permettre la poursuite de l'activité).***

a. Les textes réglementaires

De nombreux textes réglementaires qui cadrent les activités physiques et sportives ont été élaborés.

1. Programme EPS : Voir réforme curriculaire

2. La Loi d'Orientation 2000 n°96/AN/00/4èmeL

b. Le guide d'exécution

La mise en œuvre des curricula en classe se fait conformément aux textes qui régissent l'enseignement de l'éducation physique et sportive. Le guide d'exécution rappelle les objectifs de l'EPS ainsi que les points importants des différents textes de l'enseignement de l'EPS.

2. Orientations spécifiques à la discipline/ activité

Dans l'organisation des disciplines en champs disciplinaires, l'éducation physique et sportive est dans le champ disciplinaire EPS, Art, Culture. Ici nous parlons de la discipline EPS.

Les objectifs de l'EPS à ce niveau permettent de préciser en quoi les activités, qui sont répertoriées en trois catégories de situations éducatives, sont des moyens pour les atteindre.

Les objectifs poursuivis par l'EPS à travers les activités physiques sportives et artistiques en 5ème année doivent permettre aux apprenants de vivre des expériences corporelles variées, individuelles et collective qui favorisent leur mise en relation avec :

- 1. Les mondes physiques** : on y recherche l'aisance gestuelle dans l'exécution des différentes APSA, on y est confronté à l'environnement en mettant un accent particulier sur la notion de sécurité ;
2. Autrui : en recherchant l'opposition, la coopération et en étant vu et jugé dans l'interaction avec les autres
- 3. Le développement de la connaissance de soi avec les activités gymniques** : L'APC devrait permettre à l'apprenant de s'approprier les activités physiques, sportives et artistiques par une meilleure connaissance théorique et pratique.

Cette appropriation passe par le renforcement de l'aspect affectif des activités à travers une approche qui met en évidence l'importance de la théorie et de la pratique.

3. Les programmes des écoles

L'EPS fait partie intégrante des Programmes (P) de l'Enseignement Fondamentale, Moyen et Secondaire de la République de Djibouti.

Dans le cadre de l'organisation de la scolarité de l'Enseignement Fondamental, Moyen et Secondaire, les orientations relatives à l'enseignement de l'EPS à l'école, ainsi que les Finalités devant être acquises à la fin du processus scolaire, sont précisées dans « La Loi d'Orientation ».

- 1. Développement au maintien de la santé et du bien-être ;**
- 2. Participation de masse ;**
- 3. Contribution au développement social ;**
- 4. Conservation et enrichissement du patrimoine socioculturel.**

Ainsi que les trois (3) Spécifiques Compétences de la 5ème Année :

1. La locomotion
 2. La préhension
 3. L'expression
-
- 1. Dans une situation significative donnée, l'élève doit être capable de gérer ses capacités pour courir longtemps et pour contrôler son rythme cardiaque et respiratoire.**
 - 2. Dans une situation significative donnée, l'élève doit être capable d'utiliser un élan pour sauter loin ou sauter haut, avec une forme de corps adaptée.**
 - 3. Dans une situation significative donnée, s'organiser collectivement en attaque, pour progresser vers la cible adverse sans perdre la balle, et empêcher l'adversaire d'avancer en défense.**

L'EPS doit être mise en relation avec les autres champs disciplinaires, et doit jouer pleinement son rôle dans une éducation globale dont la responsabilité est assurée par un maître polyvalent.

4. La classe de 5ème année

L'école primaire, partie importante de l'enseignement fondamental, est organisée en 5 niveaux de scolarisation bien distincts qui offrent aux élèves Djiboutiens la possibilité de s'appropriier les connaissances et les compétences pour accéder aux collèges d'enseignement moyens.

Compte tenu de cette exigence, la classe de la 5ème année est une tape scolaire préparatoire à l'entrée en 6^e année sanctionnée par l'OTI (examen d'entrer en 6^e).

A ce stade de la scolarité, l'enseignement de l'EPS vise à doter les élèves inscrits une formation de base solide dans les domaines de APSA (un vrai cursus des apprentissages organisés en cycle scolaires : apprentissages fondamentaux, consolidations et approfondissement des acquis.)

5. Les grandes orientations institutionnelles pour la classe de la 5^{ème} année

L'EPS développe l'accès à un riche champ de pratiques, à forte implication culturelle et sociale, importantes dans le développement de la vie personnelle et collective de l'individu. L'enseignement de l'éducation physique et sportive relève des grands principes institutionnels bien précis qui ont pour mission tout au long de la scolarité, en particulier ;

En finalité : la formation par la pratique d'un élève physiquement éduqué et socialement inséré.

En objectifs :

- 1. Le développement au maintien de la santé**
- 2. Participation de masse**
- 3. Contribution au développement social**
- 4. Conservation et enrichissement du patrimoine social et culturel.**

a. Les domaines d'action et APSA

En général l'observation des pratiques physiques et sportives permet de distinguer des situations motrices éducatives.

Compte tenu de cette exigence le développement des compétences motrices en classe 5^e année et tout au long de la scolarité, les trois compétences de base suivantes organisent l'appropriation des conduites motrices.

- 1. La locomotion**
- 2. La préhension**
- 3. L'expression**

b. Les horaires

Pour respecter les besoins de mouvement et les rythmes biologiques de l'enfant, l'horaire hebdomadaire de la 5^e Année est d'Une (1) heure. **(Circulaire MENFOP N°662/Menfop du 31/12/2018).**

c. Les acteurs de l'eps

1. L'Enseignant

Le rôle de l'enseignant sera, avant tout de guider et d'évaluer les apprentissages de façon continue.

D'une part l'enseignant sera un guide car son rôle sera non seulement de développer des connaissances (savoirs), mais aussi des savoir-faire (habiletés) et de compétences de vie (savoir-être) menant au développement des compétences.

L'enseignant doit être centré sur le traitement d'informations que sur l'information elle-même qui par ailleurs, évolue sans cesse. Le but de l'enseignant est d'aider l'apprenant à construire lui-même ses connaissances, de le guider dans la sélection et l'encodage de l'information essentielle à travers des expériences riches et variés.

Et d'autre part il sera également un évaluateur non seulement périodiquement à des fins de régulation mais aussi quotidiennement à des fins de régulation. L'évaluation quotidienne permet de mesurer le progrès réalisé par les apprenants de connaître leurs besoins de renforcement ou d'enrichissement. Elle donne également à l'enseignant des indicateurs précieux sur la pertinence de son enseignement.

L'Enseignant (instituteur ou le professeur d'école) est chargé d'enseigner l'EPS au même titre que les autres disciplines. Il serait tout à fait inopportun que se développent des initiatives permettant aux enseignants (polyvalents) de se décharger de cette discipline sur des personnes extérieures à l'école. A ce titre l'enseignant ne peut s'exonérer de pratiquer cette discipline.

2. LES CONSEILS PRATIQUES POUR L'ENSEIGNANT (E)

Quand on débute dans le métier d'enseignant d'EPS ou lorsqu'on ne se sent pas à l'aise dans l'enseignement d'une activité physique sportive et artistique, il n'est pas facile de savoir quoi enseigner aux élèves. Nous avons alors tendance à chercher certaines situations d'apprentissage, si possible ludiques, qui vont permettre aux élèves de prendre du plaisir dans l'activité.

Il est donc recommandé à l'enseignant (e) :

- 1. De favoriser les exercices Ludiques;**
- 2. De veiller à la sécurité des élèves et des outils;**
- 3. De porter la tenue adéquate durant les activités en plein air ;**
- 4. D'avoir son Matériel ;**
- 5. D'être innovateur;**
- 6. De renforcer la cohésion du groupe (égalité pour tous) ;**
- 7. De se remettre en question sur la réussite des élèves, etc.;**
- 8. Avoir de l'empathie;**

Il doit permettre aux élèves d'agir mais aussi les empêcher de réussir avec les seuls moyens dont ils disposent : ils doivent donc pouvoir utiliser leurs actions familières, mais en même temps être contraints de les transformer.

Il pose le « bon » problème c'est-à-dire en « décalage optimum » avec les possibilités de l'élève (cela suppose d'avoir défini le palier adaptatif visé mais en même temps être suffisamment contraignant (règles, aménagement, critères de réussite) pour fournir la possibilité à l'élève de construire de nouveaux repères.

L'enseignant (e) a la responsabilité de mettre « à la disposition » de l'élève des outils pour qu'il progresse. Ces outils sont des questions ciblées, des données quantitatives ou qualitatives, repères sur sa propre activité ou celle des autres. Le rôle de l'observation est déterminant.

L'animation de la situation de pratique scolaire n'est pas évidente, l'enseignant (e) doit refréner toute intervention intempestive qui se substituerait à l'activité propre des élèves et modifierait profondément la tâche. Cependant il est déterminant qu'il intervienne pour faire évoluer la réflexion de l'élève sur son action pour pouvoir progresser

1. L'équipe pédagogique

Le directeur de l'école et les collègues peuvent apporter une aide à l'élaboration et à l'organisation des séances. Un décloisonnement ou des échanges de service peuvent être mis en place.

2. L'équipe de circonscription

Dans chaque circonscription, exercent des conseillers pédagogiques. Leur rôle est d'apporter son aide et ses conseils aux enseignants. Vous pouvez faire appel à eux en cas de doutes ou d'interrogations concernant l'enseignement de l'EPS

L'Inspecteur de circonscription peut également apporter son aide et ses conseils.

6. La programmation en eps

La programmation est un outil qui permet de s'assurer que chaque élève développe des compétences motrices évaluables à la fin du cycle.

La programmation, est un choix réfléchi et organisé d'APSA*, permettant d'atteindre les objectifs fixés par le projet EPS de l'école, en relation avec les compétences spécifiques visées. Ce n'est en aucun cas une juxtaposition d'activités.

Programmer, c'est proposer un « menu » complet et équilibré.

1. Les éléments à prendre en compte :

- 1. Prendre en compte ses propres compétences ainsi que celles de ses collègues,*
- 2. Prendre en compte le projet de circonscription : calendrier des rencontres sportives par le Service des Sports du MENFOP,*
- 3. Le projet d'école et le projet de cycle,*
- 4. Recenser les moyens en installations, en matériel et en personnes ressources,*
- 5. Tenir compte des périodes scolaires. L'année scolaire est découpée en 4 périodes. Au cours de chacune d'elles, 1 OU 2 activités au moins seront abordées par les élèves,*
- 6. Elaborer un planning rendant opérationnel la programmation en coordonnant les emplois du temps de l'école,*
- 7. Elaborer des unités d'apprentissage en fonction du guide du Maître proposé,*
- 8. Elaborer des outils d'observation afin de mettre en place des situations pertinentes, en fonction du niveau de la classe et des besoins moteurs, cognitifs et affectifs des élèves.*

2. Les éléments à respecter :

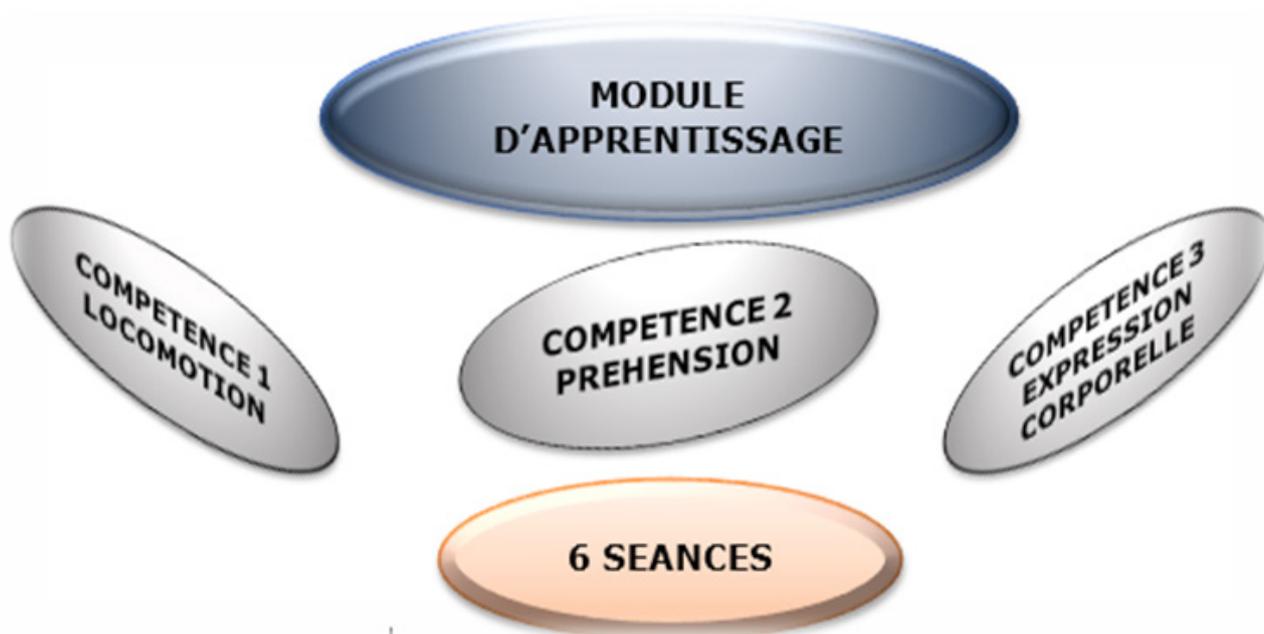
Respecter les principes d'équilibre :

1. En choisissant des activités variées dans les 3 compétences spécifiques,
2. En tenant compte de la pratique antérieure,
3. Respecter la complémentarité,
4. En prévoyant la pratique de plusieurs activités dans chaque compétence, dans l'année, et au cours de la scolarité.
5. Respecter la continuité dans l'Enseignement - Apprentissages :
6. En affinant celles déjà abordées au cours des années précédentes et en les faisant évoluer.

7. Le module d'apprentissage

Le module d'apprentissage est un cadre méthodologique qui va permettre de structurer l'enseignement d'une activité physique et sportive pour concevoir des situations pédagogiques articulées entre elles. Il doit permettre de placer les élèves en situation de projet et leur permettre de donner du sens aux apprentissages.

Pour que les apprentissages soient réels, le module d'apprentissage doit être composé de plusieurs séances, ainsi pour ce cycle nous proposerons un cycle de 6 Séances (**possibilité de rajouter une ou deux séances afin que ces dernières soient consécutives mais aussi de préparer les enfants au prochain cycle Moyen**).



1^{ère} Etape :

| | Comment ? | Pourquoi ? | Évaluation diagnostique |
|-------------------------------|--|---|--|
| Entrer dans l'activité | En mettant en place des situations ouvertes, ludiques, motivantes. | Pour observer, se renseigner, pour voir où on en est. | Faire un inventaire des réponses des élèves. |

2^e Etape :

| | Comment ? | Pourquoi ? | Évaluation formative |
|--------------------------------|--|--|--|
| Apprendre et Progresser | En mettant en place des situations ayant chacune un objectif précis. | Pour ajuster, remédier (complexifier mais aussi simplifier), adapter le Dispositif aux différences individuelles, consolider, stabiliser | Observer (prise d'informations), analyser (les élèves comprennent leurs actions, prennent conscience de leurs réussites et de leurs manques), régule |

3^e Etape:

| | Comment ? | Pourquoi ? | Évaluation sommative |
|---------------------------|---|--|---|
| Evaluer les Acquis | En mettant en place des situations évaluatives fermées. | Pour définir le niveau atteint, certifier un apprentissage, mesurer les progrès. | Comparer à l'aide de critères définis par l'enseignant. |

1. Les différentes étapes à travers les séances

| LES DIFFERENTES ETAPES DE LA SEANCE | | |
|---|--|--------------|
| Partie | Conception | Observations |
| Entrée dans l'activité (3 à 5 min) | <p>Mise en place du matériel.</p> <p>Mise en activité en rapport avec l'objectif choisi et l'Activité Physique et Sportive. A l'école primaire, il s'agit davantage d'une mobilisation de l'attention des élèves sur leur projet d'action que d'un échauffement musculaire*.</p> <p>* Ne pas oublier que, jusqu'à 12 ans, les enfants n'ont pas besoin d'échauffement musculaire systématique d'un point de vue physiologique, pour entrer dans l'activité physique.</p> | |
| Déroulement de la séance (30 à 45 min) | <p>Reprise d'une ou deux situations issues des séances précédentes, reprise de ce qui a été vécu, sécurisation, motivation...</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lancement des situations avec rappel des consignes et des critères de réussite. 2. Activité : grâce au travail effectué avant la séance, les situations proposées permettent : <ol style="list-style-type: none"> 1. De responsabiliser les élèves, de les faire travailler en autonomie et de gérer les ateliers**, <p>** <i>Le maître observe et relève des informations pour intervention différée et analyse de la séance</i></p> 2. D'avoir un maximum de temps d'activité pendant la séance***, <p>*** <i>Dans la situation d'apprentissage : Nombre de répétitions nécessaires à l'acquisition des compétences au regard des critères de réussite déterminés au préalable et des supports d'évaluation construits.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 3. D'avoir des temps de régulation****. <p>**** <i>Grâce à son positionnement et à son observation, l'enseignant doit remédier immédiatement en fonction des besoins des élèves et des objectifs poursuivis.</i></p> | |
| Retour au Calme 5 min | <p>Rangement du matériel.</p> <p>BILAN</p> | |

2. Phase d'entrée (Temps pour entrer dans l'activité)

- **Pour l'élève** : premier contact avec le projet de travail afin d'établir une relation positive avec l'activité proposée.
- **Pour le maître** : apprécier le niveau de compétences antérieurement acquis,
Identifier les représentations des élèves à travers une « PETITE » situation de référence.

Pour faire le point de ce que les élèves savent, peuvent accepter de réaliser, pour permettre de déterminer les problèmes pour lesquels les élèves n'ont pas encore de solutions.

Pour organiser progressivement la classe, aider les enfants à analyser leurs besoins.

3. Phase d'apprentissage (Temps pour apprendre et progresser)

1. **Pour le maître** : guider dans les apprentissages
2. Au moyen de tâches « semi-définies » ou de situations problèmes en fonction des objectifs posés,
3. Au moyen de tâches « définies » permettant d'intégrer et d'automatiser les règles d'action retenues en classe,
4. En prenant appui sur les différentes observations réalisées.

Le maître organise un ensemble de situations d'apprentissages propices aux progrès des enfants en fonction d'objectifs clairs.

Ce temps d'apprentissage doit être suffisamment long pour permettre à l'enfant d'exercer sa pratique.

4. Evaluation (Temps pour évaluer)

1. Evaluation du niveau d'acquisition de la compétence.
2. Retour à la situation de référence (**identique ou modifiée**).
3. Formulaire de critères de réussite liés aux différents niveaux d'acquisition possible.

8. LA SEANCE

ORGANISER SON MODULE D'APPRENTISSAGE SEANCE

| PREPARER ET ORGANISER SA SEANCE | | |
|--|--|--|
| LA SÉCURITÉ | LES CONSIGNES | LE MATÉRIEL |
| <p>Avant</p> <p>Rappeler les règles à respecter. Bien en expliciter les enjeux afin de favoriser la prise de conscience des élèves.</p> <p>Pendant</p> <p>Se placer de manière à voir l'ensemble du groupe et être vu par tous. Privilégier si nécessaire un atelier mais en gardant un regard attentif sur les autres.</p> <p>Ne pas hésiter à intervenir, voire interrompre la séance, si besoin de rappeler les consignes.</p> <p>Après</p> <p>Revenir sur les attitudes observées (respect ou transgressions) avec l'ensemble du groupe</p> | <p>Avant</p> <p>Les donner en classe. En vérifier la compréhension par les élèves.</p> <p>Envisager une trace écrite (affiche) emportée sur le lieu d'activité.</p> <p>Pendant</p> <p>Rappel possible par des élèves. Favoriser l'écoute en ritualisant : on se regroupe au signal, pas de matériel dans les mains, l'enseignant doit voir tous les élèves.</p> <p>Consignes et relances courtes afin de favoriser le temps d'activité. Les consignes et critères de réussite peuvent être affichés.</p> | <p>Connaître le matériel disponible En vérifier l'état et la stabilité Prévoir une quantité suffisante, ex : 1 objet par élève pour une première séance à la maternelle. Envisager un matériel supplémentaire pour d'éventuelles relances (ballons plus petits, cibles plus ou moins grandes,)</p> <p>1. Prévoir le rangement si possible avec les élèves.</p> |
| LE TEMPS | | L'ESPACE |
| <p>Privilégier un temps d'activité maximum.</p> <p>Ne pas prolonger les phases de regroupement.</p> <p>Alterner les périodes de travail et de repos.</p> <p>Privilégier les phases de jeu permettant la participation du plus grand nombre.</p> <p>Eviter les jeux à élimination immédiate.</p> <p>Prévoir un retour au calme si nécessaire.</p> | | <p>Distinguer : espace de regroupement (temps de parole) et d'action.</p> <p>Matérialiser l'espace d'évolution et les espaces interdits.</p> <p>Clarifier l'organisation spatiale et temporelle : (rotation d'ateliers, sens du parcours, début et fin des ateliers au même moment).</p> |

1. Prévention et sécurité

La sécurité d'une séance d'EPS est liée à la capacité de l'enseignant à :

1. Choisir des pratiques physiques, sportives, adaptées aux capacités physiques des élèves.
- Définir les conditions de surveillance, de sécurité et d'encadrement ;
2. Vérifier l'état des équipements et des matériels utilisés ;
3. Adapter les efforts sollicités dans l'action aux capacités réelles des enfants qui pratiquent.

Préparation d'une séance (Pour ne pas improviser, pour garder le fil conducteur d'une séance à l'autre, pour pouvoir être plus disponible).

2. Les objectifs

Quelles sont les compétences que je vise ? Quels apprentissages mettre en œuvre, par rapport aux élèves, en fonction de leur âge et de leurs capacités ?

3. L'activité support

Dans quel domaine cette activité s'inscrit-elle ?

4. La place de la séance

La séance n'est pas isolée : elle s'inscrit dans une unité d'apprentissage de 6 à 12 séances qui, elle-même, s'inscrit dans une programmation annuelle de l'EPS.

5. Le contenu et la démarche

Activité support, durée, situations, organisation, objectifs.

6. Le matériel et les lieux

Gros matériel / petit matériel. Un objet pour chacun ou pour plusieurs. Papier, crayons pour coder, craies, cônes, plots, cordes pour délimiter. Milieu aménagé ou non : gymnase, stade, parc, cour, salle ...

7. Le bilan

Evaluation et remédiation éventuelle.

9. La gestion du groupe en eps

On ne résout pas les problèmes liés à la gestion du groupe en utilisant des « recettes miracle ». Il faut souvent de la patience, de la cohérence et de la continuité.

L'EPS, par la nature des activités et la motivation qu'elle suscite peut contribuer efficacement à améliorer les comportements et les relations dans la classe.

C'est par la qualité de sa réflexion, par sa vigilance et la pertinence de ses interventions que l'enseignant offre à sa classe des conditions favorables au bon déroulement de la séance. Il lui appartient de préciser avec rigueur sa démarche.

Les règles et habitudes de vie de la classe restent en général les mêmes quelque soit la discipline. En revanche, les attitudes et réactions des élèves peuvent être différentes selon l'environnement dans lequel ils évoluent.

L'enseignant devra donc prendre en compte cette réalité afin d'adapter sa pratique aux nouvelles conditions. Il restera cependant exigeant quant au respect des règles et des consignes.

LA VITESSE



COMPETENCE 1 : LOCOMOTION

LA VITESSE

Acquisitions:

Dans une situation significative donnée, l'élève doit être capable de courir le plus rapidement possible pour franchir la ligne d'arrivée.

SEANCE 1 :

Réagir à un signal

- ✦ Les Autos retournent au garage
- ✦ Cabri et le Chacal

SEANCE 2 :

Courir Droit

- ✦ Le Train sur le rail
- ✦ Poule et le Renard

SEANCE 3 :

Courir « GRAND » améliorer sa foulée

- ✦ Jeu de 15 plots
- ✦ Vite à la maison

SEANCE 4 :

Transmettre le témoin sans ralentir

- ✦ Relais à 4
- ✦ Mains à mains

SEANCE 5 :

Le Relais

- ✦ Attrape le foulard
- ✦ La navette

SEANCE 6 :

Terminer sa course

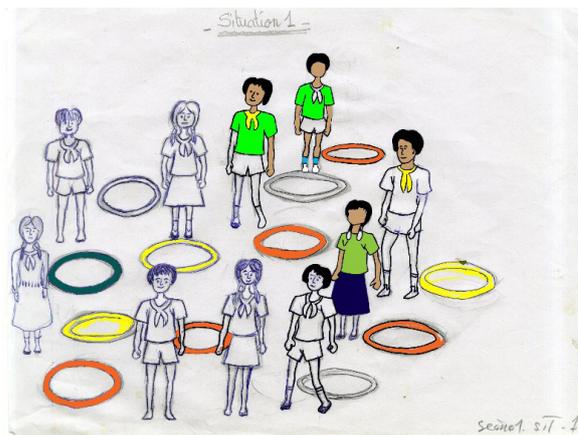
- ✦ La course aux points
- ✦ Le duel

Séance 1 : RÉAGIR À UN SIGNAL

Situation 1 : Les Autos retournent au garage

Dispositif : Autant de cerceaux (garages) que les élèves (par équipe)

Déroulement : Enfants avec des foulards de couleurs doivent aller vers le cerceau de la même couleur



But de la tâche :

Au signal du maître les enfants doivent aller le plus rapidement possible dans un cerceau de même couleur de leur foulard à un temps donné. Si l'élève n'arrive pas à son cerceau à son temps donné ou fait une erreur de choix, sera éliminé.

Variantes :

- La distance entre les coureurs au départ.
- Le signal peut être sonore et visuel ou sonore seulement, ou encore un mot signifiant.
- Mettre un juge qui déclare si chaque élève est dans le cerceau de même couleur du foulard qu'il porte.

Situation 2 : CABRI ET CHACAL

Dispositif : Un couloir central, Zone de départ.

2 zones d'arrivées à une distance de 20 m

Déroulement :

La classe est divisée en équipes différenciées. Les élèves sont face à face



But de la tâche :

Le meneur raconte une histoire contenant les mots "cabri" ou "chacal". A l'annonce de leur nom (cabri ou chacal) les joueurs doivent rejoindre leur camp sans se faire toucher par leur adversaire direct.

Séance 2 : COURIR DROIT

Situation 1 : LE TRAIN SUR LES RAILS (courir entre les 2 lignes tracées au sol)

Dispositif : Plôts sur le sol ou à défaut lignes tracées à la craie. Couloirs tracés au sol de 30 cm de large (plots ou craie).

Déroulement : toucher un plot avec le pied permet à l'élève de savoir que son pied n'est plus dans l'axe où que son corps n'est pas équilibré.

But de la tâche :

Respecter son couloir avec les pieds posés dans l'axe de course tout en regardant devant, au-delà de l'objectif à atteindre.

Situation 2 : LA POULE ET LE RENARD (réagir à un signal, courir droit)

Dispositif : Plôts où des assiettes pour matérialiser

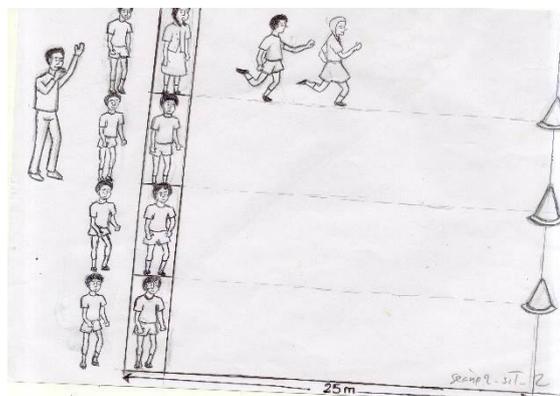
le camp de chaque poule

1. Equipes de 2 élèves (1 poule et 1 renard)

Déroulement :

Au signal du meneur :

- Pour les poules : Atteindre son camp avant d'être rattrapées par le renard
- Pour les renards : Rattraper sa poule avant qu'elle atteigne son camp.



But de la tâche :

Réagir aux signaux et courir droit en respectant le couloir

Séance 3 : COURIR "GRAND" AMELIORER SA FOULEE

Situation 1 : Jeu de 15 plots

Dispositif : 15 plots ou assiettes avec un écart de 40 à 50 cm

Les élèves par groupe de deux – 1 observateur + 1 coureur.

Déroulement :

Effectuer le parcours tout en faisant un appui entre les plots ou assiettes avec un parcours chronométré.

But de la tâche :

Pousser complètement sur la jambe d'appui, agir avec les bras et conserver l'alignement pied/bassin/épaule.



Situation 2 : VITE A LA MAISON

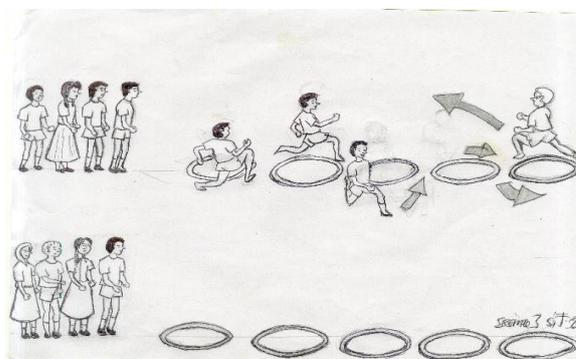
Dispositif : Plusieurs couloirs, une quinzaine de ronds ou sursauts espacés régulièrement dans chaque couloir.

- L'espacement des ronds sur le sol de 1 m à 1,60 m suivant les couloirs.

Déroulement :

Les élèves feront une file derrière la ligne de départ. Lorsque le premier élève fait le parcours, la personne derrière elle va partir lorsque ce dernier a contourné le dernier rond et il reprend la file.

L'élève aura à sauter en longueur sans élan sur les ronds (cerceaux).



But de la tâche :

Courir le plus vite possible en posant un appui dans chaque intervalle, sans se désunir.

Séance 4 : TRANSMETTRE LE TEMOIN SANS RALENTIR

Situation 1 : Relais à 4

Dispositif : Un parcours de 120 m, Des témoins et des chronomètres, des plots pour matérialiser les zones.

Déroulement : Organisation de la classe :

- Elèves par équipes de 4
- 1er relayeur sur la ligne de départ tenant le témoin
- 3 autres relayeurs disposés sur le parcours
- 1 autre équipe starter, juge, chronométreur

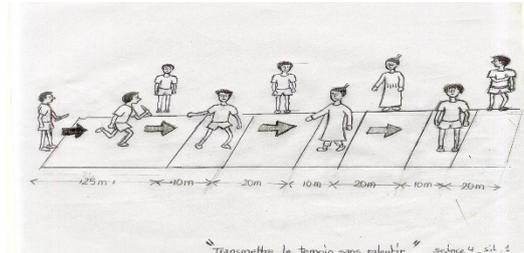
But de la tâche :

En se transmettant le témoin, améliorer le temps de l'équipe (somme des 30m de chaque coureur), Chronométrer chaque élève sur

30 m. • Additionner les temps des 4 coureurs de l'équipe. Ce temps constitue le temps de base de l'équipe.

Variantes :

Varié l'ordre des relayeurs, varié la distance de course de chacun, diminuer pour certains, augmenter pour les autres.



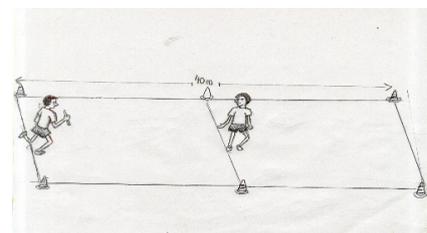
Situation 2 : De mains en mains

Dispositif : Parcours de 40m, une ligne de départ, une ligne intermédiaire à 20m et une ligne d'arrivée à 20 m

- 1 bâton par équipe pour la relance

Déroulement : La classe est divisée en équipes de 2 élèves

- Coureur 1 au départ
- Coureur 2 au milieu du terrain



But de la tâche :

L'équipe ayant terminé son parcours la première. Au signal le coureur 1 part, touche la main du relayeur du coureur 2 pour courir jusqu'à l'arrivée

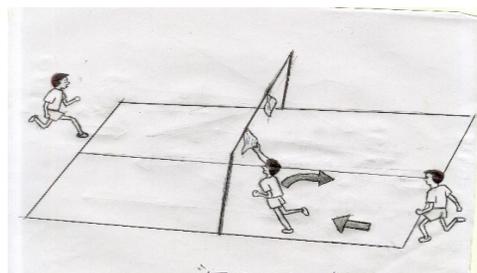
Séance 5 : LE RELAI

Situation 1 : Attraper le foulard

Dispositif : 1 signal de départ, ligne tracée

2 foulards suspendus à portée de main des enfants
et 1 élastique

Déroulement : Elèves par 2



But de la tâche :

Au signal du maître, les enfants courent pour aller toucher le premier leur foulard et retournent très rapidement vers la ligne de départ.

Variantes :

- La distance entre les coureurs au départ.
- Le signal peut être sonore et visuel seulement, ou encore par un mot signifiant.

Situation 2 : La navette

Dispositif : 2 plots, 1 objet à transporter

Déroulement : Classe divisée en sous-groupes de 3
ou 4.



But de la tâche :

Au signal du maître, l'élève doit courir le plus vite possible et contourner le plot et revenir donner l'objet au coureur suivant.

Le coureur : va contourner le plot avec l'objet et le transmet au suivant...

Être la première équipe à finir son relais.

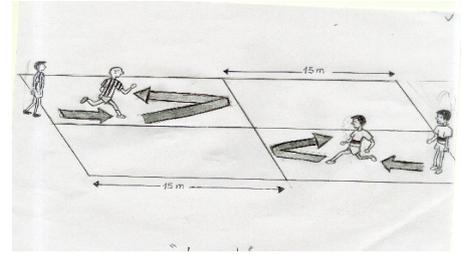
Variantes :

- Le signal peut être sonore et visuel ou sonore seulement, ou encore un mot signifiant.
- Placer des obstacles

Séance 6 : TERMINER SA COURSE

Situation 1 : Les courses aux points

Dispositif : Couloir avec 3 zones de 2 à 3 m de largeur, matérialisées par des plots ou traits au sol. 1 sifflet ou claquoir.



Déroulement : Au signal de départ, les 2 coureurs partent vers les zones

But de la tâche :

Pour le poursuivant A, toucher son adversaire B le plus vite possible pour marquer 5, 3, 2, 1 ou 0 points selon la zone dans laquelle il est touché.

Pour le poursuivi B, se faire toucher le plus tard possible pour marquer 5, 3, 2, 1 ou 0 Points

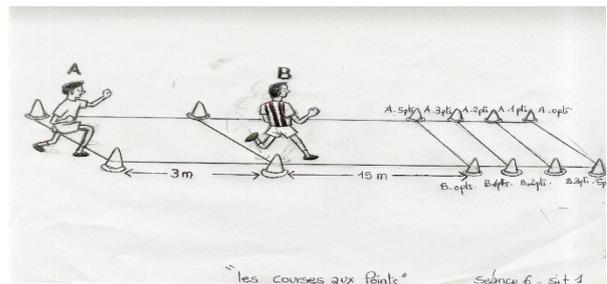
Variantes :

- Changer les rôles à chaque passage
- Le gagnant est celui qui a marqué 10 points ou plus en premier

Situation 2 : Le Duel

Dispositif : 2 couloirs de 30 m de longueur. Une ligne tracée à 15 m

Déroulement : 2 groupes placés au départ d'un couloir



But de la tâche :

Au coup de sifflet, atteindre la ligne médiane avant son adversaire pour marquer 1 point.

· Rester dans son couloir, Compter les points par équipe

Variantes :

- La distance entre les coureurs au départ.
- Le signal peut être sonore et visuel, ou encore par un mot signifiant.

LA COURSE EN DUREE



COMPETENCE 2 : LOCOMOTION

LA COURSE EN DUREE

Acquisitions:

Dans une situation significative donnée, l'élève devra être capable de courir le plus longtemps sur la plus grande distance.

Séance 1 :

Le jeu des pirates

- ✦ Déposer le plus d'objets possible dans la caisse adverse.
- ✦ Les chefs des groupes.

Séance 2 :

Le tour du monde

- ✦ Deux terrains en parallèle, des coureurs qui s'affrontent et des observateurs qui notent le nombre de tours
- ✦ Régler mon allure pour courir longtemps et loin

Séance 3 :

Le parcours du petit poucet

- ✦ Chasse au trésor
- ✦ Les Alligators



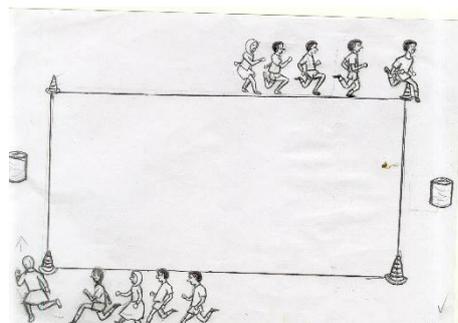
Séance 1 : LE JEU DES PIRATES

Situation 1 : Déposer le plus d'objets possible dans la caisse adverse.

Dispositif : Circuit de 120m balisé avec des cônes, deux boîtes sont disposées de chaque côté du parcours. Elles contiennent des objets à transporter.

Déroulement : On ne transporte qu'un seul objet à la fois. Au signal, les enfants- coureurs partent, et courent le plus longtemps possible tout en prenant un objet dans leur caisse et le transportent dans la caisse adverse. Ils ne peuvent s'arrêter, ou marcher.

Courir 6 minutes et les deux équipes sont composées de 6 coureurs chacun.



But de la tâche :

Vider la boîte de son équipe en remplissant celle de l'autre équipe. On ne transporte qu'un seul objet à la fois

Les 24 élèves sont répartis dans 4 équipes de 12. Dans chaque équipe, il y a 6 binômes coureur-observateur. Les rôles sont échangés pour la deuxième partie.

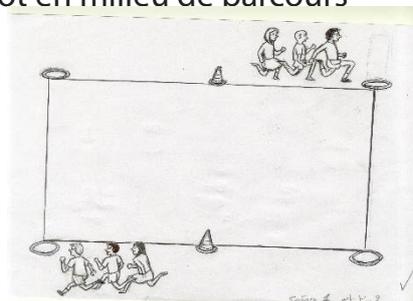
Situation 2 : Les chefs des groupes.

Dispositif :

Un espace de 120m, des cônes mis sur les ' angles et un plot en milieu de parcours

Déroulement :

6 coureurs tournent autour du terrain et à chaque passage le dernier coureur passe en tête de course. Un coureur se trouvant derrière ne pouvant pas passer en tête se verra éliminer.



But de la tâche :

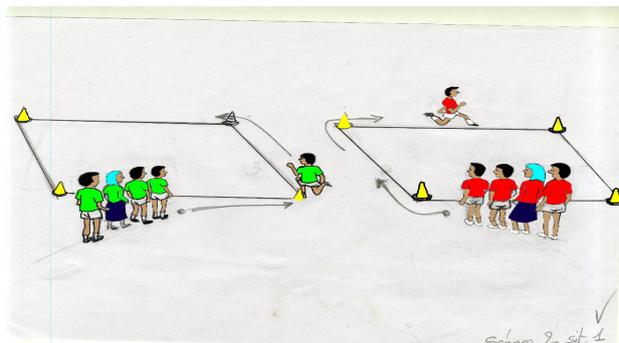
Courir 6 minutes tout en essayant d'éliminer Les coureurs de l'équipe adverse. Les deux équipes doivent passer au milieu de leur parcours respectif en même temps.

Séance 2 : LE TOUR DU MONDE

Situation 1 : Deux terrains en parallèle, des coureurs qui s'affrontent et des observateurs qui notent le nombre de tours

Dispositif :

Le jeu se déroule sur deux terrains. 2 équipes de 5 à 6 coureurs dans chaque Terrain. Chaque coureur d'une équipe devra effectuer le plus rapidement possible 10 tours et passer le relais à son camarade.



Déroulement :

Les premiers coureurs de chaque équipe effectueront 10 tours de terrains, et dès que le premier coureur aura fini, le suivant le remplacera. Le jeu prendra fin lorsque tous les coureurs d'une même équipe auront tous effectués le nombre de tours demandé.

But de la tâche :

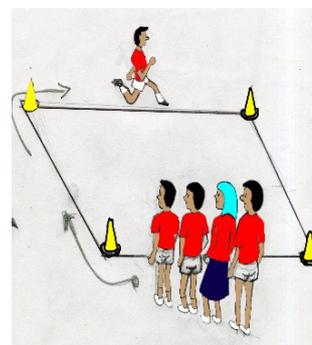
L'équipe gagnante est celle qui aura effectué le grand nombre de tours et aura fini en premier par rapport à l'autre équipe

Il est interdit de s'arrêter mais le coureur peut marcher.

Situation 2 : Régler mon allure pour courir longtemps et loin

Dispositif : Le jeu se déroule sur deux terrains. 2 équipes de 5 à 6 coureurs dans chaque Terrain. Chaque coureur d'une équipe devra effectuer le plus rapidement possible 10 tours et passer le relais à son camarade.

Déroulement : Les premiers coureurs de chaque équipe effectueront 10 tours de terrains, et dès que le premier coureur aura fini, le suivant le remplacera. Le jeu prendra fin lorsque tous les coureurs d'une même équipe auront tous effectués le nombre de tours demandé.



Individuel :

Coureurs : Vous courez 5min. sans vous arrêter. A chaque coup de sifflet, vous devez avoir franchi le même nombre de cônes.

Observateurs : Vous notez pour chaque tour le nombre de balises franchies. Vous notez sur l'ensemble de la course le nombre d'arrêts.

Chronométrateur : Tu donnes le départ. Tu siffles toutes les minutes. Tu signifies la fin de la course par un coup de sifflet plus long.

Par équipe :

Même déroulement. Les équipes sont constituées d'une façon homogène en fonction du contrat décidé après la première série.

Equipes de 3 ou 4

Temps de course : 5 min

Après la course : Remplir la fiche d'observation et décider d'un contrat pour la deuxième série (échanges coureur-observateur).

But de la tâche :

Courir 5 min sans s'arrêter. Avoir franchi le même nombre de cônes à chaque coup de sifflet

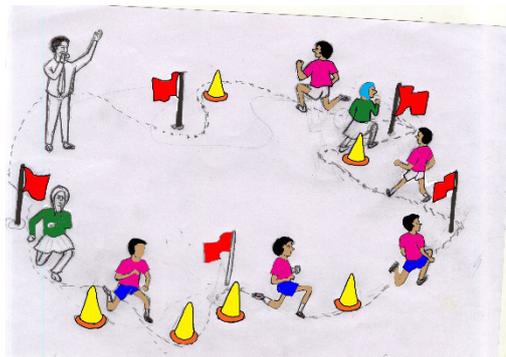
Séance 3 : LE PARCOURS DU PETIT POUCKET

Situation 1 : Chasse au trésor

Dispositif : Matériel de balisage, drapeaux ou foulards, chaux, sifflet

Déroulement :

Sur un parcours de 100 à 200m, joué sur des parcours à allures différentes en fonction des consignes de l'éducateur. La « régularité de course sera la première dimension à respecter



But de la tâche :

Aller à allure régulière tout en courant longtemps et avoir la capacité de changer d'allure au coup de sifflet du maître et de parcours (balisé et expliquer en avance)

Les élèves devront s'adapter aux consignes de régularité des allures demandées car il s'agira de faire des changements d'allures sans à-coups.

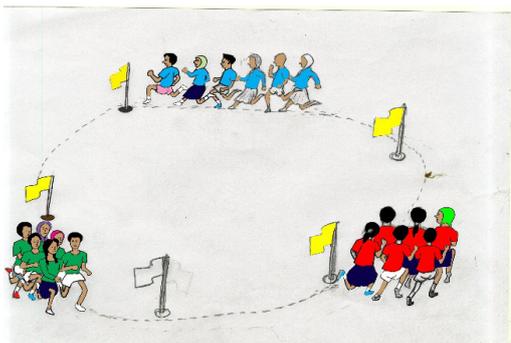
Situation 2 : Les Alligators

Dispositif : plots ou drapeaux, terrain balisé en cercle

Déroulement :

4 équipes de 6 joueurs devront courir 8min en lignes ou regroupés sur un parcours pré définis. Chaque équipe sera séparée de l'autre par la même distance.

L'équipe qui rejoindra celle placée devant elle, parviendra à faire éliminer un coureur de l'équipe adverse.



But de la tâche : En courant vite et longtemps pouvoir éliminer des coureurs de l'équipe devant soi, mais tout en restant regroupé soi-même avec son équipe et en gardant la même allure.

L'équipe gagnante est celle qui au bout de 8' a pu conserver le plus grand nombre de coureurs.

SAUT AU LONGUEUR



COMPETENCE 3 : LOCOMOTION

SAUT AU LONGUEUR

Acquisitions:

Dans une situation significative donnée, l'élève doit être capable de sauter le plus loin possible à partir d'un espace défini.

Séance 1 :

Course d'élan et impulsion sans rupture

- ✦ L'hippodrome
- ✦ Rythme

Séance 2 :

L'élève enchaîne course d'élan et impulsion sans rupture

- ✦ Les Foulards
- ✦ L'engin

Séance 3 :

L'élève arrive sur ses deux pieds

- ✦ Sauter - Rouler
- ✦ Les 3 sauts

Séance 4 :

L'élève produit une impulsion vers le haut et vers l'avant

- ✦ L'escalier
- ✦ Tête foulard

Séance 5 :

Sauter le plus loin possible à partir d'un espace défini

- ✦ Taureau et crocodile
- ✦ Les chemins des kangourous

Séance 6 :

Sauter en décollant le sol

- ✦ Les petits oiseaux
- ✦ La débrouillardise

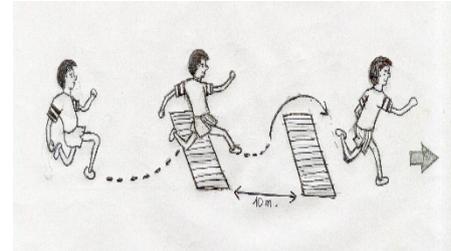
Séance 1 : COURSE D'ELAN ET IMPULSION SANS RUPTURE

Situation 1 : L'hippodrome

Dispositif : S'élaner et accélérer pour franchir l'obstacle : 2 fossés successifs.

Distance de 10 à 15 m.

Déroulement : Accélère sa course d'élan et franchir les obstacles donnés en allant le plus loin possible.



But de la tâche :

L'élève parvient à franchir les deux obstacles avec recherche de vitesse entre les deux obstacles.

Variantes :

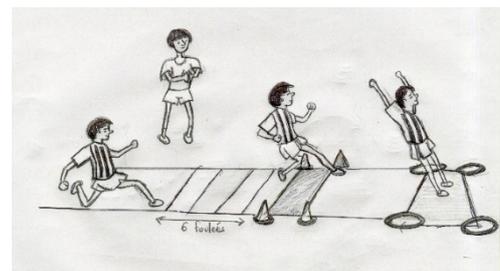
- Prendre mesure de distances
- Nombres d'impulsions plus importantes.

Situation 2 : Le rythme

Dispositif :

Les élèves sont par deux. Un élève prend sa course d'élan, et l'autre frappe dans ses mains le rythme lors de chaque appui du coureur.

Une zone d'impulsion est matérialisée. Le saut s'achève sur un tapis de réception ou dans un bac à sable. (Course d'élan de 6 ou 8 foulées)



Déroulement :

Le coureur : « Prendre de la vitesse pour sauter loin ».

L'observateur : « Frapper dans ses mains ou avec un sifflet le rythme de la course ».

But de la tâche : l'élève connaît la distance de sa course d'élan.

Séance 2 : L'ELEVE PRODUIT UNE IMPULSION VERS LE HAURT ET VERS L'AVANT

Situation 1 : Les foulards

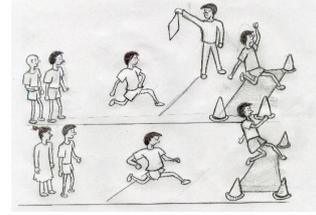
Dispositif : Plusieurs couloirs, des observateurs.

L'enseignant ou l'élève montre un foulard (couleur) au moment de l'impulsion.

Déroulement : Sauter de la zone d'appel et donne la couleur du foulard.

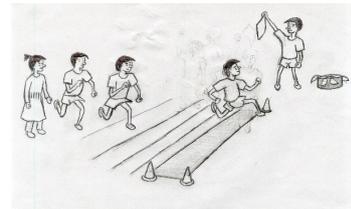
But de la tâche :

Donner la bonne couleur. Mettre le pied dans la zone d'appel



Situation 2 : L'engin

Dispositif : Par groupes de deux enfants. Le sauteur prend son élan, et lors de la suspension, le maître ou un autre élève montre un engin. L'élève devra en indiquer la couleur. On recherchera la meilleure performance en gardant le regard au loin.



Déroulement : Saute et repère la couleur de l'engin.

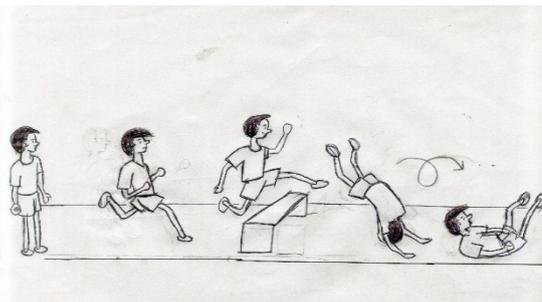
But de la tâche : L'élève donne la couleur de l'engin.

Séance 3 : L'ELEVE ARRIVE SUR SES DEUX PIEDS

Situation 1 : Sauter – Rouler

Dispositif : Courir vite, franchir l'obstacle et enchaîner une roulade à la réception.

Déroulement : Franchir l'obstacle et enchaîner une roulade à la réception.



But de la tâche :

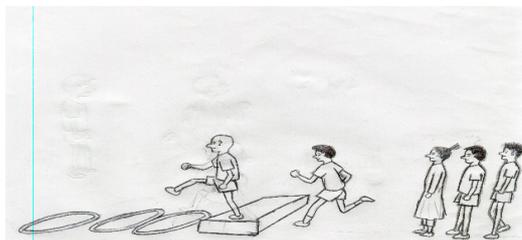
Un élève observe la continuité de la course sans affaissement à la reprise d'appuis.

Situation 2 : Les 3 sauts

Dispositif : Courir, prendre appui sur un plinth ou sur un tremplin. Se réceptionner sur un tapis ou dans un sautoir.

Déroulement :

Envole-toi le plus longtemps possible en prenant l'impulsion sur le plinth pour atteindre une zone de couleur.



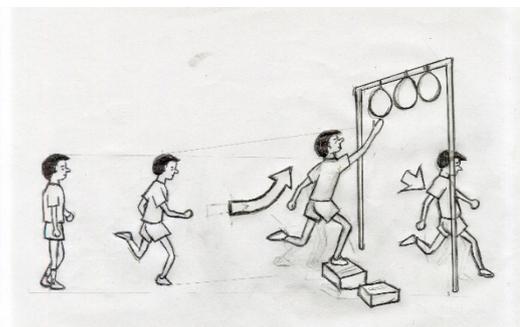
But de la tâche : L'élève conserve de la vitesse pour franchir la distance totale le plus vite possible.

Séance 4 : L'ÉLÈVE PRODUIT UNE IMPULSION VERS LE HAUT ET VERS L'AVANT

Situation 1 : L'escalier

Dispositif : L'élève court et prend appui sur un plinth d'impulsion.

Des ballons suspendus près de la zone d'impulsion à hauteurs différentes.

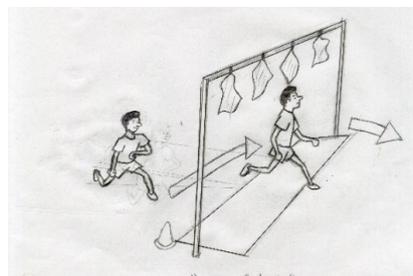


Déroulement : Toucher les ballons suspendus

But de la tâche : L'élève touche le ballon. L'élève annonce la couleur du ballon.

Situation 2 : Tête foulard

Dispositif : Le sauteur prend son élan et cherche à sauter le plus loin possible pour toucher avec la tête les foulards suspendus. Placer à 1m après la zone d'appel, de chaque côté de la fosse des poteaux de saut et l'élastique auquel sont accrochés des foulards (hauteur : taille moyenne des enfants + 30cm).



Déroulement : Sauter et toucher le foulard avec la tête.

But de la tâche : L'élève produit une impulsion vers le haut.

Séance 5 : SAUTER LE PLUS LOIN POSSIBLE A PARTIR D'UN ESPACE DEFINI

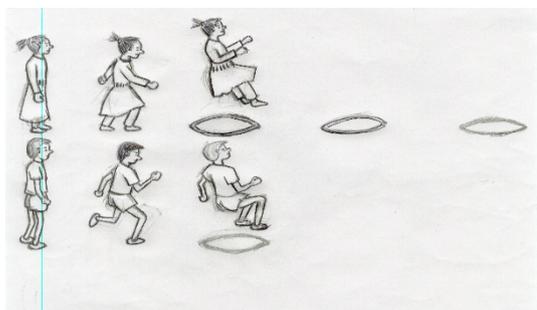
Situation 1 : Taureau et crocodile

Dispositif : Cordes - bâtons – élastique ...

Déroulement : La classe est répartie en petits groupes de 4 ou 5 enfants

Sens : je suis poursuivi par un taureau. Pour me sauver, je dois courir et sauter par-dessus une rivière. Cette rivière est remplie de crocodiles.

Prévoir 3 ou 4... Largeurs de rivière (par exemple des élastiques ou des cordes posés en diagonale sur le sable).



But de la tâche :

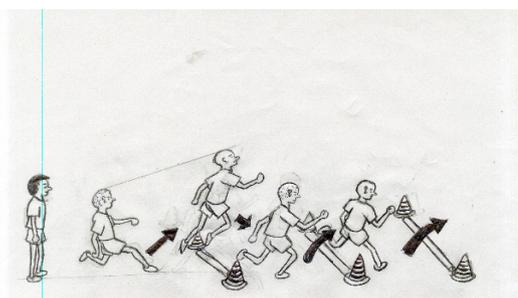
- Respecter sa place
- Atteindre une hauteur maximale
- Respecter les consignes de sécurité du maître
- Sauter sans toucher l'obstacle

Situation 2 : Les chemins des kangourous

Dispositif : Cerceaux, traçage au sol, corde ...

Déroulement : La classe est divisée en 3 équipes.

Trois chemins matérialisés par des objets sont tracés sur le sol devant chaque équipe. Trois élèves suivent successivement chacun de 3 chemins et franchissent la rivière en sautant sur deux pieds ou sur un seul. Le premier qui arrive en premier a gagné.



But de la tâche :

- Respecter sa place
- Respecter les consignes de sécurité du maître
- Sauter dans les zones matérialisées
- Réaliser le parcours le plus rapidement possible
- Franchir la rivière en passant par les obstacles
- Faire une belle action à l'arrivée.

Séance 6: SAUTER EN DECOLLANT LE SOL

Situation 1 : Les petits oiseaux

Dispositif : Cordes, Ballons de baudruche, foulards, pinces à linge...

Déroulement :

La classe est répartie en petits groupes de 4 à 6 enfants, 3 ou 4 cordes tendues parallèlement les unes aux autres. Sur chaque corde sont accrochés 5 ou 6 objets identiques (ex : une corde avec 6 pinces à linge, une corde avec 6 ballons de baudruche, une corde avec 6 foulards ou languettes de carton).

Les enfants sautent pour toucher successivement tous les objets suspendus à la corde avant de passer à la corde suivante (atelier suivant). L'équipe qui touche le plus d'objet a gagnée.



But de la tâche :

- Respecter sa place
- Atteindre une hauteur maximale
- Respecter les consignes de sécurité du maître
- Sauter le plus haut possible
- Toucher les plus d'objets possibles

Situation 2 : La débrouillardise

Dispositif : Terrain varié (petites pentes, fossés, cartons, arbres, allées, cerceaux...) objets divers

Déroulement : La classe est répartie en équipes de 4 ou 5, suivent un parcours imposé sur lequel ils auront différentes actions à effectuer successivement :

- Courir sans objet
- Sauter pour toucher un objet (ou plusieurs)
- Courir et franchir un fossé (ou un obstacle naturel)
- Sauter pour décrocher et transporter des objets
- Courir sur une pente et revenir au départ.



L'équipe qui arrive à réaliser le parcours en premier à gagner touche le plus d'objet a gagnée.

But de la tâche :

- Respecter sa place
- Respecter les consignes de sécurité du maître
- Sauter le plus haut possible
- Franchir les plus d'objets possibles
- Réaliser le parcours le plus rapidement possible

Comportements attendus :

- Ne pas se précipiter,
- Reproduire convenablement les actions demandées,
- Effectuer les gestes avec amplitude et souplesse.
- Oublier la timidité et rester attentif aux conseils du maître.

LES LANCERS



COMPETENCE 2 : LA PREHENSION

LES LANCERS

Acquisitions:

Dans une situation significative donnée, l'élève doit être capable de lancer et/ou rattraper des objets de forme et de dimensions variées. Balle lestée Médecine-ball.

SEANCE 1 :

Lancer plus loin

- ✦ Lapin-Chasseurs
- ✦ Les Cibles

SEANCE 2 :

Tir de précision

- ✦ Esquive-ballon
- ✦ Château-Fort

SEANCE 3 :

Jouer collectivement

- ✦ Le ballon capitaine
- ✦ Prise de drapeaux

SEANCE 4 :

Passer et réception

- ✦ Ballon Bloqué
- ✦ Les foulards enchantés

SEANCE 5 :

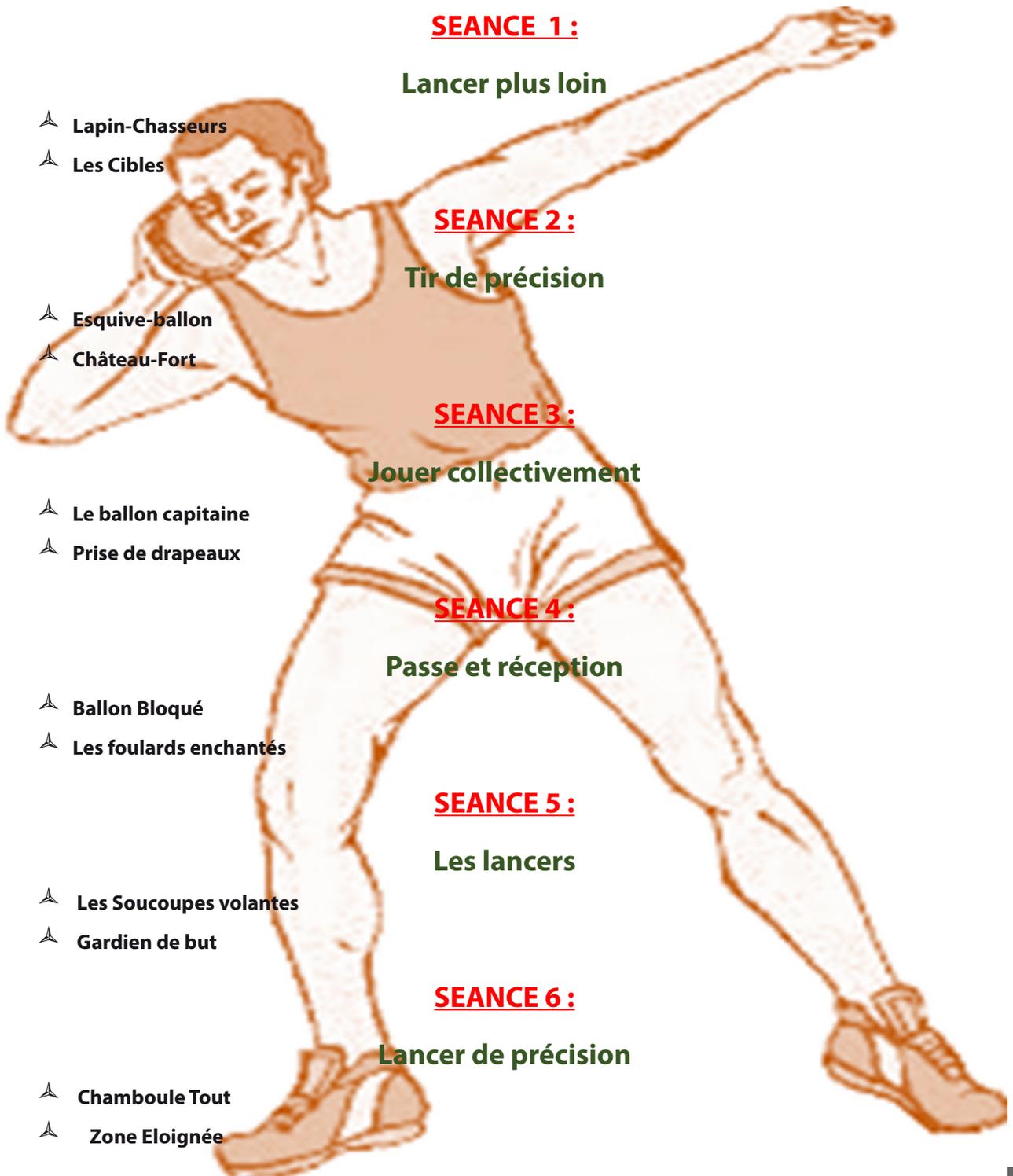
Les lancers

- ✦ Les Soucoupes volantes
- ✦ Gardien de but

SEANCE 6 :

Lancer de précision

- ✦ Chamboule Tout
- ✦ Zone Eloignée



Séance 1 : LAPIN - CHASSEUR

Situation 1 : Ramener le plus de foulards possibles dans son camp.

Lapins – chasseurs – carotte - Réserve à carottes

Dispositif : Ballons, Foulards, 2 jeux de chasubles, des plots

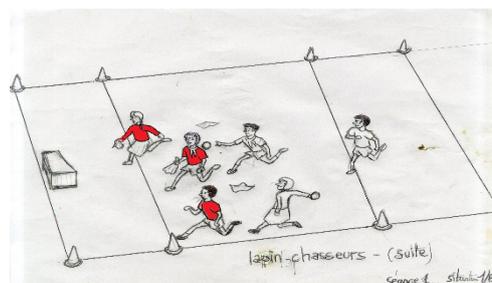
Déroulement :

Au signal, les lapins et les chasseurs sortent de leur camp. Les lapins doivent ramasser un foulard (et un seul) et le ramener dans leur camp. L'équipe qui a ramené le plus de foulards remporte la partie.



But de la tâche :

Les chasseurs doivent les empêcher en les touchant avec des ballons légers. Quand le lapin est touché, il doit alors repartir dans son camp et lâcher le foulard s'il en avait un. Il peut rentrer à nouveau en jeu. Il est interdit de dépasser les limites du terrain. Au bout de 2 minutes, le jeu s'arrête.



Situation 2 : Les Cibles

Dispositif : 5 Quilles ; 2 ballons, 1 chronomètre, délimiter des cercles

Déroulement :

12 joueurs sont autour du cercle. Ils possèdent 2 ballons. Ils doivent faire chuter les 5 quilles situées dans le petit cercle.



L'équipe ayant abattu les quilles le plus rapidement a gagné.

But de la tâche :

Autour du petit cercle, 2 gardiens de l'autre équipe protègent ces quilles. Ils ne doivent pas lancer les ballons, ils doivent seulement les repousser à la main ou au pied.

Si les quilles ne sont pas abattues au bout de 3 minutes la manche s'arrête. On compte alors le nombre de quilles tombées.

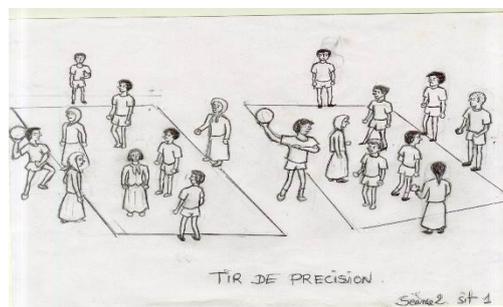
Séance 2 : TIR DE PRECISION

Situation 1 : Esquive-ballon (Esquiver les balles)

Dispositif : Le jeu se déroule sur deux terrains. 2 équipes de 5 à 6 Joueurs dans chaque Terrain. (2 ballons)

Déroulement :

Les lapins sont à l'intérieur de la zone de jeu, les chasseurs à l'extérieur. Ces derniers ont un ballon et doivent toucher les lapins en tir direct sans rebond.



Lorsqu'un lapin est touché, il passe sur l'autre terrain et devient alors chasseur.

But de la tâche :

L'équipe gagnante est celle qui a le plus de lapins au bout de 5 minutes de jeu ou lorsque tous les lapins adverses ont été touchés avant les 5 minutes.

Il est interdit de toucher un lapin à la tête. Dans ce cas, le lapin touché reste en jeu. Si le ballon touche le sol avant le lapin, celui-ci n'est pas pris.

Situation 2 : Château fort (Viser, intercepter, passer, recevoir)

Dispositif : ½ terrain de hand séparé par une zone neutre de 5 m

Déroulement :

Au Coup d'envoi, un joueur lance la balle dans le camp adverse. Si un adversaire attrape la balle de volée, il passe dans l'autre camp (il garde la balle).

A son tour, il tente de l'envoyer à ses partenaires de telle façon qu'ils puissent l'attraper de volée.



But de la tâche :

Faire passer tous les joueurs de son équipe dans le camp adverse ou avoir plus de joueurs dans l'autre camp dans un temps donné.

Si la balle est lancée hors-limite ou dans la zone neutre, un joueur adverse peut passer dans l'autre camp.

Il est interdit de se déplacer avec la balle (3 pas tolérés dans l'élan).

Séance 3 : JOUER COLLECTIVEMENT (élaborer des stratégies collectives)

Situation 1 : Le ballon capitaine

Dispositif : 1 ballon, 1 chronomètre et 1 sifflet, et à disposition d'un terrain de Handball ou la moitié du terrain.

- Équipes de 6 Joueurs. Il faudra Faire parvenir le Ballon à son capitaine pour marquer un point.

Déroulement : Chaque équipe essaie en se faisant des passes de faire parvenir le ballon à son capitaine pour marquer un point.

A l'engagement chaque équipe occupe la moitié de terrain opposé à son capitaine.



But de la tâche :

L'objectif est d'avoir plus de points que l'équipe adverse à la fin du temps imparti le temps de jeu.

Situation 2 : Prise de drapeaux

Dispositif : 2 équipes de 8 joueurs.

La réserve de chaque équipe contient 3 foulards en début de partie.

Chaque joueur a un foulard pris dans la ceinture, dans le dos (il est interdit de l'attacher).

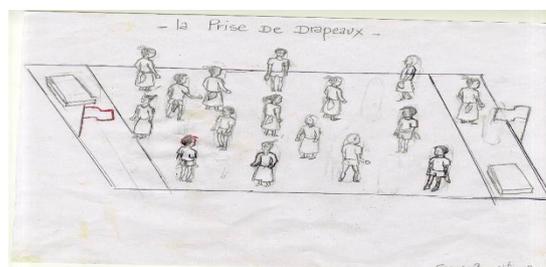
Déroulement :

Chaque joueur est à la fois attaquant et défenseur.

Les attaquants doivent s'emparer du drapeau situé dans le camp adverse sans se faire prendre le foulard.

Lorsqu'un drapeau est pris, il faut le ramener dans son camp. Les attaquants ne peuvent pas être pris dans la zone neutre.

L'équipe gagnante est celle qui a les deux drapeaux dans son camp ou celle qui a le plus de foulards dans sa réserve.



But de la tâche :

Ramener le drapeau adverse dans son camp et empêcher l'équipe adverse de s'emparer de son drapeau.

Les défenseurs protègent leur drapeau en arrachant le foulard des attaquants. Ils n'ont pas le droit de rentrer dans la zone neutre.

Lorsqu'un joueur a perdu son foulard, il retourne dans son camp en prendre un dans la réserve (s'il n'y en a plus, il attend qu'un équipier vienne en déposer un).

Lorsqu'un défenseur a attrapé un foulard, il vient le déposer dans la réserve de son camp. La partie s'arrête au bout de 3 minutes.

Séance 4 : BALLE BLOQUE

Situation 1 : Bloquée de volée une balle pour arrêter l'envahisseur

Dispositif : Terrain délimité de 20 m x 10 m. Filet de 1,5 m de haut

Équipes de 7 joueurs (5 sur terrain + 1 observateur + arbitre).

Déroulement : L'équipe qui envahit le camp adverse gagne la partie

Chaque équipe met 5 joueurs sur le terrain.

Une des deux équipes lance le ballon dans le camp adverse en essayant de ne pas se le faire bloquer de «volée».

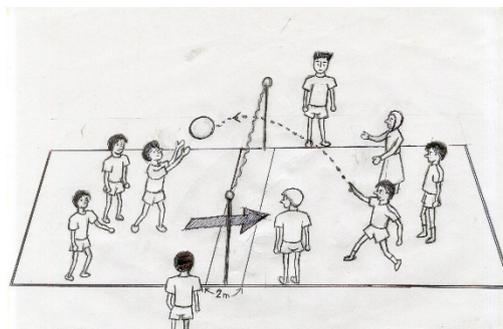
- Si le ballon est bloqué, le «**bloqueur**» passe dans le camp adverse. Il laisse le ballon au point de blocage à un partenaire.
- Si le ballon n'est pas bloqué, c'est à l'autre équipe de lancer.

Le ballon doit être envoyé dans les limites du camp, sinon l'équipe qui a fait l'envoi recommence.

- Quand un joueur est passé dans le camp adverse, il peut gêner les joueurs adverses.

But de la tâche :

Bloquer le ballon «de volée» quand les joueurs de l'autre équipe le lancent vers notre camp. À chaque fois qu'un joueur bloque une balle lancée par l'autre équipe, il va dans le camp adverse

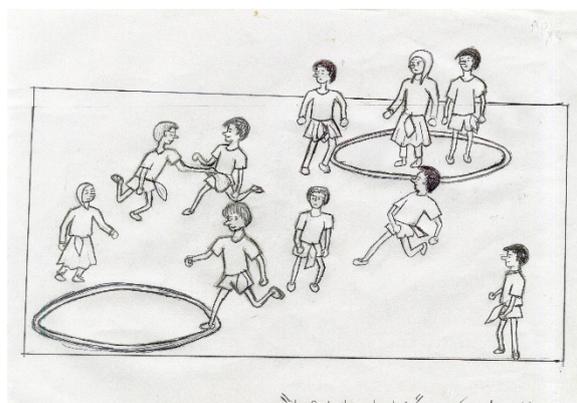


Situation 2 : LES FOULARDS ENCHANTES

Dispositif : 20 foulards, 1 chronomètre, délimiter un terrain de 40m sur 20m

Déroulement : 10 joueurs ayant des foulards à la ceinture devront trotter dans tout le terrain et au coup de sifflet devront se placer à 2 joueurs maximum dans les deux cercles mis à leur disposition dans le terrain.

Les adversaires tenteront de leur arracher le foulard et une fois qu'une personne a perdu son foulard elle est éliminée



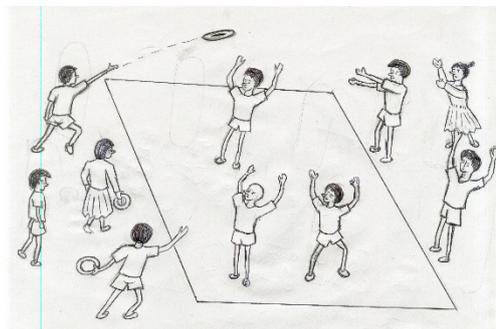
But de la tâche : Arracher le foulard que l'adversaire porte autour de sa taille, l'équipe gagnante étant celle qui a éliminé le plus d'adversaire en 10 min.

Séance 5 : LES LANCERS

Situation 1 : SOUCOUPES VOLANTES

Effectuer des lancers des couvercles des boites de Nido, et les envoyer à son camarade sans que les adversaires ne les rattrapent

Dispositif : Le jeu se déroule sur un terrain. 2 équipes de 6 Joueurs se trouvant l'une à l'intérieur et la deuxième de chaque côté du terrain



Déroulement : les joueurs d'une même équipe devront faire passer le couvercle de l'autre côté du terrain et celui-ci devra être rattrapé par un camarade (ne doit pas tomber au sol) ;

But de la tâche :

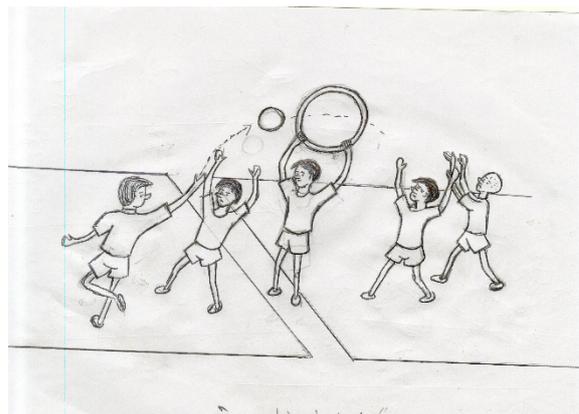
Faire passer le couvercle d'un point à un autre sans que les adversaires ne le touchent, le récupère ou qu'il ne tombe

Il est interdit de sortir du terrain et pour les autres d'y rentrer

Situation 2 : Gardien de but

Dispositif : 2 ½ terrain de hand et 4 petits ballons

Déroulement : Pour que le ballon puisse appartenir aux joueurs d'une même et comptabiliser un point, il faudra faire passer la balle dans un cerceau tenu au-dessus de la tête par un camarade et récupérer par un 3ème camarade.



But de la tâche : Faire une passe de précision et réceptionner le ballon, en synchronisation le tout, devant une autre équipe qui essaye de défendre

Tout ceci dans une zone donnée.

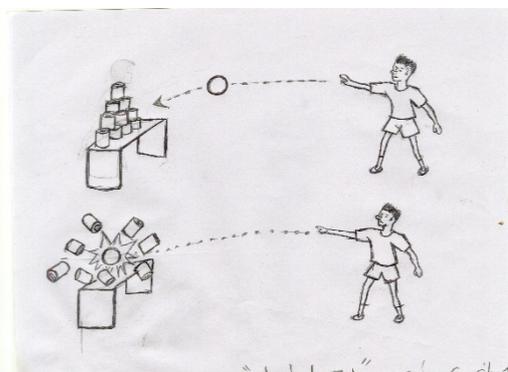
Séance 6 : LANCER DE PRECISION

Situation 1 : CHAMBOULE TOUT

Dispositif : 3 balles de tennis ou des vieilles chaussettes remplies de chiffons, une table

Déroulement : Le premier joueur se place face à une pile de canettes posées les unes sur les autres en forme de pyramide. L'enfant lance alors « balles » une après l'autre pour essayer de faire tomber toutes les boites, s'il y parvient il gagne un point. Quand il lancé ses 3 balles, on remet en place les boites et c'est alors au joueur suivant de tenter sa chance.

L'équipe qui a le plus de points aura gagné la partie.



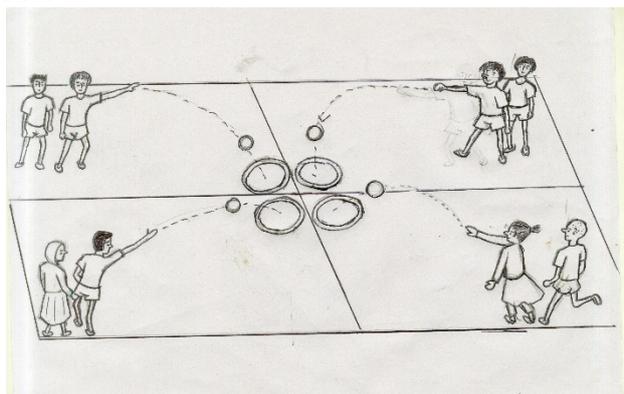
But de la tâche :

Les enfants doivent tenter de faire tomber avec des balles de tennis des canettes vides de sodas ou des boites de conserves empilées sur une table

Situation 2 : ZONE ELOIGNEE

Dispositif : terrain délimité, (balles lestées, quilles, balles, cerceaux).

Déroulement : Lancer 3 fois consécutives pour essayer d'atteindre la zone la plus éloignée.



But de la tâche : 4 groupes d'enfants au centre d'un terrain partagé en 4 parties. Zones de résultats tracées. Un type d'objets à lancer dans chaque zone pouvant engendrer différents points à l'équipe.

COMPETENCE 3 : L'EXPRESSION CORPORELLE

Acquisitions:

GYMNASTIQUE

Dans une situation significative donnée, produire ou reproduire dans l'espace les rouler sur soi (roulade avant, roulade arrière).

SEANCE 1 :

Rouler sur soi

- ✦ Le dos rond comme un hérisson
- ✦ Les troncs d'arbre

SEANCE 2 :

Tourner sur soi

- ✦ La pirouette
- ✦ Changement de coté

SEANCE 3 :

Travail de la Roue et de la planche écrasé

- ✦ L'enfant flèche
- ✦ Maintenir le plus longtemps possible

SEANCE 4 :

Pas chassé et planche faciale

- ✦ Jeu de miroir
- ✦ Concours de maintien

SEANCE 5 :

Roue et planche écrasé

- ✦ La roulade avant
- ✦ La roulade arrière

SEANCE 6 :

Mini enchainement

- ✦ Rappel des tous les éléments proposés dans les séances précédentes
- ✦ Mini enchainement

wik

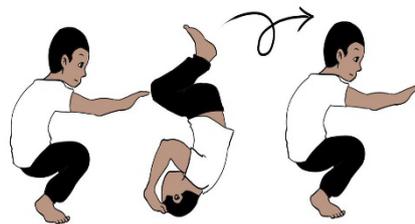
Séance 1 : ROULER SUR SOI

Situation 1 : Le dos rond comme un hérisson

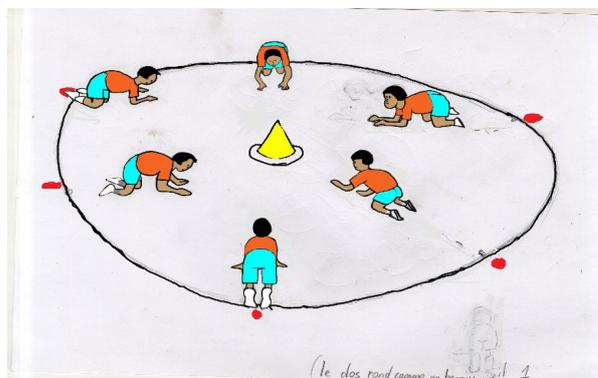
Dispositif : Par groupe dans un cercle (traçage au sol), des plots

Déroulement :

La classe est divisée en 4 équipes. Au signal du maître les enfants se préparent à faire le dos rond en réalisant les exercices suivants :



- Imiter un chat en se mettant à quatre pattes et avancer jusqu' au milieu du cercle puis faire demi-tour et rejoindre sa place dans la même façon.
- Se mettre sur le dos et se balancer d'avant en arrière en rentrant la tête et en re-pliant les jambes
- Arriver à se balancer sur le dos d'avant en arrière et à se mettre debout.



But de la tâche :

- Respecter sa place
- Bien enrouler son dos
- Gainage du corps
- Se balancer correctement
- Bien rentrer la tête
- L'élève doit faire au moins plusieurs répétitions pour bien comprendre.
- Rester dans le cercle.

Situation 2 : les troncs d'arbre

Dispositif : un groupe dans un cercle (traçage au sol), des plots.

Déroulement :

La classe est divisée en 4 équipes. Au signal du maître les enfants se couchent par terre et roulent jusqu'au milieu du cercle puis font demi-tour et rejoignent sa place dans la même façon.

Par deux : un enfant est couché par terre droit et rigide comme un tronc d'arbre, l'autre enfant se met à genoux à ce côté et fait rouler le tronc dans les deux sens.

Les enfants roulent tous seuls, sur la droite et sur la gauche.



But de la tâche :

- Respecter sa place
- Bien enrouler son dos
- Gainage du corps
- Se balancer correctement
- Bien rentrer la tête
- L'élève doit faire au moins plusieurs répétitions pour bien comprendre.
- Rester dans le cercle.

Comportements attendus :

- Ne pas se précipiter,
- Reproduire convenablement les actions demandées,
- Effectuer les gestes avec amplitude et souplesse.
- Oublier la timidité et rester attentif aux conseils du maître.

Séance 2 : TOURNER SUR SOI

Situation 1 : La pirouette

Dispositif : Par groupe par couloir (traçage au sol), des plots

Déroulement :

La classe est divisée en 4 équipes. Au signal du maître les enfants se tiennent debout et tournent sur eux-mêmes :

- Tourner 5 fois à gauche et 5 fois à droite.
- Par deux : un enfant fait 3 tours, puis rejoint l'autre enfant en courant. Ce dernier se met à chaque fois à un endroit différent.
- Par deux : se tenir par les mains et tourner comme un carrousel.



But de la tâche :

- Respecter sa place
- Bien tourner sur soi
- Gainage du corps
- Se tourner correctement
- Bien regarder devant
- L'élève doit faire au moins plusieurs répétitions pour bien comprendre.
- Rester dans le couloir.



Situation 2 : Changement de côté

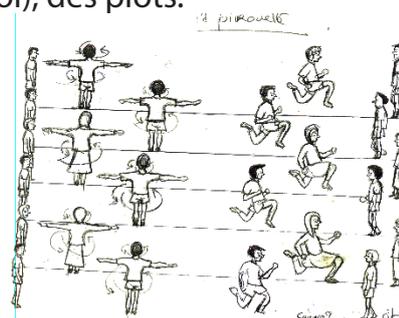
Dispositif : Deux groupes dans un terrain (traçage au sol), des plots.

Déroulement :

La classe est divisée en 2 équipes qui se tiennent face à face sur une ligne (corde à sauter).

La distance séparant les deux groupes ne doit pas être, trop grande. Au signal du maître et lorsque le maître dit changement de côté tous les enfants doivent tourner 2 fois sur eux-mêmes et puis courir, le plus vite possible jusqu'à l'autre côté.

Varié la manière de se déplacer.



But de la tâche :

- Respecter sa place
- Bien tourner sur soi
- Gainage du corps
- Se tourner correctement
- Bien regarder devant
- L'élève doit faire au moins plusieurs répétitions pour bien comprendre.
- Rester dans le couloir.

Comportements attendus :

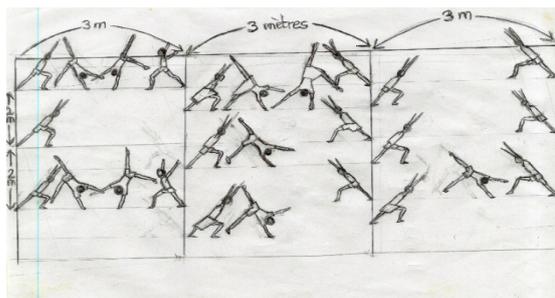
- Ne pas se précipiter,
- Reproduire convenablement les actions demandées,
- Effectuer les gestes avec amplitude et souplesse.
- Oublier la timidité et rester attentif aux conseils du maître.

Séance 3 : TRAVAIL DE LA ROUE ET DE LA PLANCHE ECRASEE

Situation 1 : L'enfant flèche

Roue: Consiste à tourner latéralement sur soi-même en s'appuyant tour à tour sur ses mains ou sur ses pieds.

Dispositif : un groupe d'élève par couloir (traçage au sol), des plots.



Déroulement :

La classe est divisée en 4 équipes séparées par des lignes à une distance de 3m et sur chaque ligne sont placés les élèves à une distance de 2m.

Ensuite le maitre apprend à ses élèves d'abord toutes les techniques de la roue. Et au signal du maitre les élèves font la roue en même temps et chacun doit se déplacer en roue et éviter l'enfant flèche.

But de la tâche :

- Respecter son couloir
- Gainage du corps
- Poser correctement ses appuis
- L'élève doit faire au moins un saut sur 4 convenablement.
- Rester dans l'axe
- L'élève doit faire correctement au moins une roue sur trois

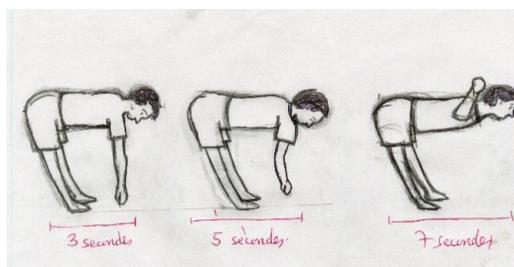
Situation 2 : Maintenir le plus longtemps possible

- Planche écrasée : la planche est un exercice de gymnastique dans le corps est maintenu parallèle au sol avec les mains.

Dispositif : un grand cercle (traçage au sol), des plots.

Déroulement : la classe est divisée en 4 équipes. Le maitre apprend à ses élèves d'abord toutes les techniques de la planche écrasée. Au signal du maître tous les élèves font la planche et maintiennent dans la position pendant 3 secondes, 5 secondes, 7 secondes et faire une compétition entre eux. Celui qui reste en position plus longtemps gagne. Les élèves en difficultés peuvent avoir de l'aide d'un camarade

A la fin de la séance le maitre récapitule les différents éléments dans un mini enchaînement (danse traditionnelle, roue et planche écrasée).



But de la tâche :

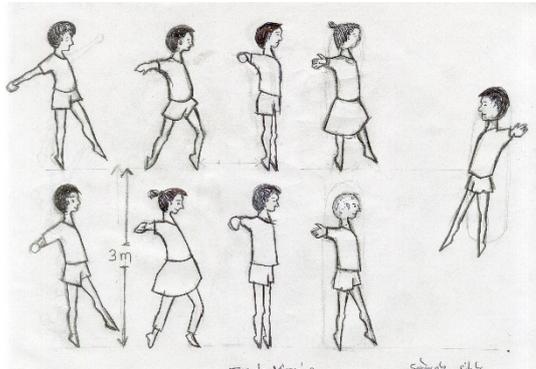
- Respecter son couloir
- Gainage du corps
- Poser correctement ses appuis

Séance 4 : PAS CHASSE ET PLANCHE FACIALE

Situation 4 : JEU DE MIROIR

Définition pas chassée : l'élève part debout les pieds serrés sur demi-pointes. Tendre une jambe devant afin de poser le pied au sol en démarrant bien par la pointe de pied. Fléchir la jambe mise en avant afin de pousser sur celle-ci et que l'autre jambe vienne prendre la place de la première.

Dispositif : un groupe d'élève par couloir (traçage au sol), des plots.



Déroulement :

La classe est divisée en 4 équipes séparées par des lignes à une distance de 3m et sur chaque ligne sont placés les élèves à une distance de 2m.

Ensuite le maître apprend à ses élèves d'abord toutes les techniques des pas chassés. Un élève est désigné comme miroir et au signal du maître il commence à faire des mouvements des pas chassés (avant, arrière, droite, gauche) et les autres l'imitent.

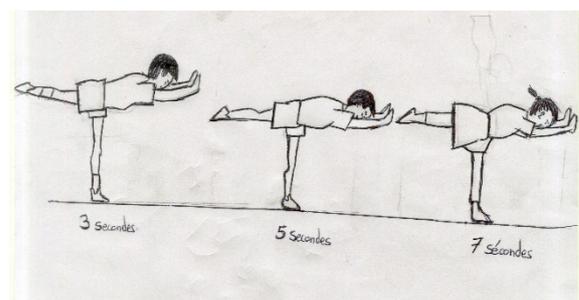
But de la tâche :

- Bien observer les gestes
- Respect du couloir
- Gainage du corps
- Bien Tendre la jambe
- Une bonne flexion de la jambe
- Regard vers l'avant

Situation 2 : Concours de maintien

Définition Planche faciale : Tenir l'équilibre sur la jambe d'appui (tenue) avoir le bassin dans l'axe.

Dispositif : un groupe d'élève par couloir (traçage au sol), des plots.



Déroulement :

La classe est divisée en 4 équipes. Le maître apprend à ses élèves d'abord toutes les techniques de la planche faciale.

Au signal du maître tous les élèves font la planche et maintiennent dans la position pendant 3 second, 5 second, 7 secondes et faire une compétition entre eux.

Celui qui reste en position plus longtemps gagne. Les élèves en difficultés peuvent avoir de l'aide d'un camarade

But de la tâche :

- Respecter sa place
- Gainage du corps
- Regard vers l'avant
- Rester dans l'axe
- Maintenir la position le plus longtemps possible

A la fin de la séance le maître récapitule les différents éléments dans un mini enchaînement (pas chassé, planche faciale, pas chassé).

Comportements attendus :

- Ne pas se précipiter, reproduire convenablement les actions demandées, Effectuer les gestes avec amplitude et souplesse.
- Oublier la timidité et rester attentif aux conseils du maître.

Séance 5 : LES ROULADES

Situation 1 : La roulade avant

Dispositif : Individuel ou par deux

- Les pieds sont joints
- Départ jambes demi fléchies
- Les mains sont placées au niveau des oreilles
- Menton collé à la poitrine
- Enroulement de la tête
- Impulsion, envol et rouler

Déroulement :

- Départ à genoux, rouler sur un plan incliné (variante ; arriver dans « une cible »).
- Départ couché, roulé sur le plan incliné.
- Départ couché, glissé puis rouler.
- Rouler à partir d'un cylindre
- Rouler en avant au sol en restant entre les repères.
- Varier les positions d'arrivée : jambes tendues et serrées, écartées, accroupi
- Enchaîner deux roulades avant au sol

But de la tâche :

- Bien s'accroupir
- Poser les deux mains au sol bien écartées
- Baisser la tête et rentrer le menton
- Rouler en prenant appui sur ses deux mains
- Se relever bras écartés



Situation 2 : La roulade arrière

Dispositif : Individuel ou par deux

- Les pieds sont joints
- Les mains sont placées derrière la nuque
- Rentre sa tête et regarder son ventre
- Amener les genoux de part et d'autre de la nuque pour rouler

Déroulement :

- Rouler en arrière sur un plan incliné arrivée à genoux
- Rouler en arrière sur un plan incliné, mains derrière la nuque, arrivée sur les pieds
- Rouler en arrière sur un plan incliné arrivée écart
- Rouler en arrière au sol en restant entre les repères.
- Varier les positions d'arrivée : jambes tendues et serrées, écartées, accroupi
- Enchaîner deux roulades arrière au sol

But de la tâche :

- Bien s'accroupir
- Poser les deux mains derrière la nuque
- Baisser la tête et rentrer le menton
- Rouler en prenant appui sur ses deux mains
- Se relever bras écartés

Séance 6 : MINI ENCHAINEMENT

Situation 1 : Rappel des tous les éléments proposés dans les séances précédentes

Début :

- Demi-tour
- Saut en extension
- Planche faciale
- Roulade avant
- Pas chassé
- Roue
- Planche écrasée

Situation 2 : Mini enchainement

Déroulement :

DEBUT



Demi-tour



Saut en extension

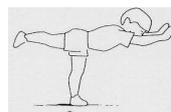


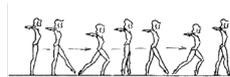
Planche faciale



Roulade avant



Pas chassé



Roue



Planche écrasé

VARIANTES :

CODE SCOLAIRE GYMNASTIQUE AU SOL GARÇONS

| Valeur/ Famille | A=0,2pt | B=0,4pt | C=0,6pt | D=0,8pt | E=1pt |
|--|---------------------------------|--|--|-------------------------------|-----------------------------|
| Famille 1 Renversement | montée en ATR 1 jambe | montée en ATR 2 jambes | ATR roulade ou roue sans élan | Roue avec élan | Roulade avec élan |
| Famille 2 Rotation avant | roulade avant groupes | roulade avant élan (une phase de suspension) | roulade avant jambes écartées | saut de l'ange | saut avant ou saut de mains |
| Famille 3 Rotation arrière | roulade arrière jambes écartées | roulade arrière jambes fléchies | roulade arrière jambes tendues serrées | roulade arrière ATR | saut arrière ou file file |
| Famille 4 Souplesse ou maintien 2" | planche écart 2" | planche faciale ou contate 2" | poitrine 2" | grand écart écartement facial | équerre |
| Famille 5 Sauts et pirouettes | saut groupe | pirouette 1/2 tour | pirouette 1 tour | pirouette 1 tour 1/2 | saut carpi jambes serrées |

VARIANTES :

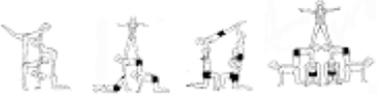
Les différentes sortes de figures



Les figures en chaînes



Les figures en miroir ou symétriques



Les figures en pyramides



Les figures dynamiques



Règle des sécurités

Règles de sécurité

Les appuis sur les pieds :



Les points d'appui :



Les prises de mains :



Contrôle principal au niveau des poignets



Écarté pour voir ses mains



Prendre main sur coude



Prise à 45 degrés



Prendre de main utilisée pour les lancers ou les franchissements

GRILLES D'ÉVALUATION

| Critères | Totalemt acquis | Acquis | En voie d'acquisition | Non acquis |
|---|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------------|
| <p>Critère 1 :</p> <p>Pertinence par rapport à la consigne.</p> <p>1. Assimilation de la consigne</p> <p>2. Respect de la tâche demandée</p> | 3 points | 2 points | 1 points | 0 points |
| <p>Critère 2 :</p> <p>Utilisation de l'espace conforme à la consigne.</p> <p>Usage du matériel conforme à la situation. J'adapte mes actions et mes déplacements.</p> | 3 points | 2 points | 1 points | 0 points |
| <p>Critère 3 :</p> <p>Qualité de la prestation</p> <p>Réalisation correcte de la tâche demandée. J'anticipe et je fais preuve d'aisance dans mes actions et mes déplacements.</p> <p>Je me déplace avec aisance dans des environnements variés avec ou sans engin. Je repère et reproduis des gestes rythmiques simples.</p> | 3 points | 2 points | 1 points | 0 points |
| <p>Critère 4 : Participation et communication</p> <p>Echange et relation avec le groupe, la classe.</p> <p>Enthousiasme au travail, à l'effort.</p> <p>Mise en place et rangement du matériel. Je coopère dans des jeux d'équipe plus variés.</p> <p>Je joue différents rôles dans des jeux d'opposition.</p> | 3 points | 2 points | 1 points | 0 points |

ANNEXES

- * Sécurité et secourisme en image
- * Comment alerter
- * Comment sauver une vie
- * Matériels didactiques
- * Situations de références
- * Lexique

SECURITE ET SECORISME EN IMAGE

La séance d'Éducation Physique et Sportive est par essence une école de sécurité. Mais parfois, cette sécurité lui échappe et des accidents de toute nature peuvent survenir à tout moment. Voici quelques conseils pour dispenser l'EPS en toute sécurité.

1. Respecter les règles de sécurité

- Nettoyer le terrain du jeu en :
 - Enlevant les cailloux et autres objets susceptibles de blesser l'enfant.
 - Enlevant les bosses de façons à avoir un terrain plat et favorable à la situation de jeu.
2. Choisir des moments propices de préférences en début de matinée ou en fin d'après midi et aussi tenir compte également de la météorologie pour éviter le froid, le vent et la forte chaleur
- Choisir un matériel inoffensif et sans danger pour l'enfant.
4. Respecter le rythme physique, physiologique et biologique de chaque enfant. Car, chaque enfant a son propre rythme, donc ne pas lui soumettre des charges qui dépassent ses limites.

2. Alerter les secours

Devant un blessé ou un accidenté, la priorité est d'alerter les secours le plus rapidement possible.

- **Police secours Tel : 17**
- **Pompiers Tel : 18**
- **SMUR Tel : 15**



COMMENT ALERTER

La personne secouriste en l'occurrence (l'enseignant) doit s'exprimer avec clarté et précision pour donner le maximum de renseignements sur la situation, et dans paniquer.

- Le lieu de l'accident
- La nature de l'accident
- Le nombre et l'état apparent des victimes
- Souligner les circonstances particulières

1. Les gestes d'urgence

- Arrêt respiratoire : ventilation artificielle
- Hémorragie : pression manuelle locale au point de compression
- Fracture : immobilisation
- Inconscient : position latérale de sécurité
- Blessé du thorax : ½ assis ou sur le côté haut, comme il se sent le mieux.
- Choqué : horizontal (premiers secours psychologiques)

2. EXEMPLES :

- Hémorragie externe
- Appuyer sur la plaie
- Allonger la victime
- Alerter les secours

COMMENT SAUVER UNE VIE

LES GESTES QUI SAUVENT

1. APPELEZ LES SECOURS

2. MASSAGE CARDIAQUE

Agenouillez-vous à côté de la victime et, si possible, dénudez le thorax



Posez la paume d'une main au centre de la poitrine de la victime



Joignez vos mains (deux positions possibles)



Les bras tendus, bien verticaux au-dessus du sternum, pratiquez 100 compressions par minute. Appuyez très fort sur la poitrine. Continuez le massage cardiaque et attendez les secours



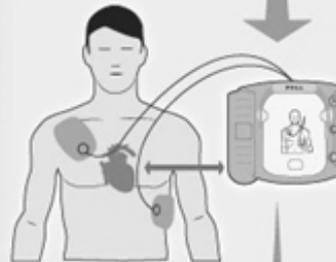
3. DÉFIBRILLATION (si appareil disponible)



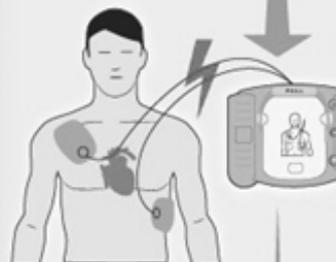
Ouvrez la boîte du défibrillateur. Cela lance les instructions vocales automatiques à suivre



Dénudez le thorax. Placez les électrodes sur la poitrine de la personne comme indiqué sur la machine. L'électrode droite se place au-dessus du mamelon droit de la victime, la gauche en-dessous du mamelon gauche



En moins de huit secondes, l'appareil analyse son rythme cardiaque. Ne pas toucher la personne pendant l'analyse



Si un choc est nécessaire, un signal sonore vous en avertit. Écartez-vous de la victime. L'appareil déclenche le choc automatiquement. Recommencez à masser

SOURCE: LMD

MATERIELS DIDACTIQUES

Le matériel en cours d'EPS



Les plots



Le ballon de basket



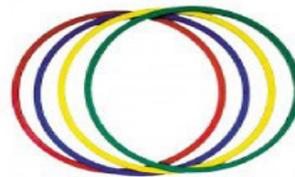
Les baskets



Le ballon de handball



Le ballon de football



Les cerceaux



Le chronomètre



Le panier de basket



Le sifflet

IES CIUDAD JARDÍN - SECTION BILINGUE



PLOTS



CERCEAUX



ASSIETTES



CORDE

LA VITESSE

Situation1 : Les lapins et les loups

Au 1^{er} signal les lapins sortent de leur maison pour se promener. Au 2^e signal le loup sort et tente de toucher les lapins. Ceux qui sont pris vont s'asseoir dans son repaire. Le lapin regagne sa maison sans se faire toucher par le loup et le loup attrape un maximum des lapins.

Situation2 : Relais foulards

Le premier coureur de chaque équipe doit réagir au signal. Il va récupérer un foulard et revient toucher la main de son partenaire. Chaque coureur doit ramener un foulard. Tous les foulards doivent être récupérés. Courir, récupérer un objet et le rapporter le plus rapidement possible.

LA COURSE EN DUREE

Situation1 : Les pas perdus

Les enfants courent en groupes hétérogènes et le but est de rester ensemble malgré les différences : les premiers doivent donc veiller à la cohésion du groupe et aller rechercher les retardataires en faisant une boucle en arrière pour reformer le groupe chaque fois c'est nécessaire.

Situation2 : Parcours d'obstacles

Différents obstacles (par exemple des chaises, tables, tabourets, plots ...) sont dispersés sur le sol. Chaque enfant imagine son propre parcours et doit le réaliser durant quelques minutes sans s'arrêter.

SAUT EN LONGUEUR

Situation1 : Le petit cheval

Les élèves courent vite et sautent pour franchir les obstacles.
Passer par-dessus des obstacles variés sans les renverser.

Situation2 : Le chemin du kangourou

Trois enfants suivent successivement chacun des trois chemins et franchissent la rivière en sautant sur 2 pieds ou sur un seul, avec ou sans élan. Trois observateurs aident à l'évaluation. Le départ se fait après une course et un élan en enchaînant bonds et multi bonds. Sauter en essayant d'atteindre les zones matérialisées jusqu'au bout du chemin.

PREHENSION

LANCER

Situation1 : Le jeu massacre

Les élèves travaillent par petits groupes; des boîtes disposées sur un banc et une ligne de lancer. Lancez les balles de tennis sans dépasser la ligne et en essayant de toucher le maximum de boîtes.

Situation2 : L'attaque du château : le quatre contre deux

Équipes de 4 contre équipes de 2. Les attaquants lancent les ballons pour renverser le plus de quilles possibles. Les défenseurs doivent empêcher la chute des quilles.

EXPRESSION CORPORELLE

GYMNASTIQUE

Situation1 : PAILLON IMAGINAIRE

Individuellement les élèves se déplacent les yeux ouverts derrière un papillon imaginaire avec les doigts. En déplacement le papillon circule dans tout l'espace autour d' eux, devant, derrière, en haut, en bas, près, loin.

Ils mobilisent les différentes parties du corps. (Tête, dos, buste) et puis ouvrent les yeux et font une roue sur place.

Situation2 : LE MIME

Deux équipes se font face et chacune à son tour choisiras un de ses camarades pour trouver le nom d'un élément gymnique par l'intermédiaire de gestes.

Une équipe après avoir choisi son champion devra faire le mouvement, en cas d'échec ca sera autour de la deuxième équipe d'essayer de trouver le nom d'un autre élément gymnique.

PHOTOS



LEXIQUE

- **Compétence** : possibilité pour un élève de mobiliser un ensemble de savoirs, de savoir-faire et de savoir-être pour résoudre des situations problèmes.
- **Critère** : qualité que l'on attend dans la production d'un élève. Chaque critère est un regard particulier que l'enseignant porte sur une production de l'élève. C'est à partir de l'ensemble des critères qu'on attribue la note.
- **Curriculum** : ensemble formé par les finalités, les contenus, les compétences, les méthodes pédagogiques, les modalités d'évaluation d'un cursus de formation.
- **Évaluation certificative** : Évaluation débouchant sur une décision d'acceptation ou de refus dans une classe supérieure, les modalités d'évaluation d'un cursus de formation.
- **Évaluation formative** : Évaluation qui a pour but de détecter les difficultés de l'élève afin de lui venir en aide. Au contraire de l'évaluation certificative, l'évaluation formative a une fonction pédagogique.
- **Savoir** : Contenu, connaissance. Un savoir s'exprime par un substantif.
- **Savoir-être** : Attitude de l'élève, qui est passée dans l'habituel.
- **Compétence de vie** : Ce sont des comportements et des attitudes que chaque individu a besoin pour être un bon citoyen.
- **Situation** : Problème, aussi proche que possible d'un problème que l'on rencontre dans la vie courante, que l'élève doit pouvoir résoudre une situation à le niveau de complexité d'une situation de vie. Elle doit être significative pour l'élève.
- **Situation complexe** : Situation qui, pour être résolue, fait appel à plusieurs savoir-faire.
- **Situation quotidienne** : Situation à laquelle l'élève peut être confronté dans sa vie de tous les jours. C'est une situation qu'un élève peut rencontrer, et non une situation vécue par l'adulte.
- **Situation significative** : situation qui mobilise l'élève, qui le motive, qui lui donne l'envie d'apprendre. Elle peut être une situation quotidienne, ou encore un défi qui intéresse l'élève et qui le motive.

- **OTI (objectif terminal d'intégration)** : Macro-compétence qui reprend les principaux acquis d'une année ou d'un cycle. L'OTI intègre l'ensemble de compétences du cycle. Il se définit également à travers une famille de situations.
- **Démarche pédagogique** : Organisation mise en place pour atteindre l'objectif.
- **Equipe homogène** : Equipe dans laquelle tous les acteurs sont de même niveau, de même force.
- **Évaluation comparative** : Évaluer un élève par rapport à un autre élève, une équipe par rapport à une autre équipe.
- **Evaluation sélective** : Établir un classement par rapport à une échelle de valeur comparative : Etablir un classement par rapport à une échelle de valeur comparative.
- **Explorer l'expression de sa motricité** : Savoir comprendre et analyser un geste ou une action. Terme pédagogique pour inciter les élèves à effectuer un mouvement vers le haut.
- **Initiative d'exploration** : Recherche et essai personnels des élèves pour réaliser un mouvement, pour s'adapter à une situation.
- **Interdisciplinarité** : Certaines notions de géographie, mathématiques peuvent être étudiées ou exploitées en EPS et inversement.
- **Motricité** : Ensemble de fonctions de relation assurées par le squelette, les muscles et le système nerveux permettant les mouvements et toutes formes de déplacement.
- **Percevoir** : Saisir par les sens les données d'une situation problématique (ouïe, vue ou activités musicales, par exemple : adapter le geste aux facteurs musicaux).
- **Placement** : Dans un sport collectif, savoir être à la meilleure place pour être efficace au niveau du corps, il s'agit de savoir disposer les différentes parties (tête, tronc, bras, jambes) pour être efficace.
- **Relais** : Organisation d'une compétition entre équipe dans laquelle les élèves d'une même équipe se remplacent alternativement.
- **Rythme cardiaque** : Battements du cœur perceptibles au poignet (le pouls) ou au cœur. Il se mesure par le nombre de battements qui augmentent en fonction de l'effort demandé.
- **Verbes d'action** : Verbes qui entraînent automatiquement une action de l'enfant : lancer, sauter, etc.
- **Critère de réalisation** : c'est ce qu'il faut faire pendant la séance d'apprentissage.
Pour aider à construire la réalisation on choisira des indicateurs, observables qui permettront à l'élève d'analyser ses actions par rapport à ce qui est demandé « comment faire pour réussir ... ».
- **Critères de réussite** : il fixe ce qui est demandé, ce que l'on peut montrer, il permet de savoir si l'on a réussi « comment savoir que j'ai réussi ... ».

FICHE DE SUIVIE DE L'ELEVE

PHOTO

Nom :

Date de naissance :

Classe :

Profession du père ou de la mère :

AS (Extra-scolaire) :

Année scolaire : 2021 / 2022.

| Classe | Compétence 1 | Compétence 2 | Compétence 3 |
|-----------|--------------|--------------|--------------|
| Activités | | | |
| Notes | | | |

Nom de l'enseignant(e):.....

REFERENCE BIBLIOGRAPHIE

- Gymnastique au sol à l'école avec ou sans matériel.
- **PERRENOUD Philippe**, « Des savoirs aux compétences : les incidences sur le métier d'enseignant et sur le métier d'élève », in. Pédagogie collégiale (Québec), V9-2, 1995, 6-10, disponible sur http://www.unige.ch/fapse/SSE/teachers/perrenoud/php_main/php_1995/1995_09.rtf (Consulté le 5 juin 2018).
- **PERRENOUD Philippe**, Construire des compétences dès l'école, 5^e éd., ESF, Issy-les-Moulineaux 2008.
- **HUBER Michel**, Conduire un projet-élèves, Hachette, Paris, 2005
- **BEACCO, Jean-Claude**, L'approche par compétences dans l'enseignement des langues : Enseigner à partir du Cadre européen commun de référence pour les langues, Didier, Paris, 2007.
- **G. Brousseau**, Théorisation des phénomènes d'enseignement mathématiques, 1986.
- **A. Le Bas**, Situation de pratique scolaire – Transposition didactique et problématisation (en complément sur le site).
- **Marsenach**, L'EPS, quel enseignement ? INRP, 1990.
- La pédagogie constructiviste qui découle des travaux de Piaget (1970), de Bruner (1962–79), de Vygotsky (1978–86) et de Papert (1980–83)
- **Bachtold Manuel**, 2012, « Les fondements constructivistes de l'enseignement des sciences basé sur l'investigation »
- **URFIST** : former
- **CHARD-BAYLE, Michèle REDON-DILAX** ; Université Pierre et Marie Curie, Paris VI, France • Guide Pratique « EPS » Edition Berlin/MEN-RCI
- Pédagogie Pratique Edition RETZ
- **P. Mérieu** : « l'école, le numérique et la société qui vient » FAYARD/Mille et une nuit, 2012 p 175
Perrenoud Ph (1995) « la pédagogie à l'école des différences, décider dans l'incertitude. Savoirs et compétences dans un métier complexe. Paris, ESF (2e éd. 1999
- **Académie d'inspection de la Sarthe** EduSarthe SEPTEMBRE 2001
- www.i-profs.fr/eps/c3/athle

