

RÉPUBLIQUE DE DJIBOUTI

Unité - Égalité - Paix

MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE  
ET DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE

**GUIDE DE L'ENSEIGNANT D'EPS**  
**8ÈME ANNÉE**  
**2021/2022**

**CONCEPTEURS**

Mme FOZIA ABDI ABDILLAHI  
Enseignante EPS CRC MOYEN

Mme FARHIYA NOUMA AMOUD  
Enseignante EPS CRC MOYEN

M. ABDOURAHMAN ABDILLAHI WABERI  
Concepteur Cp/EPS CRC MOYEN

M. MOHAMED YOUSOUF AIBO  
Concepteur Cp/EPS (coordinateur) CRC MOYEN

-----

**VALIDEURS**

M. RAMI MOHAMED ALI  
IEN-EMS /EPS

M. SAAD HASSAN ADEN  
CP/EPS

-----

**DIRECTEUR PEDAGOGIQUE**

M. ABDOULKADER DAHER ADEN  
IEN- EMS EPS

-----

CHARGE DE SUIVI

M. Farid Fouad



**CENTRE DE RECHERCHE**  
**D'INFORMATION ET DE PRODUCTION**  
**DE L'ÉDUCATION NATIONALE**

---

Direction de l'édition :

- M. Elmi Moussa Hassan ( DRPE)

- M. Chehem Abdallah Hassan (CSE)

Maquette et mise en page : Mme.Inda youssouf Mohamed

Responsable de suivi : M. Farid Fouad Ali

Coordination graphique : Mme. Zamzam Mohamed Bogoreh

# RECOMMANDATIONS DIRECTEUR PEDAGOGIQUE-IEMS EPS

Ce guide est destiné aux enseignants d'EPS de la 8ème année des Collèges de l'Enseignement Moyen. Il est rédigé selon les principes de l'Approche par les Compétences (APC) et conformément aux orientations des curricula révisés.

Cet ouvrage, rédigé par la Commission de Rédaction des Curricula (C.R.C) de l'Enseignement Moyen composé des 2 concepteurs à temps plein et de 2 enseignants à temps partiel, s'inscrit dans une double perspective :

- **Un support** permettant aux enseignants d'élaborer désormais leurs **instruments didactiques** (fiches de cycle, fiches de séance, grilles d'évaluation diagnostique, grilles d'observation, d'intégration et sommatives) à partir des contenus enseignés dans les différents groupements d'APSA (Activité Physique Sportive et Artistique) à savoir les Sports Collectifs, l'Athlétisme et la Gymnastique.
- **Un outil pédagogique capital** donnant les moyens à l'enseignant d'inclure dans la conduite de ses apprentissages les 2 nouveaux concepts caractérisant ces curricula révisés à savoir les **Compétences de Vie et les TIC (Technologie de l'Information et de la Communication)**.

Il est ainsi proposé en annexe des tableaux de correspondance des Compétences de Vie et des Outils Technologiques en fonction des compétences attendues dans chaque groupement d'APSA.

Les éléments didactiques et les situations d'apprentissage déclinés dans ce document doivent être considérés par les enseignants d'EPS comme un outil de référence permettant la rédaction d'un **répertoire propre de situations adaptées, au contexte matériel et au projet pédagogique de l'Etablissement**.

L'EPS étant une discipline à vocation **éducative** au-delà de ses missions de **formation et d'enseignement**, elle s'adresse à tous les élèves sans **exception** et en ce sens les situations didactiques proposées devront être **inclusives et adaptées aux prérequis et au niveau** des élèves.

Dans ce troisième année d'expérimentation de ce guide de 8ème année, nous exhortons les enseignants d'EPS à continuer leur investigation personnelle pour élaborer un répertoire **d'outils didactiques** s'appuyant sur les deux concepts novateurs désormais installés (compétence de vie et NTIC) .

Cet ouvrage, étant le fruit d'un travail de réflexion approfondi de vos collègues concepteurs du CRIPEN, je fais appel à la conscience professionnelle de chacun afin d'en faire **le meilleur usage** dans l'intérêt des **premiers bénéficiaires** en l'occurrence **les élèves**.

# INTRODUCTION

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 guide de 8ème année dans la continuité de celui de 7ème année s'articule autour de deux principes fondamentaux déclinés à partir de curricula de l'enseignement fondamental :

- **la conception** de programmes révisés en cohérence avec la réalité du terrain, l'appropriation d'une culture physique et des valeurs éducatives inhérentes à la discipline comme la santé, la sécurité, la citoyenneté.
- **la mise en œuvre** de deux concepts novateurs (les compétences de vie et les NTIC) expérimentés dans le guide de 7ème année

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

- une première partie portant sur les **contenus enseignés** par APSA et définis sous forme de tableaux de Compétence et les modalités d'évaluation correspondantes.
- 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, formative, d'intégration et sommative).
- Une troisième et dernière partie sous forme d'annexes déclinant les tableaux les deux **concepts expérimentés en sixième et en septième année** à savoir les **Compétences NTIC et de VIE dans les apprentissages**.

La CRC EPS a intégré ces 2 concepts novateurs tant dans les principes du programme que dans les contenus d'enseignement et dans les outils didactiques de mise en œuvre des apprentissages.

A l'issue de la réflexion entamée depuis deux ans, la commission a opté pour les deux choix suivants:

- l'utilisation des outils TIC comme supports didactiques d'enseignement (Cd Rom, logiciel, applications, tableurs numériques...)
- l'utilisation des ressources des SMART Class pour des séances de projection et d'interaction pour les élèves à travers supports vidéos sur les techniques, processus (mécaniques, biomécaniques et physiologiques) des APSA (Activités Physiques Sportives et Artistiques) enseignée

# Sommaire

RECOMMANDATIONS DIRECTEUR PEDAGOGIQUE-IEMS EPS .....	3
INTRODUCTION.....	4
SOMMAIRE.....	5
LA COMPÉTENCE NTIC EN EPS.....	7
LA COMPÉTENCE DE VIE EN EPS.....	9
I-CONTENUS ENSEIGNES PAR APSA .....	10
II-LES MODALITÉS D’EVALUATION .....	17
FICHE D’ÉVALUATION 8ème SAUT EN LONGUEUR.....	18
FICHE D’ÉVALUATION 8ème COURS EN DUREE.....	20
FICHE D’ÉVALUATION 8ème COURSE DE RELAIS 8ème année .....	23
FICHE D’ÉVALUATION 8ème GYMNASTIQUE.....	25
LES MODALITES D’EVALUATION BASKETBALL .....	27
FICHE D’EVALUATION 8ème VITESSE /RELAIS.....	29
III.DIDACTIQUE PRATIQUE DES ENSEIGNEMENTS - APPRENTISSAGE PAR APSA.....	31
FICHE DE CYCLE BASKET -BALL.....	33
FICHE DE SÉANCE 4 BASKET-BALL.....	34
GRILLE DIAGNOSTIQUE S 1.....	36
GRILLE DIAGNOSTIQUE S 4 .....	36
GRILLE DE SÉANCE D’INTÉGRATION S 8.....	37
GRILLE SOMMATIVE S9 (Situation de référence).....	37
ILLUSTRATIONS.....	38
FICHE DE CYCLE DE GYMNASTIQUE.....	40
FICHE DE SÉANCE 4 GYMNASTIQUE.....	41
GRILLE DIAGNOSTIQUE S1.....	43
GRILLE D’OBSERVATION DE FIN DE SEANCE S4.....	43
GRILLE DE LA SÉANCE D’INTÉGRATION S8.....	44
GRILLE SOMMATIVE S9 .....	44
FICHES ILLUSTRATIONS GYMNASTIQUE.....	45

FICHE DE CYCLE VIT /RELAIS.....	48
GRILLE DIAGNOSTIQUE S1 .....	50
GRILLE D'OBSERVATION DE FIN DE SEANCE S4.....	50
GRILLE SOMMATIVE S9.....	51
FICHE DE CYCLE LONGUEUR.....	53
FICHE DE SÉANCE 4 LONGUEUR.....	54
GRILLE D'ÉVALUATION DIAGNOSTIQUE S1.....	56
GRILLE D'OBSERVATION DE FIN DE SEANCE S4.....	57
GRILLE DE SÉANCE D'INTÉGRATION S8.....	58
GRILLE SOMMATIVE S9.....	59
GRILLE D'ÉVALUATION DIAGNOSTIQUE S1.....	63
GRILLE D'OBSERVATION DE FIN DE SEANCE S4.....	64
GRILLE DE SÉANCE D'INTÉGRATION S8.....	65
GRILLE SOMMATIVE S9.....	66
ANNEXES.....	67
LES COMPETENCES DE VIE EN EPS .....	67
LES COMPETENCES NTIC EN EPS.....	70
CONCLUSION.....	73

## LA COMPÉTENCE NTIC 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 les enseignants d'EPS 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.

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

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

### **Les utilisations en E.P.S.**

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

- 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.
- Comme banque d'images numériques et de vidéos pour comparer les productions des

élèves aux images ou vidéos de référence (supports vidéo numériques notamment en Athlétisme et en Gymnastique).

-Pour la saisie et traitement d'information directement au cours de la séance et permettre des retours d'informations en direct.

*La CRC EPS a ainsi élaboré en annexe des tableaux de correspondance des outils TIC spécifiques à chaque Groupements d'APSA.*

*Il appartiendra aux enseignants d'EPS d'identifier et utiliser les outils TIC adaptés à l'enseignement de l'APSA selon les savoirs, savoir-faire et savoir être mobilisés.*





## LA COMPÉTENCE 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 (Base 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) élaborés par les CRC disciplinaires au CRIPEN.


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'Éducation 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 et savoir-être**.

La CRC EPS Moyen (Commission de Rédaction des Curricula) a intégré les 12 Compétences clés déclinées dans le schéma ci-dessous selon les compétences transversales développées par chaque groupement d'APSA (Groupement des Sports Collectifs, Groupement des Activités Athlétiques, Groupement des Activités Gymniques).



La démarche adoptée par la CRC EPS consiste donc à répartir ces compétences clés selon les compétences spécifiques inhérentes à chaque Groupement d'APSA et il appartiendra désormais aux enseignants d'EPS d'intégrer ces compétences clés dans les savoirs, savoir-faire et savoir être élaborés dans les situations d'apprentissage mises en œuvre pour réaliser la Compétence de base.




# **I. CONTENUS ENSEIGNES PAR APSA**

## 8ème ANNÉE: ACTIVITE : Volleyball

### COMPÉTENCE DE BASE :


S'organiser pour renvoyer la balle dans le camp adverse en exécutant les rôles et les tâches du réceptionneur, de l'attaquant et du passeur.

Savoir (apprendre à connaître)	Savoir-faire (apprendre à faire)	Savoir-être (apprendre à être)	Activités suggérées	Compétences TIC	Compétences de vie
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Connaître les règles fondamentales</li> <li>-Savoir s'échauffer (autonomie ou dirigée)</li> <li>-Apprendre les principes du jeu en volleyball (terrain ; ballon, équipe...)</li> <li>-Respecter le Matériel pédagogique utilisé en cours</li> <li>-S'approprier les règles de jeu aménagées.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Découvrir les possibilités de frappes en manchettes, et en passe à dix doigts.</li> <li>-Apprendre à occuper rationnellement le terrain</li> <li>-Savoir se déplacer et se placer aux points de chutes de la balle.</li> <li>Valoriser le service cuillère.</li> <li>- Jouer collectivement en Exécutant à tour de rôles les tâches de réceptionneur de l'attaquant et du passeur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Apprendre à respecter l'arbitre, les règles du Jeu, les adversaires et les camarades.</li> <li>-Respecter les consignes données par le professeur</li> <li>-S'investir dans le groupe.</li> <li>-Participer à la vie de classe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Jeu libre / un ballon par élève.</li> <li>-Jeu de jonglage par binôme au filet</li> <li>-Jeu de balle brûlante.</li> <li>-Jeu de tir sur cible.</li> <li>-Jeu d'échange de passe haute ou manchette à 2,3, ou 5.</li> <li>-Jeu à effectif réduits sur terrain réduit. 3/3,4/4, 5/5</li> <li>-Jeu de service et de réception.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tablettes</li> <li>-Support numérique (smartphone),</li> <li>-Vidéo</li> <li>-Laptop</li> <li>- Smart-class</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Entraide</li> <li>-Collaboration</li> <li>-Coopération</li> <li>-Créativité</li> <li>-Emulation</li> <li>-Empathie</li> <li>Communication</li> </ul>


Critères d'évaluation : critères d'évaluation VOLLEYBALL: maîtrise d'exécution (majorée) performance (minorée).

## 8ème ANNÉE:

### ACTIVITE : BASKET-BALL/HANDBALL

8ème ANNÉE:		ACTIVITE : BASKET-BALL/HANDBALL		Compétences de vie
<p>Rechercher le gain du match par des choix pertinents d'actions de passe ou dribble pour accéder régulièrement à la zone de marque et tirer en position favorable, face à une défense qui cherche à gêner la progression adverse (basketball et handball).</p>				
Savoir (apprendre à connaître)	Savoir-faire (apprendre à faire)	Savoir-être (apprendre à être)	Activités suggérées	Compétences TICE
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Savoir s'échauffer</li> <li>- S'approprier les règles fondamentales de Jeu en Handball et Basket-ball</li> <li>-Apprendre les principes de jeu du Handball et du Basket-ball (terrain ; ballon, équipe.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire progresser la balle vers le but adverse.</li> <li>-S'écarter et faire des passes.</li> <li>-Améliorer la réception et la transmission du ballon.</li> <li>- Maitriser le démarquage (appel de balle)</li> <li>-Réussir son tir ou Shoot au but ou au panier.</li> <li>-Préciser les rôles à tenir en attaque et en défense.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respecter l'arbitre et les règles du Jeu et les adversaires et les camarades</li> <li>-Etre respectueux.</li> <li>envers les consignes du professeur</li> <li>-S'investir dans le groupe et participer à la vie de classe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Jeu de progression à 3, à 4 ou 5 finalisé par un tir au but.</li> <li>-Passe à 10</li> <li>-Jeu de passes.</li> <li>-Jeu à 3 contre 1</li> <li>-Concours de tir. / jeu de tir en course, ou à l'arrêt.</li> <li>-Jeu d'attaque et de défense</li> <li>-Jeu de Handball ou Basket-ball à 3 équipes</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tablettes</li> <li>-Support numérique (smartphone),</li> <li>-Vidéo</li> <li>-laptop</li> <li>- smart-class</li> </ul>
				<ul style="list-style-type: none"> <li>-Entraide</li> <li>-Collaboration</li> <li>-Coopération</li> <li>-Créativité</li> <li>-Emulation</li> <li>-Empathie</li> <li>Communication</li> </ul>

Critères d'évaluation : critères d'évaluation BASKETBALL: maîtrise d'exécution (majorée) performance (minorée).

8 <sup>ème</sup> ANNÉE: ACTIVITE : GYMNASTIQUE					
<p><b>COMPÉTENCE DE BASE :</b> Composer un enchaînement gymnique composé de 6 éléments techniques (roulade, roue, trépid, équilibre, saut, rondade) avec variantes chandelle (pour les filles) et planche faciale (pour les garçons).</p>					
Savoir (apprendre à connaître)	Savoir-faire (apprendre à faire)	Savoir-être (apprendre à être)	Activités suggérées	Compétences TICE	Compétences de vie
<ul style="list-style-type: none"> <li>-la notion d'enchaînement</li> <li>-les règles de sécurité</li> <li>-le trajet, la direction</li> <li>-le déplacement</li> <li>-l'espace d'évolution</li> <li>- les différentes composantes de la gymnastique</li> <li>-le matériel pédagogique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Roulade en avant (groupée, jambes écartées, plombée)</li> <li>-Roulade en arrière (jambes écartées, groupées ; variante : Roulade arrière piquée, ATR)</li> <li>-Réaliser une Roue</li> <li>-Réaliser une Rondade + saut écart)</li> <li>- Effectuer des Sauts (Saut extension Saut demi-tour Saut écart OU Saut 1 tour Saut 1 tour et demi)</li> <li>-Faire un ATR (Appuis tendus renversés)</li> <li>-Réaliser un Trépid</li> <li>-Réaliser Chandelle et planche faciale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respecter les consignes</li> <li>-Tenue de sport correcte</li> <li>-S'approprier les règles de sécurité.</li> <li>-Respecter les règles de la vie collective</li> <li>-Participer à la vie de classe. (rangement et sortie du matériel)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Travailler par groupée par atelier les éléments gymniques en mettant l'accent sur la coordination</li> <li>Mise en place des situation d'amélioration :</li> <li>Travail dirigé</li> <li>Travail à thème</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tablettes</li> <li>-Support numérique (Smartphone)</li> <li>-Vidéos</li> <li>-Lap top</li> <li>-Smart-class</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Résilience</li> <li>-Communication</li> <li>-Auto gestion.</li> <li>-Prise de décision</li> <li>-Respect de la diversité</li> <li>-Résolution des problèmes</li> </ul>


Critères d'évaluation : Maitrise d'exécution (minorée) RHYME (2pts), EQUILIBRE DES ELEMENTS (2pts), CONNAISSANCE DES ELEMENTS (2pts), INVESTISSEMENT (4pts) : CHOREGRAPHIE/ESTHETIQUE (2pts), ELEMENTS DE LIAISON (2pts). Performance (majorée) les éléments gymniques Matériels : chronomètre, etc.....

## 8ème ANNÉE:

### ACTIVITE : COURSE DE RELAIS

#### COMPÉTENCE DE BASE :

Après un bon départ, se transmettre le témoin le plus rapidement possible dans un espace donné et franchir la ligne d'arrivée avec la plus grande vitesse

Savoir (apprendre à connaître)	Savoir-faire (apprendre à faire)	Savoir-être (apprendre à être)	Activités suggérées	Compétences TICE	Compétences de vie
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Les règles de base en course de relais (les couloirs, chronométrage, transmission d'un témoin etc.)</li> <li>-Le matériel nécessaire pour le travail de la séance (plots, binôme, témoins de relais, chronomètre, sifflet etc.)</li> <li>-Prendre le poulx avant et après sa course</li> <li>-Connaitre la zone de transmission du témoin. Et d'accélération</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réaction aux différents signaux (sonore, visuel...)</li> <li>- Différentes positions de départ,</li> <li>-Mise en action</li> <li>-Accélération</li> <li>-Transmission du témoin</li> <li>- Ne pas dépasser la Zone de transmission</li> <li>-Franchir la ligne d'arrivée avec la plus grande vitesse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se dépasser</li> <li>-Avoir l'esprit de compétition</li> <li>-Accepter la défaite</li> <li>-Respecter les règles</li> <li>-Se concentrer</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Echauffement général : Activation cardio vasculaire.</li> <li>-Echauffement spécifique (faire tour de terrain, relais par équipe... etc.)</li> <li>-situation d'apprentissage</li> <li>Evaluation formative</li> <li>-Situation intégration</li> <li>Evaluation collective et formative</li> <li>-Situation de référence</li> <li>Evaluation sommative</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tablettes</li> <li>-Support numérique (Smartphone)</li> <li>-Chronomètre numérique</li> <li>-tension mètre</li> <li>-cardiofréquence mètre</li> <li>-Lap top</li> <li>-Smart-class</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prise de décision</li> <li>-Auto-gestion</li> <li>-Communication</li> <li>-Respect de la diversité</li> <li>-Résolution des problèmes</li> </ul>

Critères d'évaluation : Maitrise d'exécution (minorée), Performance (majorée) Matériels : chronomètre, cerceaux, tapis



**8ème ANNÉE:  
ACTIVITE : COURSE EN DUREE**

**COMPÉTENCE DE BASE :**

Effectuer la plus grande distance possible sans s'arrêter sur un temps de course de 12 minutes

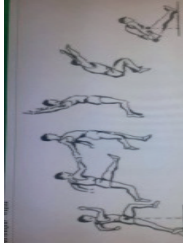
Savoir (apprendre à connaître)	Savoir-faire (apprendre à faire)	Savoir-être (apprendre à être)	Activités suggérées	Compétences TICE	Compétences de vie
-Prise de pouls -Rythme -Régularité -Savoir-faire un échauffement et conduire un retour au calme -Groupe de niveau -maintien d'un rythme de course -Performance	-Echauffer les muscles et les articulations : -Travail sur les apprentissages fondamentaux : Technique : -Rappel sur la Pulsation cardiaque -Maitrise des aspects techniques : -Rythme -Reconnaitre et définir précisément ses sensations (musculaire, respiratoire et psychologique). -Construire un rythme propre à soi	-Se dépasser -Avoir l'esprit de compétition -Accepter la défaite -Respecter les règles -Se concentrer	-Echauffement général : Activation cardio vasculaire -Echauffement spécifique (faire tour de terrain, relais par équipe... etc.) -situation d'apprentissage Evaluation formative -Situation intégration Evaluation collective et formative -Situation de référence Evaluation sommative	-Tablettes -Support numérique (Smartphone) -Chronomètre numérique -tension mètre -cardio fréquence mètre -Lap top -smart-class	-Prise de décision -Auto-gestion -Communication -Respect de la diversité -Résolution des problèmes

Critères d'évaluation : Maitrise d'exécution (minorée), Performance (majorée) Matériels : chronomètre, tension mètre, cardio-fréquence mètre etc.....

8ème ANNÉE:  
ACTIVITE : SAUT EN LONGUEUR

**COMPÉTENCE DE BASE :**

A partir d'un élan étalonné, réaliser la meilleure performance possible en sautant le plus loin possible

Savoir (apprendre à connaître)	Savoir-faire (apprendre à faire)	Savoir-être (apprendre à être)	Activités suggérées	Compétences TICE	Compétences de vie
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Connaître les règlements (cas de nullité, mesurage du sautoir, nombre d'essais, évité de sortir par la partie avant du sautoir)</li> <li>-Principes de sécurité en lancer</li> <li>-Apprendre à nommer les matériaux utilisés...</li> <li>-Retenir les fondamentaux :</li> <li>-Les appuis : action de torsion- détorsion,</li> <li>-Saut sans élan et avec élan.</li> <li>-Technique du saut</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Effectuer un échauffement efficace et adapté à l'activité :</li> <li>Ou différentes parties du corps sollicitées par l'activité</li> <li>-Travail sur les apprentissages des fondamentaux :</li> <li>Technique :</li> <li>-maîtriser les aspects de l'activité ajuster ses marques avant la prise d'élan</li> <li>-Réaliser une course d'élan</li> <li>-Réaliser une impulsion</li> <li>-Réaliser une bonne liaison entre la suspension et la chute</li> <li>-Se réceptionner d'une manière sécurisée</li> <li>-Sauter à la plus grande distance possible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dépassement de soi</li> <li>-Esprit de compétition</li> <li>-Accepter l'adversité</li> <li>-Recherche de la victoire -Respect d'autrui</li> <li>-Concentration</li> <li>-Recherche de la puissance maximale</li> <li>-Se dépasser</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Echauffement général : Activation cardio vasculaire</li> <li>Echauffement spécifique (faire tour de terrain, relais par équipe...etc.)</li> <li>-situation d'apprentissage</li> <li>Evaluation formative</li> <li>-Situation intégration</li> <li>Evaluation collective et formative</li> <li>-Situation de référence</li> <li>Evaluation sommative</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tablettes</li> <li>-Support numérique (Smartphone)</li> <li>-Chronomètre numérique</li> <li>-Lap top</li> <li>-smart-class</li> <li>-Kinogramme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Prise de décision</li> <li>-Auto-gestion</li> <li>-Communication</li> <li>-Respect de la diversité</li> <li>-Résolution des problèmes</li> </ul>

Les Critères d'évaluation : Maîtrise d'exécution (minorée), Performance (majorée), Matériels : chronomètre, tension mètre, cardio-fréquence mètre etc.....





## **II. LES MODALITES D'EVALUATION**

# FICHE D'ÉVALUATION SAUT AU LONGUEUR

## 8ème année

### 1. Contexte de l'épreuve

Sur une distance de 30 m l'élève devra après une course rapide effectué un bond (le plus grand possible) vers le haut et vers l'avant et se réceptionner sur un sautoir.

### 2. Performance (8 pts)

Chaque élève aura droit à 3 tentatives et à l'issue de ces 3 essais la moyenne des 2 meilleures performances sera prise en compte (voir barème).

### 3. Maîtrise d'exécution (10pts)

CRITERES	INDICATEURS	BONNE	MOYENNE	MAUVAISE
Course d'élan	Création de vitesse	Course d'élan accéléré (2,5 pts)	Course non progressive et uniforme (1,5 pts)	Course d'élan mal structuré (0,5pt)
Appel-Impulsion	Transformer et utiliser la vitesse Saut vers le haut et vers l'avant	Pose parfaite du pied (1,5 pts)	La course d'élan non optimale Course d'élan-impulsion ratée (1 pts)	Mauvaise pose du pied et aucune liaison (0,5 pt).
Suspension	S'organiser-dans l'espace	Corps équilibré (1,5 pts) Ramener la jambe libre	Corps déséquilibré vers l'arrière mais bon groupé (1 pts).	Corps déséquilibré vers l'arrière et aucun groupé (0,5pt).
Réception	Se rattraper	Se reçoit sur les 2 jambes fléchis le buste vers l'avant (2,5 pts).	Se reçoit sur les 2 jambes mais le corps vers l'arrière (2pts)	Tombe lourdement sur les genoux ou face contre terre (0,5 pts).

### 4. Investissement (2 pts)

- \* Notion de prise de marque.
  - \* Notion de connaissance du nombre de foulées.
  - \* Notion d'essai nul.
  - \* Notion de mesure (dernière trace laissée par le sauteur).
- Effectue des assouplissements entre deux sauts.
  - Aide au nettoyage de la fosse
  - Ne reste pas inactif (Assis) et encourage les autres ou donne des conseils

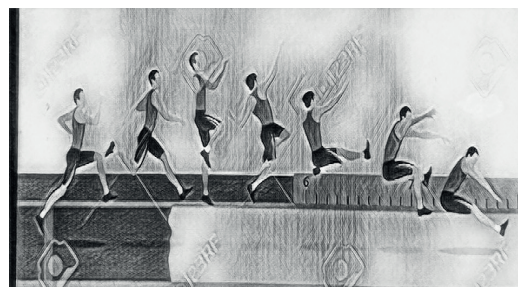
## BAREME SUR 10 POINTS EN SAUT ENLONGUEUR

POINTS	PERFORMANCE (G) 8èmeA
0,5	2.60 - 2.50
1	2.80 - 2.70
1,5	3.00 - 2.90
2	3.20 - 3.10
2,5	3.40 - 3.30
3	3.60 - 3.50
3,5	3.80 - 3.70
4	4.00 - 3.90
4,5	4.20 - 4.10
5	4.40 - 4.30
5,5	4.55 - 4.50
6	4.65 - 4.60
7	4.80 - 4.70
8	5.00 - 4.90
POINTS	PERFORMANCE (F) 8èmeA
0,5	2.20 - 2.10
1	2.40 - 2.30
1,5	2.60 - 2.50
2	2.75 - 2.70
2,5	2.90 - 2.80
3	3.10 - 3.00
3,5	3.30 - 3.20
4	3.50 - 3.40
5	3.70 - 3.60
5,5	3.90 - 3.80
6	4.00 - 3.99
7	4.10 - 4.01
8	4.21 - 4.11

**Technique de réception en saut en longueur.**



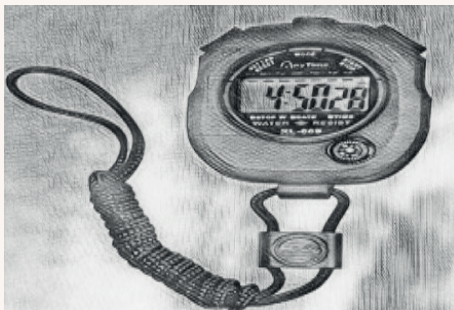
**Séquence complète de saut en longueur**



# FICHE D'ÉVALUATION 8ème COURSE EN DURÉE

## 1. Contexte de l'épreuve

L'épreuve s'organise sur une surface plane ou autour du terrain de Handball sur une distance de 120 mètres. L'élève devra courir pendant un temps donné (12 minutes).



## 2. Performance (12 pts)

Courir pendant 12 minutes sur une distance de 120 mètres (autour du terrain de hand Ball) avec obligation de parcourir la plus grande distance pendant ce laps de temps (voir barème sur 20).

Pour le cas d'élève ne parvenant pas à finir les 12 minutes :

De 2 à 4 minutes l'élève aura 2 points.

De 5 à 7 minutes l'élève aura 3 points.

De 8 à 10 minutes l'élève aura 4 points.

De 10 à 11 minutes l'élève aura 5 points.

Pour tout élève ayant fini les 12 min mais n'ayant pas effectué un grand nombre de tours la note minimale qui lui sera attribuée sera de 10/20. L'enseignant pourra donner un bonus à l'élève en ce qui concerne la connaissance de l'activité et l'investissement.

### 3. Maîtrise d'exécution (6pts)

INDICATEURS	BONNE	MOYENNE	MAUVAISE
Adopter un rythme	Reste actif durant toute la durée de la course  (3 pts)	Course active (bien placée) mais ne la maintient pas  (2 pts)	Course active mais sans poussée  (1pt)
S'organiser pour maintenir le même rythme	La course est maîtrisée (sans changement de rythme).  (2pts)	La course est correcte mais irrégulière  (1pts)	Le geste se dégrade rapidement  (0pt)
Finir la course	La fin de course est maîtrisée  (1pts)	La fin de course devient pénible mais résiste à l'effort  (1pts)	La fin de course est très difficile  (0pt)

### 4. Connaissance de l'activité (2 pts)

- Savoir conduire un échauffement
- Maîtriser sa respiration, connaissance de la prise de son pouls (avant et après l'effort)

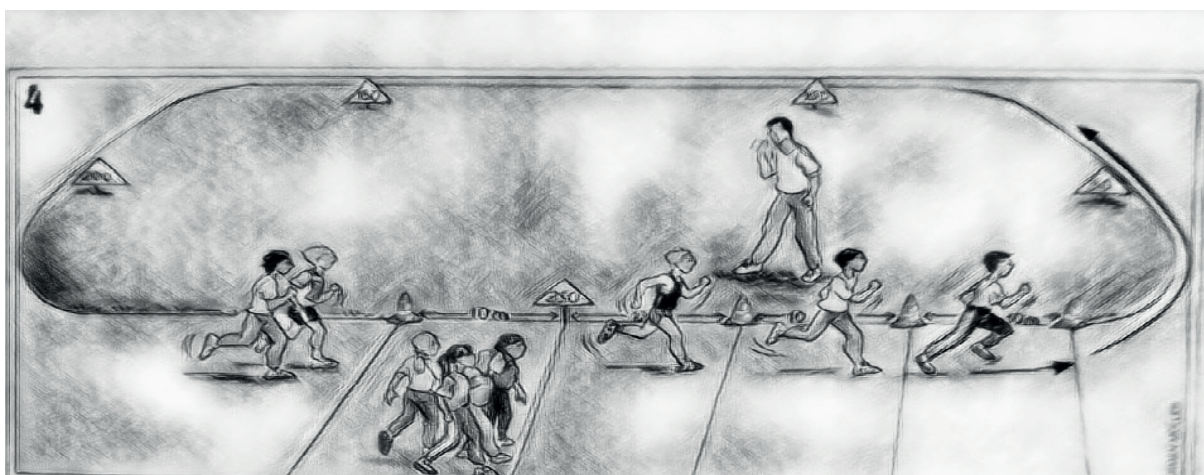
### BARÈME 12 MIN COLLÈGE GARÇONS

Classe de 8ème	NOTE
m 3300	20
m 3200	19
m 3100	18
m 3000	17
m 2900	16
m 2800	15
m 2700	14
m 2600	13
m 2500	12
m 2400	11
m 2300	10
m 2200	9
m 2100	8
m 2000	7
m 1900	6
m 1800	5
m 1700	4
m 1600	3
m 1500	2
m 1400	1
- de 1400 m	0

## BARÈME 12 MIN COLLÈGE FILLES

Classe de 8ème	NOTE
m 2600	20
m 2500	19
m 2400	18
m 2300	17
m 2200	16
m 2100	15
m 2000	14
m 1900	13
m 1800	12
m 1700	11
m 1600	10
m 1500	9
m 1400	8
m 1300	7
m 1200	6
m 1100	5
m 1000	4
m 900	3
m 800	2
m 700	1
- de 700 m	0

### UNE SEANCE DE COURSE EN DUREE



# FICHE D'ÉVALUATION 8ème COURSE DE RELAIS

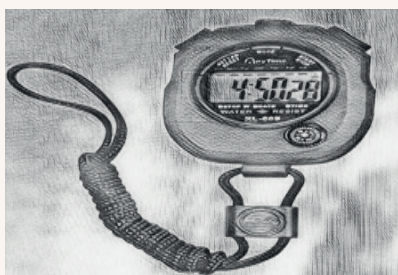
## 1. Contexte de l'épreuve

Réaliser la meilleure performance possible lors d'un relais de 2 fois 30 mètres en transmettant le témoin en déplacement dans une zone imposée.

## 2. Performance (10pts)

Il s'agit d'une course chronométrée qui se rapporte aux barèmes propres à l'établissement et adaptés au niveau des élèves (2 essais seront accordés à chaque élève).

Les élèves disposent d'une zone de transmission de 20 mètres. Chaque coureur passe dans les 2 rôles (donneur/ receveur). Le départ se fait debout.



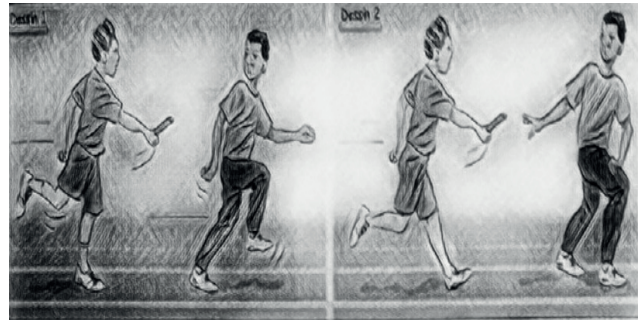
## 3 Maîtrise d'exécution (10pts)

CRITERES	INDICATEURS	POINTS		
		Passable	Convenable	Excellent
DEPARTS	Réagir rapidement au signal	0.5	1	1.5
	Connaitre les différentes directives (à vos marques, prêt, TOP).	0	0.5	1
CREATION DE VITESSE	Effectuer une bonne poussée des jambes.	0	0.5	1
	Rester bien aligné et courir droit.	0	0.5	1
TRANSMISSION	Transmettre en respectant la zone de transmission et de l'obligation de le faire avec la main droite ou gauche	0.5	0.5	1
MAINTIEN DE LA VITESSE	Transmettre le témoin en regardant le partenaire	0.5	1	1.5
	Maintenir une vitesse optimale lors de la transmission. Le donneur et le receveur ont réalisé leur travail correctement.	0	0.5	1
ARRIVEE DE LA COURSE	Maintenir une vitesse élevée jusqu'à l'arrivée.	0.5	1	1



## BARÈME filles/ garçons

FILLES	Points	GARÇON
00«6	5	50«5
30«6	4	80«5
60«6	3	10«6
90«6	2	40«6
20«7	1	70«6





# FICHE D'EVALUATION 8ème GYMNASTIQUE AU SOL

## 1. Contexte de l'épreuve

L'épreuve consiste à exécuter un enchaînement au sol de 3 différentes familles d'éléments gymnique et la durée de cet enchaînement est de 1min 30 (au maximum).

## Conditions de déroulement de l'épreuve :

L'élève conçoit un enchaînement formalisé sur une fiche et le présente devant un jury qui effectue un jugement en fonction d'un code établi. Le nombre d'éléments et les types d'actions sont précisés en relation avec la définition de la compétence attendue. Réalisation de 7 éléments gymniques sur un praticable composé de 5 tapis collés à la suite.



## 2. Performance (10pts)

Réalisation de 7 éléments de 3 familles différentes : Rouler sur soi – Tourner sur soi - Se maintenir (placement dos).

Niveau	Roul. Avant Simple	Roul. arrière Simple	Trépied/ Roul. avant jambes écart	Roue/Roul. arrière jambes écart	Rondade	(Chandelle (F Planche faciale ((G
Passable (4)	0,5	0,5	1	1	1	0
Conven- (able (6	1	1	1.5	1.5	1	0
Excellent ((10	1,5	1,5	2.5	2.5	1	1

## 3. Maîtrise d'exécution (8 pts)

### 0 à 2 pts

- Les éléments sont réalisés (identifiables) mais présentent des « fautes typiques » marquées ou sont incomplets (rotation, chutes, réception différente.)
- Les jambes et/ou pointes de pieds sont fléchies.
- Pas d'amplitude.

### 2 à 4 pts

- Les éléments sont réalisés correctement mais présentent quelques petites « fautes typiques ».
- Les jambes et/ou pointes de pieds sont légèrement fléchies.
- Manque d'amplitude

### 4 à 6 pts

- réalisés correctement mais présentent quelques petites « fautes typiques ».
- Les jambes et pointes sont tendues
- Les mouvements sont amples et précis
- Les éléments sont réalisés avec précisions et respectent les exigences d'exécution.

Niveau	Rythme	Équilibre des éléments	Maitrise de l'enchaînement
(Médiocre (1.5	0,5	0,5	0,5
(Convenable (3	1	1	1
(Excellent (6	2	2	2

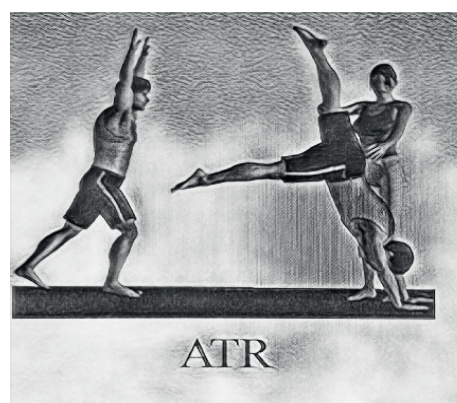
#### **4. INVESTISSEMENT (2 pts)**

- Chorégraphie
- Esthétique, allure, grâce, amplitude gestuelle
- Éléments de liaison

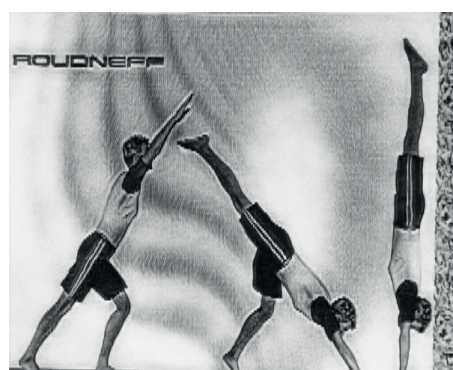
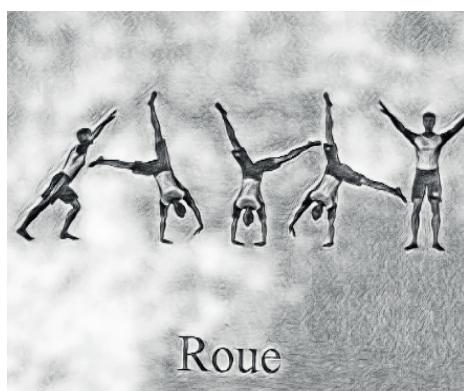
#### **Saut en extension demi-tour**



#### **(L'appui tendu renversé (ATR**



#### **La roue l'équilibre.**



# LES MODALITES D'EVALUATION BASKETBALL

## 8ème année

### 1. Déroulement del'épreuve

Match à effectif complet sur un terrain réglementaire. Rapport de force équilibrée entre 2 équipes de niveau égal.

**Temps de jeu** : 15 minutes

### 2. Performance (4pts)

Il s'agit en sport collectif de maîtriser le niveau de jeu en recherchant le gain du match :

CLASSEMENT	POINTS
1er	4
2ème	3
3ème	2
4ème	1

### 3. Maîtrise d'exécution (12pts)

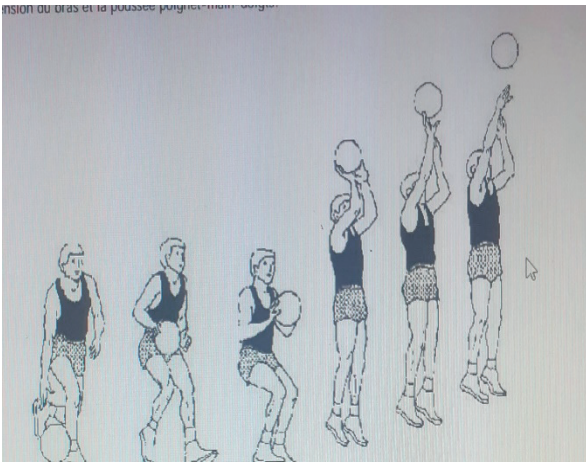
CRITÈRES	INDICATEURS	POINTS	
		acquis	Non acquis
<b>les fondamentaux</b> (4 pts.)	Recevoirunepasse	1	0,5
	Passer à un camarade	1	0,5
	Dribbler	1	0,5
	Tirer	1	0,5
<b>Savoir-faire individuel</b> (4 pts.)	Se démarquer en effectuant un appel de balle	1	0,5
	Utilise toute la largeur du terrain	1,5	0,5
	Soutien le porteur	1,5	0,5
<b>Savoir- faire collectif</b> (4 pts.)	Replidéfensifrapide	1	0,5
	tentative d'interception	1	0,5
	Déplacement en appui et soutien	1	0,5
	Utilisationrationnelle de l'espace	1	0,5

#### **4. INVESTISSEMENT (2 pts)**

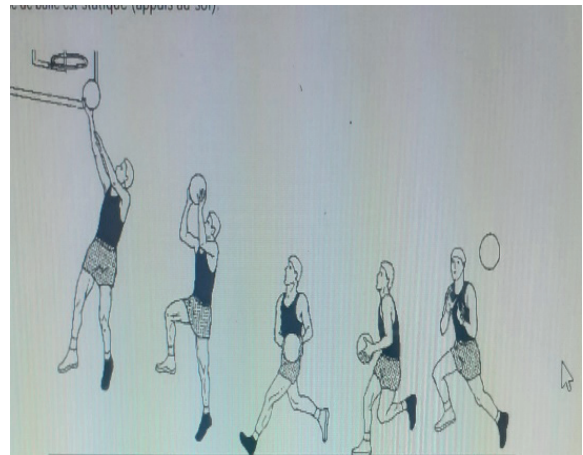
Échauffement, organisation de l'équipe et savoir assumer les différents rôles, et participer à la vie de la classe

- Compter les points et savoir chronométrer
- Connaître les règles de sortie de jeu de la balle et de remise en jeu et les faire respecter

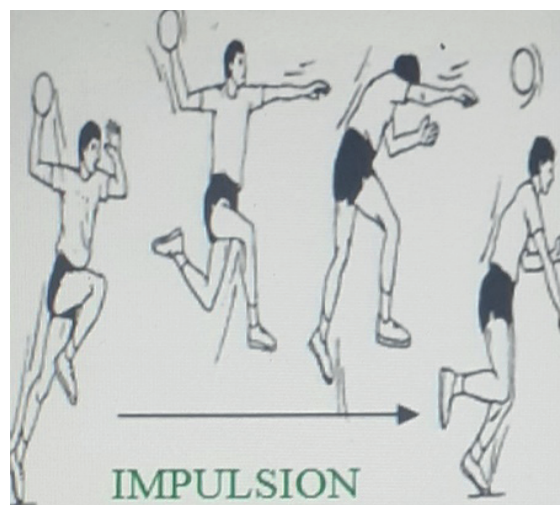
##### **Dribble et tir en suspension**



##### **Réception et tir en course**



##### **Tir en suspension (handball)**



## MODALITES D'EVALUATION VOLLEYBALL 8<sup>ème</sup> année

### 1. Déroulement del'épreuve

Match à effectif complet sur un terrain réglementaire.

Rapport de force équilibrée entre 2 équipes de niveau égal.

**Temps de jeu** : 15 minutes.

### 2. Performance (4pts)

Il s'agit en sport collectif de maîtriser le niveau de jeu en recherchant le gain du match:

CLASSEMENT	POINTS
1er	4
2ème	3
3ème	2
4ème	1

CRITÈRES	INDICATEURS	POINTS	
		acquis	non acquis
<b>Les Fondamentaux</b> (4,5pts)	Passé haute	1,5	0,5
	Service	1,5	0,5
	Manchette	1,5	0,5
<b>Savoir-faire individuel</b> (4,5pts)	Placement par rapport au filet à la balle et au serveur	1,5	0,5
	Déplacement sur le terrain	1,5	0,5
	Anticipation /couverture	1,5	0,5
<b>Savoir-faire collectif</b> (3pts)	S'organiser pour recevoir la balle (1ere balle).	1,5	0,5
	Préparer l'attaque (3eme balle).	1.5	0.5
	Coordonner une bonne défense.	1.5	0.5
	Occuper rationnellement de l'espace.( rotation et libero).	1.5	0.5



#### **4. Investissement de l'activité (4 pts)**

- Échauffement, organisation de l'équipe etc.
- Connaissance des règles de base et Participer à la Vie de la classe

### **Echauffement général et spécifique**



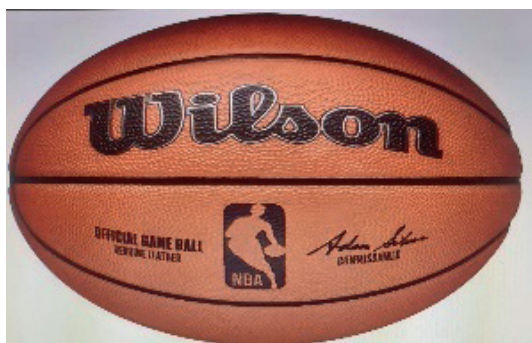
### **S'organiser et répartition des rôles**





# **III. LA DIDACTIQUE PRATIQUE DES ENSEIGNEMENTS/ APPRENTISSAGES**

## BASKETBALL/HANDBALL





# FICHE DE CYCLE HAND /BASKET BALL 8ème année

**DUREE : 1 HEURE**

**ÉTABLISSEMENT : COLLÈGE**

**Classe :**

**Effectif :**

**CLASSE : 8ème**

## COMPÉTENCE DE BASE :

S'organiser en appui et en soutien en valorisant un jeu structuré en attaque et en défense (basketball et handball).

NUMÉRO ET DATE DE LA SÉANCE	LE THÈME DE LA SÉANCE	COMPÉTENCE DE FIN DE SÉANCE	OBSERVATIONS
SÉANCE 1	Séance Diagnostique	Observer les prérequis des élèves	
SÉANCE 2	Travail de la passe et réception	Effectuer une bonne passe et réception	
SÉANCE 3	Travail de la progression en appui et soutien	Progresser dans le camp adverse	
SÉANCE 4	Travail de l'occupation rationnelle du terrain	Occuper le camps adverse de manière rationnelle	
SÉANCE 5	Travail de l'attaque	Mettre œuvre une bonne attaque.	
SÉANCE 6	Travail de la défense	Après perte de balle, se replacer en défense	
SÉANCE 7	Travail du marquage et démarquage	Jouer le rôle d'attaquant et de défenseur	
SÉANCE 8	Séance d'intégration	Vérifier le niveau des élèves	
SÉANCE 9	Evaluation sommative	Évaluer les élèves	

# FICHE DE SEANCE 4 BASKET-BALL

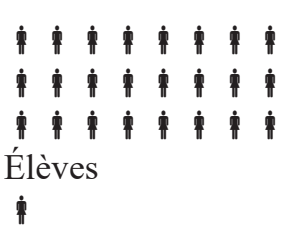

**DUREE : 1 HEURE**

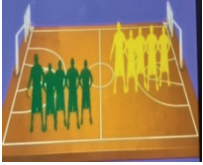


**ÉTABLISSEMENT : COLLÈGE**

**Classe :**

**CLASSE : 8ème**

**COMPETENCE DE FIN DE SEANCE : Travail de la passe / réception**

SITUATION			CONDITION DE REALISATION	CRITERES DE RELISATION	CRITERES DE REUSITE
CONTENU	SCHEMAS	DU-REE			
<p><b><u>Prise en main :</u></b></p> <p>-regroupement des élèves. -vérification de la tenue des élèves -présentation du thème de la séance</p>	 <p>Élèves enseignant</p>	5m	<p>Chronomètre -sifflet -terrain de basket--Ball</p>	<p>-regrouper les élèves par maillot -expliquer le déroulement de la séance</p>	<p>- Les <math>\frac{3}{4}</math> ont compris le thème et l'objectif de la séance</p>
<p><b><u>Mise en train :</u></b> <b><u>Echauffement générale :</u></b></p> <p>-cardio vasculaire -élévation des genoux, talons aux fesses suivi accélération -Assouplissements articulaire</p> <p><b><u>Echauffement spécifique :</u></b></p> <p>-passe/réception /tire au panier à deux, ou à trois.</p>	<p>ECHAUFFEMENT GENERAL:</p>  <p><b><u>Echauffement spécifique :</u></b></p>	15m	<p>-Chronomètre -sifflet -terrain de Basket-Ball -assiettes - balisage de terrain -ballons</p>	<p><b><u>C.r l E G :</u></b> -les élèves courent autour du terrain de basketball -bien étirer les muscles C.r l E S : -réussir à conserver le ballon à l'aide des passes long et passes court. Dribble et tire au panier.</p>	<p><b><u>C.rt E G :</u></b> -Les 4/4 des élèves sont bien échauffé (sueur, essoufflement)</p> <p><b><u>C.rt E S:</u></b> Les 4/4 ont bien exécuté les gestes demandés</p>

<p>Corps de la séance :</p> <p><b>Situation 1 :</b> -recevoir et passer favorablement le ballon -Jeu de passe / réception sur place de près de loin Avec règle aménagée.</p> <p><b>Situation 2 :</b> Même situation mais avec déplacement vers le panier -Jeu de progression vers le panier par binôme en groupe de 4 Avec règle aménagée.</p> <p><b>Situation de référence</b> :-Évaluation formative : Match 5/5: occupation rationnelle des élèves sur le terrain.</p>	 	<p>35</p>	<p>chronomètre et sifflet -Assiettes -terrain de basketball - ballons -chasubles -dispositif humain : les élèves sont en équipe</p>	<p><b>C.rl1:</b> progresser en avant <b>et se placer</b> efficacement par rapport à l'adversaire</p> <p><b>C.rl2:</b> -s organiser en se replaçant dans la zone défensif</p> <p><b>Grille d'observation :</b> -les élèves occupent tout le terrain</p>	<p><b>C.rt1:</b> A chaque progression vers le camp adverse les élèves mettent en œuvre une organisation collective. Pour marquer le panier</p> <p><b>C.rt2:</b> Les élèves effectue une défense collective</p> <p><b>Grille d'observation</b> :- gagner 2 matchs sur 3</p>
<p><b>Retour au calme</b></p>	 <p>Prof d'EPS. Récupération, bilan et perspective.</p>	<p>5m</p>	<p>-terrain de Basketball -Sifflet -chronomètre -fiche récapitulative</p>	<p>-Pulsation cardiaque revient à la normale -Les élèves connaissent leurs lacunes.</p>	

## GRILLE SEANCE DIAGNOSTIQUE S 1

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée :** 1 heure **Établissement :** COLLÈGE

**Classe :** 8ème **Activité :** BB /HB **Effectif :** \_\_\_\_\_

A= acquis (+)      N= non acquis (-)      EA= en voie d'acquisition (+ -)

### OBSERVER LE NIVEAU DE JEU

CTÈRES NOMS	PORTEUR DE BALLE				NON PORTEUR DE BALLE		
	Joue rapidement vers l'avant.	Effectue de passes favorables.	Tire de près, en course.	Faire des choix en progressant et en s'organisant...	Se démarque	Assume des rôles.	Se Replie en défensif

ÉQUIPE A	RÉSULTAT A	ÉQUIPE B	RÉSULTAT B	ÉQUIPE C	RÉSULTAT C	ÉQUIPE D	RÉSULTAT D

## GRILLE D'OBSERVATION S4

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée :** \_\_\_\_\_ **Établissement :** COLLÈGE

**Classe :** 8ème **Activité :** BB /HB **Effectif :** \_\_\_\_\_

A= acquis (+)      N= non acquis (-)      EA= en voie d'acquisition (+ -)

CTÈRES NOMS	Progression vers l'avant	Une bonne circulation des joueurs.	Une bonne circulation de la balle	Retour en défense.

ÉQUIPE A	RÉSULTAT A	ÉQUIPE B	RÉSULTAT B	ÉQUIPE C	RÉSULTAT C	ÉQUIPE D	RÉSULTAT D

## GRILLE SÉANCE D'INTÉGRATION S 8

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée :** 1heure **Établissement :** COLLÈGE

**Classe :** 8ème **Activité :** BB /HB **Effectif :** \_\_\_\_\_

A= acquis (+)      N= non acquis (-)      EA= en voie d'acquisition (+ -)

CRITÈRES ÉQUIPES	PORTEUR DE BALLE				
	Jeu rapide vers l'avant	Passes favorables	Tirs de près en course	SE DÉ-MARQUER	DÉFENSE
CLASSEMENT	POINTS				
1er	4				
2ème	3				

## GRILLE DE SÉANCE SOMMATIVE S9

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée :** 1heure **Établissement :** COLLÈGE

**Classe :** 8ème **Activité :** BB /HB **Effectif :** \_\_\_\_\_

A= acquis (+)      N= non acquis (-)      EA= en voie d'acquisition (+ -)

CRITÈRES ÉQUIPES	PORTEUR DE BALLE				NON PORTEUR DE BALLE		
	PASSE ET RÉCEPTION	DRIBBLE	TIR	ATTAQUE	SE DÉMARQUER	INTERCEPTER LE BALLON	DÉFENSE

ÉQUIPE A	RÉSULTAT A	ÉQUIPE B	RÉSULTAT B	ÉQUIPE C	RÉSULTAT C	ÉQUIPE D	RÉSULTAT D

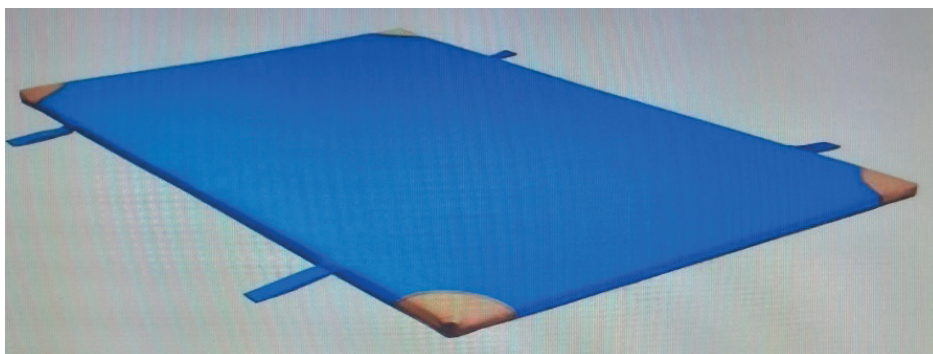
CLASSEMENT	POINTS
1er	4
2ème	3
3ème	2
4ème	1

Séance de basketball : progression en appui et soutien





# GYMNASTIQUE



## FICHE DE CYCLE DE GYMNASTIQUE (Filles et Garçons)

**COMPÉTENCE de base :** Présenter un enchaînement gymnique composé de 7 éléments techniques (roulade, roue, trépied, équilibre, saut) avec variantes chandelle (pour les filles) et planche faciale (pour les garçons).

NUMÉRO ET DATE DE LA SÉANCE	LE THÈME DE LA SÉANCE	COMPÉTENCE DE FIN DE SÉANCE	OBSERVATIONS
SÉANCE 1	Évaluation Diagnostique	Savoir les niveaux des élèves	
SÉANCE 2	Travail de la roulade avant et roulade arrière	Exécuter la roulade avant et la roulade arrière	
SÉANCE 3	Travail de la roulade avant jambes écarts et roulade arrière jambes écarts	Exécuter la roulade avant jambes écarts et la roulade en arrière jambes écarts	
SÉANCE 4	Trépied	Se maintenir avec trois appuis les deux mains et la tête (former un triangle)	
SEANCE 5	Roue	Se renverser latéralement, aligné les mains, la tête, le bassin et les pieds	
SÉANCE 6	Travail de l'Equilibre	Se maintenir en équilibre sur les mains	
SÉANCE 7	Rondade	Se renverser latéralement et aligner les mains la tête et le bassin, le pied et la face du corps doit être orienter vers le point du départ	
SÉANCE 8	INTEGRATION	Composer un Enchaînement globale	
SÉANCE 9	Evaluation SOMMATIVE	Vérifier si l'objectif est atteint	



## FICHE DE SEANCE 4

**DUREE : 1 HEURE**


**ÉTABLISSEMENT : COLLÈGE**


**Classe :**

**Effectif :**

**CLASSE : 8ème**

Présenter un enchaînement gymnique composé de 7 éléments techniques (roulade, roue, trépiéd, équilibre, saut) avec variantes chandelle (pour les filles) et planche faciale (pour les garçons).

COMPÉTENCE de FIN DE SEANCE / Se maintenir avec trois appuis les deux mains et la tête (former d'un triangle)			CONDI- TION DE RELI- SA- TION	CRITER DE RELI- SATION	CRITER DE RE- USITE
CONTENU	SCHEMAS	DU- REE			
<p><b><u>Mise en train :</u></b>  <u>Échauffement général :</u>                      -Courir autour du praticable                      -Activation cardio- vasculaire                      -suivi des étirements musculaires  <u>Échauffement Spécifique :</u>                      -Effectuer des roulades avant et arrière                      -Dos rond en passant par la chandelle</p>	<p>ECHAUFFEMENT GENERAL:                        ECHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE :</p>	15m	<p>-chrono- mètre                      -sifflet                      -Gym- nase</p>	<p>-les élèves écoutent et suivent bien les indications données.</p>	<p><b><u>C.rt E G :</u></b>                      -Les 4/4 des élèves Sont bien échauffés   <b><u>C.rt E S:</u></b>                      -Les 4/4 ont bien exécuté les gestes demandés</p>

<p>Corps de la séance :</p> <p>Situation 1 : Exécuter un trépied en s aidantdu plinthe</p> <p><b>Situation 2 ;</b> <b>Exécuter le trépied avec une parade</b></p> <p>-Situation de référence ; Exécuter un trépied en matérialisant les trois appuis</p>		35	<ul style="list-style-type: none"> <li>-chronomètre</li> <li>-sifflet</li> <li>-tapis</li> <li>-salle de gymnastique</li> <li>-Plinthe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Pose les mains et la tête au sol le plus près possible du plinthe en ayant les pieds dessus</li> <li>-Pousser sur les jambes et placer le bassin ensuite</li> <li>-Monter les jambes en poussant sur les appuis</li> <li>-Appui au sol, pousser sur la pointe des pieds pour placer le dos, monter et se maintenir à la verticale à l'aided'un pareur place devant.</li> <li>-Position de départ ; accroupis, genoux au sol, se renverser en posant les mains sur la même ligne et la tête devant</li> <li>-Les trois appuis forment un triangle</li> <li>-Ramener les pieds le plus possible pour placer le dos à la verticale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Placer le dos à la verticale</li> <li>-Se maintenir sur les appuis</li> <li>-Aligner les segments</li> </ul> <p><b>C.rt2:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-5/7 ont réussi à réaliser le trépied</li> <li>-Se maintenir sur les appuis pendant 3secondes</li> <li>-Tirer sur la pointe des pieds pour gagner et résister à l'entassement du corps</li> <li>-Poser les 3 appuis en forme triangle</li> <li>-Placer le dos à la verticale</li> </ul>
<p><b>Retour au calme</b></p>	 <p><b>Prof d'EPS.</b> Récupération, Bilan Et perspective.</p>	5m	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gymnase</li> <li>-Sifflet</li> <li>-Chronomètre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pulsation cardiaque revient à la normale</li> <li>-Les élèves connaissent leurs lacunes.</li> </ul>	90% des élèves connaissent leurs capacités

## GRILLE D'ÉVALUATION DIAGNOSTIQUE S1

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée :** 1heure **Établissement :** COLLÈGE

**Classe :** 8ème **Activité :** gym **Effectif :** \_\_\_\_\_

A= acquis (+)                      N= non acquis (-)                      EA= en voie d'acquisition (+ -)

CRITÈRES NOMS	Roulade avant/arrière	Le trépied	L'équilibre	La Roue	La Rondade

## GRILLE D'OBSERVATION DE FIN DE SEANCE S 4

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée :** 1heure **Établissement :** COLLÈGE

**Classe :** 8ème **Activité :** gym **Effectif :** \_\_\_\_\_

A= acquis (+)                      N= non acquis (-)                      EA= en voie d'acquisition (+ -)

CRITÈRES NOMS	-Pose alternatives des 2 mains -Se renverser avec appui, tête et mains en forme de triangle -Ramener les pieds le plus près possible pour placer le dos à la verticale	-Tirer sur la pointe pour gagner et résister à l'entassement du corps -Appuis au sol, pousser sur la pointe des pieds pour placer le dos, monter et se maintenir à la verticale à l'aide d'un pareur placé devant Variante : Sans mur	-Effectuer correctement un enchaînement de 5 éléments gymniques	OBSERVATION
<b>Abdo Abdillahi</b>	---	---	--	Elèves a reprendre
<b>TOTAL</b>				Evaluation globale de la classe :

## GRILLE D'OBSERVATION DE FIN DE SEANCE S 8

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1heure** **Établissement : COLLÈGE**  
**Classe : 8ème** **Activité : BB /HB** **Effectif :**  
**A= acquis (+)** **N= non acquis (-)** **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITÈRES NOMS	Présentation / Salutation	Roul.avant/ arrière	Roue	Trépied	Equilibre	Rondade
<b>EQUIPE A</b>						
<b>EQUIPE B</b>						
<b>EQUIPE C</b>						
<b>EQUIPE D</b>						

## GRILLE DE SÉANCE SOMMATIVE S9

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1heure** **Établissement : COLLÈGE**  
**Classe : 8ème** **Activité : BB /HB** **Effectif :**  
**A= acquis (+)** **N= non acquis (-)** **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITÈRES NOMS	Saut en extension	Roul. avant jambes tendues écarté	Roul. arrière jambes tendues écarté	Trépied Tenu 3 seconde revenir	Roue	Rondade	Equilibre  Tenue 3 seconde	Perf	Inves	Total
	<b>0,5pts</b>	<b>1,5pts</b>	<b>1,5pts</b>	<b>2pts</b>	<b>2pts</b>	<b>2,5pts</b>	<b>2pts</b>	<b>5pts</b>	<b>3pts</b>	<b>20pts</b>

## Séance de Gymnastique : Roulade avant et arriere



## VITESSE/RELAIS



## FICHE DE CYCLE DE RELAIS 8ème Année

Date:

DUREE : 1 HEURE

ÉTABLISSEMENT : COLLÈGE

Activité : Relais/Vitesse

**COMPÉTENCE DE BASE** :Après un bon départ, se transmettre le témoin le plus rapidement possible dans un espace donné et franchir la ligne d'arrivée avec la plus grande vitesse

NUMÉRO ET DATE DE LA SÉANCE	LE THÈME DE LA SÉANCE	COMPÉTENCE DE FIN DE SÉANCE	OBSERVATION ET ILLUSTRATIONS
SÉANCE 1	DIAGNOSTIQUE	Diagnostique le niveau initial des élèves en vitesse.	
SÉANCE 2	réaction aux différents signaux (sonore, visuel...) et travail des différentes positions de départ	Effectuer le meilleur départ au signal (sonore ou visuel)	
SÉANCE 3	Mise en action	Coordonner le départ et la mise en action en courant tout droit dans son couloir	
SÉANCE 4	Transmission de témoin	Travail de la technique de transmission du témoin	
SÉANCE 5	Transition entre les deux coureurs	Transmission du témoin est synchronisation entre le couple de coureurs	
SÉANCE 6	Travail ligne d'arrivée (finish)	Poursuite de l'effort jusqu'au franchissement de la ligne d'arrivée	
SÉANCE 7	Forme Globale du relais	Réviser les différentes phases de la course de relais Vitesse	
SÉANCE 8	INTEGRATION	Vérifier les acquis des élèves pour une éventuelle remédiation	
SÉANCE 9	EVALUATION SOMMA-TIVE	Evaluer les acquis des élèves	



# FICHE DE SEANCE N 4 VITESSE-RELAIS



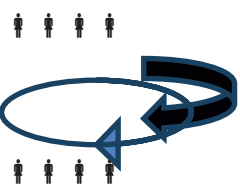
Établissement :


Activité : VITESSE-RELAIS

Effectif :

Classe : 8ème

Date:

SITUATIONS			CONDITIONS DE REALISATION	CRITERES DE REALISATION	CRITERES DE REUS-SITE
CONTENU	SCHEMAS	DU-REE			
<p><b>Prise en main :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-regroupement des élèves.</li> <li>-vérification de la tenue des élèves</li> <li>-présentation du thème de la séance</li> </ul>	 <p>Élèves enseignant</p>	5 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>-aire de jeu vitesse.</li> <li>-sifflet</li> <li>-chronomètre.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les élèves écoutent et suivre bien les indications donnés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-les élèves connaissent le thème de la séance.</li> </ul>
<p><b>Mis en train :</b></p> <p><b>Echauffement générale :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-cardio vasculaire</li> <li>-étirements musculaire</li> </ul> <p><b>Echauffement spécifique :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-élévation des genoux, talons aux fesses suivi aciération</li> </ul>	<p><b>ECHAUFFEMENT GNERALE</b></p>  <p><b>ECHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE :</b></p> 	15 min	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 2 plots</li> <li>· 1 objet à transporter</li> </ul> <p>Classe divisée en sous-groupes de 3 ou 4.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- courir autour du terrain de vitesse.</li> <li>- étirer bien les muscles sollicités</li> <li>-élever bien les genoux</li> <li>-faire touche les talons aux fesses.</li> <li>-Contourner le plot et revenir donner l'objet au coureur suivant :</li> </ul> <p>Consignes : va contourner le plot avec l'objet et le transmet au suivant...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Présence de la sueur</li> <li>-les muscles sont bien préparés.</li> <li>- le ¾ des élèves se sont bien préparés avant l'épreuve.</li> <li>-Être la première équipe à finir son relais</li> </ul>

<p><b>Corps de la séance :</b></p> <p><b>Situation1 :</b> Transmettre le témoin sans ralentir</p> <p><b>Variante :</b></p> <p>-Se transmettre sans se gêner</p> <p>-Se transmettre le témoin en mouvement En utilisant des repères</p> <p>-Se transmettre le Témoin en mouvement</p> <p><b>Situation de Référence:</b> courir le plus vite possible jusqu'à 60m</p>	<p><b>SITUATIONS</b></p>	<p>35 min</p>	<p>-1 bâton de relais pour 4 élève</p> <p>-1 chrono par groupe</p> <p>-des plots pour délimiter les zones</p> <p>-2 Élèves COURT et deux autres assurent :</p> <p>- le starter</p> <p>- le chronométrage</p> <p>- le contrôle des zones de passage</p>	<p>-Le relayé* maintient sa vitesse pour donner son témoin.</p> <p>-Le -re-layeur** regarde son partenaire et commence à prendre de la vitesse lorsque son partenaire passe sur une marque au sol.</p> <p>-Courir vite en relais à deux. Se transmettre le témoin en courant vite.</p> <p>Rester dans son couloir après la transmission.</p> <p>Tenir les rôles de donneur et receveur.</p>	
<p>Retour au calme</p>		<p>5min</p>	<p>-Aire de jeu du saut en longueur</p> <p>-Sifflet</p> <p>-Chronomètre</p>	<p>-Etirer bien les muscles sollicités</p> <p>-Expliquer le bilan de la séance</p>	<p>-Pulsation cardiaque revient normale</p> <p>-Les élèves connaissent leurs lacunes.</p>

## GRILLE D'ÉVALUATION DIAGNOSTIQUE S1

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1heure** **Établissement : COLLÈGE**

**Activité : VITESSE -RELAIS** **Effectif :** \_\_\_\_\_ **Classe : 8 ème**

**A= acquis (+)**      **N= non acquis (-)**      **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITERES NOMS	Réaction aux différents signaux (sonore, visuel...)	Mise en action,	Transmission du Temoin	Maintien d'une vitesse maximale	Franchir la ligne d'arrivée sans décélérer
1-					
2-					
3-					
4-					

## GRILLE D'OBSERVATION DE FIN DE SEANCE S2 A S7

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1 heure**

**Établissement :** \_\_\_\_\_ **Effectif :** \_\_\_\_\_

**Classe : 8ème** **Activité : VITESSE-RELAIS**

**A= acquis (+)**      **N= non acquis (-)**      **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITERES NOMS	DEPARTS	CREATION DE VITESSE	ZONE DE RELAIS	MAINTIEN DE LA VITESSE	ARRIVEE DE LA COURSE
1-					
2-					
3-					
4-					

# GRILLE D EVALUATION SOMMATIVE S9

Date:                      Durée : 1heure

Établissement : COLLÈGE

Activité : VITESSE -RELAIS

Effectif :

Classe : 8 ème

A= acquis (+)

N= non acquis (-)

EA= en voie d'acquisition (+ -)

CRITERES NOM	Réac- tion aux différents signaux (sonore, visuel...)	Mise en action,	Accéléra- tion	Transmission	Maintien d'une vitesse maximale	franchir la ligne d'ar- rivée sans décélérer
1-						
2-						
3-						
4-						
5-						

Séances de course de relais : Départ-



## SAUT EN LONGUEUR



## FICHE DE CYCLE 8<sup>ème</sup> ANNEE SAUT EN LONGUEUR

SEANCE	THEME	Compétence de fin de séance.	OBSERVATION
N°1	EVALUATION DIAGNOSTIQUE	Evaluer et Connaitre les niveaux des élèves et détection du pied d'appel	
N°2	Travail de la Course d'élan	Effectuer une bonne prise de marque et une course d'élan progressive	
N°3	Travail de la prise de marque	Réaliser une bonne liaison appel et impulsion	
N°4	Travail de l'impulsion	Réaliser une bonne impulsion/envol	
N°5	Travail de la suspension	Réaliser une bonne liaison impulsion, suspension	
N°6	Travail de la Réception	Réussir a effectué une descente équilibré et se réceptionner avec les deux pieds joints	
N°7	Travail de la forme globale du saut	Réussir à Combiner les différentes phases.	
N°8	Séance d'intégration	Préparation à l'évaluation en vérifiant le niveau des élèves	
N°9	EVALUATION SOMMATIVE	Vérifier si l'objectif est atteint ; évaluer les élèves.	

## FICHE DE SEANCE N°48eme ANNEE

**ACTIVITE : SAUT EN LONGUEUR**

**THEME DE LA SEANCE : travail de l'impulsion/envol**

**Compétence de fin de cycle :** : Après une course d'élan l'élève doit être capable de sauter le plus loin possible a une distance donnée, suivant la forme technique appropriée au saut en longueur.

<b>PARTIE DE LA SEANCE</b>	<b>DUREE</b>	<b>CONTENU A ENSEIGNE</b>	<b>CONDITION DE REALISATION</b>	<b>CRITERE DE REALISATION</b>	<b>CRITERE DE REUSSITE</b>
<b>PRISE EN MAIN</b>	5min	-Mettre les élèves par groupes -faire l'appel -Présentation du thème de la séance	-Décamètre, sifflet, etc... -En groupe -maillots	-regrouper les élèves par groupe - exiger d'être attentif	-rester silencieux Et attentif aux consignes...
<b>MISE EN TRAIN</b>	10min	Echauffement général : activation cardio, faire 2 à 3 tours de l'air de jeu, montée des genoux, foulée tractées, bondissantes, saut sur un pied...etc. Echauffement spécifique : les élèves en différents groupes : effectuer des courtes courses d'élan suivi d'un saut à un obstacle dans une distance limite.	- Décamètres, plots - élastiques -medecine-ball - Par groupe	-les élèves se mettent soit par groupe soit par deux pour effectuer correctement l'échauffement	s'échauffer correctement faire des sauts



<p>CORPS DE LA SEANCE</p>	<p>45min</p>	<p><b>Situation1</b> : Courir et sauter en tendant le bras vers le haut pour atteindre une ligne tracée dans le bac à sable ; <b>VARIANTE/</b>  <b>Courir et sauter pour atteindre et toucher à la tête une corde suspendu.</b></p> <p><b>Situation2</b> : Courir et sauter à l'aide d'un tremplin pour franchir un élastique ou par-dessus un obstacle.</p> <p><b>Situation de référence</b> : Courir et sauter le plus haut et le plus loin possible dans un sautoir en effectuant la technique de saut approprié.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- décamètre, plots, assiette etc...</li> <li>-Chronomètre</li> <li>- En groupe</li> <li>- Un groupe travail et mesurer la ligne atteint par le sauteur.</li> <li>- chaque groupe une fois leur saut fini passe le relais à un autre groupe.</li> </ul>	<p><b>Cr1 1: réaliser un saut en montant en haut la jambe libre, genou au niveau du bassin</b></p> <p><b>Cr12:</b> réaliser un saut avec une poussée maximal de la jambe d'appel et la jambe libre monte vers le haut et vers l'avant</p> <p><b>Cr1 3:( grille d'observation)-</b> se propulser vers l'avant et vers le haut et franchir l'obstacle</p>	<p><b>CrT1:</b> Sur 5 sauts réussis 3</p> <p><b>CrT2:</b> Sur 5 sauts réussi 4</p> <p><b>CrT 3 :( grille d'observation) :</b> <b>Sur 5 sauts réussi 4 OU 5</b></p>
<p>RETOUR AU CALME</p>	<p>10min</p>	<p>Les élevés font une petite marche suivie des étirements...</p>	<p>Marche autour de l'air du jeu</p>	<p>S'étirer, souffler lentement</p>	<p>Expirer-inspirer</p>
<p>Ressources matérielles : Décamètre, plots, Assiette, chronomètre, medecine-ball...etc.</p>					

# GRILLE DIAGNOSTIQUE 1

**Date:**                      **Durée : 1heure**                      **Établissement : COLLÈGE**  
**Classe : 8ème**                      **Activité : SAUT EN LONGUEUR**                      **Effectif : 15**  
**A= acquis (+)**                      **N= non acquis (-)**                      **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITERES NOMS	Course d'élan+ Saut	Liaison appel et l'impul- sion	l'impul- sion/envol	Impulsion/ suspension	Suspen- sion/chute	Observation

## GRILLE D'OBSERVATION S4

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1heure** **Établissement : COLLÈGE**

**Classe : 8ème** **Activité : SAUT EN LONGUEUR**

**A= acquis (+)** **N= non acquis (-)** **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITERES NOMS	Réaliser un saut en montant vers le haut la jambe libre, genou au niveau du bassin	Réaliser un saut avec une poussée maximal de la jambe d'appel et la jambe libre monte vers le haut et vers l'avant	<b>Réussir a se propulser vers l'avant et vers le haut et franchir l'obstacle</b>	<b>observation</b>
<b>Farhiya</b>	++	----	-----	<b>Elève non acquis, à reprendre</b>
<b>Abdi Aden</b>	+++++	+++++	+++++	élève acquis

# GRILLE D'INTEGRATION S8

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1 heure** **Établissement : COLLÈGE**  
**Classe : 8ème** **Activité : SAUT EN LONGUEUR**  
**Effectif : 15**  
**A= acquis (+)      N= non acquis (-)      EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITÈRES NOMS	Course d'élan + Saut (1pts)	Appel et l'impul- sion (1pts)	l'impul- sion/envol (2pts)	impul- sion/sus- pension (1pts)	suspen- sion/ chute (1pts)	Distance de saut

# GRILLE D'ÉVALUATION S9

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1 heure** **Établissement : COLLÈGE**  
**Classe : 8ème** **Activité : SAUT EN LONGUEUR**  
**Effectif :** \_\_\_\_\_

CRITÈRES NOMS	Course d'élan + Saut (1pts)	Appel et l'impulsion (1pts)	l'impulsion/ envol (2pts)	Impulsion/ suspension (1pts)	suspension/ chute (1pts)	Maitrise d'exécution sur : (6pts)	Performance note sur : 10 pts (voir barème)	Investissement (4pts)	TOTAL : Note /20
Abdi Aden	0.5	1	1	0.5	0.5	3.5	8	2	13.5
Kadra Abdillahi	1	1	0.5	0.5	1	4	5	3	12

Séance de saut en longueur : Course élan-Elan-Impulsion



## Course en durée



## FICHE DE CYCLE 8<sup>eme</sup>

SEANCE	THEME	Compétence de fin de séance.	Observation
N°1	EVALUATION DIAGNOSTIQUE	Connaitre les niveaux des élèves	
N°2	Travail du Rythme de course 3 X 1	Travail de la gestion de l'allure par tour	
N°3	Travail et maintien de l'allure 3 X 2	Trouver son allure de course par groupe et de manière individuelle	
N°4	Travail intermittent 30" X 7	Effectuer une course progressive tout au long de la course.	
N°5	Travail du rythme	Garder un certain rythme est de manière <b>économique</b> .	
N°6	Travail intermittent 1'30 X 3	Réussir à garder la même cadence durant tout le parcours	
N°7	Course continue 2X6	Réussir à garder un bon temps à une course dans une distance bien défini.	
N°8	SEANCE D'INTEGRATION	Vérifier les niveaux des élèves	
N°9	EVALUATION SOMMATIVE	Evaluer les élèves	



## FICHE DE SEANCE N°48eme ANNEE

**THEME DE LA SEANCE :** Travail de l'accélération de la course.

**Compétence de fin de séance :** Parcourir la plus grande distance possible avec une allure et une cadence adaptées dans un temps donné

PARTIE DE LA SEANCE	DUREE	CONTENU A ENSEIGNE	CONDITION DE REALISATION	CRITERE DE REALISATION	CRITERE DE REUSSITE
PRISE EN MAIN	5min	-Mettre les élèves par groupes -faire l'appel -Présentation du thème de la séance	-Décamètre, sifflet, etc... -En groupe -maillots	-regrouper les élèves par groupe - exiger d'être attentif	-rester silencieux Et attentif aux consignes...
MISE EN TRAIN	10min	Echauffement général : activation cardio, faire 2 à 3 tours de l'air de jeu Echauffement spécifique : -élévation des genoux ; -talons aux fesses. Exercice : sur un parcours de 20m, -Marcher de 1 à 5m ; Trotter de 5 à 10m ; et accélérer dans le 10 dernier mètre	--Plots -Chronomètre -Fiches	-les élèves se mettent soit par groupe soit par deux pour effectuer correctement l'échauffement	-s'échauffer correctement -faire des lancers précis
CORPS DE LA SEANCE	45min	Situation1 : Courir sur une distance de 400m pour remplir la caisse de l'équipe en ne portant qu'une balle à la fois, les élèves sont réparties en 4 groupes s'opposant 2 à 2. <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; text-align: center;">                 △ △ △ △                  □ □                  □ □                  □ □             </div> Situation2 : Courir tout en maintenant un certain rythme de l'arrivée d'un point à un autre dans un parcours de 3 niveaux avec un temps imparti sur une distance bien déterminer. Situation de référence : Courir le plus long-temps possible pendant 8min	- décamètre, plots, assiette etc... -Chronomètre - En groupe - Un groupe travail et compte le nombre de tours effectué	<b>Cr11</b> : réaliser une course en durée en partant d'un point et en effectuant le plus grand nombre de tours <b>Cr12</b> : Réussir à effectuer des courses sur une distance moyenne mais progressive Avec différents niveaux	CrT1 : Sur 5 passages réussis 3  CrT2: Sur 5 passages réussis 4  CrT 3: Sur 5 passages réussis 4 OU 5
RETOUR AU CALME	10min	Les élèves font une petite Marche suivie des étirements...	Marche autour de l'air du jeu	S'étirer, souffler lentement	Expirer-inspirer

**Ressources matérielles :** Décamètre, plots, Assiette, chronomètre, médecine-ball...etc.

# GRILLE DIAGNOSTIQUE 1

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1heure** **Établissement : COLLÈGE**  
**Classe : 8ème** **Activité : Course en Durée** **Effectif : 15**  
**A= acquis (+)** **N= non acquis (-)** **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITÈRES NOMS	Départs De Course +	Rhtyme de la course	Maintien d'une certaine vitesse	regularite	l'allure de la course	Observation

# GRILLE D'OBSERVATION S4

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1heure** **Établissement : COLLÈGE**  
**Classe : 8ème** **Activité : COURSE EN DUREE**  
**A= acquis (+)** **N= non acquis (-)** **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITERES NOMS	Réaliser une course de vitesse d'un point à un autre, dans une courte distance.	Réussir à effectuer des courtes vitesses mais progressive Avec différents niveaux.	Réussir à Effectuer une accélération en continue.	observation
<b>Farhiya</b>	++	----	-----	<b>Elève non acquis, à reprendre</b>
<b>Abdi Aden</b>	++++	++++	++++	élève acquis

# GRILLED'INTEGRATION S8

**Date:**                      **Durée : 1heure**                      **Établissement : COLLÈGE**  
**Classe : 8ème**    **Activité : COURSE EN DUREE**  
**Effectif : 15**  
**A= acquis (+)**                      **N= non acquis (-)**                      **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

CRITÈRES NOMS	Départs De Course +	Rhtyme de la course	Maintien dune certaine vitesse	regularite	l'allure de la course	Observation

# GRILLE D'EVALUATION SOMMATIVE

**Date:** \_\_\_\_\_ **Durée : 1heure** **Établissement : COLLÈGE**  
**Classe : 8ème** **Activité : COURSE EN DUREE** **Effectif : 15**  
**A= acquis (+)** **N= non acquis (-)** **EA= en voie d'acquisition (+ -)**

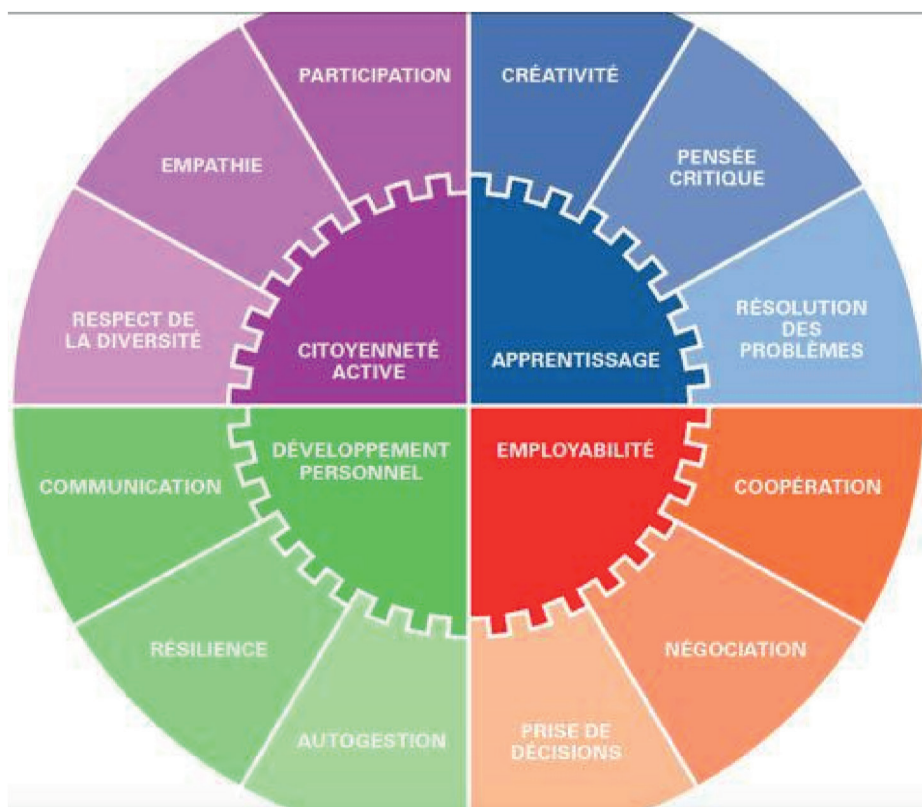
CRITÈRES NOMS									TOTAL : Note /20
Abdi Aden	0.5	1	1	0.5	0.5	3.5	8	2	13.5
KadraAbdil- lahi	1	1	0.5	0.5	1	4	5	3	12

Course en durée : rythme, allure , régularité



## ANNEXES

### LES COMPETENCES DE VIE EN EPS




## COMPÉTENCE DE VIE SPORTS COLLECTIFS 8<sup>ÈME</sup> ANNÉE

La Compétence de vie intègre les compétences transversales et les savoirs être qui relèvent du comportement de l'élève.

Elle comporte des compétences communes et spécifiques à chaque famille d'APSA et équivalentes aux 12 Compétences de Vie

Clés


COMPÉTENCE DE VIE	COMPÉTENCE APSA	COMPÉTENCES SPORT COLLECTIFS
	<p><b>HAND BALL</b> <b>BASKET BALL</b> <b>VOLLEY BALL</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Respect de la diversité</li> <li>-Empathie (se mettre à la place d'autrui).</li> <li>-participation (contribuer)</li> <li>-Créativité(inventer)</li> <li>-Pensée critique(analyser)</li> <li>-Résolution des problèmes (Connaître et savoir choisir la bonne méthode</li> <li>-Communication (interagir ,echanger )</li> <li>- autogestion</li> <li>-coopération (collaborer)</li> </ul>

## COMPÉTENCE DE VIE GYMNASTIQUE 8<sup>ÈME</sup> ANNÉE

La Compétence de vie intègre les compétences transversales et les savoirs être qui relèvent du comportement de l'élève.

Elle comporte des compétences communes et spécifiques à chaque famille d'APSA et équivalentes aux 12 Compétences de Vie

Clés

COMPÉTENCE DE VIE	COMPÉTENCE APSA	COMPÉTENCES GYMNIQUES
	<p><b>GYMNASTIQUE</b></p>	<p>Respect de la diversité (accepter les différences).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Empathie (se mettre à la place d'autrui).</li> <li>-participation (contribuer)</li> <li>-Créativité (inventer)</li> <li>-Pensée critique (analyser)</li> <li>-Résolution des problèmes (Connaître et savoir choisir la bonne méthode)</li> <li>-Communication ('informer</li> </ul>



## COMPÉTENCE DE VIE ATHLETISME 8<sup>ÈME</sup> ANNÉE

La Compétence de vie intègre les compétences transversales et les savoirs être qui relèvent du comportement de l'élève.

Elle comporte des compétences communes et spécifiques à chaque famille d'APSA et équivalentes aux 12 Compétences de Vie

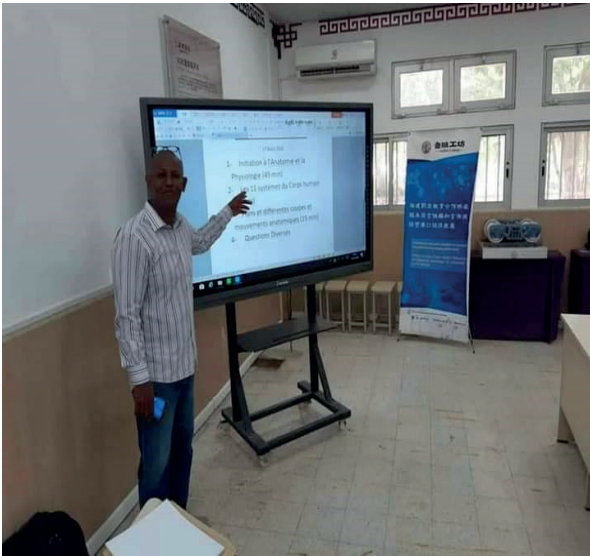
Clés

COMPÉTENCE DE VIE	COMPÉTENCE APSA	COMPÉTENCES ATHLETIQUES
 <p>Le diagramme circulaire est divisé en 12 segments de couleur, chacun correspondant à une compétence de vie :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participation (bleu clair)</li> <li>Creativité (bleu foncé)</li> <li>Pensée critique (bleu très foncé)</li> <li>Résolution des problèmes (bleu noir)</li> <li>Coopération (orange)</li> <li>Négociation (rouge-orange)</li> <li>Prise de décision (rouge)</li> <li>Employabilité (rouge foncé)</li> <li>Apprentissage (bleu-vert)</li> <li>Citoyenneté active (bleu-vert foncé)</li> <li>Développement personnel (vert)</li> <li>Communication (vert foncé)</li> <li>Resilience (vert très foncé)</li> <li>Autogestion (vert noir)</li> <li>Respect de la diversité (violet)</li> <li>Empathie (violet foncé)</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>VITESSE/RELAIS SAUT EN LONG- GUEUR COURSE EN DUREE</b></p>	<p>Communication</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Respect de la diversité</li> <li>-Auto-gestion</li> <li>-Prise de décision</li> </ul>

## LES COMPETENCES DE VIE EN EPS




## UNE SMART-CLASS




### COMPÉTENCE NTIC EN SPORTS COLLECTIFS HB/BB/VB 8<sup>ÈME</sup> ANNÉE.

La compétence NTIC renvoie aux innovations technologiques supports et outil au service de l'enseignant d'EPS dans la mise en œuvre de ses séquences didactiques

APSA	OUTILS/SUPPORTS NTIC	SAVOIRS-FAIRE ET CONTEXTE
<p>HANDBALL BASKETBALL VOLLEYBALL</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Application Sport Collectifs sur Smartphone.</li> <li>-Tableur.</li> <li>-outils pour analyse technique et biomécanique</li> <li>-outils et logiciels pour base de données</li> <li>-outils numériques pour analyse technique tactique</li> <li>-Support video numérique</li> </ul>	<p>A ce stade, les apprentissages porteront <b>pratiquement</b> sur la capacité à manipuler (découverte) des supports dans l'optique d'une Prise d'info :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mener une recherche ou une veille (sur terrain)</li> <li>- lire et repérer des infos sur un support numérique.</li> <li>-effectuer une recherche, action d'enregistrement</li> <li>- gérer les données.</li> <li>-savoir sauvegarder les informations recueillies.</li> </ul> <p><b>Et théoriquement</b>, sur la capacité à</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- se connecter à un environnement numérique.</li> <li>- traiter des données.</li> </ul>

## COMPÉTENCE NTIC ATHLETISME 8<sup>ÈME</sup> ANNÉE.

La compétence NTIC renvoie aux innovations technologiques supports et outils au service de l'enseignant d'EPS dans la mise en œuvre de ses séquences didactiques

APSA	OUTILS/SUPPORTS NTIC	SAVOIRS-FAIRE ET CONTEXTE
<p>VITESSE/RELAIS SAUT EN LONGUEUR COURSE DE VITESSE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Application Sport Collectifs sur Smartphone.</li> <li>-Tableur.</li> <li>-outils pour analyse technique et biomécanique</li> <li>-outils et logiciels pour base de données</li> <li>-outils numériques pour analyse technique tactique</li> <li>-Support vidéonumérique</li> </ul>	<p>A ce stade, les apprentissages porteront : <b>Pratiquement</b> sur la capacité à manipulation (découverte) des supports dans l'optique d'une Prise d'info :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mener une recherche ou une veille (sur terrain)</li> <li>- lire et repérer des infos sur un support numérique.</li> <li>-effectuer une recherche, action d'enregistrement</li> <li>- gérer les données.</li> <li>-savoir sauvegarder les infos recueillis.</li> </ul> <p><b>Et théoriquement</b>, sur la capacité à</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- se connecter à un environnement numérique.</li> <li>- traiter des données.</li> </ul>

Photos prises dans différents secteurs d'éducation physique et sportive

Arta



Cem de hodane 3



## CONCLUSION

Le présent guide destiné aux enseignants d'EPS de 8 A de l'Enseignement Moyen a été rédigé conformément aux principes des curricula révisés en 2021-2022 .

Il décline les modalités de mise en œuvre des enseignements - apprentissages en EPS avec l'introduction de deux nouveaux concepts à savoir les **Compétences de Vie et les TIC** .

Ces nouveaux concepts, figurant **en annexe** sous forme de tableaux de correspondance, seront intégrés dans les **outils didactiques** ( fiches de cycle et fiches de séance ) et dans les contenus d'enseignement.

Cet ouvrage sera **expérimenté** dans toutes les classes de 8 A avec un collège ciblé comme établissement pilote.

Les enseignants d'Eps seront suivis par **l'équipe d'encadrement de la CRC EPS Moyen** du CRIPEN dans Le **collège pilote** .

Les **Conseillers Pédagogiques de l'Inspection d'EPS** feront un suivi de la mise en œuvre de ce guide dans les **autres établissements** à travers les formations de proximité et les visites pédagogiques.

L'enseignement de l'EPS sera mise en œuvre dans les **smart-class** des collèges au début de chaque cycle didactique par la projection de supports vidéo numériques APSA à **raison de deux heures par cycle**.

L'expérimentation de ce guide sera flexible et adaptée au niveau des élèves et aux conditions matérielles et infrastructures des établissements.