# CYCLES



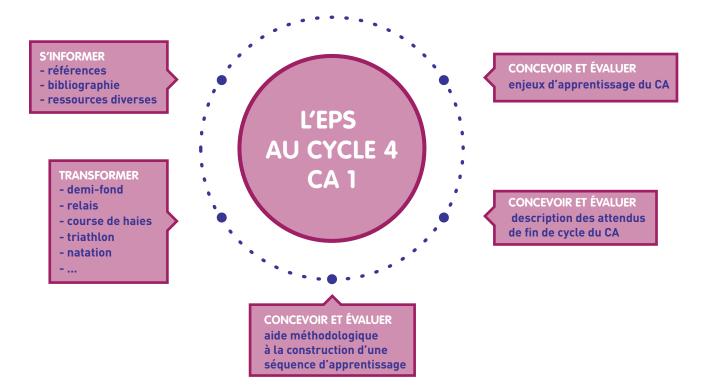
#Ressources2016

# **CYCLES**



#Ressources2016

## Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée





## > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 1

## Principes de construction des ressources

Schéma synthétique d'organisation des ressources (par champ d'apprentissage)

#### ENJEUX D'APPRENTISSAGE DU CA

Croisement des compétences générales en EPS et des attendus de fin de cycle du CA

## ATTENDUS DE FIN DE CYCLE DU CA

Explication des attendus de fin cycle de CA, proposition de contenus et de repères de progressivité

## AIDE MÉTHODOLOGIQUE À LA CONSTRUCTION D'UNE SÉQUENCE D'APPRENTISSAGE DANS LE CA

Aide à la détermination des contenus et des modalités d'évaluation dans le CA

## ILLUSTRATION DANS UNE APSA

Exemple de repères d'évaluation, de contenus et de mise en œuvre dan

## Structuration des ressources

Les ressources sont structurées, pour chacun des champs d'apprentissage, de la manière suivante :

- Un tableau **« Enjeux d'apprentissage du CA »**. Celui-ci croise les compétences générales en EPS avec les attendus de fin de cycle afin d'identifier les principaux enjeux d'apprentissage du champ pour le cycle 4. Ces enjeux peuvent être complétés par les équipes en fonction de leur projet pédagogique.
- Des tableaux « Attendus de fin de cycle ». Ils explicitent chaque attendu de fin de cycle du champ d'apprentissage, en spécifiant les enjeux d'apprentissage en contenus possibles et en proposant des repères de progressivité. Les équipes choisissent des contenus en fonction de leur projet pédagogique.
- Un tableau « Aide méthodologique à la construction d'une séquence d'apprentissage ». Celui-ci présente les principes essentiels pour déterminer et évaluer les acquisitions des élèves lors d'une séquence d'apprentissage. L'expression « séquence d'apprentissage » (et non « cycle d'apprentissage ») a été privilégiée afin d'éviter des confusions avec la notion de cycle employée dans les programmes.



- Des illustrations dans des APSA du champ d'apprentissage. Ces illustrations sont concues de la manière suivante :
- Un tableau « Repères d'évaluation » illustrant la manière dont peuvent être spécifiées et évaluées les acquisitions attendues dans l'APSA, en référence aux attendus de fin de cycle du champ d'apprentissage.
- Des illustrations présentant des exemples de mises en œuvre pour travailler plus spécifiquement la compétence attendue dans l'APSA, un attendu de fin de cycle, une compétence générale de l'EPS ou un élément du domaine du socle (en relation avec une priorité du projet établissement). Ces différents modes d'entrée illustrent différentes stratégies possibles pour concevoir son enseignement : en référence à la compétence attendue dans l'APSA, aux attendus de fin de cycle, aux compétences générales de l'EPS, aux domaines du socle. Afin d'éviter toute dimension modélisante, le format de présentation des mises en œuvre diffère selon les APSA. Pour une même APSA, deux illustrations présentant deux modes d'entrée différents sont parfois proposées.

## Liste des abréviations utilisées dans les ressources

Les ressources utilisent régulièrement les abréviations suivantes :

A : attendu de fin de cycle.

APSA : activité physique sportive et artistique.

CA: champ d'apprentissage.

CG: compétences générales (cf. préambule du programme d'EPS).

D : domaine du socle commun de connaissances, de compétences et de culture (1, 2, 3, 4 ou 5).









## >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Produire une performance optimale mesurable à une échéance donnée

## Enjeux d'apprentissage du CA 1

Ce tableau vise à aider les équipes enseignantes à déterminer des enjeux d'apprentissage dans le champ d'apprentissage « **Produire une performance optimale mesurable à une échéance donnée** » et à construire un parcours de formation cohérent et progressif sur les trois années qui composent le cycle. Le croisement « Compétences générales de l'EPS » / « Attendus de fin de cycle » garantit que les enjeux d'apprentissage identifiés permettent de travailler les cinq compétences générales de l'EPS (et par conséquent les cinq domaines du socle) en relation avec les attendus de fin de cycle. Seules ont été remplies les cases pour lesquelles ce croisement est pertinent.





CHAMPS D'APPRENTISSAGE 1 « Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée »		ATTENDUS DE FIN DE CYCLE POUR LE CA1				
		Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins deux familles athlétiques et/ou au moins deux styles de nages	S'engager dans un programme de prépara- tion individuel ou collectif	Planifier et réaliser une épreuve combinée	S'échauffer avant un effort	Aider ses camarades et assumer différents rôles sociaux
DOMAINES DU SOCLE	COMPÉTENCES GÉNÉRALES		EN	JEUX D'APPRENTISSAGE		
Des langages pour penser et communiquer	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps	Mobiliser ses ressources de manière optimale pour produire la meilleure performance possible	Développer ses ressources pour améliorer ses performances	Réguler ses actions pour réaliser la meilleure perfor- mance possible	S'approprier un vocabulaire spécifique à un échauffement	S'approprier un vocabu- laire relatif à la motricité
Les méthodes et outils pour apprendre	S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre	Construire et mettre en œuvre des projets pour réaliser la meilleure performance possible	Déterminer des axes de progrès (pour soi ou les autres) et accepter de répéter pour apprendre et se transformer	Adapter son activité au regard des exigences de l'épreuve Assurer collectivement l'organisation d'une épreuve	S'approprier les principes d'un échauffe- ment	Analyser les actions et les performances d'autres élèves
La formation de la per- sonne et du citoyen	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités		Participer à des histoires collectives d'apprentis- sage	Respecter les autres et les règles de fonctionnement collectif	Conduire un échauffement collectif	Assumer différents rôles (juge, observateur, entraîneur)
Les systèmes naturels et les systèmes techniques	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière		Adapter son activité à partir de diverses connaissances sur soi pour préserver son intégrité physique	Respecter des principes d'hygiène collective et de vie	Reconnaître les bienfaits d'un échauffe- ment	
Les représentations du monde et l'activité humaine	S'approprier une culture physique sportive et artistique pour construire progressivement un regard lucide sur le monde contemporain	S'engager dans un effort maximal pour se dépas- ser et éprouver ses limites	S'approprier des principes simples d'entraînement	S'approprier le règlement d'une épreuve		



## > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Produire une performance optimale mesurable à une échéance donnée

## Attendus de fin de cycle

Ces tableaux visent à aider les équipes à agencer et décliner les différents attendus de fin de cycle 4 du champ « Produire une performance optimale mesurable à une échéance donnée » dans le parcours de formation de l'élève afin de travailler et développer les cinq compétences générales de l'EPS (et par conséquent les cinq domaines du socle). Ils aident à construire un parcours de formation cohérent et progressif sur les trois années qui composent le cycle.

Ces tableaux précisent les attendus de fin de cycle, en spécifiant les enjeux d'apprentissage en termes de contenus possibles et en proposant des repères de progressivité pour chacun des attendus. Les équipes choisissent les thèmes d'apprentissage et ordonnent les contenus en fonction de leur contexte local (caractéristiques des élèves, priorités du projet pédagogique, conditions d'enseignement...).

## Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins deux familles athlétiques et/ou au moins deux styles de nages

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
<ul> <li>Aider l'élève à :</li> <li>réaliser et stabiliser une performance mesurée dans le temps ou l'espace en exploitant au mieux son potentiel sur le plan physique, physiologique et psychologique, et en utilisant différentes techniques sportives ;</li> <li>construire et utiliser des repères externes et internes pour contrôler ses mouvements, l'allure de son effort, sa respiration ;</li> <li>gérer l'intensité de son engagement ;</li> <li>savoir récupérer pendant et après l'effort.</li> <li>Liens avec les « compétences visées » des programmes :</li> <li>Mobiliser, en les optimisant, ses ressources pour réaliser la meilleure performance possible à une échéance donnée.</li> <li>Utiliser des repères extérieurs et des indicateurs physiques pour contrôler son déplacement et l'allure de son effort.</li> </ul>	D1/CG1: « Les langages pour penser et communiquer / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps »  Il s'agit pour l'élève d'exploiter ses ressources (d'ordre physiologique, psychologique, moteur) de manière optimale au regard des contraintes de réalisation des épreuves.  D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre »  Il s'agit pour l'élève:  de mettre en relation ses ressources et les contraintes de l'épreuve;  de construire et mettre en œuvre des projets (individuels ou collectifs) pour réaliser la meilleure performance possible;  d'analyser ses performances à partir de différents indicateurs et à l'aide de différentes outils en prenant en compte l'évolution des résultats obtenus. Ces indicateurs peuvent être relatifs au temps, à la distance, à des rapports amplitude/fréquence, à des aspects techniques Ils peuvent concerner sa propre performance ou celle d'autres élèves;  de réguler les projets en fonction de l'analyse des performances.  D5/CG5: « Les représentations du monde et de l'activité humaine / Des éléments de la culture sportive »  Il s'agit pour l'élève:  de connaître des performances sportives de référence;  de situer ses propres performances au regard de ces performances;  d'éprouver les émotions liées à la réalisation d'une performance sportive et au dépassement de soi.	Gestion de l'effort D'une dépense d'énergie inadaptée à une efficience des actions par la mobilisation optimale de ses ressources.  Choix réalisés De choix aléatoires à des choix pertinents et justifiés.  Contrôle du mouvement De l'utilisation de repères externes pour réguler ses actions et ses efforts à une régulation sur la base de repères internes et de ressentis.  Engagement dans l'effort Vers un engagement dans un effort maximal pour se dépasser et aller au bout de ses limites.

## S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif

#### PRÉCISIONS SUR LES LIENS EXPLICITATION DE L'ATTENDU REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE Aider l'élève à : D1 / CG1 : « Les langages / Développer sa motricité et apprendre Maitrise technique à s'exprimer avec son corps » • connaître ses ressources et s'approprier des principes d'entraî-D'une motricité usuelle à la stabilisation d'habiletés techniques nement simples pour mettre en œuvre un programme d'entraîne-Il s'agit pour l'élève de développer des ressources pour répondre adaptées aux contraintes des épreuves sportives. ment adapté à ses ressources et ses aspirations : aux contraintes des différentes épreuves physiques et améliorer son efficience et son efficacité. Ces ressources sont d'ordre physio-Prise en charge d'un projet d'entraînement • concevoir des séquences d'entraînement adaptées aux épreuves logique, psychologique et moteur (habiletés techniques spécifiques). et à ses ressources : De l'application d'un programme d'entraînement pensé par • persévérer, accepter l'effort et se dépasser pour développer ses l'enseignant à une prise en charge par l'élève (seul ou en groupe). D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre » : ressources. Il s'agit pour l'élève : Analyse des performances • d'établir un projet d'apprentissage (seul ou collectivement) D'une analyse succincte à une analyse plus fine des performances Liens avec les « compétences visées » des programmes : comprenant des axes de transformation et de progrès ; à l'aide de différents outils Se préparer à l'effort et s'entrainer pour progresser et se dépasser. • d'utiliser des outils variés (dont des outils numériques) pour analyser (et réguler) ses actions (ou celles d'autres élèves) Utiliser des repères extérieurs et des indicateurs physiques pour Gestion de l'effort et réguler les projets : contrôler son déplacement et l'allure de son effort. D'efforts non maîtrisés à une régulation des efforts à l'aide • de préparer-planifier, se représenter une action avant de la de différents indicateurs (externes et internes). Prendre en compte des mesures relatives à ses performances ou réaliser : à celles des autres pour ajuster un programme de préparation. • d'accepter de répéter un geste sportif pour le stabiliser et Engagement dans l'effort le rendre plus efficace. D'un effort subi et imposé vers un effort volontaire. D3 / CG3 : « La formation de la personne / Partager des règles et assumer des responsabilités » Appropriation de techniques sportives Il s'agit pour les élèves de s'engager dans des histoires collectives Vers l'analyse de ses performances par le recours d'apprentissage dans lesquelles ils partagent une orientation comà des « principes techniques ». mune et développent des sentiments de responsabilité réciproque et d'entraide D4 / CG4 : « Les systèmes naturels et techniques / Apprendre à entretenir sa santé » Il s'agit pour l'élève : • de connaître et d'utiliser des indicateurs objectifs pour caractériser un effort physique (fréquence cardiaque, vitesse maximale aérobie, durée d'effort, allure de course, nombre d'appuis, fréquence des appuis, fréquence respiratoire...) ; • d'adapter l'intensité de son engagement physique, ses formes de récupération, ses actions... à ses ressources et ressentis pour préserver son intégrité physique dans des phases de préparation, réalisation et récupération de l'effort ; • de s'alimenter et de s'hydrater de manière adaptée avant. pendant et après l'effort.

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
	<ul> <li>D5/CG5: « Des éléments de la culture sportive »</li> <li>Il s'agit pour l'élève de:</li> <li>connaître, expliquer et s'approprier les principes simples d'efficacité de différentes techniques sportives (prise d'élan, résistance à l'avancement, appuis);</li> <li>connaître et s'approprier des principes simples d'entraînement (détermination d'une charge de travail, les différentes formes de récupération);</li> <li>d'éprouver les émotions liées à l'engagement dans des efforts librement consentis.</li> </ul>	

## Planifier et réaliser une épreuve combinée

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
<ul> <li>Aider l'élève à :</li> <li>prendre en compte les contraintes des différentes épreuves (durée, difficulté, intensité, réglementation) pour prévoir leur enchaînement de manière pertinente ;</li> <li>assumer des responsabilités au sein de la classe pour assurer le bon déroulement des épreuves.</li> <li>Liens avec les « compétences visées » des programmes :</li> <li>Se préparer à l'effort et s'entrainer pour progresser et se dépasser.</li> <li>Utiliser des repères extérieurs et des indicateurs physiques pour contrôler son déplacement et l'allure de son effort.</li> <li>Maîtriser les rôles d'observateur, de juge et d'organisateur.</li> </ul>	D1/CG1: « Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps »  Il s'agit pour l'élève de réguler ses actions en fonction de ses résultats et de ses ressentis pour optimiser l'enchainement des efforts.  D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre »  Il s'agit pour l'élève de :  • choisir l'enchaînement des épreuves en fonction de ses caractéristiques afin d'exploiter au mieux ses ressources ;  • se répartir les rôles de pratiquant dans les différentes épreuves pour exploiter au mieux le potentiel de l'équipe lépreuve collectivel ;  • se répartir les rôles pour organiser une épreuve et maîtriser les outils nécessaires à la mise en place des différentes épreuves.  D3 / CG3: « La formation de la personne et du citoyen / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités »  Il s'agit pour l'élève de :  • de connaître les règles de sécurité et de validation d'une performance pour les respecter et les faire respecter ;  • d'assumer et de partager des responsabilités au sein d'un groupe pour réaliser un projet collectif.  D4 / CG4: « Les systèmes naturels et techniques / Apprendre à entretenir sa santé »  Il s'agit pour l'élève de respecter des règles d'hygiène collective (natation) et d'adopter une hygiène de vie (sommeil, alimentation) adaptée à la réalisation d'une performance à une échéance donnée.  D5 / CG5: « Les représentations du monde et de l'activité humaine / S'approprier une culture sportive et artistique »  Il s'agit pour l'élève de connaître les règlements et principes d'élaboration de différentes épreuves afin de les mettre en place de manière autonome.	Intensité de l'effort  Vers une régulation de l'intensité de l'effort prenant en compte la situation (ressentis, rapport d'opposition).  Choix de l'enchaînement des épreuves  D'un élève qui enchaîne des épreuves de façon imposée ou aléatoire à un élève qui choisit une succession des efforts permettant un enchaînement efficient.  Gestion du collectif  D'une répartition aléatoire des épreuves entre les membres de l'équipe à une répartition prenant en compte le potentiel de chacun.  Organisation et gestion du déroulement des épreuves  D'une organisation des épreuves par l'enseignant à une prise en charge par les élèves.

## S'échauffer avant un effort

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
Aider l'élève à :  • se préparer efficacement sur le plan physique et psychologique pour réaliser un effort physique ;  • mettre en œuvre les étapes d'un échauffement dont le contenu est adapté à l'activité et à ses ressources ;  • adapter le contenu de l'échauffement à l'effort à réaliser et à ses ressentis.  Liens avec les « compétences visées » des programmes :  Se préparer à l'effort et s'entrainer pour progresser et se dépasser.	D1/C61: «Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps »  Il s'agit pour l'élève de connaître et utiliser à bon escient les différentes termes liés à un échauffement physique (groupes musculaires, mouvements articulaires).  D2/S62: «Des méthodes et outils pour apprendre »  Il s'agit pour l'élève d'enchaîner différents exercices et de gérer leur intensité pour se préparer à un effort physique de façon efficace, sur la base de ses ressentis et en relation avec les caractéristiques de l'effort à réaliser.  D3/C63: « La formation de la personne et du citoyen / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités »  Il s'agit pour l'élève de prendre en charge tout ou partie d'un échauffement pour l'ensemble de la classe ou un groupe d'élèves, en respectant les principes de base d'un échauffement et en prenant en compte les caractéristiques de l'effort à réaliser.  D4/C64: « Les systèmes naturels et techniques / Apprendre à entretenir sa santé »  D5/C65: « Les représentations du monde et de l'activité humaine / S'approprier une culture sportive et artistique »  Il s'agit pour l'élève de connaître les bienfaits physiologiques et psychologiques d'un échauffement et de les justifier en recourant à diverses connaissances.	Précision et pertinence du vocabulaire utilisé D'un vocabulaire usuel ou approximatif à un vocabulaire spécifique à l'échauffement.  Adaptation du contenu de l'échauffement D'un contenu standard de l'échauffement à un contenu adapté au regard des caractéristiques de l'effort à réaliser. D'un échauffement standard à un échauffement régulé en fonction de ses ressentis.  Prise en charge de l'échauffement D'un échauffement conduit par l'enseignant à un échauffement réalisé de manière autonome.  Appropriation des principes d'un échauffement Vers une justification des modalités d'échauffement choisies et de leurs effets.

## Aider ses camarades et assumer différents rôles sociaux (juge d'appel et de déroulement, chronométreur, juge de mesure, organisateur, collecteur de résultats, etc.)



## >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 1

## Aide méthodologique à la construction d'une séquence d'apprentissage du CA 1

Ce tableau propose une démarche pour aider les équipes à construire une séquence dans une APSA du champ d'apprentissage « **Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée** ». Il s'agit de préciser ce qu'il y a à apprendre pour les élèves dans l'APSA en relation avec les attendus de fin de cycle dans le CA1 et les compétences générales de l'EPS. Les équipes choisissent, ordonnent ces contenus et construisent des outils d'évaluation pour vérifier leur acquisition en prenant en compte leur contexte local.

## SÉQUENCE D'APPRENTISSAGE DU CHAMP D'APPRENTISSAGE 1 « PRODUIRE UNE PERFORMANCE OPTIMALE, MESURABLE À UNE ÉCHÉANCE DONNÉE »

#### **APSA** retenues :

Il s'agit d'effectuer un choix parmi les APSA qui paraissent les plus appropriées pour construire, chez les élèves, les attendus de fin du cycle 4 du champ d'apprentissage 1.

#### Exemple pour le CA1:

Natation longue / Natation Vitesse / Relais en natation / Parcours aquatiques / Relais en athlétisme / Demi-fond / Triathlon athlétique / Course de haies / Multibonds / Multilancers.

#### Ce qu'il y a à apprendre :

Il s'agit de déterminer des « acquisitions prioritaires » permettant de construire les différents attendus du cycle 4 dans le champ d'apprentissage et qui sont envisageables pour une première (ou une deuxième) séquence d'un temps effectif de pratique de 12h minimum pour les élèves dans une APSA donnée.

Les acquisitions prioritaires sont choisies en relation avec le projet pédagogique, les caractéristiques des élèves et les tableaux « Enjeux d'apprentissage » et « Attendus de fin de cycle », en les spécifiant au regard de l'APSA support. Elles peuvent être complétées par d'autres acquisitions référées au socle, selon les priorités du projet d'établissement (par exemple : une priorité sur la maîtrise de la langue française, sur le respect des règles de la vie collective, sur la coopération...).

#### Étapes et repères de progression :

Il s'agit d'identifier, à travers des indicateurs qualitatifs ou quantitatifs, la progression en 4 étapes des élèves au regard des acquisitions prioritaires précédemment citées (« ce qu'il y a à apprendre ») et en référence aux repères de progressivité des attendus de fin de cycle. Ces quatre étapes, formulées à l'identique de celles du livret scolaire, visent à faciliter la validation des compétences du socle commun.

Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints (maîtrise insuffisante)

Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints (maîtrise fragile)

Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints (maîtrise satisfaisante)

Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés (maîtrise très satisfaisante)

Retrouvez Éduscol sur





#### Principes de construction d'une compétence attendue en CA1 (à décliner dans l'APSA support)

Il s'agit de formuler une compétence dans l'APSA au sein du collège intégrant les trois dimensions motrice, méthodologique et sociale et répondant aux acquisitions prioritaires choisies en relation avec les différents attendus du cycle 4 pour le champ d'apprentissage. Il importe de spécifier les principales caractéristiques du contexte dans lequel est mobilisée cette compétence. Cette compétence peut mettre en avant un élément du socle (en relation avec des priorités du projet établissement et des choix des équipes).

À travers les APSA du CA1, il s'agit de permettre aux élèves de développer et mobiliser leurs ressources, de leur apprendre à se préparer en vue de la réalisation d'une performance maximale, à analyser leur prestation et celle des autres élèves, à confronter leurs observations pour ajuster leur programme de préparation.

La compétence attendue intègre la formulation, par les élèves, d'un projet de performance au regard de leurs propres ressources de manière à les exploiter de manière optimale pour performer à une échéance donnée.

#### Règles constitutives des modalités d'évaluation pour le CA1 (à spécifier dans l'APSA support choisie) :

L'évaluation des élèves dans les activités du CA 1 se fonde sur une épreuve mesurée en relation avec un temps et/ou une distance et sur les rôles associés (observateur et/ou juge). Elle exige des élèves la formulation d'un projet (individuellement ou collectivement).

La situation d'évaluation doit permettre de rendre explicites les acquisitions prioritaires, notamment :

- par des indicateurs observables et quantifiables comme le temps, la distance, l'amplitude, la fréquence...;
- par l'analyse de sa prestation et celle des autres à partir de critères d'observation et d'outils d'appréciation, externes et internes.

L'évaluation prend en compte à la fois la performance brute, la performance maîtrisée (rapportée au projet annoncé de l'élève) et la performance relative (rapportée aux ressources de l'élève).



## >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 1

## Demi-fond: repères d'évaluation

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE				
	A1 : Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance	A2 : S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif	A3 : Planifier et réaliser une épreuve combinée	A4 : S'échauffer avant un effort	A5 : Aider ses camarades et assumer les rôles sociaux
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Ajuster son effort et définir u</li> <li>Éprouver et accepter les effe</li> <li>Encourager et conseiller ses En lien avec A1, A3 et A5</li> <li>Programmation de l'effort</li> <li>Maîtriser les principes de ba et aérobie, capacité et puisse</li> <li>Relier des ressentis avec de</li> <li>Construire et aider à constru En lien avec A1, A2, A3 et A5</li> <li>Préparation à l'effort</li> <li>Réaliser un échauffement construire et aider au fechauffement et aider au fechauffement construire et aider au fechauffement et aide</li></ul>	ets de l'entraînement et de la fatig s camarades. se du « savoir s'entraîner » : vite ance, effets de l'entraînement (de s repères externes (temps, distan uire un plan d'entraînement en lie omplet et progressif. ses ressentis et à l'effort à venir.	sse maximale aérobie (VMA), allur la répétition et de la récupération ices, vitesse). en avec un projet de course.	res de courses, filières anaérobie	

Retrouvez Éduscol sur







DES MODALITÉS D'ÉVALUATION adaptés à ses ressources.

## Illustration 1 : travail de l'attendu « S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif »

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ
	A2 : S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>S'engager et persévérer dans la réalisation d'une performance maximale et les entraînements qu'elle implique.</li> <li>Percevoir et relier des ressentis (psychologique, respiratoire, musculaire et cardiaque) et des repères externes (temps, distances, vitesse).</li> <li>Acquérir des connaissances de base sur le « savoir s'entraîner » : vitesse maximale aérobie (VMA), allures de courses, filières anaérobie lactique et aérobie, capacité et puissance, effets de l'entraînement (de la répétition et de la récupération).</li> </ul>
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints : ajuste son projet d'allure en fonction du temps de course et des ressentis de ses courses précédentes.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints : choisit des allures et des temps de récupération adaptés à la filière travaillée.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints : planifie et réalise un projet d'entraînement (allure, temps de course et de récupération) adapté à la stratégie de course choisie pour sa performance.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés : idem + porte un regard critique et constructif sur la planification et la réalisation d'un camarade.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Construire, réaliser et analyser au regard de ses ressentis, de ses capacités et de sa stratégie de course un projet de performance maximale sur deux courses.

• Fiche de ressentis et fiche de projet : projet (vitesse/temps/distance), nombre de plots à passer en 1 minute selon l'allure choisie.

## Illustration 2 : travail de la compétence générale « Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière... » (Demi-fond)

	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ(S)
	D4, CG4 : « Les systèmes naturels et les systèmes techniques ». « Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière, raisonnée et raisonnable ». L'éducation physique et sportive aide à comprendre les phénomènes qui régissent le mouvement et l'effort, à identifier l'effet des émotions et de l'effort sur la pensée et l'habileté gestuelle. Elle contribue à la construction des principes de santé par la pratique physique.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Si le travail sur l'échauffement ou le « savoir s'entraîner » sont pertinents dans un objectif de santé, l'accent est mis ici sur les ressentis afin d'améliorer la connaissance de soi.  Ressentir, verbaliser et situer son état psychologique, respiratoire, musculaire et cardiaque.  Accepter et éprouver les effets sur le corps de l'entraînement et de la fatigue physique.  Manipuler les paramètres de l'effort en lien avec ses ressentis.
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1: objectifs d'apprentissage non atteints: l'élève perçoit de manière globale certains effets de l'effort sur le corps.  Étape 2: objectifs d'apprentissage partiellement atteints: l'élève perçoit et situe ses ressentis (psychologique, respiratoire, musculaire et cardiaque) sur une échelle de niveaux.  Étape 3: objectifs d'apprentissage atteints: l'élève met en relation ses ressentis avec le type d'effort (filières mobilisées) et les paramètres (vitesse et durée) de l'effort réalisé.  Étape 4: objectifs d'apprentissage dépassés: l'élève s'appuie sur les relations entre ses ressentis et les paramètres de l'effort pour concevoir et réaliser son plan d'entraînement. Persévère dans des efforts intenses.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Analyser sa prestation ou celle des autres à partir d'outils d'appréciation externes et internes afin d'ajuster un projet d'entraînement.

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Analyser ses ressentis en lien avec le type d'effort choisi (filière) pour réguler son projet d'entraînement.
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Cette situation est plutôt proposée en fin de séquence, lorsque les élèves sont déjà capables de « S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif ».  • Au-delà des ressentis des élèves, leurs « motifs d'agir » s'expriment dans leur stratégie de course, que ce soit dans le dépassement de soi favorisé par l'aide d'autrui ou dans la confrontation aux autres.  • La performance est envisagée collectivement. Les coureurs de même VMA disposent de la même couleur de chasuble et l'entraide peut aussi bien se situer dans l'encouragement que dans l'émulation.  • Le choix est fait de ne pas proposer de rôle d'observateur afin d'éviter un recueil de données limité et de solliciter davantage les ressources physiques.
LA PROBLÉMATIQUE POSÉE AUX ÉLÈVES	Quelle est la tactique de course la plus signifiante pour moi ? À quel type d'effort et d'entraînement correspond-t-elle ?
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Connaissances sur les filières énergétiques aérobie et lactique :</li> <li>Pour « Se dépasser soi-même », je dois augmenter mon % de VMA lors de l'épreuve finale en m'entraînant en puissance aérobie. Mon corps utilise l'oxygène de l'air pour créer de l'énergie.</li> <li>Pour l'épreuve finale, il me faudra augmenter mon allure de course (pourcentage de VMA).</li> <li>Pour « Dépasser les autres en accélérant lors de la dernière minute », je dois m'entraîner en capacité anaérobie lactique. Mon corps utilise les réserves de sucre pour créer de l'énergie.</li> <li>Pour l'épreuve finale, il me faudra accélérer lors de la dernière minute et gagner au moins 2 plots sur les coureurs de devant.</li> <li>Connaissance des niveaux les plus intenses de ressentis (N3 et N4).</li> <li>Capacité à s'engager dans un effort intense.</li> </ul>
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Construire et mener un projet d'entraînement en fonction de sa stratégie de course pour atteindre le ressenti correspondant au type d'effort réalisé.
DISPOSITIF	<ul> <li>Chasuble de couleur identique pour les élèves de même VMA, qui courent ensemble.</li> <li>Une fiche de programme d'entraînement.</li> </ul>

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)
CONSIGNES	<ul> <li>Choisir une stratégie de course en lien avec son motif d'agir et un projet d'entraînement : <ul> <li>« Se dépasser soi-même » (puissance aérobie) : 4 courses de 3min à 80% VMA ou 5 courses de 2 min à 90%, récupération (active) identique au temps de course</li> <li>« Dépasser les autres » (capacité lactique lors de la dernière minute) : 2 séries de 8 courses de 30" à 120% VMA ou deux séries de 7 courses de 1' entre 100% VMA, récupération passive identique au temps de travail, 10' entre les séries.</li> </ul> </li> </ul>
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	<ul> <li>As-tu réussi à réaliser ton projet d'entraînement ? Pourquoi ? Quels ajustements pour la prochaine leçon ?</li> <li>Tes niveaux de ressentis correspondent-ils au type d'effort réalisé ? (N3/N4 pour le 1er motif et N4 pour le 2e)</li> </ul>
CRITÈRE DE RÉUSSITE	<ul> <li>Le projet d'entraînement a été réalisé en entier et à la bonne allure.</li> <li>La fiche a été complétée, individuellement (ressentis) et collectivement (analyse de la course : allures, émulation ou découragement).</li> <li>Le projet de course pour la leçon suivante est défini (et sera régulé par l'enseignant).</li> </ul>
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	<ul> <li>Observation plus détaillée de l'allure de course par un élève non coureur (inapte par exemple).</li> <li>Régulation par l'enseignant du projet d'entraînement.</li> <li>Étayage plus ou moins important de l'enseignant pendant la réalisation.</li> </ul>
RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES	M. KBAIER, « Savoir s'entraîner physiquement en collège, une autre façon d'aborder la course en demi-fond en collège », Les cahiers du CEDREPS n°14, 2015.

## En annexe : les fiche outils pour les exemples 1 et 2

Fiche de projet de course de l'élève (exemple 1)

MA VMA	km/h Si mes ressentis de la semaine précédente étaient en niveau 1 ou 2, je peux augmenter ma VMA de 2 ou 1 km/h.
--------	---

	MON PROJET			CE QUE J'AI FAIT												
Choix de mon projet Allure visée		Niveaux de mes ressentis					Nombre de plots passés chaque minute									
		Respiratoire	N1	N2	N3	N4	1'	2'	3,	4'	5'	6'	7'	8'	9'	
9 minutes		plots / min.	Cardiaque	N1	N2	N3	N4									
70% VMA	100% VMA	Vitesse de course visée	Musculaire	N1	N2	N3	N4	Vitesse réelle de course								
80% VMA	110% VMA	km/h	Psychologique	N1	N2	N3	N4	km/			km/h					

## 5 minutes de récupération active

Choix de mon projet		Allure visée	Niveaux de mes r	nes ressentis				Nombre de plots passés chaque minute			
Out in the			Respiratoire	N1	N2	N3	N4	1'	2'	3,	
3 minutes		plots / min.	Cardiaque	N1	N2	N3	N4				
70% VMA	100% VMA	Vitesse de course visée	Musculaire	N1	N2	N3	N4	Vitesse réelle de course			
80% VMA	110% VMA	km/h	Psychologique	N1	N2	N3	N4			km/h	

2 minutes de récupération active

## Fiche de projet de course de l'élève (exemple 2)

MA VMA	km/h
--------	------

PROJET « SE DÉI	CE QUE J'AI FAIT										
Choix de mon projet	Allure visée	Niveaux de mes ressentis				Nombre de plots passés chaque minute					
4 x 3' à 80% VMA	plots / min.	Respiratoire	N1	N2	N3	N4	1	2	3	4	5
3' de récup. active	plots / course	Cardiaque	N1	N2	N3	N4					
5 x 2 min à 90% 2' de récup. active	Vitesse de course visée	Musculaire	N1	N2	N3	N4	Vitesse rée	lle de course			
	km/h	Psychologique	N1	N2	N3	N4	į.				km/h

PROJET « SE DÉPA	CE QUE J'AI FAIT													
Choix de mon projet	Allure visée	Niveaux de mes ressentis			Nombre de plots passés chaque minute									
2 x 8 courses de 30'' à 120% VMA	plots/min.	Respiratoire	N1	N2	N3	N4	1	2	3	4	5	6	7	8
30'' de récup. passive	plots / course	Cardiaque	N1	N2	N3	N4								
2 x 7 courses de 1'	Vitesse de course visée	Musculaire	N1	N2	N3	N4	Vitess	e réelle (	de course	2				
à 100% VMA 1' de récup. passive	km/h	Psychologique	N1	N2	N3	N4								km/h

## **ÉCHELLE DE RESSENTIS**

		NIVEAUX D	E RESSENTIS	
	1	2	3	4
RESSENTI PSYCHOLOGIQUE	Facile Je suis prêt à repartir.	Confortable Je tiendrai jusqu'au bout.	Fatiguant  Je vais y arriver, mais vivement la fin!	<b>Trop dur</b> Je veux m'arrêter.
RESSENTI RESPIRATOIRE	<b>Légèrement essoufflé</b> Je peux parler sans problème.	Essoufflé  Je ne peux pas faire de longues phrases.	<b>Très essoufflé</b> J'ai du mal à parler.	<b>Manque d'oxygène</b> Je ne peux plus parler.
RESSENTI MUSCULAIRE	Je ne sens pas mes muscles.	<b>Mes muscles sont chauds.</b> Je rebondis au sol.	Mes jambes sont lourdes. J'ai du mal à lever mes genoux et mes muscles tirent.	Mes jambes font mal.  Mes muscles picotent ou sont douloureux.
RESSENTI CARDIAQUE	Je ne sens pas mon cœur battre.	Je sens les battements de mon cœur. La FC est facile à relever.	Mon cœur bat fort. Les battement vont vite et sont difficiles à compter.	Mon cœur bat très fort.
FRÉQUENCE Cardiaque	Inférieure à 140 bpm (moins de 70% de FCmax)	Entre 140 et 160 bpm (70 à 80% de FCmax)	Entre 160 et 180 bpm (80 à 90% de FCmax)	Supérieur à 180 bpm (plus de 90% FCmax)

## **TABLEAUX D'ALLURES**

	RECH	IERCHER	UNE VITE	SSE DE CO	URSE (KN	1/H)	
% VMA	60 %			90 %			120 %
VMA 6	3,5	4	5	5,5	6	6,5	7
6,5	4	4,5	5	6	6,5	7	8
7	4	5	5,5	6,5	7	7,5	8,5
7,5	4,5	5,5	6,5	7	7,5	8,5	9
8	5	5,5	6,5	7	8	9	9,5
8,5	5	6	7	7,5	8,5	9,5	10
9	5,5	6,5	7	8	9	10	11
9,5	5,5	6,5	7,5	8,5	9,5	10,5	11,5
10	6	7	8	9	10	11	12
10,5	6,5	7,5	8,5	9,5	10,5	11,5	12,5
11	6,5	7,5	9	10	11	12	13
11,5	7	8	9	10,5	11,5	12,5	14
12	7	8,5	9,5	11	12	13	14,5
12,5	7,5	9	10	11,5	12,5	14	15
13	8	9	10,5	11,5	13	14,5	15,5
13,5	8	9,5	11	12	13,5	15	16
14	8,5	10	11	12,5	14	15,5	17
14,5	8,5	10	11,5	13	14,5	16	17,5
15	9	10,5	12	13,5	15	16,5	18
15,5	9,5	11	12,5	14	15,5	17	18,5
16	9,5	11	13	14,5	16	17,5	19
16,5	10	11,5	13	15	16,5	18	20
17	10	12	13,5	15,5	17	18,5	20,5

	REC	HERCHER	R UNE DIS	TANCE (M	]	
Temps	0'18''					9'00''
Vitesse de course (km/h)						
6	30	60	120	300	600	900
6,5	32,5	65	130	325	650	975
7	35	70	140	350	700	1050
7,5	37,5	75	150	375	750	1125
8	40	80	160	400	800	1200
8,5	42,5	85	170	425	850	1275
9	45	90	180	450	900	1350
9,5	47,5	95	190	475	950	1425
10	50	100	200	500	1000	1500
10,5	52,5	105	210	525	1050	1575
11	55	110	220	550	1100	1650
11,5	57,5	115	230	575	1150	1725
12	60	120	240	600	1200	1800
12,5	62,5	125	250	625	1250	1875
13	65	130	260	650	1300	1950
13,5	67,5	135	270	675	1350	2025
14	70	140	280	700	1400	2100
14,5	72,5	145	290	725	1450	2175
15	75	150	300	750	1500	2250
15,5	77,5	155	310	775	1550	2325
16	80	160	320	800	1600	2400
16,5	82,5	165	330	825	1650	2475
17	85	170	340	850	1700	2550

RECHERCHER UNE ALLURE
Plots en 1'
10
11
12
13
13
14
15
16
17
18
18
19
20
21
22
23
23
24
25
26
27
28
28

## Illustration 3: travail de l'attendu « S'échauffer avant un effort »

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE
	A4 : S'échauffer avant un effort
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Préparer ses muscles, ses articulations et son système cardio-vasculaire à l'effort en respectant les principes de progressivité, continuité, complétude. Adaptation à l'activité et aux ressources de l'individu.
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints : en groupe, gestion autonome d'un échauffement « type » en 3 temps (temps, espaces et contenus imposés par l'enseignant).  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints : seul ou à plusieurs, gestion autonome d'un échauffement basé sur des repères externes, dont la durée, l'espace et l'aménagement matériel sont choisis par les élèves.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints : seul, gestion autonome d'un échauffement adapté à ses repères internes, dont le type, la durée, l'espace et l'aménagement matériel sont choisis par les élèves.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés : seul, gestion autonome d'un échauffement personnel basé sur des repères internes, dont les contenus spécifiques à l'APSA sont choisis par l'élève.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Seul ou en groupe, concevoir, mener et analyser un échauffement efficace sur la base d'un projet d'échauffement offrant à l'élève un nombre de choix adapté à son niveau d'autonomie.

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Sur la base d'échauffements « types », guider l'élève vers un échauffement autonome, personnalisé et adapté à l'APSA.
	L'élève est placé face à une situation d'échauffement :
	• Lui permettant de mobiliser à la fois ses ressources internes et des ressources externes (partenaire d'échauffement, fiches de suivi d'échauffement, matériel, guidage de l'enseignant).
	• Lui offrant des espaces de choix et d'autonomie : temps, espaces et type d'échauffement, groupements, aménagement matériel, contenu spécifique
	Un échauffement au service des apprentissages de demi-fond :
	• Au-delà de sa logique propre, le contenu de l'échauffement est directement lié aux objectifs de la séquence et de chacune des leçons qu'il introduit en visant notamment l'acquisition :
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	<ul> <li>de savoirs spécifiques liées aux repères externes (de temps, d'espace) et aux ressentis internes (niveau de forme, échelle de ressentis, mesure de fréquence cardiaque) ou aux principes d'efficacité motrice et respiratoire;</li> <li>de savoirs méthodologiques liés à l'organisation spatiale et matérielle, à la manipulation de temps, de vitesses et de distances.</li> </ul>
DENSEIGNEMENT	Vers un échauffement autonome :
	<ul> <li>Progressivement, et de manière personnalisée grâce à sa fiche de suivi d'échauffement, chaque élève est amené à faire de plus en plus de choix dans : la gestion du temps, de l'espace et des repères externes, les durées de l'échauffement et de ses phases, l'espace et l'aménagement matériel, l'adaptation à ses repères internes, le type d'échauffement, le contenu spécifique à l'APSA support.</li> </ul>
	Vers des habitudes de fonctionnement :
	<ul> <li>Au-delà de la progressivité de cette séquence, le réinvestissement régulier de ces principes d'échauffement dans d'autres APSA (tout au long du cycle 4), associé à un suivi des réalisations et des acquis, permet la construction progressive de savoir-faire relatifs à l'échauffement.</li> </ul>
	• Le plaisir de l'élève lors du temps d'échauffement est recherché afin de contribuer à la pérennité de sa pratique. Il passe entre autre par la valorisation des progrès, par les espaces importants de socialisation et par une autonomie de plus en plus importante.
	Le but de l'échauffement est de préparer le corps à l'effort pour éviter les blessures et améliorer la performance. C'est aussi le moyen d'acquérir des compétences liées au demi-fond et de se concentrer sur le travail à venir.
	L'échauffement est complet s'il mobilise tout le corps : le système cardio-pulmonaire, les muscles et les articulations.  Le but est d'augmenter la température du corps, la fréquence cardiaque et le rythme respiratoire.
	Pour cela, je dois mettre tout mon corps en mouvement assez longtemps et mobiliser toutes mes articulations.
	L'échauffement est progressif si l'intensité de travail a augmenté, sans à-coup, pour aboutir à l'intensité de l'effort à venir.  • Le but est d'amener le corps vers l'intensité des courses à venir, sans le brusquer.
CE QU'IL Y A	Pour cela, je dois rester chaud :
À APPRENDRE	- en alternant les temps de courses (dynamiques) et les temps de mobilisation articulaire (statiques) ;
	- en enchaînant l'échauffement et l'activité, sans pause (repos ou consigne) ou en me ré-échauffant si besoin.
	L'échauffement est adapté au demi-fond s'il s'appuie sur les actions spécifiques à cette activité.  • Le but est de préparer le corps aux mouvements et à l'effort du demi-fond.
	Pour cela, je dois, accélérer, courir, m'aider des bras, tenir des allures, respirer
	L'échauffement est personnel si je l'adapte à mes capacités et à ce que je ressens dans l'instant.  • Le but est d'adapter le contenu, la durée et l'intensité de mon échauffement à mes capacités, à mes ressentis et à mes envies.
	<ul> <li>Pour cela, je dois ressentir ma température corporelle, ma respiration, les battements de mon cœur, mes muscles.</li> </ul>

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	S'échauffer en respectant les choix faits dans son projet d'échauffement.
DISPOSITIF	Plots tous les demi km/h (tous les 2m50 pour des courses de 18'').
CONSIGNES	Remplir et mener en autonomie son projet d'échauffement.
CONTENU OU QUESTIONNE- MENT INDUCTIF	Questionnement sur les choix du projet d'échauffement, les ressentis, les écarts entre le projet et la réalisation.
CRITÈRE DE RÉUSSITE	L'échauffement est complet :  J'ai réussi si en fin d'échauffement, sans être fatigué, j'ai chaud (température du corps), je suis essoufflé (rythme respiratoire) et ma fréquence cardiaque a augmenté et que toutes mes articulations ont été mobilisées.  L'échauffement est progressif :  J'ai réussi si j'ai augmenté petit à petit l'intensité de mon effort jusqu'à celle des courses à venir, sans pause trop longue.  L'échauffement est adapté au demi-fond :  J'ai réussi si j'ai couru et que j'ai insisté sur les articulations des membres inférieurs.  L'échauffement est personnel :  J'ai réussi si :  - j'ai adapté mon temps de course et mon allure à mes ressentis de chaleur corporelle, d'essoufflement et à mon rythme cardiaque ;  - j'ai insisté sur les articulations sur lesquels je suis fragile ou ressent des douleurs ;  - j'ai approfondi les éducatifs techniques que je maîtrise peu ou ceux qui me plaisent.
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Chronomètres, cardio-fréquencemètres, fiche de projet et de suivi d'échauffement, échelle de ressentis. Guidage plus ou moins important de l'enseignant.

## **Documents supports**

	ÉCHAUFFEMENT EN 3 TEMPS			
	Étape 1 : En groupe, gestion autonome d'un échauffement « type » (temps, espaces et contenus imposés par l'enseignant).			
	But	Je dois :	J'ai réussi si :	
ÉCHAUFFEMENT CARDIO-PULMONAIRE	<ul> <li>Augmenter la température du corps et des muscles.</li> <li>Augmenter le rythme du cœur et de la respiration.</li> </ul>	Courir lentement pendant 4 minutes.	<ul> <li>J'ai couru 4 minutes.</li> <li>J'ai chaud (je transpire).</li> <li>Je suis légèrement essoufflé(e) mais pas fatigué(e).</li> </ul>	
ÉCHAUFFEMENT ARTICULAIRE	• Échauffer mes articulations.	Mobiliser chaque articulation en faisant des grands cercles pendant 20 secondes.	J'ai mobilisé chaque articulation 20 secondes avec une amplitude maximale.	
ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE AU DEMI-FOND	<ul> <li>Me préparer à des actions intenses.</li> <li>Me préparer aux gestes de l'activité.</li> </ul>	<ul> <li>Faire des gammes sur 2x30m : talons-fesses, montées de genoux et pas chassés.</li> <li>Faire 3 courses progressives à 8, 10 et 12 km/h.</li> <li>Faire 3 courses de 18" à l'allure de la course à venir.</li> </ul>	J'ai respecté les allures de courses pour augmenter petit à petit l'intensité de mon échauffement.	

## ÉCHAUFFEMENT INTEGRÉ

**Étape 2 :** Seul ou à plusieurs, gestion autonome d'un échauffement basé sur des **repères externes**, dont la durée, l'espace et l'aménagement matériel sont choisis par les élèves

	choisis par les eleves.		
	But	Je dois :	J'ai réussi si :
ÉCHAUFFEMENT COMPLET, PROGRESSIF ET ADAPTÉ	<ul> <li>Augmenter et maintenir la température du corps, les rythmes cardiaques et respiratoires.</li> <li>Échauffer les articulations.</li> <li>Se rapprocher progressivement de l'intensité et du type d'effort à venir.</li> </ul>	Alterner les temps d'échauffement articulaire courts avec :  des courses lentes ;  des gammes ;  des courses progressives (18" de 60% à 100% de ma vitesse maximale aérobie (VMA) ;  des courses à l'allure de la course à venir.	<ul> <li>Je n'ai fait aucune longue pause.</li> <li>Je me sens chaud(e) et légèrement essoufflé(e) tout au long de l'échauffement.</li> <li>J'ai mobilisé chaque articulation 20 secondes avec une amplitude maximale.</li> <li>J'ai augmenté progressivement l'intensité de mon échauffement et ai respecté mes allures de course.</li> </ul>

## **ÉCHAUFFEMENT PERSONNEL**

Étape 3 : Seul, gestion autonome d'un échauffement adapté à ses repères internes, dont le type, la durée, l'espace et l'aménagement matériel sont choisis par les élèves.

	But	Je dois :	J'ai réussi si :
ÉCHAUFFEMENT COMPLET, PROGRESSIF, ADAPTÉ ET PERSONNEL	• Adapter mon échauffement à ce que je ressens.	<ul> <li>Choisir le type d'échauffement que je préfère (en 3 temps ou intégré).</li> <li>Mesurer mon rythme cardiaque à plusieurs moments de l'échauffement.</li> <li>Adapter le nombre, la durée ou la distance des gammes et des courses progressives en fonction de mes ressentis (température du corps, rythmes cardiaques et respiratoires, plaisir).</li> </ul>	<ul> <li>Je me sens chaud(e) et légèrement essoufflé(e) pendant tout mon échauffement.</li> <li>Ma fréquence cardiaque a augmenté tout au long de l'échauffement.</li> <li>J'ai terminé par des courses à allures proches de ma VMA.</li> </ul>

## **ÉCHAUFFEMENT INVENTÉ**

Étape 4 : Seul, gestion autonome d'un échauffement personnel basé sur des repères internes, dont les contenus spécifiques à l'APSA sont choisis par l'élève.

	Lape 4. Seut, gestion autonome à un échaunement personnet base sur des réperes internes, dont les <b>contenus speciniques à l'AFSA</b> sont choisis par l'étève.			
	But	Je dois :	J'ai réussi si :	
ÉCHAUFFEMENT COMPLET, PROGRESSIF, ADAPTÉ ET PERSONNEL	• Adapter mon échauffement à ce que je ressens.	<ul> <li>Choisir le type d'échauffement que je préfère (en 3 temps ou intégré).</li> <li>Mesurer mon rythme cardiaque à plusieurs moments de l'échauffement.</li> <li>Adapter le nombre, la durée ou la distance des gammes et des courses en fonction de mes ressentis (température du corps, rythmes cardiaques et respiratoires, douleurs, blessures, plaisir).</li> </ul>	<ul> <li>Je me sens chaud(e) et légèrement essoufflé(e) pendant tout mon échauffement.</li> <li>Ma fréquence cardiaque a augmenté tout au long de l'échauffement.</li> <li>J'ai terminé par des courses à allures proches de ma VMA.</li> </ul>	
ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE INVENTÉ	Adapter l'échauffement à l'épreuve à venir.	Inventer le type, le temps, la durée ou la distance de mon échauffement pour être le plus performant possible dans l'épreuve à venir.	J'ai inventé des exercices d'échauffement spécifiques à l'activité et qui me préparent pour l'épreuve à venir.	



## > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 1

## Triathlon athlétique : repères d'évaluation

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE				
A1 : Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins deux familles athlétiques	A2 : S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif	A3 : Planifier et réaliser une épreuve combinée	A4 : S'échauffer avant un effort	A5 : Aider ses camarades et assumer les rôles sociaux

Les principes d'efficacité motrice communs (impulsion, accélération, réception, relâchement...) et spécifiques (alternance, enchaînement)

Les élèves doivent percevoir la nécessité de construire une mise en action efficace qui contribuera à la création d'un mouvement optimal dans chacune des épreuves réalisées.

Leur enchaînement fait l'objet d'une attention particulière à partir de repères sur soi et de ressources mobilisées pour chaque épreuve en lien avec les performances.

Lien avec A1 et A3

#### Les principes de préparation, de gestion et de récupération physique et physiologique

Sauter loin (ou haut), courir vite et lancer loin.

Les élèves s'organisent pour se préparer et s'échauffer en vue d'un choix réfléchi et pertinent sur le programme d'épreuves à réaliser (en lien avec leurs capacités spécifiques).

Lien avec A2 et A3

CE QU'IL Y A

À APPRENDRE POUR LES ÉLÈVES

#### Les outils d'appréciation de sa performance, externes et internes

Mettre en œuvre et réguler un projet de course, de saut et de lancer.

Chaque élève doit s'engager dans une démarche réflexive à partir de la prise en compte de repères sur soi pour adapter son activité dans les différentes épreuves demandées.

Lien avec A1, A2 et A3

#### La particularité des rôles et leur organisation dans un contexte complexe, renouvelé, sécurisé et réglementaire

Gérer de manière optimale la notion d'enchaînement de rôles (juge/pratiquant/observateur).

Adopter une attitude bienveillante avec les autres et leur donner des indicateurs de performance et de maîtrise nécessaires pour progresser en lien avec le règlement de chacune des épreuves (sécurité, validation des essais, technique spécifique).

Lien avec A1, A4 et A5

Retrouvez Éduscol sur

#### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE

#### LE TRIATHLETE

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Le triathlète découvre l'activité sans tenir compte des règles de fonctionnement dans l'ensemble des épreuves demandées. Sa sécurité et/ou celle des autres n'est pas totalement assurée. Les actions sont réalisées sans tenir compte de leur nature.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Le triathlète est peu concentré. Il se place de manière peu efficace avant la plupart de ses essais. Il existe un piétinement ou ralentissement avant les haies (plus de 5 appuis entre les haies) et en fin de course d'élan en saut et en lancer. L'élan en saut et en lancer est peu efficace car non maîtrisé. L'élévation du centre de gravité de l'athlète en course de haies et/ou en saut est trop importante. L'engin s'écarte de l'axe du lancer et possède une trajectoire soit trop haute soit descendante. La fin de l'essai reste peu maîtrisée et peu efficace (ex: précipitation vers le juge chronométreur). Les éléments d'observation transmis ne sont pas ou très peu mis en pratique.

## Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Le triathlète est coordonné. Il se concentre avant chaque passage. Son déplacement est correct avant chacun de ses essais. La vitesse est conservée à l'approche de la haie (course de 4 ou 5 appuis) ou en fin de course d'élan en saut et lancer. L'élan en saut et lancer est maîtrisé malgré une accélération encore réservée en saut et un retard du bras en lancer peu significatif. L'élévation du centre de gravité est limitée en course de haies. Il est plus élevé pour le saut. La réception après l'obstacle et dans le sable est significative («fesses bien avant les pieds» en longueur). L'engin ne s'écarte pas de l'axe malgré une trajectoire encore un peu trop haute ou basse.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Le triathlète est efficace et équilibré. Il est concentré et tente de se placer au mieux avant chacun de ses essais. Ses mises en actions et les accélérations sont optimales (phases d'élan efficace, départ optimal et placement avant l'obstacle). L'accélération avant la haie (4 appuis efficaces), en fin de course d'élan en saut et en lancer. L'élévation du centre de gravité est adaptée en course de haies et en saut. La réception après la haie et dans le sable reste efficace. L'engin lancé dans l'axe et l'élan est totalement maîtrisé.

#### L'OBSERVATEUR / JUGE

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Le départ est donné de manière approximative. Le chronométrage est peu précis et les validations d'essais hasardeuses. Le volume d'indices relevés est parcellaire (nombre d'appuis entre les haies).

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Les épreuves sont proposées de manière règlementaire. Le départ de course est correctement donné mais caractérisé par la difficulté à faire respecter le règlement. Le chronométrage présente une différence de plus de 3 dixièmes par rapport au chronométreur de référence. Les observations sont globales. Les résultats sont communiqués.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Le règlement précis de chacune des épreuves demandées est imposé aux athlètes. Le départ est donné en respectant les commandements officiels. Le chronométrage présente une différence de 2 à 3 dixièmes par rapport au chronométreur de référence. Les observations sont réalisées correctement et sont exploitables.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Le juge fait respecter le règlement précis de chacune des épreuves demandées. Les départs sont toujours donnés avec la même régularité dans les commandements. Le chronométrage présente moins de 2 dixièmes de différence. Les observations sont justes et accompagnées de conseils pertinents pour l'athlète.

## ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION

#### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE À travers le triathlon athlétique, il s'agit de permettre aux élèves de développer les ressources nécessaires à la mise en œuvre des principes d'efficacité motrice communs (impulsion, accélération, réception, relâchement...) et spécifiques (alternance, enchaînement), de mettre en œuvre les principes de préparation, de COMPÉTENCE qestion et de récupération physique et physiologique en vue de la réalisation d'une performance optimale, d'utiliser les outils d'appréciation de la performance, ATTENDUE DANS externes et internes pour analyser leur prestation et celle des autres élèves, de confronter leurs observations pour ajuster leur programme de préparation. L'APSA La compétence attendue intègre la formulation, par les élèves, d'un projet de performance au regard de leurs propres ressources afin de les exploiter de manière optimale pour performer à une échéance donnée dans un contexte sécurisé et réglementaire. L'évaluation des élèves dans l'activité du triathlon athlétique se fonde sur une épreuve mesurée dans laquelle l'élève doit faire le choix de trois épreuves apparte-RÈGLES nant à des familles différentes (courses, sauts et lancers) en référence à ses performances personnelles pour se projeter, justifier et réaliser un projet optimal de réalisation dans un temps imparti avec l'aide de ses camarades. DES MODALITÉS La situation d'évaluation doit permettre de rendre explicites les acquisitions prioritaires notamment en analysant sa prestation et celle des autres selon un D'ÉVALUATION regard physiologique, technique et réglementaire, en confrontant son point de vue à un regard extérieur et en se projetant pour progresser à partir de critères d'observation et d'outils d'appréciation externes et internes.

## Illustration 1 : travail de la compétence attendue dans l'APSA « Triathlon athlétique »

#### Obstacle prioritaire :

L'élève doit anticiper et déterminer l'ensemble des épreuves qu'il doit réaliser dans un ordre précis, dans une zone de performance optimale (avec une efficacité motrice adaptée).

#### Cap à passer :

D'un triathlète peu engagé dans un enchaînement d'épreuves à un triathlète qui prend en compte ses ressources pour réaliser des choix pertinents au regard de la recherche de performances optimales.

#### Passages obligés :

Pour s'engager dans une telle épreuve de façon efficace, l'élève prend en compte un certain nombre d'éléments au regard de la connaissance de ses propres ressources et des conditions spécifiques de pratique.

#### But pour l'élève :

S'engager dans la perspective de 8 essais à réaliser dans un temps imparti en se focalisant sur une projection de performances à assurer (entre 2 et 4 essais par épreuve).

Des principes liés d'identification des ressources mobilisées et/ou développées :

- Connaître ses points forts et ses points faibles.
- Apprécier les effets de l'activité physique sur son corps (FC, FR, sensations de chaleur ou de douleurs).
- Mettre en relation une action avec des sensations (vitesse de course avec amplitude, fréquence, poussée / localiser un muscle à partir d'un ressenti suite à sa mobilisation) en étant concentré.

Des principes d'observation :

- Avoir une attitude critique sur sa motricité (lucidité).
- Identifier les critères de réussite et / ou de réalisation d'une action motrice.
- Prélever des indices utiles dans son environnement, notamment dans l'organisation spatiale.
- Recueillir et analyser des données chiffrées (paramètres de force, d'amplitude, de direction, de durée).
- Utiliser des repères extéroceptifs (auditifs, visuels) et proprioceptifs (labyrinthiques, kinesthésiques).

Des principes de régulation d'action :

- Prendre en compte l'objectif et les contraintes de la tâche (durée, difficultés, intensité).
- Prendre en compte sa forme physique du moment pour adapter son engagement.
- Faire varier les paramètres du mouvement (force, énergie, fréquence, amplitude...).

Des principes liés à l'efficacité individuelle et à la récupération :

- Inspirer complètement afin de mettre ses muscles posturaux sous tension en dehors des temps moteurs intenses.
- Mettre en tension les muscles pour favoriser un renvoi.
- Alterner des actions de forte intensité avec des actions de moindre effort.
- Réaliser des étirements.
- Rythmer sa respiration.

Des principes de connaissance de soi tout en se respectant et se dépassant :

- Se fixer des buts positifs, contrôlables, à court terme, contrôle respiratoire.
- · Persévérer face aux difficultés rencontrées.
- Chercher à contrôler les causes de réussite et de difficultés.
- · Limiter l'apparition du stress.
- Réduire les effets négatifs des émotions.

### CE QU'IL Y A À APPRENDRE

DISPOSITIF ET AMÉNAGEMENTS	Épreuves demandées dans un temps maximum de 25min pour 8 essais. Les élèves disposent d'un chronomètre pour s'organiser. Plusieurs couloirs sont à disposition, plusieurs espaces de saut et de lancers sont aménagés.  50m Haies: 3 parcours différents avec 3 hauteurs de haies et 3 intervalles différents: 6m-6.50m-7m.  Longueur: 10m d'élan avec une zone d'appel d'1m.  Lancer: une prise d'élan de 3 pas dont un pas chassé et/ou circulaire en disque.  Étape 1: 10 min pour construire une planification d'actions pertinentes (le contrat à réaliser) en vue d'une efficacité maximale: donner l'ordre de passage des épreuves et les meilleures performances qui seront réalisées.  Étape 2: 25 min pour réaliser le triathlon.  Étape 3: 10 min pour analyser les résultats obtenus en lien avec les ressentis éprouvés, l'ordre de passage des épreuves et la récupération.	
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Réaliser des performances en accord avec le contrat prévu. Suivre le contrat prévu avec l'ordre de passage indiqué. Expliquer l'évolution des performances et argumenter les choix réalisés sur les modifications (ou l'absence de modifications observées) entre le contrat prévu et la réalisation.	
VARIABLES	<ol> <li>Simplification: aide de la vidéo pour mettre en relation la qualité de l'exécution avec les enchaînements proposés. Mise en place d'une échelle de ressentis. Apport de connaissances liées à la notion de récupération active et/ou passive.</li> <li>Complexification: engager les élèves dans une réflexion sur la différence entre ce qui est préparé et ce qui est fait en se focalisant sur certains points importants (liés au stress, à la météo, à la concentration, aux progrès, aux réussites, à la pertinence des choix).</li> </ol>	

## Illustration 2 : travail de l'attendu « Planifier et réaliser une épreuve combinée »

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE	
	A3 : Planifier et réaliser une épreuve combinée	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Les principes d'efficacité motrice communs (impulsion, accélération, réception, relâchement) et spécifiques (alternance, enchaînement).  Les principes de préparation, de gestion et de récupération physique et physiologique.  Les outils d'appréciation de sa performance, externes et internes.  La particularité des rôles et leur organisation dans un contexte complexe, renouvelé, sécurisé et réglementaire.	
ÉTAPES D'ACQUISI- TION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Vers une prise en charge de la planification, de l'organisation et de la réalisation d'une épreuve combinée :  Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints L'élève a besoin d'accompagnement pour s'engager dans l'enchaînement des épreuves. Il en connaît les principes généraux.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'élève fait des choix. Leur cohérence et la réalisation sont à accompagner. Il demande conseil à ses camarades.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints L'élève formule un projet de réalisation en prenant en compte les principes de préparation, de gestion et de récupération physique et physiologique.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés Idem + l'élève analyse avec pertinence sa réalisation. Il guide ses camarades dans la prise de responsabilité à assumer.	
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Les élèves font le choix de trois épreuves appartenant à des familles différentes (courses, sauts et lancers) en référence à leurs performances personnelles pour se projeter, justifier et réaliser un projet optimal dans un temps imparti avec l'aide de leurs camarades.	

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE		
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Engager l'élève dans une réflexion sur la réalisation et la planification des essais à réaliser au cours du triathlon athlétique par la mise en relation de quelques paramètres qu'il juge prioritaires au regard de ses performances.	
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Les élèves vont apprendre à enchaîner des essais dans chacune des spécialités athlétiques définies par une course, un saut et un lancer dans un temps imparti en essayant de réaliser leurs meilleures performances. Après une démarche d'exploration, ils vont progressivement prendre en compte les éléments détermi- nants pour mettre en relation des repères sur soi et des indices extérieurs.	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Des principes liés à l'identification des ressources mobilisées et/ou développées:         <ul> <li>connaître ses points forts et ses points faibles;</li> <li>apprécier les effets de l'activité physique sur son corps (FC, FR, sensations de chaleur ou de douleurs);</li> <li>mettre en relation une action avec des sensations (vitesse de course avec amplitude, fréquence, poussée / localiser un muscle à partir d'un ressenti suite à sa mobilisation) en étant concentré.</li> </ul> </li> <li>Des principes d'observation: <ul> <li>avoir une attitude critique sur sa motricité (lucidité);</li> <li>identifier les critères de réussite et / ou de réalisation d'une action motrice;</li> <li>prélever des indices utiles sur son environnement notamment dans l'organisation spatiale;</li> <li>percevoir et analyser des variables statistiques (paramètres de force, d'amplitude, de direction, de durée);</li> <li>prendre des repères extéroceptifs (auditifs, visuels) et proprioceptifs (labyrinthiques, kinesthésiques).</li> </ul> </li> <li>Des principes de régulation d'action: <ul> <li>prendre en compte l'objectif et les contraintes de la tâche (durée, difficultés, intensité);</li> <li>prendre en compte l'objectif et les contraintes de la tâche (durée, difficultés, intensité);</li> <li>prendre en compte sa forme physique du moment pour faire varier son engagement;</li> <li>faire varier les paramètres du mouvement (force, énergie, fréquence, amplitude).</li> </ul> </li> <li>Des principes liés à l'efficacité individuelle et à la récupération: <ul> <li>inspirer complètement afin de mettre ses muscles posturaux sous tension en dehors des temps moteurs intenses;</li> <li>mettre en tension les muscles pour favoriser un renvoi;</li> <li>alterner des actions de forte intensité avec des actions de moindre effort;</li> <li>réaliser des étirements;</li> <li>rythmer sa respiration.</li> </ul> </li> <li>Des principes de connaissance de soi tout en se respectant et en se dépassant;</li> <li>se fixer des buts positifs, contrôlables, à court t</li></ul>	

## Illustration 3 : travail de la compétence générale « S'approprier une culture physique »

	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ(S)
	D5 / CG5 : « Les représentations du monde et l'activité humaine » S'approprier une culture physique sportive et artistique pour construire progressivement un regard lucide sur le monde contemporain.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Acquisition de certaines techniques et/ou des principes de pratiques en lien avec une analyse des pratiques sociales. Modulation de son comportement et de ses choix à partir d'un regard lucide et critique sur l'évolution de l'activité pratiquée.
	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints La motricité construite tient peu compte des contraintes réglementaires de l'activité.
ÉTAPES D'ACQUISI- TION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'élève accepte de s'engager dans des efforts pour mobiliser ses ressources.
	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints L'élève utilise des repères externes et internes pour mobiliser ses ressources de manière optimale.
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés Idem + l'élève exploite une prise d'informations plus ciblée et précise.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Dans le cadre d'une épreuve composée de trois activités, analyser sa prestation selon un regard physiologique, technique et réglementaire, en confrontant son point de vue à un regard extérieur et en se projetant pour progresser.

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE	
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Engager l'élève dans la compréhension et la réalisation d'un franchissement en liant performance et efficacité technique, à l'aide d'une attention particulière sur l'évolution de la trajectoire du centre de gravité.	
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Les élèves vont apprendre à faire des choix à partir d'un recueil d'informations sur certains éléments culturels. Dans le cadre d'une phase d'exploration, ils vont progressivement prendre en compte les éléments déterminants dans une mise en relation entre des repères sur soi et des indices extérieurs liés à la pratique sociale de référence. Leur engagement dans la recherche d'efficacité de leur mouvement s'oriente donc vers une analyse plus fine de l'évolution des techniques d'hier et/ou d'aujourd'hui.	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Principe d'observation et de concentration:  - identifier les critères de réussite et / ou de réalisation d'une action motrice;  - prendre des informations pertinentes sur son environnement, ses partenaires, ses adversaires (points forts, points faibles, organisation spatiale);  - recueillir et exploiter des données chiffrées (paramètres de force, d'amplitude, de direction, de durée);  - utiliser des repères extéroceptifs (auditifs, visuels) et proprioceptifs (labyrinthiques, kinesthésique);  - être concentré sur certains éléments (trajectoire du CG, le placement du pied d'appel avant la haie et le placement du pied de la jambe d'attaque après la haie).  Principes de création de mouvement:  - attaquer loin de la haie, genou haut dans l'axe puis raser la haie afin de diminuer les variations de hauteur du centre de gravité et enfin, retour rapide du pied de la jambe libre;  - utiliser de façon dynamique l'action des bras et la coordonner avec celle des jambes pour rester équilibré.  Principe d'identification de son potentiel mis en jeu au regard de ce qui se pratique (appropriation de la technique):  - comparer plusieurs performances (les siennes et/ou celles des autres);  - comparer «la théorie» (à partir des connaissances biomécaniques) et l'exécution pratique des franchissements.  Prérequis:  Les élèves connaissent leur parcours adapté en fonction de leurs capacités et réalisent 4 appuis entre les obstacles. Le franchissement constitue un élément majeur de la progression de leur performance.	
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Courir plusieurs parcours de 30 m d'obstacles en liant la vitesse de course et un franchissement optimal.	
DISPOSITIF	Trois phases : exploratoire, de mise à l'épreuve, de résolution de l'épreuve. Par 2, en réalisant au moins 2 d'essais dans chacune des épreuves demandées.	

Amener les élèves à porter leur regard sur le placement du pied avant et après le franchissement (et pendant, sur le placement des bras et des jambes).

Varier les formes de groupement (groupe hétérogène).







## > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 1

## Course de relais Repères d'évaluation

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE				
A1 : Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance	A2 : S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif	A3 : Planifier et réaliser une épreuve combinée	A4 : S'échauffer avant un effort	A5 : Aider ses camarades et assumer les rôles sociaux

#### Réaliser un départ efficace

Les élèves doivent percevoir la nécessité d'être prêts à réagir vite en limitant leur temps de réaction et de se mettre en mouvement le plus vite possible en limitant leur temps de mise en action.

Lien avec A1 et A4

#### Courir vite

Les élèves doivent entrer dans une logique de performance en cherchant à courir le plus vite possible par la création et la conservation d'un déséquilibre vers l'avant, un alignement pied, bassin, épaule, une poussée efficace des appuis au sol vers l'avant, une gestion optimale du rapport A/F des foulées.

Lien avec A2 et A3

#### Se transmettre le témoin rapidement et efficacement

Les élèves apprennent à coordonner deux vitesses, celle du donneur et celle du receveur, pour que le témoin soit transmis dans une zone imposée sans qu'il ralentisse sur toute la durée de la course.

Après s'être attribués un demi-couloir, les élèves apprennent à conserver le mouvement synchronisé des bras et des jambes le plus longtemps possible pour limiter les déséquilibres, synonymes de perte de vitesse. Le donneur apprend à prendre de l'information sur la distance qui le sépare du receveur pour trans-

le témoin au bon moment et à distance de bras. Le receveur apprend à partir vite dès que le donneur passe sur la marque et à conserver sa vitesse maximale.

Lien avec A1 et A2

#### Savoir observer

Les élèves apprennent à identifier et à intégrer des critères d'observation pour progresser : relever des indicateurs (localisation du lieu de la transmission dans la zone, main qui donne et qui reçoit, le temps de passage du témoin dans la zone de transmission...).

Lien avec A5

#### Savoir juger, chronométrer, donner un départ

Les élèves apprennent à connaître et à mettre en œuvre les éléments réglementaires inhérents à chaque rôle (donner un départ réglementaire, chronométrer, juger la validité de la transmission).

Lien avec A5

Retrouvez Éduscol sur

CE QU'IL Y A

À APPRENDRE

#### **LE RELAIS**

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

On observe une rupture franche au moment de la transmission entre le donneur et le receveur : les relayeurs se doublent ou se tamponnent et la transmission se fait à l'arrêt ou à vitesse très réduite.

Le donneur court le bras tendu à l'approche de la transmission.

Le receveur attend jambes tendues et s'élance progressivement en étant orienté vers le donneur, avec le bras tendu vers l'arrière. Il peut aussi attendre d'avoir le témoin pour s'élancer.

La synchronisation des actions entre le donneur et le receveur au moment de la transmission est difficile.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Le relais se fait en mouvement, avec un ralentissement du donneur. La conservation de la vitesse acquise n'est pas réalisée.

Le receveur est dans une position d'attente avec les jambes semi-tendues.

La transmission du témoin est longue et parfois hasardeuse, entraînant des déséquilibres et des pertes de vitesse.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Le receveur utilise une zone d'élan pour créer de la vitesse et la transmission du témoin se fait souvent à une vitesse élevée.

Le donneur et le receveur adoptent des attitudes de course et des postures d'attentes efficaces. Les bras sont équilibrateurs et moteurs pendant la course et ne viennent pas perturber la transmission.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

La transmission se fait rapidement, systématiquement à pleine vitesse de déplacement. Le donneur et le receveur font preuve d'une grande habileté dans la transmission du témoin, rapide et sans perturber l'équilibre des coureurs.

Le receveur adopte une attitude anticipatrice permettant une mise en action rapide.

#### L'OBSERVATEUR/JUGE

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Le départ est donné de manière approximative.

Le chronométrage reste peu précis.

Les indices relevés sont parcellaires.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Le départ est donné de manière réglementaire.

Le chronométrage est assez précis et concerne uniquement la globalité de l'épreuve.

L'observateur est capable de juger une transmission hors zone et un départ du receveur à la marque.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Le départ est donné avec la même régularité dans les commandements.

L'observateur est capable de juger une transmission hors zone et un départ du receveur à la marque.

Les résultats sont communiqués et exploités.

## Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Idem 3

L'observateur propose des solutions à partir des observations réalisées.

ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION

#### COMPÉTENCE Consulter la vidéo ATTENDUE

Au travers de l'activité relais, il s'agit de permettre aux élèves de développer les ressources nécessaires en vue de la meilleure réalisation possible d'une transmission de témoin à pleine vitesse, en auto-organisation, et à analyser collectivement l'activité ainsi générée à partir de critères d'observation et d'outils d'appréciation, externes et internes, pour identifier le moment du départ du receveur. Les élèves se projettent en formulant un projet de performance au regard de leurs propres ressources de manière à les exploiter de manière optimale pour performer à une échéance donnée.



RÈGLES DES MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'évaluation des élèves dans l'activité relais se fonde sur une épreuve mesurée en relation avec un temps et/ou une distance et sur les rôles associés (observateur et/ou juge). Elle exige des élèves la formulation d'un projet qui doit permettre de rendre explicites les acquisitions prioritaires notamment en utilisant des indicateurs tels que :

- Le temps de passage du témoin dans la zone de transmission.
- La différence entre la somme des performances individuelles et la performance collective.



## Illustration 1 : travail de la compétence attendue dans l'APSA « Course de relais »

#### Objectif:

Coordonner la vitesse de course du donneur et du receveur.

#### Obstacle prioritaire :

Pour ne pas perdre de temps, receveur et donneur doivent s'organiser pour coordonner leurs vitesses afin que le receveur, lancé à pleine vitesse, saisisse le témoin dans une zone de transmission délimitée, avec une prise de risque maximale.

#### Cap à passer pour entrer réellement dans la compétence attendue :

Passer d'un élève transmetteur à un élève coureur-transmetteur : le donneur évalue la distance qui le sépare du receveur pour transmettre le témoin au bon moment et à distance de bras, et le receveur, pour gérer sa distance d'avance, construit un moment de départ lié à un repère dans l'espace qui prend en compte la vitesse du relayé.

#### Passages obligés :

Le receveur doit donc partir à fond tout en se faisant rattraper par le donneur pour recevoir le témoin à vitesse maximale et ne pas ralentir le témoin.

#### But pour l'élève :

Réaliser plusieurs passages pour déterminer le moment du départ du receveur.

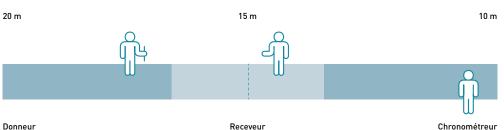
#### Ce qu'il y a à apprendre :

Pour le donneur : à l'approche du receveur, j'adopte une course de vitesse optimale me permettant de prendre des informations sur mon partenaire, sa mise en action, sur la distance existant entre la main tendue à son signal et le témoin que l'on va transmettre.

Pour le receveur : je m'élance lorsque le receveur passe devant un plot, je me concentre sur ma trajectoire de course, l'entrée dans la zone et le contact du témoin dans ma main.

#### Dispositif et aménagements :

Les élèves sont regroupés de façon homogène, c'est-à-dire ayant une vitesse de course maximale proche. Ils sontregroupés par 3, 2 coureurs et 1 chronométreur. Trois plots sont disposés sur la piste : plot rouge à 4 m du début de la zone de transmission, puis plot jaune et blanc tous les 0.5m. La zone de transmission mesure 15 m



#### Critères de réussite :

Calcul du temps de passage du témoin dans la zone de transmission (le chronomètre est déclenché entre le début et la fin de la zone de transmission). La transmission se fait à pleine vitesse dans la zone imposée.

#### Variables :

Simplification : d'autres plots sont installés / Fiche méthode pour guider la démarche d'investigation des élèves.

Complexification : un seul plot est conservé et positionné plus précisément / On demande à ce que la transmission se fasse dans la 2º partie de la zone de transmission

## Illustration 2 : travail de la compétence générale « Les méthodes et outils pour apprendre » (Course de relais Vitesse)

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ
	D2 / CG2 : « les méthodes et outils pour apprendre »
	S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre.
	Acquérir et mobiliser des méthodes d'apprentissage qui amène l'élève à reconstruire le problème posé en considérant l'ensemble des contraintes et des ressources qui pèsent sur la situation :
CE QU'IL Y A	Mener une démarche d'investigation en explorant les possibles et en émettant des hypothèses d'action.
À APPRENDRE	• Examiner les contraintes, les contradictions et les ressources de la situation ainsi que les nécessités à prendre en compte pour reconstruire et résoudre le problème posé.
	S'appuyer sur son ressenti et ses expériences pour moduler les hypothèses d'actions.
	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints
	La démarche d'investigation est aléatoire et ne s'appuie pas sur les expériences vécues. Les hypothèses d'action sont déconnectées du problème posé.
	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints
ÉTAPES	Quelques hypothèses d'action sont émises et s'attachent à traiter une partie des contraintes et des contradictions de la situation.
D'ACQUISITION ET REPÈRES DE	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints
PROGRESSION	Une démarche d'investigation est mise en place, des hypothèses sont formulées sur la base de l'alternance d'actions et d'une prise en compte des résultats des actions.
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés
	Idem + les élèves gèrent de façon autonome leur projet d'apprentissage. Ils s'engagent vers une prise de distance explicative de leurs actions.
	Analyser collectivement l'activité ainsi générée à partir de critères d'observation et d'outils d'appréciation, externes et internes pour identifier le moment du départ du receveur.
	Indicateurs:
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Temps de passage du témoin dans la zone de transmission.
	Localisation de la transmission dans la zone imposée.
	Qualité de la transmission.
	Nature des hypothèses d'actions émises.
	Par 4, les élèves sont regroupés à partir de leur vitesse maximale. Chaque élève doit tenir les rôles de donneur et de receveur. Celui qui ne court pas est observateur, chronométreur.

sa vitesse maximale).

Consulter la vidéo Cycle4ca1-relais1 .mp4



EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)		
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Gagner la confrontation entre un coureur seul qui doit parcourir 60 m et un relais de 2 coureurs se transmettant un témoin et devant parcourir chacun environ 30 m.	
	Par 4, niveau des coureurs homogène, celui qui ne court pas est observateur, chronométreur. Une zone de débat est prévue pour organiser les interactions entre les élèves.	
	Départ Arrivée	
	Coureur seul	
DISPOSITIF	Donneur — Donneu	
	Plot ou marque Receveur  Zone de transmission  Zone de débat	
CONSIGNES	Obligation de transmettre le témoin dans une zone de transmission de 15 m à cheval sur la ligne des 30 m. Départ du receveur à l'entrée de la zone.	
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	Comment ne pas faire ralentir le témoin ? Où placer le plot de départ du receveur ? Dans quelle partie de la zone de transmission vaut-il mieux se transmettre le témoin ? Comment limiter les déséquilibres au moment de la transmission ?	
CRITÈRE DE RÉUSSITE	Sur 4 tentatives, le relais doit battre le coureur seul au moins 3 fois sur 4.	
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Les coureurs ont à leur disposition un plot permettant de matérialiser cette distance d'avance, un chronomètre, puis un outil vidéo.	

## Illustration 3 : travail de l'attendu « S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif » (Course de relais)

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ	
	A2 : S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif.	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	S'engager de façon régulière et optimale dans un programme de préparation et d'amélioration de ses apprentissages dans l'activité relais. Définir et mettre en œuvre des séquences d'entraînement adaptées à l'activité Relais.	
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Vers une prise en charge de la gestion et de l'organisation du programme d'entraînement par l'élève lui-même : <b>Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints</b> L'élève a besoin d'aide pour comprendre la mise en place de l'exercice. Il sait faire un travail très guidé.	
	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'élève est capable de demander de l'aide pour faire le travail. Il fait ce qui est demandé. Il se met rapidement au travail.	
	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints L'élève comprend la marche à suivre seul. Il sait faire un travail seul et avec ses camarades. Il sait organiser le matériel. L'ordre des exercices choisis est argumenté.	
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés	
	Idem + l'élève gère et organise son travail seul et sans aide. Il vérifie la qualité de son travail. Il est une force de proposition pour faire évoluer les situations d'apprentissage proposées.	
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Les élèves sont répartis en sous-groupes (stables sur l'ensemble de la séquence). Ils s'organisent et s'entendent au sein de leur groupe pour se préparer, faire des choix et s'engager dans des situations d'apprentissage proposées par l'enseignant. Ils collaborent pour la mise en œuvre des situations d'apprentissages. Ils justifient et argumentent l'ordre des exercices choisis au regard de leurs besoins d'apprentissage.	

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE	
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Développer ses ressources en gérant, de façon autonome, son entraînement et en assumant différents rôles. Le professeur filme ses élèves.	
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	es élèves collaborent à la mise en œuvre des situations d'apprentissage et à la construction des contenus à partir des expériences vécues. s évaluent leur capacité à travailler en autonomie à partir d'une échelle descriptive.	
LA PROBLÉMATIQUE Posée aux élèves	Pour ne pas perdre de temps, receveur et donneur du témoin doivent s'organiser pour que le receveur saisisse le témoin lancé à pleine vitesse dans une zone de transmission limitée. Si le receveur part trop tôt, le donneur ne pourra lui transmettre avant la fin de la zone ; s'il part trop tard il n'aura pas le temps d'accélérer et ne pourra recevoir à vitesse optimale. Le receveur doit donc partir à fond tout en se faisant rattraper par le donneur. Pour gérer sa distance d'avance par rapport au donneur, le receveur doit construire le moment où il doit partir à partir d'une marque au sol qui prend en compte la vitesse du donneur.	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Des principes liés à l'efficacité individuelle :</li> <li>Principe de déclenchement d'actions (être prêt à réagir et se mettre en mouvement le plus vite possible).</li> <li>Principe de création et de conservation de la vitesse (poussée efficace des appuis au sol vers l'avant et gestion du rapport A/F des foulées).</li> <li>Principe de coordination (conserver un déséquilibre vers l'avant, alignement pied, bassin, épaule).</li> <li>Des principes liés à l'efficacité collective :</li> <li>Principes d'organisation dans l'espace (conserver le mouvement synchronisé des bras et des jambes le plus longtemps possible pour limiter les déséquilibres, synonymes de perte de vitesse + attribution de demi-couloir).</li> <li>Principes de coordination collective (prise d'informations du donneur sur la distance qui le sépare du receveur pour transmettre le témoin au bon moment et à distance de bras).</li> </ul>	

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)		
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Travail différencié, en autonomie, à partir de fiches d'atelier.	
DISPOSITIF	Trois ateliers sont proposés : A1 – Comment créer et conserver la vitesse ? A2 – Comment coordonner 2 vitesses ? A3 – Commet réagir vite ?	
CONSIGNES	Ordonner la succession des exercices proposés au choix de l'élève. Argumenter.	
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	Construction des connaissances en lien avec chaque principe d'efficacité individuelle et collective. Usage de la vidéo pour questionner, réguler. Attitude responsable et persévérante pour conduire son projet d'entraînement.	
CRITÈRE DE RÉUSSITE	Les élèves suivent le protocole et les consignes de chaque atelier. Ils construisent des liens cognitifs, visuels et kinesthésiques.	
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Accompagnement à l'auto-évaluation dans l'usage des fiches de travail, échanges et travail en groupe.	

## Atelier 1 : Comment créer et conserver la vitesse ?

MATÉRIEL	2 plots + 1 ceinture.	
OBJECTIF	Orienter efficacement les forces lors de la mise en action. Rechercher le déséquilibre avant et l'alignement pied – bassin – épaule.	
BUT	Gagner son duel.	
DISPOSITIF	2 plots espacés de 20 mètres, 2 coureurs, 1 starter.  Les élèves effectuent 2 courses de 20 mètres en partant au signal sonore. La 1ère course s'effectue sans contrainte, la seconde en côte (dénivelé 15% environ) ou élève retenu par un coach via une ceinture (le coureur doit rencontrer une résistance raisonnée qui lui permet d'avancer malgré la contrainte).	
PROBLÉMATIQUE	Gérer le rapport amplitude / fréquence des foulées pour aller le plus vite possible.	
INDICATEUR DE RÉUSSITE	• La différence de temps entre ses 2 courses traduit la difficulté de l'élève à orienter efficacement les forces lors de la mise en action. Un élève dont les deux temps sont proches transmet de manière efficiente la force propulsive au corps.	
CONTENU D'APPRENTISSAGE À CONSTRUIRE	<ul> <li>Je propulse mon corps vers l'avant en effectuant une poussé efficace sur le sol.</li> <li>Je maintiens une fréquence efficace de mes foulées jusqu'à l'arrivée, tout en recherchant de l'amplitude.</li> </ul>	

## **Atelier 2: Comment coordonner deux vitesses?**

MATÉRIEL	2 plots + élastique.			
OBJECTIF	Coordonner deux vitesses de courses.			
BUT	Transmettre le témoin dans la zone annoncée préalablement.			
DISPOSITIF	Course de 2 x 30 m, un élève se place au niveau du receveur et annonce à ce dernier, avant le départ de la course, la zone 1 ou 2 dans laquelle le témoin doit être transmis.  L'annonceur  Zone 1 Zone 2  Arrivée			
PROBLÉMATIQUE	Receveur : partir à fond et réduire ou allonger sa course d'élan avant d'entrer dans la zone de transmission. Donneur : prendre des informations de dernière minute sur le receveur.			
INDICATEUR DE RÉUSSITE	Le receveur part à fond. L'ajustement de la course d'élan avant d'entrer dans la zone de transmission.			
CONTENU D'APPRENTISSAGE À CONSTRUIRE	<ul> <li>Pour le donneur : à l'approche du receveur, j'adopte une course de vitesse optimale me permettant de prendre des informations sur mon partenaire, sa mise en action, sur la distance existant entre la main tendue à son signal et le témoin que l'on va transmettre.</li> <li>Pour le receveur : une fois lancé, je me concentre sur ma trajectoire de course, l'entrée dans la zone, le signal donné par mon partenaire et le contact du témoin dans ma main.</li> </ul>			

## **Atelier 3 : Comment réagir vite ?**

MATÉRIEL	1 décamètre, 1 piquet avec un foulard au sommet.
OBJECTIF	Réagir vite.
BUT	Atteindre la ligne d'arrivée avant son adversaire.
DISPOSITIF	Duel entre 2 coureurs, chacun placé dans leur couloir. Le starter est placé derrière eux. Des chronométreurs sont placés sur la ligne d'arrivée.  15 m
PROBLÉMATIQUE	Déclencher le plus rapidement possible des actions en gérant l'équilibre et le déséquilibre du corps ainsi que le rapport amplitude / fréquence des foulées.
INDICATEUR DE RÉUSSITE	<ul> <li>Je franchis la ligne d'arrivée avant mon adversaire.</li> <li>Je coordonne bras jambe dès le départ.</li> </ul>
CONTENU D'APPRENTISSAGE À CONSTRUIRE	<ul> <li>Je me concentre sur le type de signal attendu et évacue tous les autres signaux.</li> <li>Je coordonne mes bras et mes jambes dès la 1re foulée.</li> <li>Je suis préalablement fléchi et coordonné avant de partir (mise en tension musculaire).</li> </ul>



MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE, DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE

## > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 1

## Course de haies : repères d'évaluation

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE				
A1 : Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins deux familles athlétiques	A2 : S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif	A3 : Planifier et réaliser une épreuve combinée	A4 : S'échauffer avant un effort	A5 : Aider ses camarades et assumer les rôles sociaux

#### Se préparer à l'effort spécifique qu'est une course de haies

Les élèves doivent connaître et mettre en œuvre de facon autonome un échauffement progressif, complet et cohérent. Lien avec A4

#### Effectuer un départ efficace

Les élèves doivent percevoir la nécessité de construire un départ efficace jusqu'à la 1ère haie et de s'engager dès le départ dans une course de vitesse. Lien avec A1

#### Courir vite en réalisant un franchissement efficace

Les élèves doivent entrer dans une logique de course de vitesse et de performance en adoptant une technique de franchissement efficace pour maintenir la vitesse acquise au départ. Les élèves doivent donc construire et améliorer le trajet moteur de la jambe d'attaque et de la jambe de retour en s'engageant vers l'avant au-dessus de la haie et en s'équilibrant pour limiter la perte de vitesse.

Lien avec A1 et A2

#### Mettre en œuvre et réguler un projet de course en gérant et adaptant sa course inter-obstacles

Chaque élève doit réguler ses actions à l'approche de la haie en fonction de repères sur soi (rythme des foulées, répartition amplitude/fréquence des foulées, etc.) afin d'intégrer et de maintenir un rythme inter-obstacles. Ainsi, il sera capable de concevoir un projet de course adapté à ses ressources et aux contraintes de la course. En cas d'épreuves combinées, il sera capable d'assumer la gestion de deux types d'efforts.

Lien avec A1. A2 et A3

#### Observer

Chaque élève doit identifier et interpréter les critères d'observation pour conseiller et aider un camarade. Lien avec A5

#### Juger, chronométrer, donner un départ

Chaque élève doit connaître et mettre en œuvre les éléments réglementaires inhérents à chaque rôle : donner un départ réglementaire, chronométrer, relever des indicateurs (nombre de foulées/jambe d'attaque, etc.).

Lien avec A5

Retrouvez Éduscol sur





CE QU'IL Y A

À APPRENDRE



#### COMPÉTENCE ATTENDUE

ÉTAPES

**ET REPÈRES** 

**DE PROGRESSION** 

Réaliser la meilleure performance cumulée sur plusieurs courses en effectuant un choix sur l'ordre des courses.

Assumer les rôles de starter, de chronométreur et d'observateur-juge de course pour organiser l'épreuve.

#### LE HURDLER

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève suit l'échauffement proposé sans aucune initiative personnelle.

Il a une course irrégulière en vite-lent-vite. Il piétine devant et s'écrase derrière la haie. Lors du franchissement, il est désarticulé. La trajectoire du centre de gravité est en cloche au-dessus de la haie.

Il n'est pas encore dans une recherche de transformations, il effectue les passages demandés par l'enseignant sans souci d'ajustement ou d'amélioration : « faire pour faire ».

En cas d'épreuves combinées, il ne se préoccupe pas de la succession des deux efforts à entreprendre.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève connaît et réalise (à plusieurs) les différentes étapes d'un échauffement général. Il a encore besoin de l'aide de l'enseignant pour l'échauffement spécifique.

L'élève a un projet de course avec une intention de course de vitesse mais il a des difficultés à gérer l'effort. Il perd de la vitesse et augmente le nombre d'appuis dans les derniers intervalles. Son projet de course n'est pas stabilisé.

À l'approche de la haie, il allonge ou piétine pour franchir sur sa jambe préférentielle. La jambe d'attaque est construite dans l'axe mais la jambe de retour est souvent en dessous (le pied ramené sous le genou et le bassin dans l'axe).

L'élève a compris que pour se transformer il faut répéter. Il est dans une phase de recherche où il tente de tenir compte des conseils des observateurs : « répéter pour se transformer ».

En cas d'épreuves combinées, il se soucie de l'association des deux types d'efforts mais ne connaît pas la succession optimale à réaliser en fonction de ses ressources.

#### L'OBSERVATEUR / JUGE / CHRONOMETREUR

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève observateur est distrait et a des difficultés pour compter le nombre d'appuis.

L'élève juge/observateur connaît partiellement les règles et manque d'attention.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève observateur est capable d'observer un critère simple comme le nombre d'appuis ou la jambe d'attaque.

L'élève juge/observateur connaît le règlement et sait l'appliquer.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève observateur est capable d'observer plusieurs critères sur une même course.

L'élève juge/observateur applique et fait respecter le règlement.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève observateur donne des retours pertinents aux coureurs sur la base de ses observations.

L'élève juge/observateur s'affirme en tant que juge et se fait respecter.

#### LE HURDLER

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève réalise de manière autonome un échauffement général et spécifique.

L'élève a construit un projet de course stabilisé où il s'engage dans une course de vitesse du début à la fin de la course et où le nombre d'appuis est constant. Le franchissement est plus rasant au-dessus de la haie. L'élève franchit la haie de façon efficace quand il s'agit de sa jambe préférentielle. Le franchissement avec la « mauvaise jambe » est à perfectionner (des déséquilibres et franchissements trop hauts persistent).

L'élève est dans une démarche d'entraînement et effectue plusieurs passages pour se transformer en comparant les effets ressentis et les effets observés par les observateurs : « s'entraîner pour progresser ».

En cas d'épreuves combinées, il dose correctement ses efforts pour progresser dans les deux épreuves.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève adapte son échauffement général et spécifique en fonction de son ressenti du jour et des conditions météorologiques.

L'élève s'engage dans une course de vitesse où la perte de vitesse due aux haies est très faible. L'élève franchit la haie avec la jambe qui vient sans ralentissement. La trajectoire du centre de gravité au-dessus de la haie est rasante quelle que soit la jambe d'attaque. La reprise derrière la haie est solide. Son projet de course est défini et adaptable en fonction des sensations du jour et des conditions extérieures (vent. froid...).

L'élève module ses séguences d'entraînement sur une épreuve ou en épreuves combinées en fonction des éléments à améliorer : « adapter son entraînement pour se perfectionner ».

RÈGLES DES MODALITÉS D'ÉVALUATION

ÉTAPES

ET REPÈRES

**DE PROGRESSION** 

Le contexte d'évaluation de la compétence mis en place sollicite les comportements caractéristiques de l'élève dans toutes les dimensions de la compétence attendue définie par l'équipe enseignante, au regard des attendus de fin de cycle 4 des programmes.

Il permet à l'élève de tenir les rôles attendus dans la compétence (dimensions motrice, méthodologique et sociale) définie par l'équipe enseignante.

Dans le cadre du CA1, l'évaluation nécessite la réalisation d'une performance optimale mesurée après une mise en projet.

Exemple d'évaluation possible :

Après un échauffement construit et personnel, réaliser la meilleure performance possible en additionnant le temps du 60m plat et du meilleur temps entre deux courses de 60m haies avec 4 haies (hauteur entre 65cm et 76cm, intervalle de 12m). Choisir l'ordre des courses en fonction de ses ressources et gérer l'enchaînement des trois courses en précisant les temps de récupération nécessaires.

60m plat en confrontation.

60m haies : une course où l'élève court seul et une course où deux élèves courent en même temps pour être en situation de confrontation.

Comparaison des trois performances. Deux chronométreurs par coureur. Un observateur par coureur.

# Illustration 1 : travail plus spécifique de l'attendu « S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif » (Haies)

ATTENDIIS DE FI	N DE CYCLE 9	SPECIFICIIEM	IENT TRAVAILLES

#### A2 : S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif

A5 : Aider ses camarades et assumer les rôles sociaux.

#### D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre»

Construire une préparation optimale pour s'engager dans un projet de progrès en acceptant la répétition.

#### D3/CG3: « La formation de la personne et du citoyen »

Respecter, construire et faire respecter règles et règlements. Être à la fois pratiquant, jeune officiel et entraîneur/observateur.

#### **Obstacle prioritaire :** L'élève coureur s'enga

L'élève coureur s'engage dans la course de haies sans projet de course. Il ne perçoit pas l'importance de la répétition dans les progrès et les transformations. L'élève observateur n'a pas conscience du rôle d'aide qu'il peut tenir auprès de ses camarades.

L'élève chronométreur ne perçoit pas la nécessité de la précision du chronométrage.

#### Cap à passer :

CE QU'IL Y A À APPRENDRE Passer d'un élève coureur qui subit la course en allongeant ou piétinant à l'approche de la haie et qui ne mesure pas l'importance de la répétition dans un programme de préparation à un élève coureur qui a un projet de course, qui ajuste ses foulées à l'approche de la haie pour conserver sa vitesse de course et qui a intégré dans son programme de préparation la répétition comme élément indispensable aux transformations.

Passer d'un élève observateur qui est spectateur, peu concentré sur sa tâche, à un élève concentré relevant les bons indices et proposant des retours constructifs.

Passer d'un élève chronométreur distrait qui déclenche son chronomètre avec un décalage à un élève qui chronomètre avec précision.

L'ensemble évolue à l'aide de principes identifiés dans les illustrations.

#### Passages obligés :

Mettre en œuvre et réguler un projet de course en gérant et en adaptant sa course inter-obstacles (lien A1, A2 et A3).

Savoir observer et chronométrer (lien A5).

#### **LE HURDLER**

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève piétine ou allonge sa foulée devant chaque haie pour attaquer avec sa jambe préférentielle. Le franchissement fait perdre du temps.

L'élève passe très peu de fois et seulement quand l'enseignant le sollicite. Il n'a pas percu la nécessité de la répétition pour se transformer.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève prend des repères externes pour adapter ses foulées à l'approche de la haie et attaque avec la jambe qui vient. Le franchissement devient plus rasant mais la vitesse de course reste trop lente. L'élève augmente le nombre de passages effectués mais n'a pas forcément un projet de transformation sur le passage suivant.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève a construit des repères internes qui lui permettent d'attaquer la haie à bonne distance sans ralentir. Le franchissement est très efficace sur la jambe préférentielle et reste correct avec la « mauvaise jambe ». L'élève passe plusieurs fois, essaie de prendre en compte les conseils de l'observateur et y associe son ressenti pour se transformer sur le passage suivant.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève a une approche de la haie fluide sans perte de vitesse sur les deux jambes. L'élève a établi un nombre de répétitions nécessaires pour être performant. Il met en relation les effets observés par l'observateur et le chrono donné par le chronométreur avec son propre ressenti pour adapter sa motricité pour les passages suivants.

#### L'OBSERVATEUR / JUGE / CHRONOMETREUR

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève est distrait et a des difficultés pour bien compter le nombre d'appuis. Le chronométreur a des difficultés pour maîtriser le fonctionnement du chronomètre.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève est capable d'observer un critère simple après l'autre comme le nombre d'appuis, la jambe d'attaque, la distance d'attaque et de réception de la haie. Le chronométreur déclenche et arrête le chronomètre avec retard ou avance

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève est capable d'observer plusieurs critères sur une même course. Le chronométreur déclenche et arrête le chronomètre au bon moment.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève donne des retours pertinents sur la base de ses observations aux coureurs.

Le chronométreur impulse la succession des courses et obtient des temps proches de ceux de l'enseignant.

ÉTAPES ET REPÈRES **DE PROGRESSION** 

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE			
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	LE Identifier et associer des critères d'observation : le nombre d'appuis réalisés dans chaque intervalle et la jambe d'attaque utilisée sur un même parcou			
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Les élèves coureurs cherchent à construire des repères externes et internes à l'approche de la haie pour effectuer un franchissement efficace. Les élèves essaient différents parcours, passent plusieurs fois pour effectuer un choix personnel adapté et pour se transformer en comparant les indicateurs extérieurs donnés par les observateurs et le ressenti perçu par le coureur lui-même.  Le recueil des indicateurs amène les élèves observateurs à les mettre en relation pour donner des retours constructifs.  Le rôle de chronométreur responsabilise les élèves face à la réalisation de la performance. Le temps réalisé est un indicateur pour le coureur sur les variations de vitesse éventuelles entre chaque passage (ce qui peut permettre à l'élève par exemple d'adapter ses temps de récupération dans son programme de préparation s'il constate une forte hausse du temps sans dégradation du gestel).  Les différents indicateurs externes (chronomètre, jambe d'attaque, nombre d'appuis dans l'intervalle, distance d'attaque et de réception) doivent être mis en relation avec la réalisation motrice afin de construire des conseils pertinents pour aider le coureur à modifier ses actions.  Exemples de questionnement et d'intervention de l'enseignant :  Sur quel parcours l'élève perd-il le moins de vitesse ?  Quels sont les différents effets produits sur chaque parcours ?  Quels repères externes et internes peuvent être utilisés pour adapter ses foulées à l'approche de la haie?  Quelle est la distance d'attaque optimale ?  Si le coureur a un nombre d'appuis pair, la jambe d'attaque est-elle la même sur chaque haie ?  Quels peuvent être les éléments qui modifient le nombre d'appuis dans l'intervalle ?  Quand augmenter son temps de récupération et pourquoi ?  Pourquoi doit-on passer plusieurs fois ?			

### **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)** Des principes liés à l'efficacité individuelle : • Principe de déclenchement d'actions (être prêt à réagir et se mettre en mouvement le plus vite possible). • Principe de création et de conservation de la vitesse : courir sans ralentir avant et après le franchissement des haies (regarder la haie suivante dès la réception de la précédente, se concentrer sur l'approche de la haie). • Principe de coordination : attaquer la haie avec l'une ou l'autre jambe (apprendre à déclencher l'impulsion avec la jambe qui vient, gérer le rapport amplitude/ fréquence des foulées. « sentir » la haie qui approche). • Principes d'adaptation : identifier et reproduire un nombre de foulées inter-obstacles optimal (se représenter le tempo de l'enchaînement de la pose des CE QU'IL Y A appuis ; accepter de répéter pour prendre des repères sur soi et associer son ressenti pour se transformer). À APPRENDRE Des principes liés à l'échange collectif : • Prendre en compte l'avis d'un autre : écouter et appliquer les conseils d'un camarade. • Repérer des informations fiables, précises et claires pour aider un camarade à améliorer sa performance. Des principes liés à l'organisation collective : • Respecter et faire respecter les points de règlements : savoir utiliser le chronomètre en le déclenchant au coup de sifflet ou à la fermeture du claquoir et en l'arrêtant lorsque le buste du coureur passe la ligne d'arrivée, valider le franchissement des haies par les observateurs (juge de course), respecter les trois commandements de départ pour le coureur. Pour l'élève coureur : trouver le parcours le plus adapté à ses ressources permettant de conserver sa vitesse de course et construire la distance d'attaque optimale de la haie. Pour cela, il faut effectuer plusieurs passages et accepter de répéter pour comparer les effets obtenus et son ressenti. **BUT DE LA TÂCHE** Pour l'élève observateur : identifier plusieurs critères d'observation (nombre d'appuis dans l'intervalle, jambe d'attaque, distance d'attaque et de réception **POUR L'ÉLÈVE** de la haiel et les associer pour proposer un conseil pertinent et adapté au coureur observé. Pour l'élève chronométreur : chronométrer de facon précise pour annoncer un temps juste au coureur. Proposition de 2 parcours de 50m haies avec 4 haies et des intervalles qui varient dans chaque parcours entre 8m et 12m. Départ en starting-blocks. Départ 10m 10m 12m 10m Arrivée **DISPOSITIF** Départ 10m 12m 10m 8m 10m Arrivée Un observateur et un chronométreur par coureur. Le coureur met un foulard rouge sur la cheville de la jambe d'attaque préférentielle.

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (FIN)				
CONSIGNES	Pour le coureur : passer une fois sur chaque parcours, identifier celui qui est le plus adapté, effectuer plusieurs passages sur le parcours retenu pour progresser en respectant les trois commandements du départ.  Pour l'observateur : valider le franchissement (s'il est réglementaire : ne pas faire tomber la haie délibérément, franchir au-dessus de la haie et non sur les côtés) et annoncer par exemple, en fonction du besoin du coureur, le nombre d'appuis réalisés dans chaque intervalle et la jambe d'attaque utilisée grâce au foulard rouge ou repérer la distance d'attaque et de réception par rapport à la haie.  Pour le chronométreur : chronométrer toutes les courses de façon précise et juste, reporter les temps correctement arrondis sur une fiche pour avoir un suivi sur la séance.  Après le passage, les trois élèves (coureur, observateur et chronométreur) se concertent pour analyser ensemble les informations recueillies : le ressenti du coureur, le temps du chronométreur et les observations.			
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Les élèves coureurs choisissent un parcours et réussissent à maintenir une vitesse de course à chaque intervalle. Le nombre d'appuis sur les intervalles est constant à chaque passage. Ils effectuent au moins 4 passages sur le parcours choisi. Ils respectent les trois commandements du départ. L'observateur indique clairement après chaque passage le critère d'observation le plus adapté à son coureur : le nombre d'appuis et la jambe d'attaque, la distance d'attaque ou de réception. Il annonce précisément la validité du franchissement réglementaire. Le chronométreur a un temps proche de celui de l'enseignant. Suite à la concertation des trois élèves (coureur, chronométreur, observateur), un constat et un conseil adapté sont énoncés.			
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Simplification de la tâche:  Pour le coureur : conserver deux intervalles successifs avec la même distance (ex : Départ 10m J 12m J 10m J 6m Arrivée), réduire le nombre de passages ou la distance du parcours s'il y a une difficulté au niveau physiologique.  Pour l'observateur : se concentrer sur la jambe d'attaque et déduire s'il y a eu un nombre pair ou impair d'appuis dans l'intervalle, filmer le passage du coureur et le visionner au ralenti.  Pour la concertation : utiliser une fiche d'observation détaillée pour situer le niveau du coureur.  Complexification de la tâche:  Pour le coureur : placer les haies de façon plus aléatoire (ex : Départ 10m J 8m J 12m J 10m J 10m Arrivée), augmenter la charge de travail en jouant sur les paramètres (distance, nombre de répétitions).  Pour l'observateur : donner une explication pour justifier des temps variables d'un passage à l'autre.  Pour le chronométreur : chronométrer deux coureurs en même temps ou chronométrer les intervalles.  Pour la concertation : à partir du constat « temps », « des critères d'observation choisis » et « du ressenti du coureur » donner un conseil pertinent et l'argumenter. Trouver une ou des causes aux conséquences observées.  Les élèves ont à disposition des foulards rouges, des lamelles souples, des fiches d'observation, des tablettes et des chronomètres.			

# Illustration 2 : travail plus spécifique de l'attendu « Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins 2 familles athlétiques » (Haies)

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE				
	A1 : Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins 2 familles athlétiques.	D1/CG1 : « Les langages pour penser et communiquer » Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficience.			
	<b>Obstacle prioritaire :</b> L'élève saute la haie et ne la franchit pas. Son centre de gravité s'élève nettement au-dessus de l'obstacle car :				
	<ul> <li>l'élève a une appréhension face à la haie, il ne s'engage pas vers l'avant et se bloque à l'impulsion.</li> <li>Ou</li> </ul>				
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>l'élève n'a pas construit les trajets moteurs efficaces des deux jambes. Il couronne avec sa jambe d'attaque, soit il va chercher la haie en lançant sa jambe d'attaque tendue et fait revenir sa jambe de retour sous le bassin.</li> </ul>				
	Cap à passer : Passer d'un élève sauteur dont le centre de gravité est haut au-dessus de la haie, avec une impulsion orientée fortement vers le haut, à un élève franchisseur qui s'engage vers l'avant avec une jambe d'attaque mobilisée dans l'axe et en deux temps et avec une jambe de retour sur le côté en abduction. L'ensemble évolue à l'aide de principes identifiés dans les illustrations.				
	Passages obligés :				
	Courir vite en réalisant un franchissement efficace : chaque élève doit découvrir et dissocier le trajet moteur de la jambe d'attaque (dans l'axe et par le genou) et de la jambe de retour (latéral en abduction) et prendre confiance sur des haies pour attaquer de loin en poussant vers l'avant et en respectant un alignement à l'impulsion.				
	(Lien avec A1 et A2)				
	LE HURDLER				
	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints				
	Lors du franchissement, l'élève est désarticulé. Il y a peu de dissociation entre j est en cloche au-dessus de la haie. L'impulsion se fait trop proche de la haie. La				
ÉTAPES D'ACQUISITION	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints				
ET REPÈRES DE	La jambe d'attaque est construite dans l'axe mais la jambe de retour est encore souvent dessous sans abduction.				
PROGRESSION	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints				
	L'élève attaque la haie de plus loin et prolonge sa poussée vers l'avant. Le franchissement est plus rasant au-dessus de la haie. Le franchissement avec la jambe préférentielle est dans l'axe pour l'attaque et en abduction pour le retour. Le franchissement avec la « mauvaise jambe » est à perfectionner.				
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés				
	La trajectoire du centre de gravité au-dessus de la haie est rasante quelle que s	soit la jambe d'attaque. La reprise derrière la haie est solide.			

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE			
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Au cours d'un déplacement à vitesse maximale, déclencher et automatiser le franchissement avec une jambe d'attaque dans l'axe par le genou et une jambe de retour sur le côté : rotation de la hanche avec un genou plus haut que le pied.		
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Les élèves coureurs cherchent à orienter les poussées vers l'avant pour construire des trajets moteurs précis et coordonnés pour un franchissement efficace.  Les élèves s'engagent dans une démarche de répétition pour se transformer.  Les élèves chronométreurs donnent des informations chiffrées sur chaque intervalle qui donneront des indications sur les variations de vitesse. Le temps pourra être mis en relation avec le ressenti du coureur pour établir les causes des variations de vitesse.  Exemples de questionnement et d'intervention de l'enseignant :  Quels repères externes peuvent permettre à l'élève de mobiliser la jambe d'attaque dans l'axe ?  Comment rester solide derrière la haie ?  Que signifie l'augmentation du nombre d'appuis dans l'intervalle ?  Pourquoi le temps dans l'intervalle augmente-t-il ?  Comment réduire le temps dans l'intervalle ?		
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Des principes liés à l'efficacité individuelle :</li> <li>Principe de déclenchement d'actions : être prêt à réagir et se mettre en mouvement le plus vite possible.</li> <li>Principe de création et de conservation de la vitesse : poussée efficace des appuis au sol vers l'avant, s'engager vers l'avant, alignement et gestion du rapport amplitude/fréquence des foulées.</li> <li>Principe de coordination : dissocier la jambe d'attaque et la jambe de retour, acquérir et répéter le trajet moteur de la jambe d'attaque (attaquer la haie dans l'axe sans couronner en 2 temps, coup de fouet avec un genou haut fléchi dans l'axe puis extension), acquérir et répéter le trajet moteur de la jambe de retour (jambe sur le côté, hanche en abduction avec le genou plus haut que le pied), dissocier les deux appuis de réception (reprendre le sol de manière active et solide en griffant le sol avec la jambe d'attaque et avec le genou haut de la jambe de retour orienté vers l'avant pour chercher à aller poser loin devant).</li> <li>Principes d'adaptation : ajustement perceptivo-moteur à l'approche de la haie.</li> </ul>		
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	<ul> <li>Pour le coureur :</li> <li>Courir vite dans des intervalles de 10m en impulsant avant les battants horizontaux de la haie et avec une jambe d'attaque dans l'axe et une jambe de retour sur le côté.</li> <li>Pour le chronométreur :</li> <li>Chronométrer la course en prenant chaque intervalle : déclencher et arrêter le chrono en réception derrière la haie.</li> </ul>		

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)				
DISPOSITIF	Parcours de 40m avec 3 haies espacées de 10m, hauteur de la haie : 55cm côté jambe d'attaque et 70cm côté jambe de retour (la latte est en biais).  Départ 10m 10m 10m 10m Arrivée  Départ en starting-block. Un chronométreur par élève.			
CONSIGNES	Pour le coureur : effectuer 3 séries de 2x40m.  Pour le chronométreur : chronométrer les intervalles de chaque haie et reporter les temps sur une fiche pour que le coureur puisse identifier les variations de vitesse à chaque intervalle et entre chaque passage pour en chercher les causes.			
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Impulser avant les battants horizontaux. Les temps des intervalles n'augmentent pas trop. Le chronométreur enclenche son chrono sur l'appui de réception derrière la haie.			
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Simplification de la tâche : parcours en marchant pour automatiser les trajets moteurs puis à vitesse moyenne.  Complexification de la tâche : lattes à l'horizontale et course en confrontation.  Les élèves ont à disposition des lamelles souples, des fiches de performance et des chronomètres.			





# >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 1

## Natation de vitesse Repères d'évaluation

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE				
A1 : Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans 2 styles de nage	A2 : S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif	A3 : Planifier et réaliser une épreuve combinée	A4 : S'échauffer avant un effort	A5 : Aider ses camarades et assumer les rôles sociaux

#### Réaliser un départ efficace

Les élèves doivent percevoir la nécessité de construire un plongeon efficace qui contribuera à la création de la plus grande vitesse initiale et un virage qui permettra à la fois de diminuer la perte de temps consécutif au changement de direction et d'augmenter la vitesse initiale à chaque longueur.

Lien avec A1 et A4

#### Nager vite

CE QU'IL Y A

À APPRENDRE

Les élèves doivent entrer dans une logique de performance tout au long de la distance nagée en conservant une vitesse de nage optimale dans deux modes de nage, ventrale et dorsale.

Lien avec A2 et A3

#### Mettre en œuvre et réguler un projet de course

Chaque élève doit nager avec une amplitude et une fréquence lui permettant de se déplacer à vitesse optimale, conséquence du meilleur compromis possible entre les deux.

Lien avec A2 et A3

Gérer de manière optimale la respiration tout au long de l'épreuve afin de réaliser une performance optimale en combinant deux nages.

Lien avec A1 et A4

#### Savoir observer

Identifier et intégrer des critères d'observation pour progresser.

Lien avec A5

#### Savoir juger, chronométrer, donner un départ

Connaître et mettre en œuvre les éléments réglementaires inhérents à chaque rôle.

Donner un départ réglementaire, chronométrer, relever des indicateurs (amplitudes/fréguence).

Lien avec A5



#### LE NAGEUR

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Le plongeon et le virage ne permettent pas de créer une vitesse importante. La distance de course est réalisée mais on constate une grande chute de la vitesse sur la deuxième partie de l'épreuve (dos).

L'amplitude des actions propulsives décroît très rapidement.

Les bras sont utilisés de manière désordonnée en dos avec des surfaces propulsives mal orientées.

La respiration en crawl est inadaptée en terme de fréquence.

Les déséquilibres sont importants en dos.

Les facteurs spatiaux de l'efficacité propulsive témoignent d'une orientation inadaptée des surfaces propulsives. La gestion respiratoire est anarchique. De nombreux déséquilibres génèrent des résistances à l'avancement.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Si le départ plongé permet de commencer à nager relativement vite, celuici n'est pas encore assez exploité notamment lors de la coulée. Le virage permet de créer une vitesse suffisante. Cependant, la reprise de nage reste encore prématurée.

La vitesse de nage commence à être relativement constante dans le même mode de nage. On observe encore un grand différentiel entre le crawl et le dos à cause d'une dégradation de l'efficacité propulsive notamment dû à une gestion respiratoire inadaptée lors de l'épreuve.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Le départ plongé permet de reprendre la nage avec une vitesse optimale.

Le virage devient un moven de recréer une vitesse conséguente.

L'amplitude et la fréquence permettent de nager avec une vitesse adaptée aux ressources du nageur aussi bien en crawl qu'en dos.

La respiration en crawl est adaptée en termes de fréquence afin d'enchaîner l'autre nage sans problématique énergétique.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Le départ plongé permet de reprendre la nage avec une vitesse optimale qui révèle l'adoption d'un «corps profilé» et d'actions propusilves efficaces. Le virage devient un moyen de créer une vitesse supérieure à celle de la nage.

Le compromis amplitude/fréquence permet de nager avec une vitesse adaptée aux ressources biomécaniques et bioénergétiques du nageur aussi bien en crawl qu'en dos.

#### L'OBSERVATEUR/JUGE

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Le départ est donné de manière approximative.

Le chronométrage reste peu précis.

Les indices relevés sont parcellaires (nombre de coups de bras, temps).

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Le départ est donné de manière réglementaire.

Le chronométrage est précis et concerne uniquement la globalité de l'épreuve.

L'observateur est capable de quantifier les facteurs de l'efficacité, notamment en corrélant le nombre de coups de bras au temps, de manière globale sans discerner les deux modes de nage. Les résultats sont communiqués.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Idem étape 2.

L'observateur est capable de quantifier les facteurs de l'efficacité en calculant l'amplitude et l'indice de nage de manière globale sans forcément discerner les deux modes de nage.

Les résultats sont communiqués et exploités.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Le chronométrage est précis et concerne les temps intermédiaires et le temps de l'épreuve.

Les résultats sont communiqués en termes d'amplitude de nage, de fréquence et de vitesse en différentiant les deux styles de nage.

**ÉTAPES** ET REPÈRES **DE PROGRESSION** 

## Illustration 1 : exemple de mise en œuvre pour travailler la compétence attendue (natation de vitesse)

#### Obstacle prioritaire:

La vitesse de nage commence à être relativement constante dans le même mode de nage mais on observe encore une différence importante entre le crawl et le dos.

#### Cap à passer pour entrer réellement dans la compétence attendue :

Passer d'un crawler apnéiste à un nageur équilibré dans les deux modes de nage avec un compromis amplitude/fréquence qui permet de nager avec une vitesse adaptée aux ressources du nageur aussi bien en crawl qu'en dos.

#### Passages obligés :

Chaque élève doit identifier l'amplitude et la fréquence lui permettant de nager à la meilleure vitesse possible, conséquence du meilleur compromis possible entre les deux.

Réaliser plusieurs fois 25m en crawl et 25m en dos en mettant en relation le temps réalisé et le nombre de cycles de bras réalisé à chaque passage.

Construire une amplitude selon des principes d'efficacité propulsive :

- Allonger les trajets propulsifs en allant chercher loin devant et pousser loin derrière.
- Veiller à l'orientation des surfaces propulsives : les mains et les avants bras doivent être correctement placés (c'est-à-dire être perpendiculaires à l'axe d'avancement) afin d'augmenter leur surface propulsive.
- Utiliser le roulis (déséquilibre latéral) pour rechercher des masses d'eau stables favorables à une prise d'appuis efficace dans l'eau.
- Rechercher l'accélération progressive du trajet propulsif pour gagner en efficacité propulsive.
- Gagner en glisse grâce à l'alignement obtenu par le gainage.
- Réduire les résistances à l'avancement par la réduction du maître couple (surface projetée perpendiculairement au plan d'avancement).

#### Adapter la fréquence aux ressources de chacun :

- La qualité de la nage ne doit pas se dégrader par l'augmentation de la fréquence.
- La fréquence sans la conservation de la qualité de nage n'entraîne pas toujours plus de dépense énergétique.
- La succession des distances à parcourir entame le capital énergétique.

#### Connaissances sur la vitesse de déplacement :

- La vitesse de déplacement se différencie de la vitesse d'exécution d'un mouvement.
- La vitesse de déplacement peut être inférieure malgré une fréquence plus élevée, si les principes d'efficacité de nages ne sont pas respectés.
- La vitesse de déplacement peut être augmentée par une amplitude accrue et une fréquence réduite.
- Le travail sur la fréquence comme sur l'amplitude demande une dépense d'énergie.
- Le ressenti de l'effort est fonction de l'entraînement.

#### CE QU'IL Y A À APPRENDRE

CE QU'IL Y A

À APPRENDRE

### Dispositif et aménagements: un chronométreur par élève :

Chronométrer la course entière. Un observateur compte le nombre de cycles de bras sur la distance de 25m et met en œuvre avec le nageur un suivi de l'indice de nage (IN) en identifiant les facteurs prioritaires de l'efficacité propulsive à travailler.

#### Critères de réussite :

calcul de l'indice de nage : IN= Amplitude (A) x Vitesse = A x Distance/Temps

Exemple: 25m en 25s avec 12,5 cycles

Calcul de l'amplitude : A= Distance/Nombre de cycles = 25/12,5= 2 mètres

Calcul de la vitesse : V = 25/25 = 1 m/sCalcul de l'indice de nage : IN = 2x1= 2

L'écart de temps entre les deux 25m doit être inférieur à 10 s. L'amplitude de nage sera supérieure ou égale à 1,43 m avec un indice de nage dépassant 1,2

pour chaque mode de nage.

### Variables:

Simplification : travail uniquement sur le comptage du nombre de coups de bras réalisés pour cibler le facteur de l'efficacité propulsive à travailler en priorité.

Complexification : enchainement sur un 50 mètres en deux modes de nage.

### Illustration 2 : travail de l'attendu « Gérer son effort, faire des choix » (Natation de vitesse)

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ(S)				
	A1 : « Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins deux styles de nages ».	D1 : « Des langages pour penser et communiquer », CG1 : « Acquérir des coordinations motrices variées, s'adapter aux différentes épreuves physiques en exploitant ses ressources de façon optimale »			
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Utiliser au mieux son potentiel sur le plan physique, physiologique et psychologique.</li> <li>Acquérir des coordinations motrices variées et des techniques afin d'améliorer un déplacement aquatique.</li> <li>Construire et utiliser des repères externes et internes pour contrôler son placement, l'équilibre de son corps, son effort.</li> </ul>				
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints  Les élèves dépensent beaucoup d'énergie pour un déplacement effectif mais peu Les fautes de nage sont fréquentes.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints  Les élèves ont intégré quelques principes d'efficacité aquatique. Ils nagent pour placement favorable à la glisse.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints  Les élèves parviennent à s'entraîner sur le plan technique et physiologique (par exemple ligne sous l'eau, marquage du bassin, distance aux lignes d'eau, dé Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés  Les élèves intègrent leur technique de nage et de virage dans leur entraînement. Ils s'appuient sur des informations sensorielles pour adapter leur dépense d'éne	progresser et se corriger. Ils acceptent la perte de repères visuels au profit d'un exemple, par la réalisation de petites séries). Ils utilisent des repères indirects compte de coups de bras) pour rechercher une efficacité propulsive.			
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Mobiliser ses ressources afin de réaliser une série optimale grâce à une technique de nage de son choix, dans son cadre réglementaire. L'élève choisit au moins deux repères pour analyser sa prestation. Il peut recommencer en ajustant le projet et sa réalisation.				

Cyclenatation vitesse.mp4

Consulter la vidéo



#### **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE**

Objectif de la leçon : travailler deux techniques de nages, développer un regard lucide sur leur réalisation pour choisir celle des deux qui permettra de se déplacer le plus rapidement .

### Contenus à s'approprier :

### Axe 1 : Des principes communs d'efficacité de nages :

- Plus mon corps est allongé et aligné, moins il offre de résistance à l'avancement.
- Pour faciliter l'allongement, il faut intégrer une « respiration aquatique » qui positionne le corps à l'horizontal.
- Pour faciliter l'alignement, il faut étirer ses membres supérieurs vers l'avant et gainer sa ceinture pelvienne.
- Mon corps se déplacement d'autant plus facilement que je construis des appuis dans l'eau.
- Mes appuis dans l'eau sont d'autant plus efficaces que les surfaces propulsives sont larges et bien orientées, que leur trajet est long et accéléré, voire sinusoïdal.

### Axe 2 : Des connaissances spécifiques aux nages au regard des principes abordés dans cette leçon :

- La respiration est latérale en crawl, alors qu'elle est frontale en brasse.
- Si les surfaces propulsives hautes (mains et avant-bras) sont communes pour le crawl et la brasse, elles sont inversées et décalées pour les surfaces propulsives basses (pieds et jambes).

### Axe 3 : La notion de repère (il en existe plusieurs catégories) :

- Un repère sur soi pour construire l'alignement segmentaire et la vitesse d'exécution.
- Un repère sur l'eau pour construire l'allongement et l'équilibre corporel.
- Un repère terrestre pour construire la vitesse de déplacement et la qualité de l'appui.
- Un repère chronométrique pour comparer.

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)						
OBJECTIF DE LA TÂCHE ACTIVITÉ DU PROFESSEUR	BUT POUR L'ÉLÈVE	DISPOSITIF	CONSIGNES	CONTENUS	CRITÈRES DE RÉUSSITE	VARIABLES
1. Échauffement.  Recenser des principes communs d'efficacité à partir des propositions des élèves.	Nager, tester ce qui permet ou non de glisser dans l'eau et/ou sur l'eau.	Dans la largeur du bassin, réaliser des allers-retours dans la nage de son choix pendant 6 à 8 min.	Se déplacer selon des modes diversifiés, sélectionner ceux qui paraissent les plus faciles.	Question inductive sur l'axe 1: qu'est ce qui faci- lite le déplacement dans l'eau ?	Déplacements et vitesses variés, évolution vers un placement façon torpille, réduction du volume d'actions propulsives, équilibre qui s'horizontalise.	Réduire ou augmenter la distance de test (couper la largeur par une ligne d'eau, utiliser la longueur), augmenter le temps de récupération entre deux longueurs ou l'interdire, possibilité d'utiliser un flotteur (planche, pull, ceinture) ou non, usage d'un espace où les élèves ont pied ou non.
<ol> <li>Éprouver les principes énoncés.</li> <li>Captation d'images des élèves en action à l'aide d'une tablette.</li> </ol>	Décompter le nombre de mouvements propulsifs sur une longueur en activant les différents principes énoncés.	Idem + échanger sur son ressenti et ses idées, ponctuellement, à 2, entre deux traversées.	Tester chacun des principes et tenter de les combiner dans une nage de son choix.	Question inductive sur l'axe 2 : quelle différence percevez- vous entre le crawl et la brasse ?	Le nombre de mouve- ments propulsifs tend à se réduire.	Idem + constitution des binômes, relances par des illustrations vidéos.
3. Prendre son temps sur un aller-retour en brasse et en crawl.  Départ commun de tous, gestion du chrono sur la tablette et communication visuelle ou orale au fur et à mesure de l'arrivée des élèves, saisie des temps des élèves.	Comparer la vitesse en crawl et en brasse. Entre deux chronos les élèves annoncent la nage et le temps réalisé, s'auto- évaluent sur la nature des appuis utilisés.	Départ commun dans un ordre de nage au choix.	Établir un temps sur une distance donnée, en crawl et en brasse, annon- cer chacun des temps réalisés pour qu'ils soient enregistrés.	Question inductive sur l'axe 3 : est-ce que la vitesse d'exécution des mouvements garantit la vitesse du déplacement ?	Les temps sont rensei- gnés pour les deux nages.	Plusieurs essais possibles, conseils, régulations prof- élèves ou échanges avec un pair entre deux essais.

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)						
OBJECTIF DE LA TÂCHE ACTIVITÉ DU PROFESSEUR	BUT POUR L'ÉLÈVE	DISPOSITIF	CONSIGNES	CONTENUS	CRITÈRE DE RÉUSSITE	VARIABLES
4. Approfondir la nage dans laquelle l'élève s'auto-évalue le moins fort. Le professeur filme les élèves.	Travail différencié, en autonomie, à partir de fiches guides . (fiches en annexe)	Choisir sa nage et son thème de travail pour progresser, au regard de son auto-évaluation.	Suivre la succession des exercices théma- tiques proposés.	Approfondissement de la notion de repère au cours des exercices réalisés.	Les élèves suivent leur fiche guide et construisent des liens entre des repères cognitifs, visuels et kinesthésiques.	Accompagnement à l'auto-évaluation y compris à partir d'images, guide dans l'usage des fiches de travail, échanges et travail en binôme.
5. Faire des inférences pour analyser une nage et justifier un choix ultérieur à réaliser.	Mettre en relation l'ensemble des infor- mations disponibles pour analyser la qua- lité technique de la nage travaillée.	De retour à l'établis- sement et/ou chez soi, analyser par le filtre des principes d'efficacité et justifier par l'usage des repères diversifiés, la nage du jour travaillée.	Par 2 à 3, s'appuyer sur les fiches de travail, les images prélevées et les observateurs lorsqu'il y en a eu un pour analyser.	Quelles sont les connais- sances qui ont servi l'analyse et la justifica- tion ? Quelles relations de cause à effet pouvez- vous extraire de votre analyse entre la vitesse de déplacement et la vitesse d'exécution des mouve- ments de la nage ?	Les élèves parviennent à élaborer une réponse personnelle.	Documents et images à disposition, partenaires et régulation du professeur possible, en présentiel et/ou en distanciel, selon le temps de travail qui correspond au besoin de chaque élève.

### Annexe: fiches de travail

THÈME 1	LA PROPULSION EN BRASSE
Développement visé	Amélioration des repères cognitifs, visuels, kinesthésiques.
But à atteindre	Brasse symétrique avec une orientation des pieds vers l'extérieur au moment de la poussée.
Connaissances associées	Les appuis du train inférieur en brasse sont à l'opposé de ceux du crawl, sous les pieds, en plus des parties interne et frontale des jambes. Plus les surfaces propulsives sont grandes, plus la vitesse de déplacement est rapide pour un même nombre de mouvement réalisé.
BUT EXERCICES	CONSIGNES
1. Visualiser le bon placement des pieds	S'accrocher au mur avec les mains, placer, les pieds au mur « en canard », pousser contre le mur pour s'en écarter le plus loin possible.
2. Visualiser le bon placement des pieds en propulsion brasse	Réaliser 100m vers l'arrière, semi assis avec une frite aux aisselles, en jambe de brasse. Contrôler visuellement le placement des pieds.
3. Rechercher la sensation de l'appui pédestre	Réaliser 100m en jambe de brasse sur le ventre avec frite aux aisselles. Contrôler la symé- trie par le contact talon en début et en fin de mouvement.
4. Se maintenir à la surface à l'aide de mouvements de jambe de brasse	Se stationner 30s sur place à l'aide des jambes de brasse. Frite à disposition, progressive- ment retirée.
5. Nage complète	Brasse, nage complète sur 100m avec le contrôle visuel d'un observateur.

THÈME 2	LA RESPIRATION ET L'ÉQUILIBRE EN BRASSE
Développement visé	Amélioration des repères cognitifs, visuels, kinesthésiques.
But à atteindre	Brasse coulée, la tête s'immerge à chaque cycle de bras et de jambe.
Connaissances associées	Pour adapter sa respiration au rythme de la nage, il faut souffler dans l'eau complètement et inspirer à l'extérieur de l'eau rapidement. La tête immergée, alignée au reste du corps, ce dernier est allongé et en position moins oblique par rapport à la surface de l'eau. La résistance à l'avancement est réduite. La vitesse de déplacement est accrue.
BUT EXERCICES	CONSIGNES
1. Souffler dans l'eau longuement, inspirer à l'extérieur de l'eau rapidement en position verticale	Faire le « bouchon » sur place (de haut en bas et de bas en haut) à des profondeurs variées, en s'aidant de ses bras pour couper la surface de l'eau et de ses jambes en poussant au fond du bassin.
2. Alterner une respiration et un mouvement de jambe	Réaliser 100m en jambe de brasse sur le ventre, les bras le long du corps. Lever la tête pour inspirer, baisser la tête pour expirer sous l'eau, une expiration immergée à chaque cycle de jambe.
3. Alterner une respiration et un mouvement de jambe	Réaliser 100m en jambe de brasse sur le ventre en tenant une planche derrière le dos. Inspiration devant en levant la tête, expiration sous l'eau en faisant des bulles à chaque cycle de jambe.
4. Alterner une respiration entre chaque mouvement de bras de brasse	Réaliser 100m en bras de brasse sur le ventre avec un pull boy entre les jambes. Expirer bras allongés devant, inspirer pendant la traction des bras.
5. Nage complète	Nager 100m en brasse coulée.

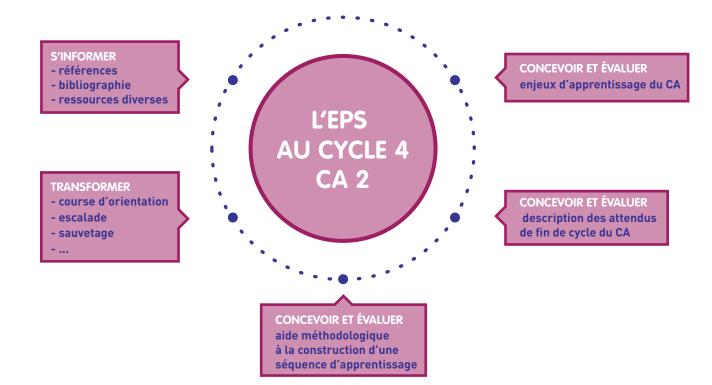
THÈME 3	LA GLISSE EN BRASSE
Développement visé	Amélioration des repères cognitifs, visuels, kinesthésiques.
But à atteindre	Brasse avec 2 temps de glisse bras allongés devant, jambes allongées, tête entre les bras, visage immergé.
Connaissances associées	Pour glisser, il faut, s'allonger, s'aligner dans l'eau et intercaler un temps de glisse entre chaque action propulsive. Le placement en « torpille » réduit la surface du maître couple pendant la glisse et favorise l'exploitation optimale des actions propulsives.
BUT EXERCICES	CONSIGNES
1. Glisser le plus loin possible, placement torpille. 5 à 10 essais	Mains jointes, bras tendus devant, tête entre les bras, visage immergé, pousser fortement contre le mur avec les jambes. S'allonger et aligner l'ensemble du corps pour glisser longuement.
2. Marquer un temps d'arrêt entre deux mouvements de jambe	Réaliser 100m en jambe de brasse sur le ventre avec une planche. Réaliser le moins de mouvement possible sur 25m. Compter 2 secondes d'arrêt, jambes allongées, talons serrés avant de reprendre un mouvement.
3. Marquer un temps d'arrêt entre deux mouvements de bras	Réaliser 100m en bras de brasse sur le ventre avec un pull boy entre les jambes. Marquer 2 secondes d'arrêt bras allongés devant la tête entre les bras et visage immergé.
4. Alterner une respiration entre chaque mouvement de bras de brasse	Réaliser 100m en brasse nage complète. Faire le moins de mouvement possible par 25m grâce à un long temps de glisse en placement torpille.
5. Nage complète	Brasse, nage complète sur 100m en variant les vitesses de nage.

THÈME 1	LA PROPULSION ET L'ÉQUILIBRE EN CRAWL
Développement visé	Amélioration des repères cognitifs, visuels, kinesthésiques.
But à atteindre	Battement de crawl efficace et placement torpille.
Connaissances associées	Les appuis du train inférieur en crawl sont à l'opposé de ceux de la brasse, le dessus des pieds en plus de la partie frontale de la jambe. Cet appui propulsif agit aussi vers le bas, en opposé à l'action des bras, ce qui contribue à l'équilibre latéral général du corps. Cet équilibre se construit d'autant mieux qu'existe le gainage nécessaire au « placement torpille ». Ce placement torpille réduit la surface du maître couple et favorise l'exploitation optimale des actions propulsives.
BUT EXERCICES	CONSIGNES
1. Observation visuelle et tactile du placement du pied lors du battement.	Assis au bord de l'eau, allonger les jambes et les pointes de pieds, pouces vers l'intérieur. Faire des éclaboussures avec les pieds en poussant l'eau avec le dessus du pied.
2. Réaliser les battements en gardant les pointes de pied allongées, pouces vers l'intérieur	Réaliser 200m avec une planche et des palmes en jambe de crawl, bras allongés devant, jambes allongées derrière.
3. Utiliser les appuis des pieds lors des battements	Rester 15'' sur place, à la surface de l'eau grâce aux battements, tête hors de l'eau.
4. Réaliser les battements efficaces en gardant les pointes de pied allongées, pouces vers l'intérieur	Réaliser 100m avec une planche en jambe de crawl, bras allongés devant, jambes allongées derrière.
5. Nage complète	Nager sur 100m en variant les vitesses de battement.

THÈME 2	LA RESPIRATION EN CRAWL	
Développement visé	Amélioration des repères cognitifs, visuels, kinesthésiques.	
But à atteindre	Crawl avec respiration latérale coordonnée à la nage.	
Connaissances associées	Pour adapter sa respiration à la nage du crawl, il convient de souffler complètement dans l'eau et d'inspirer rapidement à l'extérieur, sur le côté. La tête immergée, s'inscrivant dans le creux du bras au moment du retour aérien, et alignée au reste du corps, ce dernier est allongé. L'équilibre est moins oblique et moins longtemps. La résistance à l'avancement est réduite. La vitesse de déplacement est accrue.	
BUT EXERCICES	CONSIGNES	
1. Souffler dans l'eau longuement, inspirer rapidement latéralement	Parcourir 100m en battement avec une planche. Garder un bras le long du corps, l'autre bras est tendu et tient la planche devant. Réaliser 4 battements en soufflant dans l'eau et 2 en tournant la tête côté bras le long du corps pour inspirer. Changer de bras à chaque 25m.	
2. Souffler dans l'eau longuement, inspirer rapidement latéralement en même temps qu'un mouvement de bras	Parcourir 100m en jambe de crawl avec une planche en soufflant dans l'eau. Réaliser une inspiration latérale à chaque mouvement complet d'un bras et souffler dans l'eau lorsque celui-ci revient à la planche. Changer de bras à chaque 25m.	
3. Souffler dans l'eau longuement, inspirer latéralement tous les trois mouvements de bras	Parcourir 100m en crawl avec une planche devant et un pull boy entre les jambes. Réaliser un mouvement de crawl complet par bras et au troisième effectuer une respiration latérale.	
4. Souffler dans l'eau longuement, inspirer rapidement latéralement tous les trois mouvements de bras	Réaliser 100m en crawl en inspirant latéralement tous les trois temps avec un pull boy devant.	
5. Nage complète	Nager 100m en crawl avec respiration latérale coordonnée à la nage.	

THÈME 3	L'ÉQUILIBRE ET LA PROPULSION EN CRAWL
Développement visé	Amélioration des repères cognitifs, visuels, kinesthésiques.
But à atteindre	Nager en enfonçant dans l'eau l'épaule dont la main est en appuis, et en sortant l'épaule opposée dont le bras est en retour aérien.
Connaissances associées	Le déséquilibre latéral favorise la qualité des appuis par son action immergée dans une masse d'eau plus stable, et facilite le retour aérien. Cette alternance de déséquilibres droit puis gauche s'appelle le roulis. L'activité propulsive des jambes ainsi que le gainage du placement torpille aide la réalisation du roulis.
BUT EXERCICES	CONSIGNES
1. Se déséquilibrer longitudinalement	Réaliser 100m en battement avec une planche, un bras le long du corps, respiration latérale avec levée de l'épaule correspondante.
2. Accentuer le roulis des épaules	Réaliser 100m en crawl avec un seul bras et respiration latérale du côté du bras qui travaille. L'autre bras reste le long du corps, un pull boy sous l'aisselle. Enfoncer le pull boy à chaque respiration. Changer de bras à chaque 25m.
3. Se déséquilibrer longitudinalement	Réaliser 100m en jambe de crawl avec palmes bras le long du corps et passer sur le dos et revenir sur le ventre toutes 6 battements à l'aide de l'action des épaules.
4. Se déséquilibrer longitudinalement en nageant le crawl	Réaliser 100m crawl avec palmes en réalisant des passages réguliers sur le dos sans briser l'alignement.
5. Nage complète	Crawl avec roulis sur 200m en variant les vitesses de nage.

### Adapter ses déplacements à des environnements variés





MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE, DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE



### > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 2

### Enjeux d'apprentissage du CA 2

Ce tableau vise à aider les équipes enseignantes à déterminer des enjeux d'apprentissage dans le champ d'apprentissage « Adapter ses déplacements à des environnements variés » et à construire un parcours de formation cohérent et progressif sur les trois années qui composent le cycle. Le croisement « Compétences générales de l'EPS » / « Attendus de fin de cycle » garantit que les enjeux d'apprentissage identifiés permettent de travailler les cinq compétences générales de l'EPS (et par conséquent les cinq domaines du socle) en relation avec les attendus de fin de cycle. Seules ont été remplies les cases pour lesquelles ce croisement est pertinent.

CHAMPS D'APPRENTISSAGE 2		ATTENDUS DE FIN DE CYCLE POUR LE CA2				
		Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu	Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé	Assurer la sécurité de son camarade	Respecter et faire respecter les règles de sécurité	
DOMAINES DU SOCLE	COMPÉTENCES GÉNÉRALES		ENJEUX D'AP	PRENTISSAGE		
Des langages pour penser et communiquer	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps	Adopter une motricité adap- tée aux contraintes variées et variables du support	Apprécier le niveau de difficulté d'un itinéraire au regard de ses ressources pour rester lucide Élaborer un projet de déplace- ment incluant des itinéraires de repli, des techniques de réchappe simple et des échappatoires	Être autant vigilant à sa sécurité qu co-vérifier la chaîne de sécurité, c maîtriser les protocoles et techniqu déplacement S'engager dans le déplacement en soi et pour l'autre Rester attentif aux indications de s (panneaux, topo-guide)	ommuniquer avec son partenaire, ues de sécurité avant et pendant le sachant comment en sortir pour	
Les méthodes et outils pour apprendre	S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre	Utiliser les supports (topo, légende de la carte) pour préle- ver des indices sur le milieu Photographier mentalement le support pour s'imaginer évoluer	Identifier les causes expliquant les raisons d'une réussite, d'adaptations ou de renonce- ment au cours du déplacement	Rester concentré et attentif sur les consignes de sécurité Savoir renoncer si les difficultés so Être en état de vigilance de signes risque inconsidérée	nt trop importantes	
La formation de la personne et du citoyen	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités	Contrôler et maîtriser les protocoles et les techniques de manipulation des éléments de la chaîne de sécurité de contrôle afin d'évoluer ensemble en sécurité		Communiquer et coopérer pour ass différents rôles Adapter son engagement à celui de Prendre en charge tout ou partie de dispositifs de sécurité de la classe Connaître les gestes de premiers s	e l'organisation du groupe et des dans le milieu	
Les systèmes naturels et les systèmes techniques	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière	Maîtriser les techniques per- mettant de s'adapter en cas d'échec (chuter, se perdre)	Choisir son matériel et adapter son effort tout au long du déplacement en fonction de l'évolution de la situation, de son épuisement et du risque			
Les représentations du monde et l'activité humaine	S'approprier une culture physique sportive et artistique pour construire progressive- ment un regard lucide sur le monde contemporain	Expérimenter différentes formes d'aventures dans des formes de pratiques scolaires d'activi- tés physiques de pleine nature (APPN)	Choisir un niveau d'engagement permettant d'être efficient et de pratiquer en sécurité Comprendre les mesures de sécurité au regard de l'acciden- tologie	Accompagner son partenaire dans dans les difficultés et partager la g Apprécier l'impact des APPN sur le attitudes responsables	estion du couple risque/sécurité	



MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE, DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE

### > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 2

### Attendus de fin de cycle 4 pour le CA 2

Ces tableaux visent à aider les équipes à agencer et décliner les différents attendus de fin de cycle 4 du champ « Adapter ses déplacements à des environnements variés » dans le parcours de formation de l'élève afin de travailler et développer les cinq compétences générales de l'EPS (et par conséquent les cinq domaines du socle). Ils aident à construire un parcours de formation cohérent et progressif sur les trois années qui composent le cycle.

Ces tableaux précisent les attendus de fin de cycle, en spécifiant les enjeux d'apprentissage en termes de contenus possibles et en proposant des repères de progressivité pour chacun des attendus. Les équipes choisissent les thèmes d'apprentissage et ordonnent les contenus en fonction de leur contexte local (caractéristiques des élèves, priorités du projet pédagogique, conditions d'enseignement...).

# Attendu de fin de cycle 4 (CA2) : Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
<ul> <li>Aider l'élève à :</li> <li>enrichir le répertoire de sa motricité en recherchant une dissociation segmentaire, des ceintures et une organisation posturale ;</li> <li>adapter sa motricité au cours du déplacement de façon à corriger sa trajectoire pour rester au plus près de l'itinéraire prévu ou pour en réorganiser un nouveau ;</li> <li>ressentir les effets des forces, formes du milieu sur son déplacement de manière à pouvoir les anticiper et à y associer des organisations motrices adaptées ou des choix d'itinéraires pertinents.</li> <li>Liens avec les « compétences visées » des programmes :</li> <li>Choisir et conduire un déplacement adapté aux différents milieux (terrestre, aquatique ou aérien).</li> <li>Prévoir et gérer son déplacement et le retour au point de départ. Évaluer les risques et apprendre à renoncer.</li> <li>Analyser les choix a posteriori, les justifier.</li> </ul>	D1/CG1: « Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps »  Il s'agit pour l'élève d'acquérir et stabiliser des techniques adaptées permettant de créer des appuis efficaces et transmettre l'énergie de manière à générer une continuité dans le déplacement.  D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre »  Il s'agit pour l'élève:  • de prendre des informations et d'identifier des éléments pertinents (sur une carte, un topo, un mur d'escalade, un plan d'eau);  • de mémoriser des points clefs et remarquables permettant des calages ou des appuis pour structurer son déplacement;  • d'élaborer un projet de déplacement incluant des alternatives, des itinéraires de repli, des techniques de réchappe simple et des échappatoires;  • de confronter son point de vue avec un partenaire pour prévoir et ajuster un projet d'itinéraire.  D3/CG3: « La formation de la personne et du citoyen / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités »  Il s'agit pour l'élève:  • d'assumer seul ou en équipes les choix de difficulté d'itinéraire ainsi que les erreurs;  • de coordonner ses actions avec celles de son partenaire pour être plus sûr et efficace;  • d'échanger à propos des erreurs de coordination ou de communication avec son partenaire pour en trouver les raisons;  • de s'approprier les règles de fonctionnement et de sécurité définies par l'enseignant.  D4/CG4: « Les systèmes naturels et techniques / apprendre à entretenir sa santé »  Il s'agit pour l'élève:  • d'identifier les moments critiques ou délicats du point de vue de la « sécurité »;  • de maintenir un engagement physique tout en restant lucide sur ses choix.  D5/CG5: « Les représentations du monde et de l'activité humaine / Des éléments de la culture sportive »  Il s'agit pour l'élève:  • de se confronter à différents types de milieu et supports;  • de vivre des situations inhabituelles ou perçues comme engagées.	Forme de la trajectoire et variation de vitesse du déplacement D'un déplacement discontinu (saccadé) en vitesse et direction vers un déplacement régulier et continu.  Lien entre les points d'appuis structurant l'itinéraire De points d'appuis indépendants et lacunaires à une structuration sur une portion d'itinéraire plus long favorisant la vitesse et/ou l'économie.  Concentration et vigilance à l'autre D'attitudes individuelles où chacun respecte ses consignes à une compréhension et une coordination des actions et attitudes pour favoriser la vie de la classe et la gestion de la sécurité.  Fluidité et précision dans les réalisations d'habilités de sécurité D'actions séparées et figées à des habiletés coordonnées et adaptables.  Aisance à s'engager dans des situations d'aventure D'une attitude de retrait ou de quelqu'un s'exposant au danger à une attitude mêlant plaisir et assurance.

### Attendu de fin de cycle 4 (CA2) : Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
<ul> <li>Aider l'élève à :</li> <li>évaluer ses ressources disponibles (sur les plans moteur, physiologique, affectif) et les exploiter au mieux au regard des contraintes du déplacement (itinéraire et risques);</li> <li>évaluer le niveau de sollicitation et d'épuisement de ses ressources en construisant des repères objectifs sur les effets de la fatigue, notamment sur la perception du risque;</li> <li>rester concentré et disponible tout au long du trajet en adaptant la sécurité et le niveau de difficulté d'itinéraire à emprunter;</li> <li>adapter le déplacement anticipé en fonction de ses possibilités et ressentis;</li> <li>maitriser les effets des émotions ressenties en construisant des habiletés d'évitement.</li> <li>Liens avec les « compétences visées » des programmes : Prévoir et gérer son déplacement et le retour au point de départ. Évaluer les risques et apprendre à renoncer.</li> <li>Analyser les choix a posteriori, les justifier.</li> </ul>	<ul> <li>D1/CG1: « Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps »</li> <li>Il s'agit pour l'élève:</li> <li>d'être attentif à ses ressentis corporels et à la difficulté perçue de l'itinéraire pour maintenir un engagement physique tout en restant lucide sur ses choix;</li> <li>de construire des repères sur l'intensité de son engagement physique pour ajuster les actions réalisées et son projet de déplacement;</li> <li>d'adopter et construire des repères pour diverses allures afin de réguler le niveau de sollicitation de ses ressources.</li> <li>D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre » :</li> <li>Il s'agit pour l'élève:</li> <li>de reconnaître, réguler, anticiper les effets psychologiques et physiologiques liées à l'épreuve d'émotions intenses (perte de lucidité, désorganisation de la motricité, inhibition);</li> <li>de conserver des traces des événements afin d'analyser, a posteriori à l'aide de différents outils (dont les outils numériques), l'itinéraire réalisé et dégager des stratégies qui auraient permis d'être plus efficace;</li> <li>de proposer des explications cohérentes des causes de la réussite, des adaptations ou des renoncements au cours de l'itinéraire.</li> <li>D4/CG4: « Les systèmes naturels et techniques / Apprendre à entretenir sa santé »</li> <li>Il s'agit pour l'élève:</li> <li>de choisir le matériel de sécurité adapté aux conditions et à la difficulté de l'itinéraire et de gérer son effort physique en profitant des temps de récupération repérés dans le milieu;</li> <li>d'élaborer un projet de déplacement incluant des itinéraires de repli, des techniques de réchappe simple et des échappatoires, de s'engager et de prendre des risques calculés.</li> <li>D5/CG5: « Les représentations du monde et de l'activité humaine / Des éléments de la culture sportive »</li> <li>Il s'agit pour l'élève:</li> <li>de « transformer » ses appréhensions liées à une évolution dans un milieu inhabituel en des sensations de maîtrise et de plaisir;</li> <li>d'expérimenter des</li></ul>	Gestion du couple lucidité et niveau de sollicitation des ressources pour optimiser les actions D'un épuisement précoce de ses ressources et/ou perte du contrôle de la motricité à leur gestion plus efficace sur plusieurs sections.  Qualité des traces mnésiques des repères, des actions et des interprétations D'un projet de déplacement peu adaptable à des régulations en cours ou après l'action. De l'usage de solutions facilement contrôlables à des solutions plus complexes mais plus efficientes pour performer.  Qualité de la préparation et anticipation des situations « délicates » D'une analyse post-action superficielle à une analyse des erreurs pour mieux corriger et améliorer l'essai suivant.  Capacité à assumer les situations d'aventure en relation à sa perception du risque D'une analyse post-action superficielle à une analyse des erreurs pour mieux corriger et améliorer l'essai suivant.  Capacité à assumer les situations d'aventure en relation à sa perception du risque De sensations d'appréhension à des sentiments de plaisir.  Vers une prise de risque calculée et réfléchie.

### Attendu de fin de cycle 4 (CA2) : Assurer la sécurité de son camarade

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
Aider l'élève à :  à être rigoureux, vigilant et ouvert sur ce qui a trait à la gestion de sa sécurité et à celle de son partenaire ;  faire équipe à toutes les étapes du déroulement du déplacement notamment en utilisant les co-vérifications de la chaîne de sécurité ;  objectiver les facteurs de danger liés au milieu ou aux autres de manière à dépasser les représentations usuelles du danger.  Liens avec les « compétences visées » des programmes :  Assurer, aider l'autre pour réussir ensemble.  Respecter et faire respecter les règles de sécurité et l'environnement	D1/CG1: « Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps »  Il s'agit pour l'élève de :  • connaître et utiliser un vocabulaire précis sur les matériels, les éléments, les formes et les forces du milieu ainsi que sur les actions et les habiletés spécifiques concourant à sa sécurité et la sécurité du collectif;  • communiquer de manière simple et pertinente en utilisant une tonalité de voix forte;  • maîtriser des techniques liées au maintien de la sécurité de son partenaire (techniques d'assurage, de récupération de bateaux);  • maîtriser les protocoles de sécurité à respecter avant, pendant et après l'action.  D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre »  Il s'agit pour l'élève de :  • rester concentré et attentif sur les procédures d'actions et les consignes de sécurité données par l'enseignant;  • connaître de manière plus objective les facteurs, les conditions de réalisation pouvant être source de dangers.  D3 / CG3: « La formation de la personne et du citoyen / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités »  Il s'agit pour l'élève de :  • vérifier le matériel et l'équipement de son camarade avant le départ, d'être attentif aux actions de son camarade et de les anticiper pendant le déplacement;  • aider son camarade par des conseils ou des actions adaptées ou visant à l'aider dans son déplacement;  • ajuster des actions à celles de son camarade pour ne pas le mettre en danger;  • donner des conseils à son camarade, l'encourager, le soutenir.  D5 / CG5: « Les représentations du monde et de l'activité humaine / S'approprier une culture sportive et artistique »  • faire l'expérience d'une entraide pour surmonter des difficultés et des appréhensions liées à une évolution dans un engagement inhabituel.	Précision et pertinence du vocabulaire mobilisé D'un vocabulaire usuel ou approximatif à un vocabulaire précis, limité mais mobilisé rapidement.  Rigueur et précision dans les protocoles d'actions de sécurité D'une attention peu soutenue à une concentration et une vigilance importante vis-à-vis de son partenaire.  Attention à la sécurité de l'autre et pertinence des conseils et aides D'une sécurité individuelle à une mutualisation du risque par la co-vérification et une communication permanente.  Réciprocité de l'engagement de la responsabilité D'une performance individuelle à une pratique tournée vers l'efficience de manière solidaire et coopérative.

### Attendu de fin de cycle 4 (CA2) : Respecter et faire respecter les règles de sécurité PRÉCISIONS SUR LES LIENS EXPLICITATION DE L'ATTENDU REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE Aider l'élève à : D1 / CG1 : « Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps » • s'informer sur les conditions requises pour se déplacer sur l'espace d'évolution prévu : Il s'agit pour l'élève de :

- ou celles concernant les zones interdites : • réaliser des tâches simples dans l'organisation de la classe de façon à faciliter la circulation sur les itinéraires et le rangement du matériel :
- prendre en charge à plusieurs reprises la mise en place d'ateliers ou de zones d'évolution en vérifiant que la sécurité passive est
- acquérir des attitudes ou habiletés simples permettant de venir en aide ou de soutenir son co-équipier ou tout autre élève.

Liens avec les « compétences visées » des programmes :

• respecter les consignes de temps et d'éloignement

Assurer, aider l'autre pour réussir ensemble.

Respecter et faire respecter les règles de sécurité et l'environnement.

- maîtriser des techniques liées au maintien de la sécurité de son partenaire (techniques d'assurage, de récupération de bateaux...) et les protocoles d'organisation du groupe ou du collectif en cas
- prendre connaissance et respecter les consignes de sécurité liées à des lieux de pratique spécifiques (topo-quides, panneaux).

D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre »

Il s'agit pour l'élève de :

- rester concentré et attentif sur les procédures d'actions et les consignes de sécurité données par l'enseignant ;
- utiliser différents outils pour agir et se déplacer en sécurité ;
- maîtriser des critères simples d'observation pour juger de la conformité d'utilisation des matériels de sécurité par d'autres

D3 / CG3 : « La formation du citoven / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités »

Il s'agit pour l'élève de :

- assumer les responsabilités liées aux différents rôles dans une APPN et coopérer :
- choisir la difficulté d'un itinéraire adaptée aux possibilités du groupe et prévoir des itinéraires de repli ;
- évaluer les risques liés à la poursuite d'un itinéraire pour être capable de gérer des incidents simples ou de renoncer si besoin :
- rappeler à l'ordre un camarade ne respectant pas les règles de sécurité :
- connaître des gestes de premiers secours pour assister un camarade blessé

D5/CG5 : « Les représentations de l'activité humaine / Des éléments de la culture sportive »

Il s'agit pour l'élève de :

- apprécier l'impact des pratiques en groupe des APPN sur le milieu naturel, la faune et la flore et plus particulièrement les milieux sensibles :
- passer de représentations des APPN associées à la prise de risques à une représentation construite autour de la prudence :
- adopter des attitudes et comportements individuels et collectifs responsables vis-à-vis du milieu naturel et des autres usagers.

### Précision des connaissances relatives aux usages et à la sécurité dans l'espace d'évolution

D'une sur ou sous-évaluation des risques et du niveau de compétence nécessaire à une évaluation fondée sur quelques critères objectifs.

### Vérification du respect sur autrui des protocoles de sécurité

D'une vérification individuelle à une co-vérification (sous le contrôle de l'enseignant).

D'un contrôle aléatoire à la vérification systématique dans une chaine de contrôle routinisée

### Implication dans la gestion et sécurité collective

D'une gestion individuelle de la sécurité et des rôles contrôlée par l'enseignant vers une gestion plus collective de l'organisation et supervisée par l'enseignant.

#### Ouverture à autres usages des APPN et autres pratiquants

De représentations et attitudes marquées par les images sociales (spectaculaire, risques, individuel, nature-objet) à des représentations compatibles avec une conception écologique et responsable des APPN.



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE

### > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 2

# Aide méthodologique à la construction d'une séquence d'apprentissage du CA 2

Ce tableau propose une démarche pour aider les équipes à construire une séquence dans une APSA du champ d'apprentissage « **Adapter ses déplacements** à des environnements variés ». Il s'agit de préciser ce qu'il y a à apprendre pour les élèves dans l'APSA en relation avec les attendus de fin de cycle dans le CA2 et les compétences générales de l'EPS. Les équipes choisissent, ordonnent ces contenus et construisent des outils d'évaluation pour vérifier leur acquisition en prenant en compte leur contexte local.

### SÉQUENCE D'APPRENTISSAGE DU CHAMP D'APPRENTISSAGE 2 « ADAPTER SES DÉPLACEMENTS À DES ENVIRONNEMENTS VARIÉS »

#### **APSA** retenues :

Il s'agit d'effectuer un choix parmi les APSA qui paraissent les plus appropriées pour construire, chez les élèves, les attendus de fin du cycle 4 du champ d'apprentissage 2.

#### Exemple pour le CA2 :

Escalade / Course d'orientation / Canoë-kayak / Natation sauvetage / VTT / Surf / Voile-planche à voile / Ski de fond, alpin-snowboard / randonnée pédestre.

### Ce qu'il y a à apprendre :

Il s'agit de déterminer des « acquisitions prioritaires » permettant de construire les différents attendus du cycle 4 dans le champ d'apprentissage et qui sont envisageables pour une première (ou une deuxième) séguence d'apprentissage d'un temps effectif de pratique de 12h minimum pour les élèves dans une APSA donnée.

Les acquisitions prioritaires sont choisies en relation avec le projet pédagogique, les caractéristiques des élèves et les tableaux « Enjeux d'apprentissage » et « Attendus de fin de cycle », en les spécifiant au regard de l'APSA support. Elles peuvent être complétées par d'autres acquisitions référées au socle, selon les priorités du projet d'établissement (par exemple : une priorité sur la maîtrise de la langue française, sur le respect des règles de la vie collective, sur la coopération...).

#### Étapes et repères de progression :

Il s'agit d'identifier, à travers des indicateurs qualitatifs ou quantitatifs, la progression en 4 étapes des élèves au regard des acquisitions prioritaires précédemment citées (« Ce qu'il y a à apprendre ») et en référence aux repères de progressivité des attendus de fin de cycle. Ces quatre étapes, formulées à l'identique de celles du livret scolaire, visent à faciliter la validation des compétences du socle commun.

Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints (maîtrise insuffisante)

Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints (maîtrise fragile)

Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints (maîtrise satisfaisante)

Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés (maîtrise très satisfaisante)

Retrouvez Éduscol sur







#### Principes de construction d'une compétence attendue en CA2 (à décliner dans l'APSA support)

Il s'agit de formuler une compétence dans l'APSA au sein du collège intégrant les trois dimensions, motrice, méthodologique et sociale, et répondant aux acquisitions prioritaires choisies en relation avec les différents attendus du cycle 4 pour le champ d'apprentissage. Il importe de spécifier les principales caractéristiques du contexte dans lequel est mobilisée cette compétence.

Cette compétence peut mettre en avant un élément du socle (en relation avec des priorités du projet établissement et des choix des équipes).

À travers les APSA du CA 2, il s'agit d'amener les élèves à :

- choisir, parmi plusieurs possibles, un itinéraire adapté pour le réaliser de façon efficiente ;
- assumer un risque calculé qui respecte les règles de sécurité passive et active et intègre le renoncement donc la réchappe si nécessaire ;
- gérer la sécurité de facon co-responsable (co-contrôle) :
- réguler son projet de déplacement par l'analyse individuelle et collective des erreurs et échecs ;
- inscrire un projet de déplacement dans une démarche éco-citoyenne.

#### Règles constitutives des modalités d'évaluation pour le CA2 (à spécifier dans l'APSA support choisie) :

L'évaluation exige la proposition d'une variété d'itinéraires de complexité et de difficulté différentes permettant un choix personnel de l'élève.

L'évaluation des élèves dans les activités du CA 2 se fonde sur la réalisation d'un ou plusieurs parcours de niveau choisi et en sécurité (ce niveau de sécurité peut être choisi par l'élève). Elle exige des élèves la formulation d'un projet d'actions de déplacement intégrant les principaux points d'appui favorisant la régulation du projet afin de réussir le parcours dans sa totalité et en sécurité.

L'évaluation s'appuie sur :

- la difficulté du parcours réalisé par l'élève ;
- la faisabilité du projet : choix d'un parcours adapté à ses ressources, la réussite du parcours, le temps éventuellement réalisé ;
- la qualité de la réalisation du déplacement : niveau d'engagement consenti, difficulté et qualité des actions motrices réalisées, fluidité dans la conduite du déplacement, optimisation du trajet ;
- l'utilisation d'outils méthodologiques au service de la production de performance à partir du numérique ou des analyses individuelles ou collectives.



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE



### > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 2

# **Escalade**Repères d'évaluation

	•		
	ATTENDUS DE	FIN DE CYCLE 4	
A1 : Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiel recréé plus ou moins connu	A2 : Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé	A3 : Assurer la sécurité de son camarade	A4 : Respecter et faire respecter les règles de sécurité
<ul> <li>Se déplacer en plaçant l'avant des pi</li> </ul>	our conduire son déplacement de façon é eds sur les prises afin d'être plus mobile (		
<ul> <li>Avoir une attitude tonique sur les pie</li> </ul>			
<ul> <li>Accepter d'agir avec une prise de ma</li> </ul>			
<ul> <li>Accepter de pousser sur un appui pie</li> </ul>	ed pour aller chercher une prise de main.		
<ul> <li>Réaliser une voie « mains imposées pour progresser de manière économ</li> </ul>	1 1	ents de direction en profitant de la mobilit	é offerte par les pieds
Se dominer pour accepter de s'engage	r en hauteur de manière détendue		

### CE QU'IL Y A À APPRENDRE

### Repérer le trajet d'une voie pour choisir la corde permettant de sécuriser une escalade en moulinette. Choisir la ou les couleurs de prises imposées pour les pieds et/ou les mains afin de réaliser la voie entièrement en « libre » et en respectant ses choix.

- Lire les configurations de prises sur quelques mètres et proposer un projet d'actions de déplacement adapté
- Choisir un ordre de saisie de prises de mains sur un passage.

En moulinette, accepter de balancer dans le vide et/ou de chuter (<1m).</li>

• Se souvenir de l'ordre des saisies de mains sur un passage de 4 à 5 mètres que l'on vient de réaliser

#### Maîtriser et contrôler les protocoles et les techniques de sécurité en bloc et/ou en voie En bloc :

Grimpeur : accepter de chuter et savoir se réceptionner, dé-escalader le bloc jusqu'au sol.

Pareur : veiller à sécuriser la zone de réception.

#### En voie:

Grimpeur: mettre un baudrier correctement et savoir s'encorder. En haut de voie, accepter de chuter (1 m environ).

Assureur: assurer en moulinette à l'aide de la méthode en 5 temps. Adopter un bon placement par rapport au mur et contrôler la redescente.

Lors d'une chute, construire le réflexe de ramener la « main haute » sur le brin « de vie » (main sous le frein). Différencier et assurer « mou », « tendu » et « sec ».

Retrouvez Éduscol sur







	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE 4 (SUITE)
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Coordination assureur grimpeur : Coordonner les actions et communications lors du passage en moulinette, en haut de voie (3 temps). Prévenir le grimpeur lors d'une chute et accepter d'être soulevé. Sécurité passive : veiller au bon positionnement des tapis, installer les cordes et ranger correctement le matériel.
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	Les étapes s'appuient sur les 6 repères :  la qualité de pose de pieds sur les prises ;  la coordination et la dissociation des actions motrices pour grimper ;  la confiance dans le matériel et l'assurance (moulinette) ;  le choix d'une voie adaptée à ses ressources ;  l'attitude générale de grimpeur ;  la précision et la rigueur des manipulations du matériel.  Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints  utilise de manière privilégiée l'appui en voûte plantaire ; pas de mobilité sur la prise ;  se déplace selon une logique de « grimpeur d'échelle » ;  accepte d'évoluer à faible hauteur et a besoin de la tension de la corde (sèche) pour évoluer ;  choisit des conditions de réalisation d'une voie mais ne parvient pas à réaliser la voie dans son intégralité ;  a besoin d'être assuré et rassuré en permanence par l'assureur : nécessité de plusieurs confirmations et/ou communications ;  coordinations lentes, juxtaposées absorbant toute l'attention de l'assureur : pas de disponibilité autre.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints  utilise de manière privilégiée l'appui sous le gros orteil, carre interne ; pas de mobilité ou tâtonnement sur la prise ;  actions et positions des membres supérieurs assez symétriques par rapport à l'axe vertical actions mais décalées en hauteur ;  accepte d'évoluer en hauteur assuré « corde sèche » mais reste crispé notamment lors de la redescente en « moulinette » ;  choisit des conditions de réalisation permettant de réaliser la voie dans son intégralité mais en dessous de ses possibilités ;  confiance en l'assureur ; respecte les consignes et communications apprises ;

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (FIN)
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints  utilise de manière privilégiée l'appui sur l'avant du chausson ; mobilité sur des prises moyennes ;  réalise des attitudes de progression en acceptant de conserver une main en dessous de la ligne des épaules ;  évolue de manière détendue en hauteur, assuré « corde tendue » et accepte de se balancer en arrière dans des voies en dévers lorsqu'il chute ;  choisit de manière pertinente des conditions de réalisation pour réaliser entièrement une voie correspondant à ses ressources ;  a confiance dans les capacités à adapter l'assurage : la communication est précise ;  assure des coordinations précises, assez fluides permettant de suivre les évolutions et demandes du grimpeur (corde tendue).  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés  contrôle le déplacement du pied et utilise l'avant du pied sur la prise ; mobile sur des prises petites ;  différencie nettement les attitudes de progression (transport) de celle d'équilibration (statique) ;  évolue en hauteur de manière détendue, assuré avec une corde légèrement « molle », accepte une petite chute (moins 1 m) ;  choisit de manière pertinente des conditions de réalisation pour réaliser entièrement une voie « à vue » correspondant à ses ressources ;  a confiance en l'assureur et le matériel et porte une attention adaptée à l'autre ;  assure des coordinations précises, fluides ; mobilité et disponibilité permettant d'anticiper les évolutions du grimpeur.
COMPÉTENCE ATTENDUE	En bloc: réaliser deux blocs de difficultés proches dans des configurations et/ou volumes différents en contrôlant la pose des pieds et son équilibre dont l'un doit être dé-escaladé intégralement (pieds libres ou toutes prises). En voie: réaliser en moulinette 2 voies dans des volumes et/ou plans différents dont l'une est haute et aisée et l'autre courte et difficile. Assurer correctement son partenaire en maîtrisant la distinction entre corde « sèche », « tendue » et « molle ».
RÈGLES CONSTITUTIVES DES MODALITÉS D'ÉVALUATION	En bloc : Bloc 1: grimper (conditions : mains imposées et pieds libres ou mains et pieds imposés). Bloc 2: grimper et dé-escalader un bloc (conditions : idem) avec retour à la prise de départ. Critères d'évaluation : difficulté du bloc et fautes dans la conduite et le contrôle de la pose pied et de l'équilibre (bruit, appui dessous de pied, glisser-caler, tâtonner, zipper). En voie : réaliser 2 voies dans des conditions différentes : Voie 1: assuré en moulinette, réaliser une voie entière dans la partie la plus haute de la structure artificielle en respectant le choix de couleurs pour les mains et/ou les pieds arrêtés avant le départ. Le grimpeur est assuré avec capteur et doit réaliser une chute (<1m) en haut de voie. Critères d'évaluation : aisance et relâchement pour le grimpeur, communication et qualité de l'assurance pour l'assureur. Voie 2: assuré en moulinette avec capteur (corde tendue et non sèche), réaliser une voie de 5 m en respectant un choix de couleur de prises pour les mains (pieds libres). Critères d'évaluation : idem bloc (difficulté de voie + fautes de pose de pied et déséquilibre non contrôlé).

### Illustration 1 : travail plus spécifique de l'attendu « Réussir un déplacement planifié... »

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ
	A1 : Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiel recréé plus ou moins connu
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Se déplacer en plaçant l'avant des pieds sur les prises afin d'être plus mobile et plus précis.</li> <li>Avoir une attitude tonique sur les pieds (pas de talon bas).</li> <li>Accepter d'agir avec une prise de main basse (dissociation action bras et prise de mains pas à la même hauteur).</li> <li>Accepter de pousser sur un appui pied pour aller chercher une prise de main.</li> <li>Changer de pied sur une prise sans sauter mais en pivotant sur la prise.</li> <li>Réaliser une voie ou une traversée mains imposées et pieds libres. La voie doit comporter des changements d'orientation du déplacement et des orientations différentes de prises (prise moyennes et bonnes).</li> </ul>
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	Les étapes s'appuient sur deux repères :     la qualité de pose de pieds sur les prises ;     la coordination et la dissociation des actions motrices pour grimper.  Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints     utilise de manière privilégiée l'appui en voûte plantaire ; pas de mobilité sur la prise ;     se déplace selon une logique de « grimpeur d'échelle ».  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints     utilise de manière privilégiée l'appui sous le gros orteil, carre interne ; pas de mobilité ou tâtonnement sur la prise ;     actions et positions des membres supérieures assez symétriques par rapport à l'axe vertical des actions mais décalées en hauteur.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints     utilise de manière privilégiée l'appui sur l'avant du chausson ; mobilité sur des prises moyennes ;     réalise des attitudes de progression en acceptant de conserver une main en dessous de la ligne des épaules.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés     contrôle le déplacement du pied et utilise l'avant du pied sur la prise ; mobilité sur des prises petites ;     différencie nettement les attitudes de progression (transport) de celle d'équilibration (statique) en réalisant un nombre de déplacements segmentaires « pieds » plus importants que ceux des « mains ».
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	En bloc : réaliser deux blocs de difficultés proches dans des configurations et/ou volumes différents en contrôlant la pose des pieds et son équilibre dont l'un doit être dé-escaladé intégralement (pieds libres ou toutes prises). En voie : réaliser en moulinette une ½ voie difficile et courte en contrôlant son équilibre avec une assurance corde tendue et non sèche.

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE		
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Dissocier et coordonner les actions du train supérieur et accepter les nouveaux équilibres induits par ces nouvelles postures et nouveaux mouvements.	
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Contraindre l'activité adaptative du grimpeur en limitant certaines possibilités afin que ce dernier explore des positions, attitudes nouvelles permettant de réaliser les voies. Faire travailler les élèves sur voies courtes afin de limiter les effets de la fatigue (effort plus court donc meilleure récupération et plus de répétitions possibles) et d'augmenter les possibilités de mémorisation des méthodes utilisées.	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Accepter d'agir avec une prise de main basse.</li> <li>Adopter des positions davantage de profil ou de changement d'orientation : plus grande mobilité autour de l'axe vertical.</li> <li>Utiliser et coordonner des actions de jambes avec une main basse pour gagner en amplitude.</li> </ul>	
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Réaliser des voies courtes (1/2 voies) en évoluant en moulinette (corde tendue et non sèche), toutes couleurs de prises autorisées mais en respectant les contraintes.	
DISPOSITIF	Proposer des voies courtes dans des configurations de pentes, volumes différents. Contraintes : toutes prises autorisées ou une couleur en moins pour les mains ou les pieds.	
CONSIGNES	Grimper avec une main attachée limitant la possibilité de lever celle-ci au-dessus de l'épaule (cordelette reliant le pontet à la main). Possibilité de jouer sur la longueur de la cordelette et sur la main (droite ou gauche).  Grimper avec des mains en yoyos (dans ce cas, la cordelette relie les deux mains mais doit passer par le pontet : lorsque la cordelette est tendue les deux mains ne doivent pas dépasser la ligne des épaules).  Grimper le plus haut possible avec 2 ou 3 possibilités de saisie main gauche (idem main droite).	
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	Comparer les prestations des différents élèves en organisant un recueil des résultats par groupe ou en collectif. Favoriser les échanges de méthodes (réaliser une voie avec 2 ou 3 méthodes différentes).	
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Critères quantitatifs : Réussite de la voie (en relation avec le niveau de contrainte imposé pour la dissociation des actions du train supérieur). Critères qualitatifs Mobilité des pieds sur les prises. Mobilité du corps selon l'axe vertical.	
OUTILS À DISPOSITION	Utilisation d'une caméra à poste et du logiciel Kinovéa permettant aux élèves de se revoir ou de voir des attitudes différentes.	

### Illustration 2 : travail plus spécifique du domaine 4 du socle

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ
	D4, CG4 : « Les systèmes naturels et les systèmes techniques ». « Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière ». L'éducation physique et sportive aide à comprendre les phénomènes qui régissent le mouvement et l'effort, à identifier l'effet des émotions et de l'effort sur la pensée et l'habileté gestuelle. Elle contribue à la construction des principes de santé par la pratique physique.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Apprendre à objectiver les sources de dangers et les effets d'une chute sur le matériel utilisé et sur les personnes. Ceci implique de :  dissocier hauteur et danger : ce n'est pas parce que l'on est haut que l'on est en danger. Au contraire, un des dangers majeurs en escalade est le retour au sol, donc plus on est haut plus on est en sécurité ;  pour le grimpeur : estimer de manière plus raisonnée l'amplitude de ses « balancers » et de l'élasticité de la corde d'assurage (notion de frottement) ;  pour l'assureur : prendre conscience des incidences de sa position par rapport au mur (loin, surélevé) sur le maintien de sa position d'équilibre initial pour réaliser les habiletés de sécurité de manière optimale.
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1: objectifs d'apprentissage non atteints A une « représentation émotionnelle » des effets de la gravité qui l'empêche de réaliser un « balancer ». Assure toujours « sec » un camarade de même gabarit que lui lors d'un grimper de voie.  Étape 2: objectifs d'apprentissage partiellement atteints Accepte de réaliser des « balancers » de faible amplitude. Assure « tendu » un camarade de même gabarit que lui lors de situations de pendule ou de balancer.  Étape 3: objectifs d'apprentissage atteints Maîtrise et anticipe des amplitudes assez importantes de « balancers », oriente les appuis pour se déplacer en pendule pour atteindre un point précis. Assure « tendu », dans des positions différentes par rapport au mur, un camarade de gabarit plus imposant que lui.  Étape 4: objectifs d'apprentissage dépassés Accepte d'être soulevé, déséquilibré par les effets des « balancers », petites chutes (en moulinette) et anticipe ces effets pas des attitudes adaptées tout en assurant la sécurité du couple grimpeur-assureur.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Il est possible de proposer une situation d'évaluation comportant 2 ateliers : Atelier 1 : « Balançoire » : grimper avec un point d'assurance plus ou moins décalé en arrière et se laisser aller en lâchant les prises ; ou sur un plan vertical se déplacer principalement à l'aide des pieds latéralement tel un pendule. Atelier 2 : « La poulie » : assurer un grimpeur plus lourd que soi à partir de positions différentes.

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Faire prendre conscience de l'amplitude d'un balancer en aidant les élèves à passer d'une appréciation fortement influencée par l'imaginaire à une estimation plus réelle lui permettant de modifier ses représentations du danger. Réagir aux effets de la gravité de manière adaptée tout en continuant à assurer une sécurité optimale.
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	La démarche est double, à la fois encourageante et objectivante. Il s'agit d'aider les élèves « timorés » à s'engager en les invitant à se sentir bien dans un type de situation avant d'aller vers une situation jugée « osée » mais également de tempérer les plus intrépides en leur apportant des connaissances objectives sur les effets de la gravité et les conséquences sur la sécurité.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Estimer de manière objective l'amplitude des balancers et de la redescente en moulinette.</li> <li>Assureur : assurer dans des conditions optimales.</li> <li>Grimpeur : se coordonner et être mobile et disponible pour atteindre la cible.</li> </ul>
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	« Le parachutiste ». En moulinette, corde « tendue », pour le grimpeur, balancer en arrière à partir d'une position plus ou moins décalée de la verticale et se coordonner avec l'assureur pour mettre les 2 pieds dans une zone précise du tapis (zone cible) au moment où le grimpeur touche le sol.
DISPOSITIF	Une corde passée dans un relai plus ou moins décalé vers l'arrière. Voie facile. Zone de tapis au sol avec la matérialisation d'un espace d'arrivée (zone cible).
CONSIGNES ET VARIABLES	Variables : Verticale du point du relai plus ou moins en arrière. Position au moment du lâcher prise. Position de la zone cible. Mise en place d'une contre-assurance.
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	En comparant différents essais dans des conditions identiques ou proches, mobiliser des connaissances théoriques sur la gravité pour mettre en relation causes et effets.  Comparer les trajectoires, apprécier l'amplitude d'un balancer ou pendule ainsi que les effets des frottements.  Dissocier chute de l'effet de l'élasticité de la corde.
CRITÈRE DE RÉUSSITE	Distance par rapport à la zone cible et nombre de balancers nécessaires pour atteindre la zone cible. Conditions du lâcher du grimpeur.







### >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 2

### Course d'orientation Repères d'évaluation

		ATTENDUS DE	FIN DE CYCLE	
	A1 : Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiel recréé plus ou moins connu	A2 : Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé	A3 : Assurer la sécurité de son camarade	A4 : Respecter et faire respecter les règles de sécurité
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Se déplacer en exploitant les potentialités variées offertes par le milieu : identifier des éléments saillants d'un milieu varié exigeant un décodage préalable pour organiser son déplacement.  Prévoir un déplacement en identifiant les points de décision : adopter une motricité adaptée aux contraintes du milieu ; opérer des choix avant et pendant le déplacement afin d'être efficient.  Moduler ce projet au cours du trajet. Se confronter à des lieux présentant des spécificités différentes (nature du milieu, obstacles présents).	Maintenir un engagement physique tout en restant lucide sur ses choix.  Alterner stratégiquement différentes allures de déplacement durant le parcours.  Mémoriser les points cruciaux et anticiper les solutions liées à son projet de déplacement.  Au départ et durant le trajet : étudier différents itinéraires possibles au regard de ses capacités du moment, pour choisir le plus pertinent.  Oser s'engager dans un niveau de parcours perçu comme proche de ses limites.  Au retour : analyser l'itinéraire réalisé et dégager des stratégies qui auraient permis d'être plus efficient.  Réussir les parcours dans le respect des consignes de sécurité (temps limite, respect des interdits, etc).  Choisir un niveau d'engagement permettant d'être efficient et de pratiquer en sécurité.	<ul> <li>Être autant vigilant à sa sécurité qu'à celle de son partenaire :</li> <li>communiquer avec son partenaire ;</li> <li>maîtriser les protocoles et techniques de sécurité avant et pendant le déplacement.</li> <li>S'engager dans le déplacement en sachant comment en sortir pour soi et pour l'autre.</li> <li>Savoir renoncer si les difficultés sont trop importantes et ne permettent pas une réussite en sécurité.</li> </ul>	Participer éventuellement à l'organisation (préparation) et à la gestion des mises en pratique.  Devenir éco-citoyen en veillant à ne pas dégrader le support et en le laissant vierge après passage.  Prévoir une tenue adaptée à l'épreuve et aux conditions météorologiques.

Retrouvez Éduscol sur







# **ÉTAPES** ET REPÈRES **DE PROGRESSION** COMPÉTENCE **ATTENDUE** RÈGLES

#### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (SUITE)

### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève s'engage sur un parcours inadapté à ses capacités. Il peut être en réussite sur les postes situés proches des lignes directrices mais ne parvient pas à exploiter les indices plus fins (comme ceux relatifs à la végétation ou au relief) pour quitter les chemins et trouver des postes plus difficiles.

### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève s'engage sur un parcours adapté à son niveau. Il est en réussite sur les postes situés proches des lignes directrices et commet parfois des erreurs de précision sur les postes plus complexes, nécessitant l'exploitation d'indices plus fins (végétation, relief). Il perd ainsi du temps, ce qui l'empêche souvent d'être performant.

### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève choisit un parcours adapté à son niveau et le réalise. Il le réussit en se déplacant grâce à des éléments variés du terrain (notamment les éléments de relief et de végétation). Sa stratégie de course unique lui permet d'être rapide.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève s'engage sur un parcours proches de ses limites. Il le réussit en se déplacant grâce à des éléments fins du terrain à l'approche des postes complexes. Il compare les différents projets de déplacement possibles au regard de ses capacités et adopte une stratégie de course lui permettant d'être efficient

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève prête peu d'attention à la gestion de sa sécurité. Il mène son projet de perfectionnement sans réelle stratégie.

### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève s'engage en sécurité dans l'activité mais il peut parfois manguer d'autonomie dans la gestion des outils et protocoles de sécurité. L'élève mène son projet de perfectionnement de manière peu ou trop ambitieuse.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève s'engage en sécurité dans l'activité ; il utilise de manière responsable et autonome les outils de sécurité.

L'élève mène son projet de perfectionnement en se montrant ambitieux, réaliste, et en exploitant ses erreurs et ses échecs.

### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève s'engage en sécurité dans l'activité ; il utilise de manière responsable et autonome les outils de sécurité. Il prend part aux tâches d'organisation et de gestion de l'activité.

L'élève mène son projet de perfectionnement en se montrant ambitieux, réaliste, et en exploitant ses erreurs et ses échecs.

Construire puis s'engager de manière efficiente dans un itinéraire choisi au regard de ses capacités, en s'appuyant sur des éléments variés de la carte et du terrain.

Prendre un risque calculé qui respecte les règles de sécurité passive et active et intègre le renoncement donc la réchappe si nécessaire. Gérer la sécurité de facon co-responsable.

Réguler son projet de déplacement par l'analyse individuelle et collective de ses erreurs et échecs.

Inscrire un projet de déplacement dans une démarche éco-citovenne.

### DES MODALITÉS D'ÉVALUATION

Le lieu de pratique est inconnu (ou partiellement connu) afin de permettre à l'élève de mobiliser ses capacités de lecture de carte et de construction d'itinéraire. Une variété de postes (ou de parcours) de complexité et de difficulté différentes est proposée pour permettre un choix de l'élève.

Les postes exigent de se déplacer en utilisant les potentialités variées du milieu : ils peuvent ainsi se situer en dehors des lignes directrices principales et nécessitent l'exploitation d'éléments simples de végétation ou de relief.

La longueur du parcours doit être suffisante pour mettre en évidence la nécessité de gérer son allure et son effort.

L'évaluation des élèves se fonde sur la réalisation d'un ou plusieurs parcours de niveau choisi et en sécurité. Elle exige des élèves la formulation d'un projet de déplacement mettant en valeur le respect des règles de sécurité et de l'environnement. Elle sanctionne le dépassement des limites de temps ou le non-respect des autres consignes de sécurité.

L'évaluation intègre 3 dimensions :

- 1. la faisabilité du projet : choix d'un parcours adapté, la réussite du parcours en toute sécurité :
- 2. la qualité du projet : le niveau du parcours et le temps réalisé ;
- 3. L'utilisation d'outils méthodologiques au service de la production de performances à partir du numérique ou des analyses individuelle ou collective.

L'évaluation intègre les erreurs possibles (balises ratées en course d'orientation).

## Illustration 1 : travail plus spécifique de l'attendu « Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu »

### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE

#### Attendus:

- Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu .
- Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé.
- Respecter et faire respecter les règles de sécurité.

### CE QU'IL Y A <u>À appre</u>ndre

- Se déplacer en exploitant les potentialités variées offertes par le milieu : identifier des éléments saillants d'un milieu varié et complexe exigeant un décodage préalable pour organiser son déplacement.
- Maintenir un engagement physique tout en restant lucide sur ses choix.
- Alterner stratégiquement différentes allures de déplacement durant le parcours.
- Au départ et durant le trajet : étudier différents projets de déplacement possibles au regard de ses capacités du moment, pour choisir le plus pertinent.
- Oser s'engager dans un niveau de parcours percu comme proche de ses limites.
- Au retour : analyser l'itinéraire réalisé et dégager des stratégies qui auraient permis d'être plus efficient.
- Réussir les parcours dans le respect des consignes de sécurité (temps limite, respect des interdits, etc...).
- Choisir un niveau d'engagement permettant d'être efficient et de pratiquer en sécurité.
- Participer éventuellement à l'organisation (préparation) et à la gestion des mises en pratique.
- Gérer individuellement et savoir contrôler pour les autres un tableau « qui fait quoi quand » sous le contrôle de l'enseignant.

### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève s'engage sur un parcours inadapté à ses capacités. Il peut être en réussite sur les postes situés proches des lignes directrices mais ne parvient pas à exploiter les indices plus fins (comme ceux relatifs à la végétation ou au relief) pour quitter les chemins et trouver des postes plus difficiles.

L'élève prête peu d'attention à la gestion de sa sécurité.

Il mène son projet de perfectionnement sans réelle stratégie.

# ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION

### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève s'engage sur un parcours adapté à son niveau. Il est en réussite sur les postes situés proches des lignes directrices et commet parfois des erreurs de précision sur les postes plus complexes, nécessitant l'exploitation d'indices plus fins (végétation, relief). Il perd ainsi du temps, ce qui l'empêche souvent d'être performant.

L'élève s'engage en sécurité dans l'activité mais il peut parfois manguer d'autonomie dans la gestion des outils et protocoles de sécurité.

L'élève mène son projet de perfectionnement de manière peu ou trop ambitieuse.

### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève choisit un parcours adapté à son niveau et le réalise. Il le réussit en se déplaçant grâce à des éléments variés du terrain (notamment les éléments de relief et de végétation). Sa stratégie de course unique lui permet d'être rapide.

L'élève s'engage en sécurité dans l'activité ; il utilise de manière responsable et autonome les outils de sécurité.

L'élève mène son projet de perfectionnement en se montrant ambitieux, réaliste, et en exploitant ses erreurs et ses échecs.

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (SUITE)
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés L'élève s'engage sur un parcours proche de ses limites. Il le réussit en se déplaçant grâce à des éléments fins du terrain à l'approche des postes complexes. Il compare les différents projets de déplacement possibles au regard de ses capacités et adopte une stratégie de course lui permettant d'être efficient. L'élève s'engage en sécurité dans l'activité ; il utilise de manière responsable et autonome les outils de sécurité. Il prend part aux tâches d'organisation et de gestion de l'activité. L'élève mène son projet de perfectionnement en se montrant ambitieux, réaliste et en exploitant ses erreurs et ses échecs.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	<ul> <li>La situation implique l'élève dans la gestion des outils de contrôle (correction) et de sécurité (tableau de départ et d'arrivée « Qui fait quoi ? Quand ? »).</li> <li>Une variété de parcours de complexité et de difficulté différentes est proposée pour permettre un choix personnel et inciter l'élève à s'engager sur un niveau proche de ses limites.</li> <li>Les postes exigent de se déplacer en utilisant les potentialités variées du milieu : ils peuvent ainsi se situer en dehors des lignes directrices principales, et nécessitent l'exploitation d'éléments simples de végétation ou de relief.</li> <li>La longueur du parcours doit être suffisante pour mettre en évidence la nécessité de gérer son allure et son effort.</li> <li>L'évaluation des élèves se fonde sur la réalisation d'un ou plusieurs parcours de niveau choisi et en sécurité. Elle exige des élèves la formulation d'un projet de déplacement mettant en valeur le respect des règles de sécurité et de l'environnement. Elle sanctionne le dépassement des limites de temps ou le non-respect des autres consignes de sécurité.</li> <li>L'évaluation intègre les erreurs possibles (balises ratées en CO) afin de ne pas brider l'élève dans son engagement.</li> <li>L'évaluation intègre 3 dimensions :</li> <li>1. La faisabilité du projet : choix d'un parcours adapté, la réussite du parcours en toute sécurité ;</li> <li>2. La qualité du projet : le niveau du parcours et le temps réalisé ;</li> <li>3. L'utilisation d'outils méthodologiques au service de la production de performances à partir du numérique ou des analyses individuelle ou collective.</li> </ul>

### **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)**

• Lieu de pratique : parc forestier, parcelle de forêt.

Sur parcours FORCE 2

Hors-limite
Sur parcours FORCE 1

- Postes : situés en dehors des lignes directrices proches d'éléments de végétation et de relief. Plusieurs niveaux de difficulté en fonction de la définition du poste, du point d'attaque et de la proximité par rapport aux lignes directrices. L'idée est de constituer 3 niveaux de parcours. (tous les parcours sont de distance sensiblement identique).
- Support :
- carte : simplifiée si possible avec routes, chemins, sentiers, points remarquables et objets particuliers ;

AIGLE

Moins de 7'

GUEPARD

- carton de contrôle avec au verso une CIBLE pour le groupe (exemple ci-contre), sur laquelle le groupe placera sa performance sur le parcours réalisé en fonction du temps et du niveau de difficulté.

LION

KANGOUROU

ELEPHANT

13' ou 14'

CHEVAL 11' ou 12' FOURMI

15' ou 16'

• Seul ou en groupe.

Parcours
FORCE 3

Parcours
FORCE 2

Réussi

Parcours
FORCE 1

Réussi

Echec
ou
Hors-limite

Echec
ou
Hors-limite

### DISPOSITIF

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (FIN)
CONSIGNES	<ul> <li>L'orienteur (ou le groupe) pourra s'essayer sur plusieurs parcours dans la leçon (au moins 4 si possible).</li> <li>À chaque départ, il choisit un niveau de parcours puis bénéficie de 2 minutes obligatoires dans la zone de départ qui lui permettent d'élaborer son itinéraire et de définir une stratégie de course.</li> <li>À son retour, il situe son parcours dans la cible en fonction du temps réalisé et du niveau de parcours réussi (ou échoué). Il note par exemple « Parcours n°1 » dans une des cases s'il s'agissait de son 1er parcours, puis notera « Parcours n°2 » lors de son 2e parcours, etc afin de visualiser son évolution au cours de la séance.</li> <li>Il compte à combien de cases il se situe de la coupe.</li> <li>Son objectif, lors du parcours suivant, est de se rapprocher de la coupe, de progresser d'une ou plusieurs cases.</li> <li>Les élèves gèrent eux-mêmes les outils de leur sécurité : tableau de départ notamment.</li> </ul>
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	<ul> <li>S'engager sur un parcours adapté à ses capacités: - En cas d'échec récurrent (zone grise): le niveau de parcours choisi est-il trop difficile? - Plusieurs parcours réussi en zone bleu: l'élève ne doit-il pas s'engager sur un niveau de parcours plus ambitieux?</li> <li>Se déplacer grâce à des éléments variés du terrain, notamment ceux relatifs à la végétation et au relief: En cas d'échec (zone grise), ou de temps élevé (car perte de temps à l'approche du poste): avant de partir, prendre le temps de concevoir et de visualiser son itinéraire; identifier un point d'attaque; identifier les éléments visibles (lignes directrices plus complexes) qui permettront d'approcher le poste.</li> <li>Adopter une stratégie de course (gestion de son allure et de ses ressources) permettant d'être rapide: En cas de performance en zone rouge ou orange: l'orienteur a-t-il couru tout le temps? A-t-il perdu le fil de son itinéraire à un moment? A-t-il perdu du temps à l'approche du poste? A-t-il choisi la trajectoire la plus directe?</li> <li>S'engager en sécurité dans l'activité et gérer de manière autonome les outils de sécurité: Gérer le tableau de départ. Respecter les limites de temps (éviter les performances en zone grise pour dépassement des limites de temps).</li> <li>Mener un projet de perfectionnement en se montrant ambitieux, réaliste, et en exploitant ses erreurs et ses échecs: - placer ses performances dans la cible; - les couleurs de la cible peuvent être une aide précieuse pour guider l'élève: des performances répétées en zone grise peuvent être synonymes d'un choix de parcours inadapté, trop difficile La zone bleue peut signifier à l'élève qu'il peut se montrer plus audacieux en choisissant un parcours plus difficile car sa stratégie de course lui a permis d'être rapide. En zone orange, il devra persévérer sur les parcours Force 3, en cherchant des solutions lui permettant d'être plus efficient malgré une difficulté de postes maximale. Enfin en zone rouge, il peut choisir entre 2 stratégies de perfectionneme</li></ul>
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Niveau 1 : si moins de 3 zones de couleur atteinte dans la leçon. Niveau 2 : si 3 zones de couleur (hormis le gris) atteinte ET au moins 1 bleue, verte ou orange. Niveau 3 : si 3 zones de couleur (hormis le gris) atteinte ET au moins 1 zone verte. Niveau 4 : si au moins 3 zones vertes atteintes.
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	<ul> <li>Niveau de parcours : Le projet de l'élève peut être modulé au cours de la leçon par le choix d'un parcours de niveau différent.</li> <li>Personnalisation des objectifs : Si le but principal est de « gagner la coupe », il est possible d'individualiser les objectifs (fixer un contrat en entourant une zone à atteindre dans la cible) ou simplement de mettre en évidence les progrès réalisés par l'élève (nombre de cases qu'il à gagner par rapport à la coupe). Ainsi, chacun à son niveau peut espérer être en réussite.</li> </ul>

### Illustration 2 : travail plus spécifique de la compétence générale « S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre »

	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ(S)
	D2/CG 2: « les méthodes et outils pour apprendre » S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Au départ et durant le trajet : étudier différents itinéraires possibles au regard de ses capacités du moment, pour choisir le plus pertinent.</li> <li>Oser s'engager dans un niveau de parcours perçu comme proche de ses limites.</li> <li>Au retour : analyser l'itinéraire réalisé et dégager des stratégies qui auraient permis d'être plus efficient.</li> <li>Savoir utiliser une méthodologie appropriée pour tenter le projet.</li> </ul>
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints L'élève ne maîtrise pas les solutions travaillées et nécessaires à sa progression. Il mène son projet de perfectionnement sans réelle stratégie.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'élève reste timoré dans ses essais de solutions plus difficiles ; il a tendance à reconduire les stratégies de déplacement qu'il maîtrise déjà et être en réussite sur celles-ci.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints L'élève se lance à la recherche de solutions plus difficiles et efficientes pour trouver le poste. Il mène un projet de perfectionnement ambitieux mais réaliste qui lui permet de réussir et de progresser, notamment grâce à l'analyse de ses erreurs.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés L'élève se lance à la recherche de solutions plus difficiles et efficientes pour trouver le poste. Il mène un projet de perfectionnement ambitieux mais réaliste qui lui permet de réussir et de progresser. Il cherche également à être plus efficient en analysant également ses réussites.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Situation présentant de la complexité, de l'incertitude pour chaque élève. Situation imposant à l'élève de rechercher et maîtriser des solutions plus difficiles à mettre en œuvre mais plus efficientes à long terme. Situation laissant un degré d'autonomie à l'élève, la possibilité de se tromper afin de l'inciter à tenter mais aussi à analyser ses essais. Situation qui met en valeur le nombre de tentatives, le nombre de réussites et les progrès réalisés entre les essais.

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE : LES CARTES DE NIVEAU
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	<ul> <li>Passer de l'usage de solutions facilement contrôlables mais coûteuses à des solutions plus difficiles à mettre en œuvre mais plus efficientes pour performer.</li> <li>Passer d'un projet de perfectionnement largement guidé par l'enseignant à un projet plus autonome et ambitieux malgré la complexité de la tâche proposée.</li> </ul>
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	<ul> <li>Tous les élèves travaillent sur le même thème : se déplacer grâce aux éléments de relief.</li> <li>Contraindre les élèves à exploiter des éléments nouveaux et plus complexes de la carte pour se déplacer (même si les élèves peuvent très bien connaître le lieu de pratique) : créer de l'incertitude, de la complexité.</li> <li>Placer l'élève face à des choix (de construction d'itinéraire inhabituel ; de niveau de pratique), afin qu'il développe une réelle stratégie d'apprentissage.</li> <li>Laisser à l'élève une autonomie de fonctionnement, la possibilité de se tromper, de gérer ses essais-erreurs.</li> <li>Utiliser le « niveau » carte comme la variable principale au service des apprentissages, puisque c'est elle qui structure et accompagne le déplacement de l'élève.</li> </ul>
LA PROBLÉMATIQUE POSÉE AUX ÉLÈVES	<ul> <li>Les postes situés en dehors des lignes directrices, sur des éléments de relief, obligent les élèves à se lancer sur des choix d'itinéraires plus inhabituels, complexes et osés (repérage par rapport à des éléments plus fins de relief).</li> <li>Différents niveaux de carte sont proposés aux élèves afin que tous travaillent sur le même thème (le relief), mais chacun à son niveau : l'élève doit donc mener un projet de perfectionnement en choisissant un support (la carte) adapté (c'est-à-dire à la fois audacieux pour progresser, mais réaliste pour réussir).</li> </ul>
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Au départ et durant le trajet : étudier différents itinéraires possibles au regard de ses capacités du moment, pour choisir le plus pertinent.</li> <li>Oser s'engager dans un niveau de parcours perçu comme proche de ses limites.</li> <li>Au retour : analyser l'itinéraire réalisé et dégager des stratégies qui auraient permis d'être plus efficient.</li> <li>Savoir utiliser une méthodologie appropriée pour tenter le projet.</li> </ul>
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Gagner un maximum de « Coupes » et de « Médailles » (en fonction de parcours réalisés)
DISPOSITIF	<ul> <li>Lieu de pratique : parc forestier ; parcelle de forêt.</li> <li>Les postes sont situés en dehors des chemins et sentiers, sur des repères relatifs au relief. Tous les postes sont sensiblement de difficulté équivalente.</li> <li>Conception de parcours avec 1 balise.</li> <li>3 niveaux de parcours : la différenciation ne s'opère pas au niveau du poste choisi. C'est la carte choisie par l'élève qui détermine la complexité du parcours : - les parcours de niveau 1 se réaliseront avec des cartes où figurent les points remarquables, les chemins et sentier, et les éléments de relief : Carte APPRENTI ; - les parcours de niveau 2 se réalisent avec des cartes où figurent uniquement quelques axes principaux et le relief : Carte DEBROUILLE ; - les parcours de niveau 3 se réalisent avec des cartes où figurent seulement la zone de départ et le relief : Carte EXPERT.</li> <li>Remarque : ces différentes cartes peuvent être conçues grâce à un logiciel de confection de carte, de retouche d'image ou encore « à la main » (calques).</li> </ul>

### **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE : LES CARTES DE NIVEAU (SUITE)** DEBROUILLE **DISPOSITIF** • Temps limite = 15 minutes par parcours. • Les élèves peuvent se tester sur autant de parcours qu'ils veulent (au minimum 5 dans la leçon). • À chaque nouveau départ, l'élève peut choisir le niveau de carte de son choix. Il recopie alors sur celle-ci l'emplacement du poste à rechercher. • Barème : - tout parcours réussi rapporte une « Coupe » ; - 1 médaille si réalisée avec la carte APPRENTI : 2 médailles pour la carte DEBROUILLE : 3 médailles pour la carte EXPERT. • Tracer, verbaliser, mettre en évidence les repères (points d'appuis, points d'attaque) qui jalonnent l'itinéraire prévu. • Choisir un niveau de carte adapté pour progresser : **CONTENU OU** - plus ambitieux pour les élèves qui « plafonnent » et accumulent les coupes sur un niveau de parcours ; QUESTIONNEMENT - stable pour persévérer ou consolider (1 seule réussite sur un niveau de parcours ; ou temps élevé synonyme d'approximations) ; **INDUCTIF** - revu à la baisse si l'élève persiste dans l'échec, sur un niveau de carte trop difficile. • Analyser sa stratégie, ses erreurs à son retour. • Niveau 1 : si moins de 3 coupes gagnées. • Niveau 2 : si au moins 3 coupes gagnées et au moins 4 médailles. CRITÈRES DE RÉUSSITE • Niveau 3 : si 4 ou 5 coupes gagnées et au moins 7 médailles. • Niveau 4 : si au moins 5 coupes gagnées et 11 médailles. • Le niveau de carte : - plus l'élève est en réussite, plus il peut envisager de réaliser les parcours avec des cartes « Expert » : il sera alors contraint de construire l'ensemble de **VARIABLES / OUTILS** son itinéraire grâce à des indices moins nombreux, moins évidents, et plus complexes (relief) ; **À DISPOSITION** - à l'inverse, l'élève en difficulté pourra s'orienter grâce à des cartes « Apprenti » : il pourra alors se rapprocher du poste grâce à des repères simples (chemins, objets particuliers) et seulement à l'approche du poste, il devra chercher à utiliser des repères relatifs au relief.

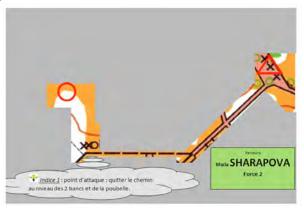
## Illustration 3 : Travail de l'attendu « Réussir un déplacement planifié... »

OBSTACLE PRIORITAIRE	À la recherche de postes plus difficiles car éloignés des lignes directrices simples, les solutions manquent à l'élève, soit pour trouver le poste, soit pour être plus rapide.
RENCONTRÉ	<ul> <li>Les éléments plus complexes (comme ceux relatifs à la végétation ou au relief) sont peu exploités.</li> </ul>
PAR L'ÉLÈVE	• La détermination d'un point d'attaque pour quitter les chemins est souvent imprécise.
OBJECTIF	Exploiter tous les éléments de la carte (notamment les éléments simples de relief ou de végétation) et définir des points d'attaque précis afin de trouver des postes situés en dehors des lignes directrices simples.
BUT POUR L'ÉLÈVE	Dans le temps imparti, gagner un maximum de médailles (chaque parcours réussi rapporte un certain nombre de médailles).
CE QU'IL Y A	• Se déplacer en exploitant les potentialités variées offertes par le milieu : identifier des éléments saillants d'un milieu varié et complexe exigeant un décodage préalable pour organiser son déplacement.
À APPRENDRE	<ul> <li>Prévoir un déplacement en identifiant les points de décision : adopter une motricité couplée aux contraintes variées et variables du support ; opérer des choix avant et pendant le déplacement afin d'être efficient.</li> </ul>
	Alterner stratégiquement différentes allures de déplacement durant le parcours.
	Lieu de pratique : parc forestier ; parcelle de forêt.
	<ul> <li>Postes : situés hors des lignes directrices simples, sur des indices relatifs au relief ou à la végétation.</li> </ul>
	<ul> <li>Parcours: il s'agit d'une carte partiellement effacée où seuls certains repères sont laissés pour guider jusqu'à la balise recherchée. Des indices figurent également sur ces parcours (point d'attaque et définition du poste).</li> <li>3 niveaux de parcours. La différenciation entre ces 3 niveaux de parcours ne s'opère pas au niveau de la difficulté du poste mais se fait au niveau des indices donnés sur la carte pour se rendre au poste.</li> </ul>
	- Force 1 : indice concernant le point d'attaque ET la ligne directrice à construire après le point d'attaque (exemple ci-dessous).
DISPOSITIF ET AMÉNAGEMENT MATÉRIEL ET HUMAIN	Indice 2 : sulvre la limite de végétation : pelouse – forêt.

Indice 1 : point d'attaque : quitter le chemin

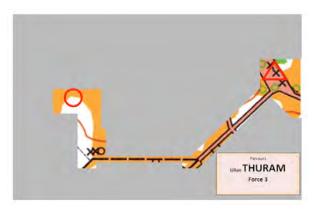
Teddy Riner

- Force 2 : indice uniquement pour le point d'attaque.



DISPOSITIF **ET AMÉNAGEMENT** MATÉRIEL ET HUMAIN

- Force 3 : pas d'indice...



Remarque : une même balise peut être utilisée pour un parcours Force 1, Force 2 ou Force 3.

• Déroulement :

temps limite = 15 minutes par parcours.

Les élèves piochent un parcours de leur choix sachant que tous sont obligés de débuter par un parcours « Force 1 ». Deux parcours « Force 1 » réussis donnent accès aux parcours « Force 2 », etc.

#### Barème :

- Force 1 réussi rapporte 1 médaille ; Force 2 réussi rapporte 2 médailles ; - Bonus temps : 1 médaille supplémentaire pour tout parcours réussi en moins de 8 minutes.



; Force 3 réussi rapporte 3 médailles





TIONS...)

#### • Médaille de Bronze (objectifs partiellement atteints) : si au moins 4 médailles. CRITÈRES • Médaille d'Argent (objectifs atteints) : entre 5 et 10 médailles. DE RÉUSSITE • Médaille d'Or (objectifs atteints et dépassés) : 11 médailles et plus. **VARIABLES ET** • Variable principale : le niveau de parcours. Les élèves en réussite ont accès progressivement aux parcours Force 2 et 3 : ils doivent donc mener leur itinéraire avec de moins en moins d'indices et prélever eux-mêmes sur la carte et le terrain les repères les conduisant au poste. **FONCTIONS DE** • Modalité de groupement : si l'élève peut être seul dans cette situation, il est possible ponctuellement (sur un ou deux parcours) d'associer des élèves pour **CES VARIABLES** aider notamment ceux en difficulté. Créer un binôme avec un élève en difficulté et un élève en réussite qui jouera le rôle de tuteur. (QUE FAIT L'ÉLÈVE QUI JUSTIFIE QUE L'ON MODIFIE LA DEMANDE DE LA TÂCHE **MOTRICE ?**] • En amont de la lecon, la conception des parcours est primordiale : l'enseignant peut utiliser un simple logiciel de retouche d'image pour gommer les éléments « inutiles » de la carte, ou encore découper celle-ci. **ACTIVITÉ** • Durant la lecon, si les élèves sont autonomes en termes d'organisation, l'enseignant focalisera son attention sur les élèves en difficulté. **DE L'ENSEIGNANT** • Repérer dans un premier temps, les élèves qui « stagnent » sur les Force 1 : les questionner pour identifier à quel moment il y a problème : avant le point (PLACEMENT. d'attaque, ou après ? Les aider à verbaliser l'itinéraire prévu est toujours nécessaire pour analyser s'ils visualisent le cheminement avant de partir. DÉPLACEMENTS. • Il est également possible pour ces élèves qui bloquent sur les Force 1 de leur associer ponctuellement un élève en réussite, en donnant à ce dernier la même **ACTIVITÉ PORTÉE** balise... mais « version » Force 2 ou Force 3. Ainsi, les 2 élèves fonctionnent ensemble, chacun à un niveau de carte adapté. PAR DES INTEN-• Si l'élève éprouve des difficultés à suivre une ligne directrice plus complexe, comme une limite de végétation, l'enseignant à proximité du point de départ peut **TIONS: OBSERVA**aussi mener l'élève sur une ligne directrice différente. TIONS. RÉGULA-• Si l'élève ne parvient pas à identifier un point d'attaque précis (sur les Force 3 par exemple), l'enseignant peut mettre en évidence sur la carte le point d'attaque

le plus visible et pertinent.



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE





# > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 2

# **Sauvetage** Repères d'évaluation

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE 4			
	A1 : Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiel recréé plus ou moins connu	A2 : Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé	A3 : Assurer la sécurité de son camarade	A4 : Respecter et faire respecter les règles de sécurité
	Prendre de l'information, planifier, s'on Les élèves apprennent à : • identifier la nature des actions aquati • définir et mémoriser les déplacemen Lien avec A1, A3 et A4	iques à réaliser ;		
	<b>Gérer son effort et son affect</b> Les élèves apprennent à :			

CE QU'IL Y A À APPRENDRE

#### Contrôler son déplacement

• varier leur vitesse de déplacement ;

• rester lucide et engagés dans l'action.

Les élèves apprennent à :

• diversifier la nature des déplacements : orientation, profondeur, en ventral ou dorsal, en apnée ou tête hors de l'eau ;

• gérer l'énergie nécessaire à la succession d'accélérations, de décélérations, de phases d'apnée ;

- saisir, remorquer un nageur en péril, rationnaliser son effort et son déplacement par l'anticipation des orientations et directions ;
- exploiter les principes d'efficacité et techniques de déplacement aquatique (appuis, accélération, allongement, alignement, équilibre, rétropédalage, ciseaux de brasse).

Lien avec A1.et A3

Lien avec A1,et A2

#### Préserver son intégrité physique et psychologique et celle des autres

Les élèves apprennent à :

- adopter une attitude responsable pour assurer la sécurité de leur camarade ;
- rester lucide face aux imprévues, gérer leurs émotions ;
- utiliser un protocole de sécurité.

Lien avec A3.et A4



	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE 4 (SUITE)		
	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints Les élèves effectuent un déplacement sans anticipation. Ils régulent au fur et à mesure de leur avancée, ce qui génère des discontinuités et des essoufflements. Ils subissent le sauvetage qu'ils ont à réaliser et tentent de « tenir bon ».		
ÉTAPES	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints Les élèves prennent quelques informations pour pouvoir anticiper partiellement le déplacement et le remorquage. Leur dépense d'énergie est encore excessive.		
ET REPERES DE PROGRESSION	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints Les élèves planifient leur déplacement en cohérence avec le niveau optimal de mobilisation de leurs ressources et mettent en œuvre les principes d'efficacité de propulsion aquatique.		
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés Les élèves prennent des informations pertinentes sur l'environnement et surveillent les nageurs pour agir vite et s'organiser avec efficacité.		
COMPÉTENCE ATTENDUE	À travers le sauvetage, les élèves doivent planifier un déplacement adapté au milieu pour réaliser une intervention efficace afin d'assurer la sécurité de leur camarade. La qualité de la prise d'informations doit permettre d'ajuster le sauvetage en train de se faire. Les élèves développent une analyse critique de leur réalisation.		
RÈGLES CONSTITUTIVES DES MODALITÉS D'ÉVALUATION	Après avoir analysé la situation et défini l'objectif à atteindre, les élèves planifient un déplacement prenant en compte leurs ressources.		

## Illustration 1 : travail de la compétence attendue dans l'APSA « Sauvetage »

#### Objectif:

Analyser une situation pour définir et réaliser un projet de sauvetage collectif.

#### Obstacles prioritaires :

Prendre des informations pertinentes, faire des choix individuels et collectifs, réaliser un projet de déplacement intégrant les contraintes de celui-ci, gérer son effort afin de rester lucide.

#### Cap à passer pour entrer réellement dans la compétence attendue :

Passer d'un plan collectif peu organisé à la définition d'un plan collectif répartissant les tâches entre les membres du groupe.

#### Passage obligé

Les élèves doivent prendre des informations pertinentes sur la situation pour définir un plan d'intervention collective exploitant au mieux les possibilités de chacun des membres du groupe.

#### But pour l'élève :

Agir vite tout en restant lucide. Optimiser sa dépense d'énergie.

#### Ce qu'il y a à apprendre :

Principe d'efficacité de déplacement :

- l'usage du ciseau de brasse et/ou du rétropédalage pour soutenir un objet ou corps en surface ;
- la prise en compte des forces de résistance à l'avancement par le choix de l'alignement et de l'allongement dans l'eau ;
- la recherche d'efficacité propulsive : orientation et trajet des surfaces propulsives.

Principe stratégique d'élaboration d'un circuit :

- la prise d'informations préalables en relation avec ses capacités aquatiques (difficulté du passage envisagé, distance à parcourir) ;
- l'usage de l'apnée inspiratoire ;
- les prévisions de directions et trajectoires favorables.

#### Principe de sauvetage :

- les particularités des objets ou corps à remorquer ;
- l'attention portée aux conditions de remorquage.

Principe de gestion de ses efforts :

- l'adéquation des choix avec ses capacités ;
- l'anticipation d'espace-temps de relâche ou de récupération ;
- l'adaptation de sa vitesse de réalisation au contexte, à la distance et à ses capacités.

#### Dispositif et aménagements :

Sur un espace donné, un groupe d'élèves s'organise pour récupérer l'intégralité des objets flottants et immergés existants. Les membres de ce groupe conviennent d'une stratégie collective avant de la mettre en œuvre. Un espace de dépôts des objets est défini. Les objets récupérés sont remorqués émergés. Un temps est dédié pour débriefer au sein du groupe d'élèves.

#### Critères de réussite :

Tous les objets sont récupérés selon les contraintes posées. Tous les élèves ont été utiles à cette récupération.

#### Variables

Le volume, la forme, la taille, la distance, la profondeur des objets.

Le nombre de sauveteurs par groupe.

Le temps autorisé pour la réalisation du plan de sauvetage.

L'introduction de contraintes de parcours (passage obligé en immersion, en direction, nombre maximum d'objets en main).

## Illustration 2 : travail de l'attendu « Réussir un déplacement planifié... » (sauvetage)

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ
	A1 : Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recrée plus ou moins connu.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Tenir compte de ses capacités pour définir un projet de déplacement. Réaliser des actions motrices efficaces et rester lucide pour réguler son déplacement au fur et à mesure de son avancée. Mémoriser les particularités du parcours envisagé et la position du partenaire. Analyser et justifier ses choix de déplacement <i>a posteriori</i> (savoir par où je suis passé).
ÉTAPES	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints Le déplacement est réalisé mais sans anticipation. Il est coûteux en énergie et peu rapide. La prise d'informations permet un ajustement au coup par coup.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints Une prise d'informations est réalisée en amont du déplacement et permet un début de planification du déplacement. Les échanges entre les élèves permettent de mettre en lumière quelques éléments de réussite et/ou de difficultés.
ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints La prise d'informations préalables permet de prévoir les moments clefs à anticiper avant et pendant le déplacement. Le déplacement est réalisé rapidement. Les échanges entre élèves sont objectifs. Ils permettent de réguler les déplacements.
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés Le déplacement est anticipé et régulé de manière efficace au cours de sa réalisation. Le déplacement est réalisé avec rapidité, fluidité et aisance. Les échanges entre les élèves sont productifs. Ils permettent de faire progresser le groupe.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Après avoir analysé la situation, définir et mettre en œuvre une stratégie de déplacement qui intègre les dimensions sécuritaire et technique. Discuter cette stratégie avec les membres de son groupe pour agir vite et efficacement.

Consulter les vidéos sauvetage en vue aérienne

sauvetage en vue sous-marin



#### **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE OBJECTIF DE LA TÂCHE** Dans l'eau, renforcer l'efficacité des membres inférieurs, nager vite à l'aide de déplacements divers, en anticipant et en mémorisant les actions à réaliser. **POUR LE PROFESSEUR** Analyser la stratégie mise œuvre pour être plus efficace. Des principes d'efficacité pour se propulser : • Dans le cadre du rétropédalage : La rotation et l'accélération alternées des jambes génèrent une force propulsive qui permet le déplacement continu du corps ou son maintien, équilibré à la verticale lorsque celui-ci est à l'arrêt, afin de favoriser l'usage des bras pour saisir et/ou remorquer le cas échéant. • Dans le cadre de déplacements variés : - l'orientation de la tête aide aux changements de direction (droite/gauche, avant/arrière, profondeur); - la maitrise du plongeon canard permet de changer l'orientation du déplacement vers l'oblique et le fond : - l'alternance de mouvements accélérés propulsifs et de glisse favorise l'efficacité du déplacement. CE QU'IL Y A Des connaissances nécessaires à l'élaboration d'une stratégie : À APPRENDRE • Pour le déplacement : La représentation du déplacement à réaliser facilite le choix de techniques à utiliser (apnée, immersion canard, direction, nages). • Pour le remorquage : - plus le corps du nageur est allongé, moins il offre de résistance à l'avancement ; - la saisie du corps avec un bras sous l'aisselle doit permettre de maintenir les voies aériennes émergées en permanence ; - la saisie du corps est d'autant moins coûteuse en temps que l'orientation de la tête correspond à la direction du déplacement envisagé. Des règles d'écoute, de communication et de coopération : • croiser les points de vue favorise l'élaboration d'une stratégie collective : • questionner l'efficacité d'une réalisation et les choix effectués. **OBJECTIF** En trinôme, réaliser un sauvetage efficace pour mettre la victime en sécurité. Chacun assume successivement le rôle de sauveteur, de victime et d'assistant observateur **DE LA SITUATION POUR L'ÉLÈVE** Réaliser un sauvetage aquatique en franchissant un obstacle horizontal (longueur variable proche de 2 mètres) et un obstacle vertical (profondeur entre 1,5m et 2 mètres maximum) pour aller ensuite secourir une victime ; aller chercher celle-ci au fond du bassin puis la remorquer pour la ramener au bord. DISPOSITIF L'assistant- observateur récupère celle-ci pour la mettre en sécurité sur la plage. Les élèves passent à tous les rôles. La victime doit rester sur place, en grande profondeur. Elle ne doit pas chercher à aider le sauveteur lors de son remorquage vers le bord. La bouche CONSIGNES et le nez des remorqués doivent toujours rester émergés. Le sauveteur franchit tous les obstacles et remorque la victime vers le bord afin de mettre celle-ci en sécurité avec l'aide de son partenaire/observateur. CRITÈRES DE RÉUSSITE L'alternance des rôles et les échanges s'organisent. **VARIABLES SUR LES** La distance, la taille de la victime (mini mannequin, mannequin, camarade), la profondeur d'immersion, la nature des obstacles. L'éloignement de la victime par rapport au sauveteur. **PARAMÈTRES SUIVANTS**

## Illustration 3 : travail de l'attendu « Assurer la sécurité de son camarade » (sauvetage)

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ	ELÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ		
	A3 : Assurer la sécurité de son camarade	D3, CG3 : « La formation de la personne et du citoyen » Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités		
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Être efficace collectivement par le développement d'une relation de confiance, de complémentarité, d'écoute et d'entraide entre les sauveteurs.			
	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints Les déplacements des sauveteurs sont réalisés mais sont réactifs. La succession des actions est discontinue. La communication entre les sauveteurs est inexistante.			
ÉTAPES	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints Les sauveteurs montrent leur volonté de bien faire. Une perte d'efficacité collective est observable par un manque de coordination et de communication entre les sauveteurs.			
ET REPÉRES DE PROGRESSION	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints Un code de communication établi permet la succession des interventions et la pertinence des choix du groupe de sauveteurs. Chacun a son rôle, le tient avec efficacité et se sent investi d'une responsabilité individuelle au sein du collectif.			
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés L'engagement des sauveteurs est réfléchi, anticipé et témoigne de la définition d'une stratégie collective. Les sauveteurs font preuve d'écoute les uns vis-à-vis des autres. Au-delà de l'attribution des rôles, chacun est en capacité de prendre des initiatives pour faire face à des imprévus et garantir l'efficacité du groupe.			
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Après avoir analysé les caractéristiques du contexte de surveillance, établir un protocole de sécurité basé sur des rôles, des communications, pour agir vite et efficacement ensemble.			

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE		
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Face à une situation, prendre les informations nécessaires au déclenchement du plan d'actions prédéfini entre les sauveteurs, à sa réalisation et sa régula- tion. Le plan d'actions s'élabore à partir de l'identification, la répartition et la tenue de différents rôles.	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Des principes de surveillance :  l'observation des nageurs (leur déplacement, la qualité de leur appui, l'intensité de leur activité aquatique);  la difficulté rencontrée par un nageur s'identifie en 3 étapes : le signal, le bouchon, l'immersion.  Des principes d'efficacité d'un déplacement de sauvetage rapide : l'entrée dans l'eau est orientée vers le nageur en péril; l'apnée est utilisée sur des déplacements courts; la prise du nageur anticipe le sens et la direction du trajet de retour à effectuer; les appuis sur les membres inférieurs (en rétropédalage ou en jambes de brasse) sont pris et le bras libre en complément est propulsif; l'allongement dans l'eau est recherché pour le sauveteur et le sauvé.  Des principes d'efficacité collective de sauvetage : le sauveteur le plus près du nageur en péril intervient, c'est le sauveteur 1; le sauveteur le plus près du nageur en péril intervient, c'est le sauveteur 1; les autres sauveteurs, les sauveteur 2 qui aide pour la sortie d'eau, s'identifie aussitôt et assiste le premier à l'eau; les autres sauveteurs, les sauveteur 3, 4 ajustent leur placement autour de la zone de surveillance afin de la couvrir au mieux, au regard du positionnement et de l'activité des nageurs restants.  Des règles d'écoute, de communication et de coopération : l'échange sur l'exposition au danger des nageurs entre les sauveteurs ; la communication à chaque étape de prise de responsabilité : sauveteur 1 à l'eau, sauveteur 2 en sortie d'eau, sauveteur 3 et 4 en surveillance sur la zone à couvrir ; la communication entre les sauveteurs 1 et 2 sur le guidage et la sortie d'eau ;	
OBJECTIF DE LA SITUATION POUR L'ÉLÈVE	Par 4, organiser la surveillance et le sauvetage des nageurs potentiellement en danger.	
DISPOSITIF	6 à 8 nageurs évoluent dans un espace aquatique profond sans appuis ni flotteur. 4 sauveteurs surveillent et interviennent au fur et à mesure des difficultés rencontrées par les nageurs.	
CONSIGNES	Les nageurs ont pour obligation d'être en activité. Leur activité doit être variée et intense. Ils manifestent leur fatigue selon 3 étapes (appel, bouchon, immersion (10s max)). Ils évitent d'être tous en même temps en péril. Ils peuvent convenir d'un code de communication entre eux ou s'accorder avant.	
CRITÈRE DE RÉUSSITE	Les sauveteurs observent en permanence les nageurs. Ils agissent et communiquent selon les circonstances pour sauver les nageurs avant leur immersion.	
VARIABLES SUR LES PARAMÈTRES SUIVANTS	Le nombre, la distance, la succession des nageurs en péril. Le temps et la visibilité de leurs étapes de manifestation de fatigue. La nature du déplacement à effectuer (passage obligé, circuit, point de sortie).	

## Illustration 4 : travail de l'attendu « Réussir un déplacement planifié... »

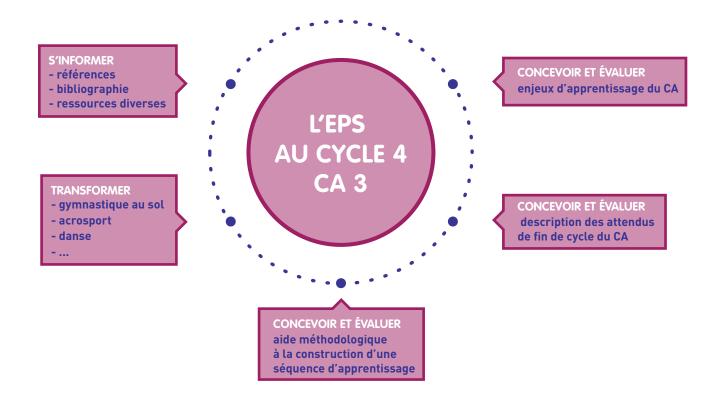
	ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ	
	A1 : Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recrée plus ou moins connu	D3 : « La formation de la personne et du citoyen » Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Prendre des informations sur la situation et tenir compte de ses capacités pour planifier un déplacement efficace. Produire des actions motrices efficaces et rester disponible pour les réguler au fur et à mesure de l'avancée de son déplacement. Analyser et justifier ses choix <i>a posteriori</i> à partir de repères pour situer son placement (savoir par où je suis passé).		
ÉTAPES	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints Le déplacement est réalisé mais sans anticipation. Il est coûteux en énergie et peu rapide. La prise d'informations est réalisée dans l'environnement proche.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints Une prise d'informations est réalisée en amont du déplacement et permet un début de planification du déplacement. Les échanges entre les élèves permettent de mettre en lumière quelques éléments de réussite et/ou de difficultés.		
ET REPÉRES DE PROGRESSION	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints La prise d'informations préalables permet de prévoir les moments clefs à anticiper avant et pendant le déplacement. Le déplacement est réalisé rapidement. Les échanges entre élèves sont objectifs. Ils permettent de réguler les déplacements.		
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés Le déplacement est anticipé et régulé de manière efficace au cours de sa réalisation. Le déplacement est réalisé avec rapidité, fluidité et aisance. Les échanges entre les élèves sont productifs. Ils permettent de faire progresser le groupe.		
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Après avoir analysé la situation, définir et mettre en œuvre une stratégie de déplacement qui intègre les dimensions sécuritaire et technique. Discuter cette stra- tégie avec les membres de son groupe pour agir vite et efficacement.		

Consulter la vidéo exemple de situation de sauvetage



#### **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE OBJECTIF DE LA TÂCHE** Dans l'eau, renforcer l'efficacité des membres inférieurs, nager vite à l'aide de déplacements divers, en anticipant les actions à réaliser. **POUR LE PROFESSEUR** Analyser la stratégie mise œuvre pour être plus efficace. Des principes d'efficacité des appuis : • Dans le cadre du rétropédalage (pour le sauveteur et les « sauvés ») : La rotation et l'accélération alternées des jambes génèrent une force propulsive qui permet le déplacement continu du corps ou son maintien équilibré à la verticale lorsque celui-ci est à l'arrêt, afin de favoriser l'usage des bras pour saisir et/ou remorquer le cas échéant. • Dans le cadre de déplacements variés : - l'orientation de la tête aide aux changements de direction (droite/gauche, avant/arrière, profondeur); - la maitrise du plongeon canard permet de changer l'orientation du déplacement vers l'oblique et le fond ; - l'alternance de mouvements accélérés propulsifs et de glisse favorise l'efficacité du déplacement. Des connaissances nécessaires à l'élaboration d'une stratégie : CF QU'II Y A • Pour le déplacement : À APPRENDRE La représentation du déplacement à réaliser facilite le choix de techniques à utiliser (apnée, immersion canard, direction, nages). • Pour le remorquage : - plus le corps du nageur est allongé, moins il offre de résistance à l'avancement ; - la saisie du corps avec un bras sous l'aisselle doit permettre de maintenir les voies aériennes émergées en permanence ; - la saisie du corps est d'autant moins coûteuse en temps que l'orientation de la tête correspond à la direction du déplacement envisagé. • Pour le choix des nageurs à sauver : Juger de la « détresse » des nageurs à sauver et du temps disponible pour agir Des règles d'écoute, de communication et de coopération : • Croiser les points de vue favorise l'élaboration d'une stratégie collective. • Questionner l'efficacité d'une réalisation et les choix effectués **OBJECTIF** En trinôme, ramener le plus d'objets possibles avant d'aller secourir les membres de son groupe. DE LA SITUATION **POUR L'ÉLÈVE** Des objets sont immergés dans un espace d'évolution délimité. Deux membres du trinôme, des nageurs, prennent place dans cet espace. Le troisième, **DISPOSITIF** le sauveteur, a pour mission de récupérer le plus d'objets possibles avant de secourir ses partenaires, fatiqués de rester sur place. Chacun assure le rôle de sauveteur et de nageur successivement. Un temps d'échange est prévu entre chaque changement de rôle. Les nageurs ont pour obligation de rester sur place, en grande profondeur, coudes hors de l'eau et un objet tenu au-dessus de la tête. Aucun déplacement ne leur est autorisé. Le sauveteur peut récupérer des objets tant qu'au moins un nageur garde les coudes hors de l'eau. Les « sauvés » n'aident pas le sauveteur lors de leur remorquage vers le bord. La bouche et le nez des sauvés doivent toujours rester émergés lors du remorquage. Le nombre d'obiets récupérés et ramenés au bord. CRITÈRES DE RÉUSSITE Le sauveteur ramène au bord ses nageurs avant que ces derniers n'aient les coudes sous l'eau. Le volume, la distance, la taille, la visibilité, la profondeur d'immersion des objets à récupérer. **VARIABLES SUR LES** La nature du déplacement à effectuer pour ramener les objets au point de départ (circuit, étoile, nombre d'objets en main contraint, profondeur du bassin). L'éloignement des nageurs par rapport au point de départ. **PARAMÈTRES SUIVANTS** Le handicap des nageurs (nature de l'objet tenu et hauteur de son émersion).

### S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et / ou acrobatique





MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE

# > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 3

# Enjeux d'apprentissage du CA 3

Ce tableau vise à aider les équipes enseignantes à déterminer des enjeux d'apprentissage dans le champ d'apprentissage « S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique ».

Le croisement « Compétences générales de l'EPS » / « Attendus de fin de cycle » garantit que les enjeux d'apprentissage identifiés permettent de travailler les cinq compétences générales de l'EPS en relation avec les attendus de fin de cycle. Seules ont été remplies les cases pour lesquelles ce croisement est pertinent.

CHAMPS D'APPRENTISSAGE 3  « S'EXPRIMER DEVANT LES AUTRES PAR UNE PRESTATION ARTISTIQUE ET/OU ACROBATIQUE »		ATTENDUS DE FIN DE CYCLE POUR LE CA3			
		Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer compo- ser et interpréter une séquence artistique ou acrobatique	Participer activement au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique	Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse	
DOMAINES DU SOCLE	COMPÉTENCES GÉNÉRALES		ENJEUX D'APPRENTISSAGE		
Des langages pour penser et communiquer	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps	Enrichir le répertoire de formes corporelles S'approprier un vocabulaire varié, précis, pour argumenter un avis, s'exprimer sur des tions, des sensations, des formes corporelles, des environnements matériels			
Les méthodes et outils pour apprendre	S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre	Choisir, parmi une variété de formes corpo- relles stabilisées, les plus pertinentes pour servir un projet	S'approprier les règles de composition et choisir les plus pertinentes pour capter l'attention et provoquer une émotion Planifier les étapes de la création du projet	Mettre en relation des images avec d'autres outils de repérage pour construire un avis sur une prestation	
La formation de la personne et du citoyen	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités	Accepter de se produire devant autrui Harmoniser ses actions à celles des parte- naires (prestation collective)	S'engager dans des histoires collectives	S'approprier les codes esthétiques des pro- ductions gymniques et artistiques	
Les systèmes naturels et les systèmes techniques	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière	Adapter sa pratique à ses possibilités et/ ou à celles du groupe pour assurer sa sécurité et celle d'autrui			
Les représentations du monde et l'activité humaine	S'approprier une culture physique sportive et artistique pour construire progressive- ment un regard lucide sur le monde contemporain	Éprouver des expériences artistiques et/ou acrobatiques	S'approprier les principes fondamentaux d'une démarche de création artistique	Apprécier une prestation au regard d'œuvres ou de performances de référence	



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE

# > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 3

## Attendus de fin de cycle 4 pour le CA 3

Ces tableaux visent à aider les équipes à agencer et décliner les différents attendus de fin de cycle 4 du champ « **S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique** » dans le parcours de formation de l'élève afin de travailler et développer les cinq compétences générales de l'EPS (et par conséquent les cinq domaines du socle). Ils aident à construire un parcours de formation cohérent et progressif sur les trois années qui composent le cycle.

Ces tableaux précisent les attendus de fin de cycle, en spécifiant les enjeux d'apprentissage en termes de contenus possibles et en proposant des repères de progressivité pour chacun des attendus. Les équipes choisissent les thèmes d'apprentissage et ordonnent les contenus en fonction de leur contexte local (caractéristiques des élèves, priorités du projet pédagogique, conditions d'enseignement...).

# Attendu de fin cycle 4 (CA 3) : mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer, composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
<ul> <li>réaliser une prestation (individuelle ou collective) en combinant divers mouvements (codifiés ou non);</li> <li>élargir son répertoire moteur afin de construire de la nouveauté ou de la difficulté (produire des formes engageant plus de précision, de déséquilibre, d'espace aérien, de torsion, de dissociation);</li> <li>créer et maîtriser l'enchaînement des gestes porteurs de sens et/ou de performance (virtuosité, acrobaties).</li> <li>Liens avec les « compétences visées » des programmes : Élaborer et réaliser, seul ou à plusieurs, un projet artistique et/ou acrobatique pour provoquer une émotion du public.</li> <li>Utiliser des procédés simples de composition, et d'interprétation.</li> <li>S'engager : maîtriser les risques, dominer ses appréhensions.</li> </ul>	D1/CG1: « Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps »  Il s'agit pour l'élève:  • de construire et stabiliser des formes corporelles enchaînées de plus en plus engagées (déséquilibrées, acrobatiques, variées) pour communiquer une intention;  • de moduler sa tonicité: tension/relâchement, neutre/signifiant, dynamique/statique,) en fonction des moments, des contraintes, de l'intention;  • d'affiner ses perceptions (visuelles, auditives, proprioceptives) pour gagner en fluidité, en rythme, en maîtrise;  • de diversifier les formes de communication (corporelle, visuelle, auditive);  • de dépasser ses propres émotions pour susciter celles des spectateurs ou impressionner les juges.  D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre »  Il s'agit pour l'élève:  • d'expérimenter différentes démarches de construction, de création;  • de s'approprier une méthodologie pour servir une intention artistique ou une performance;  • de mémoriser des enchaînements complexes d'actions;  • de comprendre la différence entre faire et interpréter ou être performant.  D3 / CG3: « La formation de la personne / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités »  Il s'agit pour l'élève:  • de maîtriser les risques et de dominer ses appréhensions;  • d'être attentif et à l'écoute de ses partenaires pour ajuster ses propres actions aux leurs;  • d'assurer des rôles spécifiques (pareur, chorégraphe, interprète, spectateur).	Originalité des formes gestuelles D'une motricité usuelle à une gestuelle transformée : par déformation, transposition, combinaison, amplitude, déséquilibre Vers une diversité de formes gestuelles jouant sur le tonus, les équilibres, renversements, appuis, rotations  Enchaînement des actions D'actions juxtaposées à un enchaînement fluide d'actions combinées entre elles.  Prise de risque D'une prise de risque non intentionnelle ou inadaptée à ses ressources à la capacité d'engager un mouvement risqué en ayant anticipé les « réchappes » possibles.  Maîtrise et expression de ses émotions De réactions émotionnelles spontanées à une maîtrise de ses émotions.  De la maîtrise de ses émotions à leur mise en scène pour performer, surprendre ou impressionner autrui.

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
	<ul> <li>D4 / CG4 : « Les systèmes naturels et techniques / Apprendre à entretenir sa santé »</li> <li>Il s'agit pour l'élève : <ul> <li>d'adopter des postures non traumatisantes ;</li> <li>de gérer son engagement et sa prise de risque pour ne pas se mettre en danger et ne pas mettre en danger ses camarades.</li> </ul> </li> <li>D5/CG5 : « Les représentations du monde et de l'activité humaine / Des éléments de la culture sportive »</li> <li>Il s'agit pour l'élève de découvrir et expérimenter des expériences artistiques et/ou acrobatiques (sensation de changement d'état, vertige, de déséquilibre, s'engager dans des situations inhabituelles, se produire devant les autres). Rituel de la présentation de soi avant une prestation.</li> </ul>	

## Attendu de fin cycle 4 (CA 3) : participer activement, au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
Aider l'élève à :  collaborer au sein d'un groupe pour développer et exploiter au mieux le potentiel de chacun(e) des membres du groupe en relation avec la réalisation d'un projet ;  choisir, parmi un ensemble de possibles, des séquences gestuelles signifiantes, originales et maîtrisées.  Liens avec les « compétences visées » des programmes : Élaborer et réaliser, seul ou à plusieurs, un projet artistique et/ou acrobatique pour provoquer une émotion du public.  Utiliser des procédés simples de composition, et d'interprétation.	D1/C61: « Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps »  Il s'agit pour l'élève:  connaître et utiliser un vocabulaire spécifique (aux activités artistiques, à la motricité, aux états affectifs) afin de pouvoir exprimer et faire comprendre à autrui son intention ou son avis dans la création;  désigner des émotions, des sensations, pouvoir en parler;  harmoniser ses actions à celles des partenaires pour provoquer un « effet » sur le public.  D2/C62: « Des méthodes et outils pour apprendre »:  Il s'agit pour l'élève:  connaître et expérimenter des procédés simples de composition et d'interprétation et choisir les plus pertinents pour provoquer / communiquer des émotions, des intentions;  connaître les qualités et points faibles de ses partenaires pour exploiter au mieux le potentiel du groupe;  planifier les différentes étapes de construction d'un projet artistique.  D3 / C63: « La formation de la personne / Partager des règles et assumer des responsabilités »  Il s'agit pour l'élève de:  s'engager, avec d'autres élèves, dans des histoires collectives dans lesquelles ils partagent une orientation commune et développent des sentiments de responsabilité réciproque;  échanger, confronter des points de vue différents pour parvenir à des consensus et construire des choix collectifs;  respecter et accepter les différences, lutter contre les discriminations et/ou les stéréotypes: filles/garçons, sociales, culturelles pour exploiter les particularités et le potentiel de chacun;  accepter les erreurs des partenaires;  assumer, accepter des contacts physiques inhabituels avec les autres.  D5/C65: « Les représentations du monde et de l'activité humaine / Des éléments de la culture sportive »  Il s'agit pour l'élève de:  connaître et s'inspirer de différentes œuvres artistiques;  connaître et s'inspirer de différentes course artistiques;	Précision et pertinence du vocabulaire utilisé D'un vocabulaire usuel à un vocabulaire spécifique aux activités artistiques.  Appropriation des procédés de composition D'une application standardisée des procédés de composition à leur sélection par la compréhension de l'effet produit par chacun d'entre eux.  Construction du projet D'une chronologie aléatoire à un agencement réfléchi et/ou anticipé des étapes du projet.  Modalités de coopération entre les élèves D'un leadership lié à l'expertise d'un élève dans l'activité à la répar- tition des rôles en fonction des points forts de chacun. D'une intention individuelle à un projet collectif partagé.

# Attendu de fin cycle 4 (CA 3) : apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
Aider l'élève à :  porter une appréciation objective sur une prestation en exploitant différents outils d'observation et d'analyse;  interpréter des indicateurs pour porter un regard critique sur ses prestations et celles des autres;  justifier son avis en s'appuyant sur des indicateurs partagés (difficulté, fluidité, variété, maîtrise, précision).  Liens avec les « compétences visées » des programmes :  Construire un regard critique sur ses prestations et celles des autres, en utilisant le numérique.	D1/CG1: « Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps »  Il s'agit pour l'élève de :  • connaître et utiliser un vocabulaire spécifique (aux activités acrobatiques et artistiques, à la motricité, aux états affectifs, au matériel) afin de pouvoir exprimer et faire comprendre à autrui son avis sur la prestation;  • savoir désigner des émotions, des sensations, des perceptions, pouvoir en parler.  D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre »  Il s'agit pour l'élève de :  • s'approprier un code commun permettant d'évaluer une prestation gymnique;  • connaître des indicateurs permettant d'apprécier une prestation acrobatique et/ou artistique;  • utiliser différents outils (dont les outils numériques) pour renseigner ces indicateurs;  • interpréter ces indicateurs au regard de normes esthétiques (en référence à des œuvres) et/ou construites collectivement;  • reconnaître et expliciter les points forts ou points faibles d'une prestation;  • mettre en relation des ressentis avec le rendu de son action (images vidéo, commentaires d'autrui) pour ajuster ses actions.  D3/CG3: « La formation de la personne et du citoyen / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités »  Il s'agit pour l'élève de:  • se décentrer de ses propres prestations ou représentations pour apprécier les prestations d'autres élèves / accepter la pluralité des regards sur sa propre prestation;  • porter un regard à la fois bienveillant et exigeant sur la prestation d'autrui;  • faire preuve d'écoute et d'empathie pour accéder au sens / intentions / émotions portés par la prestation d'autrui;  • faire preuve d'écoute et d'empathie pour accéder au sens / intentions / émotions portés par la prestation gautrui;  • connaître, utiliser, participer à la construction d'un code commun permettant d'évaluer une prestation gautrui;  • connaître, utiliser, participer à la construction d'un code commun permettant d'évaluer une prestation gymnique ou d'une grille de lecture et d'analyse pour apprécier une	Pour le pratiquant  De ressentis globaux et peu différenciés à un ressenti plus fin sur la base de l'analyse du mouvement et des effets produits.  D'un projet figé à la proposition de scénarii évolutifs par l'exploitation d'allers retours entre observation et prestation.  Pour le spectateur/juge/observateur  D'un jugement global à un avis étayé et justifié par des indicateurs.  D'une focalisation privilégiant un élément de la situation à une appréhension de la prestation par la prise en compte et la mise en relation de divers indicateurs.  De remarques générales à des conseils permettant une remise en question et la progression.



MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE



# > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 3

## Aide méthodologique à la construction d'une séquence d'apprentissage du CA 3

Ce tableau propose une démarche pour aider les équipes à construire une séquence dans une APSA du champ d'apprentissage « S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique ». Il s'agit de préciser ce qu'il y a à apprendre pour les élèves dans l'APSA en relation avec les attendus de fin de cycle dans le CA 3 et les compétences générales de l'EPS. Les équipes choisissent, ordonnent ces contenus et construisent des outils d'évaluation pour vérifier leur acquisition en prenant en compte leur contexte local.

#### SÉQUENCE D'APPRENTISSAGE DU CA 3 « S'EXPRIMER DEVANT LES AUTRES PAR UNE PRESTATION ARTISTIQUE ET/OU ACROBATIQUE"

#### APSA retenues :

Il s'agit d'effectuer un choix parmi les APSA qui paraissent les plus appropriées pour construire, chez les élèves, les attendus de fin du cycle 4 du champ d'apprentissage.

#### Exemple pour le CA 3:

Danse, gymnastique, acrosport, arts du cirque, gymnastique rythmique.

#### Ce qu'il y a à apprendre :

Il s'agit de déterminer des « acquisitions prioritaires » permettant de construire les différents attendus du cycle 4 dans le champ d'apprentissage et qui sont envisageables pour une première (ou une deuxième) séquence d'apprentissage d'un temps effectif de pratique de 12h minimum pour les élèves dans une APSA donnée.

Les acquisitions prioritaires sont choisies en relation avec le projet pédagogique, les caractéristiques des élèves et les tableaux « Enjeux d'apprentissage » et « Attendus de fin de cycle », en les spécifiant au regard de l'APSA support. Elles peuvent être complétées par d'autres acquisitions référées au socle, selon les priorités du projet d'établissement (par exemple : une priorité sur la maîtrise de la langue française, sur le respect des règles de la vie collective, sur la coopération...).

#### Étapes et repères de progression :

Il s'agit d'identifier, à travers des indicateurs qualitatifs ou quantitatifs, la progression en 4 étapes des élèves au regard des acquisitions prioritaires précédemment citées (« Ce qu'il y a à apprendre ») et en référence aux repères de progressivité des attendus de fin de cycle. Ces quatre étapes, formulées à l'identique de celles du livret scolaire, visent à faciliter la validation des compétences du socle commun.

Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints (maîtrise insuffisante)

Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints (maîtrise fragile)

Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints (maîtrise satisfaisante)

Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés (maîtrise très satisfaisante)

Retrouvez Éduscol sur







#### Principes de construction d'une compétence attendue en CA 3 (à décliner dans l'APSA support)

Il s'agit de formuler une compétence dans l'APSA au sein du collège intégrant les trois dimensions, motrice, méthodologique et sociale, et répondant aux acquisitions prioritaires choisies en relation avec les différents attendus du cycle 4 pour le champ d'apprentissage. Il importe de spécifier les principales caractéristiques du contexte dans lequel est mobilisée cette compétence.

Cette compétence peut mettre en avant un élément du socle (en relation avec des priorités du projet établissement et des choix des équipes).

À travers les APSA du CA 3, il s'agit d'amener les élèves à :

- s'impliquer dans un projet individuel ou collectif pour construire, réaliser et présenter une prestation composée de formes gestuelles engageant à la fois virtuosité et maîtrise, conçue dans le but de performer et/ou de capter l'attention d'autrui ;
- prendre un risque calculé qui respecte les règles de sécurité active et passive et intègre le renoncement ou la réchappe si nécessaire ;
- réguler sa prestation à partir des outils mis à disposition et/ou des retours objectivés des observateurs.

Les compétences attendues, à construire dans chaque APSA du CA 3, permettent aux élèves de s'approprier différentes méthodes pour construire une prestation corporelle visant à capter l'attention en mobilisant leurs ressources motrices, cognitives et affectives.

#### Règles constitutives des modalités d'évaluation pour le CA 3 (à spécifier dans l'APSA support choisie)

L'évaluation des élèves dans les activités du CA 3 se fonde sur une prestation artistique et/ou acrobatique individuelle ou collective présentée devant autrui.

La prestation devra être structurée dans l'espace et le temps en référence à des critères donnés ou co-construits. Elle exige des élèves la formulation d'un projet, individuel ou collectif, faisant apparaitre les étapes qui ont permis l'élaboration définitive.

La situation d'évaluation intègre trois dimensions :

- la pertinence des choix réalisés en jouant sur le compromis entre maîtrise et degré de difficulté optimal (choix d'éléments adaptés à ses ressources) ;
- la qualité de l'analyse de la prestation menée par l'observateur à partir des outils (numériques, référentiels co construits, autres...);
- l'exploitation par le pratiquant (ou le groupe) des retours sur la prestation, visible, notamment, dans la formalisation du projet.







# >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 3

# **Gymnastique** Repères d'évaluation

		ATTENDUS DE FIN DE CYCLE	
	Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique.	Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse.	Participer activement, au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	S'engager : maîtriser les risques, dominer ses appréhensions.  Se dépasser dans des situations de combinaisons d'actions motrices en situations plus ou moins aménagées.  Élaborer et réaliser seul ou à plusieurs un projet artistique et/ou acrobatique pour provoquer une émotion du public.  Choisir, parmi des éléments de divers niveaux de difficulté, les éléments présentant le meilleur compromis difficulté /maîtrise (au regard de ses ressources).  Concevoir et présenter un enchaînement en lien avec un projet personnel adapté à ses ressources et maîtrisé dans sa réalisation et selon des contraintes de composition partiellement imposées.	Construire un regard critique sur ses prestations et celles des autres en utilisant le numérique.  Distinguer les outils (numériques ou non) les plus appropriés pour observer, discriminer, analyser.  Construire un regard argumenté sur les prestations d'un camarade pour le conseiller et sur sa propre prestation pour se situer et se mettre en projet.  Manipuler différents outils numériques ou d'observation (tablettes, logiciel kinovéa, autres didacticiels) pour observer (repérer/différencier), discriminer (code commun), analyser (critères de réalisation) des éléments complexes.  Sur des éléments plus complexes, connaître et repérer les critères de réalisation.	Élaborer et réaliser seul ou a plusieurs un projet artistique et/ou acrobatique pour provoquer une émotion du public.  Utiliser des procédés simples de composition et d'interprétation.  Élargir son répertoire moteur en combinant les actions de tourner-se renverser-voler dans des éléments plus complexes et sur différents agrès.  Construire, situer et hiérarchiser les éléments complexes dans un code construit par les élèves de la classe.  Élaborer seul ou à plusieurs, une ou plusieurs séquences acrobatiques/gymniques en agençant les éléments de façon logique.  Choisir et présenter diverses familles d'éléments et d'actions gymniques.  Faire des choix d'organisation et de présentation.  Aider en se mettant à disposition de l'autre pour choisir et concevoir son projet.









#### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (SUITE)

#### **GYMNASTE**

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Actions motrices globales, dissociation et coordination fragiles et perturbées lors de nouvelles figures, alignement des segments incomplet, peu ou pas d'impulsion.

Peu ou pas de prise de risque, reste sur des éléments maîtrisés en situation aménagée.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Les actions motrices sont plus précises, mais peu contrôlées dès que le vol est engagé.

L'enchaînement des actions motrices, quand il existe, reste séquentiel par manque de tonicité, de gainage ou d'anticipation.

Les choix ne sont pas toujours adaptés ou pertinents : quelques prises de risque inadaptées (trop ou en decà des capacités).

La mémorisation des actions à réaliser est incomplète.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Des réponses en lien avec une recherche d'efficacité dans les actions : les figures choisies sont « maîtrisées » et des actions d'impulsion sont visibles.

Les choix se font souvent « par défaut » même si des prises de risque existent mais souvent en milieu aménagé.

L'enchaînement des actions est structuré, contrôlé et mémorisé.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Les actions sont enchaînées et réalisées selon les codes aymniques, dans une recherche d'amplitude. La prise de risque est adaptée aux ressources et les choix pertinents. Le gymnaste établit sa performance.

#### JUGE

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Désintérêt et/ou méconnaissance des critères d'observation et de jugement. Des remarques génériques, ne servant pas l'amélioration de la prestation.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Un regard attentif mais partiel, avec une centration sur le résultat et des difficultés à observer par une mauvaise intégration des outils mis à disposition.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Utilisation pertinente d'outils complémentaires pour améliorer sa prestation ou celles des autres. Mobilise des connaissances sur les critères de réalisation et de réussite des éléments pour progresser.

Jugement objectif et respectueux.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Jugement objectif capable de distinquer des détails sur les figures proposées. Fait des propositions adaptées d'amélioration.

#### AIDE /PAREUR

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Passif, spectateur de l'action.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Attentif mais les réactions sont souvent tardives.

Participe ponctuellement au projet.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Réactif et agissant sur des actions simples dans une zone d'action pré-déterminée.

Propose des remédiations au projet visé.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Réactif et agissant sur des actions complexes et/ou enchaînées dans une zone d'action prédéterminée

Est force de proposition pour tous les niveaux de projets.

**ÉTAPES** 

ET REPÈRES

**DE PROGRESSION** 

		ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (FIN)		
	Repères de progression	Repères de progression	Repères de progression	
	Passer d'une motricité simple à une motricité plus acrobatique et variée (tonus, équilibres, renver- sements, appuis, rotations) en maîtrisant les risques pris.	Passer d'une observation subjective à un juge- ment critique et pertinent grâce à la mise en place de critères de plus en plus précis établis par rapport au code gymnique.	<ul> <li>Passer d'un pareur non investi, qui agit en réaction et souvent trop tard, à un pareur actif qui agit en continuité et qui prévient les risques pour lui et son partenaire.</li> </ul>	
ÉTAPES ET REPÈRES	Passer d'éléments gymniques simples codifiés à des éléments gymniques maîtrisés et variés, combinant les actions motrices en toute sécurité : Évoluer de « passer par la verticale renversée	Passer d'observations non critériées à des observations utilisant des repères liés aux critères de réussite et de réalisation sur l'élément et la coordination entre ces éléments (enchaînement) :		
DE PROGRESSION	dans un déplacement » à « exploiter cette verti- cale renversée pour voler » sur différents agrès. Évoluer de voler/tourner avec appui intermédiaire	Partir des effets produits (occupation de l'espace, maîtrise ou non des éléments et des familles, rythme) pour :		
	à voler/tourner sans appui intermédiaire avec un aménagement choisi. Passer de repères externes à des repères internes selon les actions de vol et de rotation engagées.	<ul> <li>aller vers les déterminants de l'action effi- cace : paramètres spatiaux et temporels des mouvements, pertinence de la combinaison des éléments;</li> </ul>		
	Passer de rotations incontrôlées à un groupé-dé- groupé permettant des réceptions stabilisées.	<ul> <li>aller vers des indicateurs plus fins de maîtrise (placement, pointes).</li> </ul>		
COMPÉTENCE ATTENDUE	Concevoir et réaliser seul ou à plusieurs une prestation acrobatique et artistique engageant la virtuosité et un risque calculé (intégrant des adaptations matérielles, le renoncement ou la réchappe si nécessaire) destinée à être vue et jugée, combinant différentes actions gymniques dont le renversement OU combinant le « tourner », se renverser », « voler », « se balancer ». Observer et juger alternativement pour améliorer la prestation d'autrui.  Savoir aider ou parer efficacement dans un contexte identifié d'actions motrices.			
RÈGLES CONSTITUTIVES DES MODALITÉS	La prestation devra être structurée dans un espace id faire l'objet d'une évaluation formative par les pairs (a La situation d'évaluation intégrera trois dimensions :	une prestation acrobatique artistique présentée devant a entifié dans le cadre d'un référentiel des actions connu apprendre à se montrer et enrichir sa prestation). outi, choix d'éléments adaptés à ses ressources et leur	donné et/ou co-construit. Elle devra régulièrement	
D'ÉVALUATION		ou du geste (amplitude, précision), l'engagement (postu sant objectivement sa prestation et/ou celle des autres à		

## Illustration 1 : travail de l'attendu « Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer, composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique » (Gymnastique)

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ
	Attendu : mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Élargir son répertoire moteur en combinant les actions de voler/tourner dans des éléments plus complexes. Se dépasser dans des situations de combinaisons d'actions motrices en situations plus ou moins aménagées. Choisir, parmi des éléments de divers niveaux de difficulté, les éléments présentant le meilleur compromis difficulté/maîtrise (au regard de ses ressources). Aider en se mettant à disposition de l'autre pour le faire progresser.
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Passer d'éléments gymniques simples codifiés à des éléments gymniques maîtrisés et variés combinant les actions motrices en toute sécurité : évoluer de voler / tourner avec appui intermédiaire à voler / tourner sans appui intermédiaire avec un aménagement choisi.  Passer d'une réalisation globale à l'organisation de repères intermédiaires (posturaux, visuels et/ou proprioceptifs) propres aux éléments travaillés.  Passer de rotations incontrôlées à un groupé-dégroupé permettant des réceptions stabilisées.  Passer d'une observation attentive à une aide effective en situation facilitante.  Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints  L'élève combine des actions de voler / tourner en avant avec appui intermédiaire, de façon partielle (arrivée dos ou fesses), en dehors de l'axe et sans progressivité dans l'action de groupé.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints  L'élève combine des actions de voler / tourner en avant avec appui intermédiaire, dans l'axe avec un groupé progressif mais sans finalisation de la réalisation.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints  L'élève combine des actions de voler/tourner en avant avec appui intermédiaire, dans l'axe et avec une réception stabilisée.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés  L'élève combine des actions de voler / tourner en avant avec un appui intermédiaire allégé ou inexistant pour arriver directement sur ses pieds, dans l'axe et avec une réception stabilisée.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Se référer à l'illustration 2 : LES DÉFIS. Intégrer la réalisation de cette combinaison d'actions dans une séquence acrobatique.

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE		
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Combiner voler/tourner en avant avec puis sans appui manuel en situations aménagées Faire des choix adaptés à ses ressources		
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Les élèves expérimentent en situations aménagées des combinaisons d'actions motrices sur voler/tourner en avant avec un appui intermédiaire. Chaque dispositif pose un problème différent.  Utiliser l'illustration 2 « Les DÉFIS » pour faire intégrer les critères de réalisation et de réussite de ces combinaisons d'actions par les élèves.  Passer d'une logique d'expérimentations des dispositifs (rotation entre ateliers) à une logique de besoins (aller travailler plus spécifiquement sur un atelier selon son objectif d'apprentissage : axe ; élévation ; rotation ; gestion de la réception ; T/V sans appui intermédiaire).		
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Gymnaste:  coordonner l'impulsion simultanée des jambes avec le lancé – bloqué des bras de l'arrière vers le haut et l'avant;  faire évoluer ses repères visuels dans cette coordination V/T, en passant d'un repère visuel devant soi sur le support au moment de l'impulsion à un repère visuel entre ses mains au moment du contact, puis un repère sur ses genoux dans la rotation, et un repère sur un élément de l'environnement matérialisé en fin de rotation;  identifier et sentir les postures intermédiaires par lesquelles le corps passe pour se repérer;  s'expérimenter dans l'ouverture – fermeture - ouverture du corps pour gérer et contrôler la rotation;  utiliser les observations effectuées à partir de critères et/ou de tablettes pour se remettre en jeu différemment sur l'essai suivant (qu'est ce que je transforme de mon action ?).  Pareur/observateur:  produire une observation critériée d'un camarade en s'aidant de critères d'observation construits avec l'enseignant et éventuellement visualisés à l'aide des tablettes;  se placer, placer ses mains, se préparer et agir pour faciliter l'élévation de l'élève en rotation et l'accompagner dans son évolution.		
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Faire une roulade avant élevée après impulsion sur un mini–trampoline et terminer debout, équilibré.		
DISPOSITIF	<ul> <li>4 types de dispositifs matériels sont à disposition des élèves (cf photos) et peuvent être dédoublés selon l'organisation de groupes choisie;</li> <li>trampoline, tapis dima, fosse mobile, tapis saut en hauteur, selon la disponibilité matérielle de l'établissement;</li> <li>par groupe de 4 à 6 élèves - 2 « aides » présents de chaque côté de l'installation matérielle.</li> </ul> Dispositif 1 Dispositif 2 Dispositif 3 Dispositif 4		

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)
CONSIGNES	Phase 1:  Départ avec 3 ou 4 pas d'élan (élan réduit), impulsions jambes sur le mini-trampoline et pose des mains à plat et à largeur d'épaules sur le support. Venir ensuite poser le haut du dos entre ses mains tout en groupant progressivement son corps pour tourner.  En fin de rotation, se dégrouper et se réceptionner debout, stable, bras levés.  Pour les « aides » :  • vérifier la mise en place conforme du matériel avant le départ d'un élève-gymnaste et remettre en place après son passage ;  • se placer perpendiculairement au déplacement de l'élève gymnaste, entre le mini-trampoline et le dispositif matériel ;  • placer une main sur le support et l'autre main au niveau du bassin de l'élève-gymnaste et accompagner la projection du bassin vers le haut et l'avant.  Phase 2:  Utiliser des tablettes tactiles ou un logiciel (vidéo coach, vidéo delay) permettant d'effectuer une lecture différée de sa réalisation.  Mettre en relation ce qui est filmé et les critères de réalisation.
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	Comment combiner une action de vol et de rotation en avant ? Comment déclencher la rotation ? Quels repères intermédiaires prendre / ressentir pour se situer ? Usage de la tablette pour se réguler : quoi regarder, quand ? Comment contrôler et gérer la rotation ? Comment stabiliser sa réception ?
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Se relever debout directement et équilibré. Sur 3 réalisations, 2 respectent les critères de réalisations ci-dessous. Critères de réalisation : groupé et dégroupé progressif - Rotation dans l'axe - Hauteur de rotation – Réception.
VARIABLES ET FONCTIONS DE CES VARIABLES	Simplifications: Si l'élève a peur des dispositifs matériels: supprimer l'élan et démarrer sur des mini-trampolines pour favoriser l'engagement (accompagnés des aides) dans la coordination voler / tourner en avant; l'inviter à faire un 1er passage où il coordonne course et impulsion sur le mini-trampoline sans engagement de rotation (adapter le dispositif si nécessaire).  Complexifications: Évoluer dans le cycle 4 vers des combinaisons V / T sans appui manuel (salto avant): Reprendre les mêmes dispositifs mais les réaliser en ne posant plus les mains mais le haut du dos. Ceci va permettre d'amener les élèves, tout en conservant la même coordination, à supprimer progressivement le besoin d'un appui intermédiaire.  Évolutions de consignes possibles: - C1 : sur D3, D4 : réaliser un salto avant arrivée sur les fesses; - C2 : sur D1 : réaliser un salto avant en passant par-dessus l'obstacle sans le toucher.  Supprimer progressivement, selon les dispositifs, les supports permettant un appui intermédiaire dans la rotation.

## Illustration 2 « Les défis » : travail de l'attendu « Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer, composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique » (Gymnastique)

	LES DÉFIS
OBSTACLE PRIORITAIRE RENCONTRÉ PAR L'ÉLÈVE	Observation passive, perdue ou binaire centrée sur le résultat. Des choix aléatoires, peu judicieux ou inadaptés aux ressources (maîtrise aléatoire ou absence de prise de risque). Difficulté à regarder de façon active, outillée, respectueuse et organisée.
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Produire des observations utilisant des repères liés aux critères de réussite et de réalisation sur l'élément pour prendre des décisions concertées et se mettre en projet pour performer à son niveau.  Différencier « ce que je maîtrise, ce que j'apprends, ce qui m'est inaccessible » pour choisir de façon lucide : construire un projet personnel adapté.
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Par l'intermédiaire de défis compétitifs, faire expérimenter et intégrer les critères de réussite et de réalisation propres à l'acquisition de nouvelles habiletés motrices, assumer des rôles de gymnastes et de juges en argumentant son observation.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Sur des éléments plus complexes, connaître et repérer les critères de réalisation. Construire un regard argumenté sur les prestations d'un camarade pour le conseiller et sur sa propre prestation pour se situer et se mettre en projet. Choisir, parmi divers niveaux de difficultés d'éléments, ceux optimisant le compromis difficulté /maîtrise pour chacun.
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Gagner les défis engagés
DISPOSITIF ET AMÉNAGEMENT MATÉRIEL ET HUMAIN	Les élèves disposent de 20 min pour :  • défier (4 « cases » de leur fiche remplie sur au moins 2 éléments ou mini enchaînements différents) ;  • juger 4 défis au moins (4 signatures).  On ne peut défier 2 fois la même personne dans la même leçon.
CONSIGNES *	<ul> <li>Un élève A défie un autre élève B sur un élément (illustration 1 ou 1 bis) ou enchaînement choisi en commun (le 1+1) à partir du code construit par les élèves de la classe.</li> <li>Chaque élève propose son juge, les 2 juges officiant pour les 2 prestations.</li> <li>Les 2 juges argumentent sur : <ul> <li>les critères de réussite respectés par A et B;</li> <li>les critères de réalisation respectés par A et B.</li> </ul> </li> <li>Ex: sur les 3 CR de cet élément, A en a respecté 2 et B 3 donc c'est B qui remporte le défi.</li> <li>Les 2 juges se prononcent sur le gagnant du défi et signent la fiche de résultat.</li> </ul>

<sup>\*</sup> Fiches individuelles disponibles en annexe ci-après.

	LES DÉFIS (SUITE)
CRITÈRES DE RÉUSSITE	<ul> <li>Réussir le maximum de défis engagés.</li> <li>Respecter le plus de critères de réalisation identifiés sur les éléments dans le code construit par les élèves de la classe.</li> </ul>
VARIABLES ET FONCTIONS DE CES VARIABLES	Les défis d'équipe  Les défis proposés ici de façon individuelle peuvent aussi se jouer en équipe afin de valoriser le pôle collectif : « réussir pour soi, pour les autres et avec les autres » à partir de la situation du 1+1.  Les équipes sont alors organisées de façon hétérogène en leur sein mais relativement homogène entre elles (équipe de 6 élèves par exemple) : chaque élève de l'équipe doit alors proposer 1 mini-enchaînement de 2 éléments à son plus haut niveau de difficulté mais en tenant compte de la meilleure qualité de réalisation possible. Un décompte des points tient alors compte du niveau de difficulté proposé et de la qualité de réalisation : on additionne les points obtenus par tous les membres de l'équipe. On compare les résultats entre les équipes et on procède au classement.  Une seconde manche peut avoir alors lieu, après un temps de réflexion donné aux équipes et donnant l'opportunité à chacune de discuter les voies d'optimisation des performances individuelles et d'équipe.
ACTIVITÉ DE L'ENSEIGNANT	Aider au choix des personnes défiées et aux éléments du défi. Dans la version par équipe, amener les élèves à débattre, faire des choix au regard des ressources de l'équipe. Circuler auprès de juges et participer au débat sur l'appréciation des prestations.



#### **Annexe**

Fiche individuelle de défis sur « Combiner voler / tourner en avant avec puis sans appui manuel en situations aménagées » :

Nom:

N° DU DÉFI	ÉLÉMENT DU DÉFI	ÉLÈVE DÉFIÉ	LES JUGES	LES CRITÈRES DE RÉALISATION OBSERVÉS	PERDU (P) OU GAGNÉ (G)	SIGNATURES DES JUGES
1				Axe de la rotation Arrivée équilibrée sur ses 2 pieds Groupe progressif		
2				Axe de la rotation Arrivée équilibrée sur ses 2 pieds Groupe progressif		
3				Axe de la rotation Arrivée équilibrée sur ses 2 pieds Groupe progressif		

Fiche individuelle de défis sur « Combiner voler / tourner en avant avec puis sans appui manuel en situations aménagées » :

Nom:

N° DU DÉFI	ÉLÉMENT DU DÉFI	ÉLÈVE DÉFIÉ	LES JUGES	LES CRITÈRES DE RÉALISATION OBSERVÉS	PERDU (P) OU GAGNÉ (G)	SIGNATURES DES JUGES
1				Axe de la rotation Arrivée équilibrée sur ses 2 pieds Groupe progressif		
2				Axe de la rotation Arrivée équilibrée sur ses 2 pieds Groupe progressif		
3				Axe de la rotation Arrivée équilibrée sur ses 2 pieds Groupe progressif		

#### **Annexe**

#### Fiche individuelle de défis sur « Le 1+1 » :

#### Nom:

N° DU DÉFI	ÉLÉMENT DU DÉFI	ÉLÈVE DÉFIÉ	LES JUGES	LES CRITÈRES DE RÉALISATION OBSERVÉS	PERDU (P) OU GAGNÉ (G)	SIGNATURES DES JUGES
1				Pas de temps d'arrêt Absence d'appuis intermédiaires Arrivée équilibrée en fin d'enchaînement		
2						
3						

## Illustration 3 : travail de l'attendu « Apprécier des prestations... » (Gymnastique)

	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ (S)
	D2 / CG2 : « Les méthodes et outils pour apprendre »  Attendu : apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	S'approprier une méthodologie efficace, pour servir une performance. S'approprier les indices d'appréciation et d'évaluation qui permettent un regard plus précis, plus approfondi. Présenter une production fluide, liée pour dépasser la juxtaposition. S'impliquer dans les discussions, les débats de façon spontanée ou plus construite.
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1: objectifs d'apprentissage non atteints  Les indices d'appréciation restent globaux ou implicites et l'évaluation des élèves dichotomique (bien/pas bien); les débats sont absents ou partisans.  Les outils restent remplis de façon formelle et non exploités. La prestation juxtapose sans liaison ni transformation malgré les répétitions.  Étape 2: objectifs d'apprentissage partiellement atteints  Les indices d'appréciation restent génériques et l'évaluation encore implicite; les débats sont souvent unilatéraux, les outils partiellement remplis et utilisés selon un seul critère privilégié. La prestation évolue vers une diminution des temps d'arrêt, les choix d'éléments pas toujours judicieux.  Étape 3: objectifs d'apprentissage atteints  Les indices d'appréciation sont compris et l'évaluation formulée tente de s'appuyer sur au moins deux d'entre eux. Les débats sont acceptés et des tentatives de transformation de la prestation sont visibles.  Étape 4: objectifs d'apprentissage dépassés  Les indices d'appréciation sont construits et ré-exploités pour soi et pour apprécier la prestation des autres de façon argumentée. Les débats se concentrent sur une appréciation objectivée. Les prestations sont fluides et construites.
SITUATION POSSIBLE D'ÉVALUATION	Partant d'éléments travaillés dans le code construit par les élèves de la classe, présenter, par groupe de 3 à 4 élèves de niveau homogène ente eux, 4 séries de 2 éléments hiérarchisées :  1. Pour valider l'enchaînement de 2 éléments :  • aucun temps d'arrêt ;  • absence d'appuis intermédiaires ;  • se déplacer d'un point à un autre sans aller-retour.  2. Pour la hiérarchie des séries entre elles : à partir de 2 séries expérimentées, pouvoir justifier la plus facile et la plus difficile au regard des critères établis.

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE : LE 1+1	
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Coordonner des éléments en succession (série). Identifier les critères de réalisation d'une succession et les voies de complexification de cette succession. Établir un code de séries.
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Dans le cycle de gymnastique, se pose la question d'enchaîner les éléments comme principe de finalisation du projet artistique. Ainsi, l'enjeu de cette tâche est de :  1. placer les élèves en situation d'expérimentation et de construction des critères de continuité des actions gymniques ;  2. placer les élèves en situation d'expérimentation et d'identification de ce qui fait le complexe et le difficile en situation de succession ;  3. concevoir un code de difficulté de séries simples par comparaison des propositions de la classe.
LA PROBLÉMATIQUE POSÉE AUX ÉLÈVES	Pourquoi enchaîner ? Comment enchaîner ? Quelle logique pour enchaîner ? Comment choisir les éléments à enchaîner ?
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>Créer les conditions de la continuité motrice: anticiper la finale du 1<sup>er</sup> élément afin de l'adapter à la phase préparatoire du second élément; jouer sur le rythme d'exécution de l'élément pour doser la transition.</li> <li>Hiérarchiser en groupe les séries selon des critères objectivés.</li> <li>Respecter une logique combinatoire.</li> <li>Identifier les critères de continuité motrice (les formaliser), de complexité (par comparaison et expérimentation des propositions du groupe).</li> </ul>
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Construire un code de séries de 2 éléments à partir de trois éléments individuels se référant aux actions motrices « tourner, se renverser, voler ».
DISPOSITIF	Tâche proposée ici sur l'agrès sol mais qui peut se concevoir sur certains agrès (barres parallèles, barres asymétriques, barre fixe basse). Les élèves se répartissent par groupe de 3 minimum, de niveau homogène entre eux. Chaque groupe dispose de 4 tapis sarneige au moins, installés en ligne, et de petits matériels permettant d'éventuels aménagements matériels (plan incliné, tapis supplémentaire, bloc mousse).

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE : LE 1+1 (SUITE)			
CONSIGNES ET CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF *	Phase A:  1. le groupe d'élèves choisit 3 éléments qu'il travaille se référant aux actions de tourner, se renverser, voler (cf fiche : élément A, B, C) du code construit par les élèves de la classe (des éléments avec aménagements matériels sont possibles);  2. chaque élève réalise une fois chacune des 6 combinaisons possibles de deux éléments (cf fiche);  3. les élèves en attente valident ou non la série par rapport à l'observation de « rupture ».  À l'issue de la phase A : l'enseignant regroupe les élèves et les questionne :  • Y a-t-il des enchaînements impossibles ? Lesquels ? Pourquoi ne fonctionnent-ils pas ?  • Comment voyez-vous qu'il y a « rupture » entre deux éléments ?  Phase B:  4. le groupe d'élèves réalise à nouveau chacune des 6 séries possibles (on peut aussi donner la possibilité de changer 1 ou 2 des éléments choisis au départ). Chaque élève teste les séries dans l'ordre de son choix ;  5. chaque élève classe individuellement les séries qu'il valide, de la plus facile à la plus difficile, et note son ressenti (plus facile pourquoi ? Plus difficile pourquoi ??);  6. les élèves comparent entre eux le classement établi, débattent des divergences possibles et se mettent d'accord pour établir une hiérarchisation.  À l'issue de la phase B : l'enseignant regroupe les élèves et les questionne : comment voyez-vous qu'une série est plus difficile qu'une autre ?  Phase C :  7. chaque groupe propose à un autre groupe d'expérimenter ses séries et sa classification (les groupes échangent 2 à 2) ;  8. après un temps d'expérimentation défini, les 2 groupes qui ont échangé leur série se rassemblent et chaque groupe se produit devant l'autre (qui devient observateur/juge) avec le code qu'il vient d'expérimenter (chaque élève du groupe présente au moins une série) ;  9. les observateurs/juges valident ou non la série exécutée ;  10. les gymnastes peuvent critiquer et argumenter la hiérarchisation proposée.		
CRITÈRES DE RÉUSSITE	À partir des 3 éléments choisis en phase A, produire 3 enchaînements de 2 éléments sans temps d'arrêt, sans appuis intermédiaires et dans une seule direction de déplacement. Pour hiérarchiser les séries entre elles en phase B : à partir de 2 séries expérimentées, pouvoir justifier la plus facile et la plus difficile au regard des critères établis.		
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Partant du code établi sur deux éléments, reprendre le processus précédent en ajoutant un 3º élément : • issu d'une des actions (tourner, voler, se renverser) non utilisée sur les deux 1ºr éléments ; • ou un élément gymnique ou postural, sollicitant, alors qu'il est placé en fin d'enchaînement, le contrôle de l'élan qui a été nécessaire à sa réalisation.		

<sup>\*</sup> Fiches individuelles disponibles en annexe ci-après.

#### **Annexe**

Phase A Exemple

A - élément *Se renverser* 

Roulade avant

Roue

B - élément *Tourner* C - élément *Voler* 

Saut groupé

	ÇA MARCHE	ÇA NE MARCHE PAS	POURQUOI
AB			
BC			
AC			
CA			
ВА			
СВ			

Phase B Exemple

A - élément Se renverser
B - élément Tourner
C - élément Voler / Tourner
Saut tour complet

	NIVEAU (++, +, -,)	POURQUOI C'EST FACILE ? POURQUOI C'EST DIFFICILE ?
AB		
BC		
AC		
CA		
ВА		
СВ		

Phase C

A - élément *Se renverser* 

B - élément *Tourner* 

C - élément *Voler / Tourner* 

Exemple

ATR avec parade

Roulade arrière

Saut tour complet

Classement du groupe...

Classement du groupe...

Jérémy, Lucie, Piotr

	NIVEAU (++, +, -,)	NIVEAU (++, +, -,)
AB	_	
BC	+	
AC	++	
CA		
ВА	_	
СВ		



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE



# >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 3

# **Acrosport** Repères d'évaluation

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE		
	A1 : Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique	A2 : Participer activement au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique	A3 : Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul> <li>en jouant sur les formes de pyramides : duos, trios</li> <li>en jouant sur les surfaces de contact entre les gym Lien avec A1</li> <li>Combiner les pyramides et les déplacements pour re L'élève crée de la fluidité :</li> <li>en ordonnant les pyramides en fonction de leur diff</li> <li>en utilisant des éléments de liaison variés : acroba</li> <li>en synchronisant ses actions et ses déplacements</li> <li>Lien avec A1 et A2</li> </ul>	es de gravité des gymnastes (pyramides par empilement, quatuors; na pastes et le nombre d'appuis au sol.  éaliser un enchaînement sans temps mort  ficulté, des gymnastes impliqués, des rôles; tiques, dansés; avec ceux de ses partenaires.  ésenter un projet concerté de l'enchaînement réponde de difficulté)  socier à un rôle; nement;	

Retrouvez Éduscol sur

# ÉTAPES ET REPÈRES **DE PROGRESSION**

#### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (SUITE),

#### CE QU'IL Y A À APPRENDRE

#### Croiser différents supports d'observation pour porter une appréciation objective

L'élève construit un regard objectif :

- en mettant en relation les différents indicateurs provenant des images et des tableaux de relevés ;
- en interprétant les indicateurs (marquant la réussite ou l'échec) pour faire évoluer sa prestation ;
- en utilisant un vocabulaire précis pour argumenter.

Lien avec A3 et A2

#### Ajuster la difficulté des pyramides présentées à ses propres possibilités et à celles du groupe, en assurant sa sécurité et celle d'autrui et en recherchant de la virtuosité

L'élève construit son seuil limite de prise de risque :

- en gérant le compromis : capter l'attention du spectateur par la difficulté / maîtriser les figures ;
- en anticipant les possibilités de « réchappe ».

Lien avec A1, A2 et A3

#### LES GYMNASTES

Vers la construction d'un rapport prise de risque / maîtrise optimale.

- Degré de maîtrise.
- Degré de difficulté.
- Dearé de fluidité.

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Le niveau de difficulté est surestimé, entraînant chutes ou déséquilibres marqués et le nombre de points lié à la maîtrise est faible (compris entre 0 et 5).

Le niveau de difficulté est sous-estimé (inférieur à la moyenne de classe ou à la moyenne des classes de même niveau) et rapporte peu de points.

Enchaînement non fluide avec temps d'arrêt. hésitations et « improvisation ».

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Les pyramides choisies correspondent au niveau moyen du groupe, sans recherche de le dépasser :

- le niveau de difficulté est surestimé et le nombre de points lié à la maîtrise est compris entre 5 et 10 :
- le niveau de difficulté est égal à la moyenne de classe ou à la movenne des classes de même niveau :
- Enchaînement peu fluide avec temps d'arrêt et/ou hésitations.

#### CHORÉGRAPHE / COMPOSITEUR

Vers la construction d'une démarche de création et de composition permettant de sélectionner des pyramides originales parmi la variété des propositions.

- Choix des pyramides.
- Gestion de l'espace scénique.
- Exploitation des retours des spectateurs.

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Les pyramides choisies ne correspondent pas aux contraintes (en termes de recherche de hauteur ou d'écartement) ou sont peu variées et juxtaposées au centre de l'espace scénique.

Peu d'exploitation des retours des spectateurs.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Un axe (horizontal ou vertical) est prioritairement exploité aux dépens de l'autre, ce qui entraîne un mangue de variété dans la prestation.

Les pyramides sont présentées au centre de l'espace scénique.

Les retours des spectateurs sont pris en compte de facon superficielle : les erreurs relevées ne sont pas analysées pour en chercher les causes.

#### L'OBSERVATEUR / JUGE / SPECTATEUR

Vers la construction d'un regard objectif et critique.

- Qualité du relevé d'information.
- Qualité de l'interprétation des informations.

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Le relevé des données est aléatoire.

L'avis prononcé est global et non justifié.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Les données sont relevées de facon fidèle.

Les justifications des avis ne s'appuient pas spontanément sur les indicateurs.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Mise en relation d'indicateurs portant sur le résultat et d'indicateurs portant sur les procédés mis en jeu par les gymnastes pour donner un avis.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'avis est justifié en faisant appel à des indicateurs identifiés et débouche sur une proposition d'amélioration

#### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (FIN) Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints Le niveau de difficulté correspond aux potentiali-Les pyramides choisies sont variées et articulées entre elles en utilisant le maximum d'espace tés du aroupe. scénique. Le niveau de difficulté est supérieur à la movenne de classe (ou à la moyenne des classes de même Recherche de mise en relation des retours des niveau) et le niveau de maîtrise est compris entre spectateurs avec les éléments de l'enchaînement 10 et 15. à modifier Enchaînement fluide avec articulation des pyra-Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés mides entre elles sans aucune hésitation. Les pyramides choisies sont variées et combinées Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés entre elles sur l'ensemble de l'espace scénique **ÉTAPES** grâce à l'utilisation de règles de composition Le niveau de difficulté correspond aux potentiali-ET REPÈRES simples (unisson, canon, miroir, cascade...). tés du aroupe. **DE PROGRESSION** Le groupe exploite les retours des spectateurs et Le niveau de difficulté est supérieur à la moyenne questionne pour faire évoluer son enchaînement. de classe (ou à la moyenne des classes de même niveaul et le niveau de maîtrise est compris entre 15 et 20. Les gymnastes interprètent leur rôle pour le spectateur. Le nombre de points lié à la cotation des figures ne peut être augmenté compte tenu du potentiel du groupe. Enchaînement fluide et dynamique avec articulation des pyramides entre elles. S'impliquer dans un projet collectif pour construire, réaliser et présenter par groupe de 4 à 5, un enchaînement de pyramides maîtrisées (dont au moins une par empilement et une réalisée en compensation de masse) permettant de rapporter le plus de points possible grâce à la variété des pyramides, leur niveau de difficulté, la fluidité de l'enchaînement, l'impact produit sur le spectateur. COMPÉTENCE Prendre un risque calculé qui respecte les règles de sécurité active et passive et intègre le renoncement ou l'aide des pareurs si nécessaire. ATTENDUE Apprécier objectivement une prestation à partir d'un référentiel donné ou co-construit et faire évoluer son propre enchaînement en fonction des appréciations portées par les spectateurs. L'évaluation des élèves en acrosport se fonde sur une prestation collective présentée devant autrui. La prestation devra être structurée dans les différents espaces et par un référentiel donné et/ou co-construit. Elle exige des élèves la formulation d'un projet RÈGLES collectif, faisant apparaître les scénarios successifs qui ont conduit à la production définitive. **CONSTITUTIVES** La situation d'évaluation intègre trois dimensions : DES MODALITÉS • la pertinence des choix réalisés en jouant sur le compromis degré de difficulté des pyramides / maîtrise / fluidité de l'enchaînement ; D'ÉVALUATION • la qualité de l'analyse de la prestation menée par l'observateur à partir des outils (numériques et autres) ; • la qualité de la composition de l'enchaînement à travers la création de moments produisant un impact sur le spectateur.

# Illustration 1 : situation d'évaluation de la compétence attendue en acrosport

	COMPÉTENCE ATTENDUE EN ACROSPORT EN FIN DE CYCLE 4
	S'impliquer dans un projet collectif pour construire, réaliser et présenter par groupe de 4 à 5, un enchaînement de pyramides maîtrisées (dont au moins une par empilement et une réalisée en compensation de masse) permettant de rapporter le plus de points possible grâce à la variété des pyramides, leur niveau de difficulté, la fluidité de l'enchaînement, l'impact produit sur le spectateur.
	Prendre un risque calculé qui respecte les règles de sécurité active et passive et intègre le renoncement ou l'aide des pareurs si nécessaire.
	Apprécier objectivement une prestation à partir d'un référentiel donné ou co-construit et faire évoluer son propre enchaînement en fonction des appréciations portées par les spectateurs.
DECODIDATION	Présenter par groupe de 4 à 5, en un temps limité (1'30 à 2'30), un enchaînement de pyramides maîtrisées (dont au moins une par empilement et une réalisée en compensation de masse) permettant de rapporter le plus de points possible.
DESCRIPTION DE L'ÉPREUVE	Les observateurs évaluent l'enchaînement en s'appuyant sur des indicateurs (fluidité, nombre de moments d'impacts perçus) et justifient les moments d'impact répertoriés.
	Le groupe peut décider de présenter son enchaînement deux fois ; dans ce cas, seule la deuxième prestation est évaluée.
OBJECTIF	Vérifier que les élèves ont réussi à établir un compromis optimal entre la PRISE DE RISQUE (liée à la hauteur, au nombre d'appuis au sol, au degré de renversement, à l'éloignement des centres de gravité), et la MAÎTRISE (précision des équilibres, coordination entre partenaires, ajustement des enchaînements) dans le but d'impressionner le spectateur.
	L'ajustement entre le degré de difficulté des pyramides et ses possibilités (et/ou celles du groupe).
	• L'anticipation des conséquences de la difficulté d'une pyramide sur la fluidité de l'enchaînement.
CE QUI EST ÉVALUÉ	• La mise en relation entre le degré de difficulté (hauteur, écartement) et/ou le degré de maîtrise (fluidité) et l'effet produit sur le spectateur.
or doi to i tivator	• La construction de la singularité de l'enchaînement en explorant toutes les formes de choix (variété des figures, nature des liaisons, etc).
	• La prise en compte de la complémentarité des actions et avis de chacun dans l'efficacité du travail collectif.
	L'exploitation positive des erreurs de réalisation pour faire évoluer l'enchaînement.
	Pour atteindre la compétence, l'élève devra avoir construit une démarche :
	• de recherche du seuil limite de difficulté et de maîtrise par l'expérimentation de figures variées ;
	• de recherche d'une chronologie des figures propice à la fluidité de l'enchaînement par l'expérimentation des différentes possibilités ;
LES CONDITIONS	<ul> <li>de sélection des figures par l'analyse des causes de ses échecs et de ses réussites pour déduire celles qui sont les plus adaptées à ses possibilités et à celles du groupe;</li> </ul>
DE LA RÉUSSITE	• de choix dans la composition de l'enchaînement par l'élaboration d'hypothèses (si nous faisons alors le spectateur) ;
	• de répétition pour pouvoir valider et stabiliser ses choix ;
	<ul> <li>d'interprétation des retours des spectateurs en comparant effets produits et procédés utilisés pour élaborer un nouveau projet;</li> </ul>
	• de communication en utilisant les termes justes, en faisant preuve d'écoute, de sens de la négociation pour construire un projet collectif.

	COMPÉTENCE ATTENDUE EN ACROSPORT EN FIN DE CYCLE 4 (SUITE)
DISPOSITIF	<ul> <li>Chaque groupe construit et affine au cours de la séquence d'apprentissage un enchaînement répondant aux exigences suivantes :</li> <li>l'espace de présentation est délimité et orienté;</li> <li>le respect du temps d'évolution : le chronomètre est déclenché au premier mouvement d'un gymnaste et stoppé lorsque ceux-ci sont tous immobiles ou sortis de l'espace à la fin de l'enchaînement;</li> <li>les pyramides et leurs cotations sont puisées dans un répertoire co-construit au cours de la séquence d'apprentissage;</li> <li>les types de « moments impactants » ont été identifiés en collaboration avec les élèves (par exemple : difficulté, fluidité, maîtrise);</li> <li>les spectateurs disposent d'un outil (numérique ou autre) pour relever individuellement le nombre d'hésitations ou d'arrêts au cours des enchaînements ainsi que le nombre de « moments impactants ».</li> </ul>

<sup>\*</sup> Le choix est ici fait d'évaluer la production du groupe. Si l'on souhaite effectuer une évaluation individuelle, il est possible de jouer sur 2 des indicateurs :

<sup>•</sup> le nombre de points des pyramides en ne retenant que celles auxquels il participe activement en étant dans le rôle de porteur ou de voltigeur. Ne seront pas comptabilisées celles où il est pareur ou s'il effectue une autre figure solitaire ;

<sup>•</sup> l'attribution individuelle des moments d'hésitation ou d'arrêt.

# Illustration 2 : travail de l'attendu « Mobiliser les capacités expressives du corps pour

# imaginer, composer et interpréter une séquence artistique, acrobatique » (Acrosport)

#### ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ A1 (prioritaire): mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer, composer et interpréter une séquence artistique et /ou acrobatique.

A2 (secondaire): participer activement, au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique.

A3 (secondaire) : apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse.

#### ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ

D1: « Les langages pour penser et communiquer ».

« Sensibilisé aux démarches artistiques, l'élève apprend à s'exprimer et communiquer par les arts, de manière individuelle et collective, en concevant et réalisant des productions visuelles, plastiques, sonores ou verbales notamment... Il s'exprime par des activités, physiques, sportives ou artistiques impliquant le corps. Il apprend ainsi le contrôle et la maîtrise de soi. »

D2: « Des méthodes et outils pour apprendre » / CG2: « S'approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et outils ».

« (...) Il [l'élève] sait identifier un problème, s'engager dans une démarche de résolution, mobiliser les connaissances nécessaires, analyser et exploiter les erreurs, mettre à l'essai plusieurs solutions, accorder une importance particulière aux corrections ».

#### Obstacle prioritaire:

Amener les élèves à construire une pyramide équilibrée tout en explorant les limites du déséquilibre (par la hauteur, par l'écartement).

#### Cap à passer pour entrer réellement dans l'attendu de fin de cycle :

Créer des figures extraordinaires (déséquilibrées) tout en restant stable.

#### Passage obligé :

Créer des pyramides variées pour impressionner le spectateur à partir des contraintes imposées

Ajuster et maintenir l'équilibre du quatuor malgré la difficulté liée aux contraintes.

Construire les principes d'équilibre lié au polygone de sustentation, à l'alignement des centres de gravité, à la compensation de masse.

Repérer des sensations de déséquilibre pour réajuster vite.

#### Sélectionner les réponses les plus adaptées pour présenter une séquence extraordinaire

Vérifier la validité d'une hypothèse par l'expérience.

Mettre en relation des indicateurs de réussite et des indicateurs de réalisation.

Construire, par comparaison et/ou par déduction, le rapport optimal difficulté (hauteur, déséquilibre, écartement) / réussite (tenue de la pyramide).

Construire, par comparaison et/ou par déduction, le rapport optimal difficulté tentée / points obtenus.

#### Ajuster la difficulté des pyramides présentées à ses propres possibilités et à celles du groupe pour assurer sa sécurité et celle d'autrui malgré la recherche du déséguilibre

Identifier les points forts et points faibles de chaque gymnaste et ceux du groupe.

Identifier les moments critiques pour anticiper les réchappes (tapis pour les chutes, aide pareurs, réadaptation posturale ...).

Identifier son niveau gymnique.

Identifier le niveau de difficulté acceptable par le groupe.

Identifier le seuil limite de sécurité du groupe par rapport à la hauteur et à l'écartement.

#### CE QU'IL Y A À APPRENDRE

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Les tentatives sont ponctuées par des déséquilibres, des chutes montrant que les gymnastes n'anticipent pas les mouvements perturbant l'équilibre de l'ensemble.

Les pyramides présentées sont surestimées ou sous-estimées, ce qui ne permet pas au groupe de gagner beaucoup de points.

ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE **PROGRESSION** 

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Les pyramides choisies correspondent au niveau moyen du groupe qu'il ne cherche pas à dépasser ; les équilibres sont bien gérés dans la réalisation de pyramides simples. Les pyramides présentées ne correspondent pas aux possibilités réelles du groupe.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Le niveau de difficulté correspond aux potentialités du groupe ou le niveau de difficulté est supérieur à la moyenne de classe (ou à la moyenne des classes de même niveau); les équilibres sont bien gérés dans la réalisation de pyramides combinant hauteur et écartement. Les pareurs sont prévus et utilisés systématiquement.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Le nombre de points liés à la cotation des figures ne peut être augmenté compte tenu du potentiel du groupe. Les pareurs sont prévus et utilisés systématiquement.

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE		
А	mener les élèves à construire une pyramide équilibrée tout en explorant les limites du déséquilibre (par la hauteur, par l'écartement).	
CAP À PASSER POUR L'ÉLÈVE	Créer des figures extraordinaires (déséquilibrées) tout en restant stable. Comment marquer le plus de points possible en recherchant la hauteur ou l'écartement tout en restant équilibré ?	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE  DISPOSITIF  CONTRAINTES	Créer des pyramides variées pour impressionner le spectateur à partir des contraintes imposées Ajuster et maintenir l'équitibre du quatuor malgré la difficulté liée aux contraintes. Construire les principes d'équilibre lié au polygone de sustentation, à l'alignement des centres de gravité, à la compensation de masse. Repérer des sensations de déséquilibre pour réajuster vite.  Sélectionner les réponses les plus adaptées pour présenter une séquence extra ordinaire Vérifier la validité d'une hypothèse par l'expérience. Mettre en relation des indicateurs de réussite et des indicateurs de réalisation. Construire, par comparaison et/ou par déduction, le rapport optimal difficulté (hauteur, déséquilibre, écartement) / réussite (tenue de la pyramide). Construire, par comparaison et/ou par déduction, le rapport optimal difficulté tentée / points obtenus.  Ajuster la difficulté des pyramides présentées à ses propres possibilités et à celles du groupe pour assurer sa sécurité et celle d'autrui dans un équilibre instable Identifier les points forts et points faibles de chaque gymnaste et ceux du groupe. Identifier les moments critiques pour anticiper les réchappes (tapis pour les chutes, aide pareurs, réadaptation posturale). Identifier le niveau de difficulté maximum pour le groupe. Identifier le niveau de difficulté maximum pour le groupe.	
CONSIGNES  CHOIX OFFERTS AUX ÉLÈVES	Les groupes sont constitués de 4 ou 5 élèves. Chaque groupe a à sa disposition 2 outils : un portant sur la création de pyramides hautes et un outil « record ».  1ère étape : phase d'exploration  But : construire 5 pyramides avec l'outil « pyramide par empilement de masse » pour obtenir le plus de points possible.  Pour chaque pyramide la position d'un des porteurs est différente.  Quand une figure est trouvée, demander au professeur ou à un autre groupe de la valider si elle est tenue 3 secondes.  Quand toutes les pyramides sont validées, tracer la droite reliant l'axe « position inhabituelle du voltigeur » avec l'axe « surface occupée au sol » (pour chaque pyramide).  Attention : seule la position du voltigeur qui n'a pas d'appui au sol est à reporter sur l'axe.  Chaque pyramide s'inscrit dans le code sécuritaire.  2º étape : phase de sélection	
	But : sélectionner 3 pyramides parmi les 5 produites pour obtenir le maximum de points.  Présenter sa séquence à un autre groupe qui valide le nombre de points prévus. À l'issue de la présentation, le groupe peut modifier ou retravailler ses pyramides en prenant en compte les remarques formulées par les observateurs.	

- de choix personnalisés dans l'exploitation des axes pour établir un « record » ;
- de répétition pour pouvoir valider et stabiliser ses choix ;
- d'interprétation des retours des spectateurs en comparant effets produits et procédés utilisés pour élaborer un nouveau projet ;
- de communication en utilisant les termes justes, en faisant preuve d'écoute, de sens de la négociation pour opérer des choix collectifs.

#### ACTIVITÉ DE L'ENSEIGNANT

Faire respecter les contraintes pour susciter l'activité de création.

Concevoir et faire vivre les outils pour permettre aux élèves d'avoir une réflexion sur leur propre action et d'émettre des hypothèses sur les stratégies à utiliser pour gagner en efficacité.

Donner la possibilité à l'élève de faire ses propres choix, sans imposer de solutions pré-établies.

#### Outil 1 - Forme gymnique inhabituelle : empilement des masses

#### Étape 1

Entourer la position des porteurs et reporter les 5 figures trouvées sur les axes

#### Étape 2

Nombre de points **prévus** avec les 3 pyramides sélectionnées :

Nombre de points **réalisés** avec les 3 pyramides sélectionnées :

#### Étape 3

Nombre de points définitifs:



Exemples de porteurs



Axe le plus inhabituel d'un des voltigeurs sur porteur



POINTS



Surface occupée au sol

#### Outil record - Forme gymnique inhabituelle : empilement des masses

Étape 4

Score validé en étape 3 :

Score RECORD :

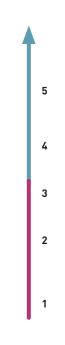
Choisir un des 2 axes pour faire évoluer les formes



Exemples de porteurs



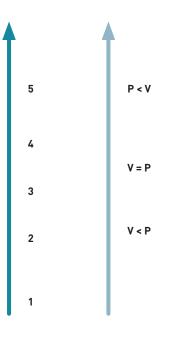
Axe le plus inhabituel d'un des voltigeurs sur porteur



s **POINTS** I'un s sur



Surface occupée au sol



Nombre de porteurs / Nombre de voltigeurs

**SCORE** 

Hauteur d'une personne debout

2

1,5

1

0,5

# Illustration 3 : travail de l'attendu « Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse » (Acrosport)

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉS	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ(S)
	A3 (prioritaire): apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse.  A2 (secondaire): participer activement au sein d'un groupe à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique.  A1 (secondaire): mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer, composer et interpréter une séquence artistique et /ou acrobatique.	D2: « Des méthodes et outils pour apprendre »  « () Il [l'élève] sait identifier un problème, s'engager dans une démarche de résolution, mobiliser les connaissances nécessaires, analyser et exploiter les erreurs, mettre à l'essai plusieurs solutions, accorder une importance particulière aux corrections ».  « L'élève sait mobiliser différents outils numériques pour créer des documents intégrant divers médias et les publier ou les transmettre, afin qu'ils soient consultables et utilisables par d'autres ».
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Obstacle prioritaire:  Amener les élèves à apprécier leur propre prestation en exploitant les retours de les informations utiles pour faire évoluer leur production.  Cap à passer pour entrer réellement dans l'attendu de fin de cycle: Sélectionner, dans la quantité d'informations à disposition, celles qui conviennent Passage obligé: Croiser différents supports d'observation pour porter une appréciation objection Interpréter une prestation en vue d'un jugement.  Argumenter un avis. Focaliser l'attention sur des indicateurs précis (observateur).  Mettre en relation la nature de l'outil et son utilisation possible. Établir des relations de causalité entre un indicateur et l'effet observé.  Sélectionner les réponses les plus adaptées pour présenter une séquence « flu Mettre en relation des indicateurs de réussite et des indicateurs de réalisation.  Construire, par comparaison et/ou par déduction, le rapport optimal projet tenté Combiner les pyramides pour réaliser un enchaînement sans temps mort  Synchroniser et ajuster ses placements et déplacements en fonction de ses parte Anticiper les moments d'intervention de chacun.  Construire les éléments d'un code de communication (par le regard, la voix, le ge	ve  uide » / points obtenus.

ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE **PROGRESSION** 

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Relevé des données approximatif, l'avis prononcé est global et non justifié.

L'utilisation des indicateurs est faite de manière aléatoire.

#### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Les données sont relevées de facon fidèle. Les justifications des avis ne s'appuient pas spontanément sur les indicateurs.

Les retours des spectateurs sont pris en compte de façon superficielle : les erreurs relevées ne sont pas analysées pour en chercher les causes.

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Des indicateurs portant sur le résultat sont mis en relation avec des indicateurs portant sur les procédés mis en jeu par les gymnastes pour donner un avis et faire un choix.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'avis est justifié en faisant appel à des indicateurs identifiés et débouche sur une proposition d'amélioration.

Le groupe exploite les retours des spectateurs et se questionne pour faire évoluer son enchaînement.

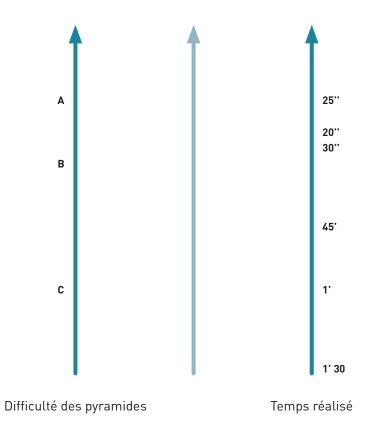
	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE
Amener les élèves à a	pprécier leur propre prestation en exploitant les retours des observateurs et les indications fournies par les outils afin de sélectionner les informations utiles pour faire évoluer leur production.
CAP À PASSER POUR L'ÉLÈVE	Sélectionner, dans la quantité d'informations à disposition, celles qui conviennent spécifiquement aux besoins du groupe.  Comment, parmi toutes les informations, ne sélectionner que celles qui sont vraiment utiles à notre groupe ?
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Croiser différents supports d'observation pour porter une appréciation objective Interpréter une prestation en vue d'un jugement.  Argumenter un avis. Focaliser l'attention sur des indicateurs précis (observateur). Mettre en relation la nature de l'outil et son utilisation possible. Établir des relations de causalité entre un indicateur et l'effet observé.  Sélectionner les réponses les plus adaptées pour présenter une séquence « fluide » Mettre en relation des indicateurs de réussite et des indicateurs de réalisation. Construire, par comparaison et/ou par déduction, le rapport optimal projet tenté / points obtenus.  Combiner les pyramides pour réaliser un enchaînement sans temps mort Synchroniser et ajuster ses placements et déplacements en fonction de ses partenaires. Anticiper les moments d'intervention de chacun. Construire les éléments d'un code de communication (par le regard, la voix, le geste).
DISPOSITIF CONTRAINTES	Les groupes sont constitués de 4 ou 5 élèves. Chaque groupe choisit une séquence de 4 pyramides à relier entre elles (1 duo, 2 trios, 1 quatuor) parmi les 3 propositions possibles ; les pyramides sont imposées à l'intérieur d'une même proposition, sans ordre défini, et chaque proposition est cotée en niveau de difficulté (A : niveau moyen, B : niveau supérieur, C : niveau difficile).  1ère étape : phase d'exploration  But : choisir une des propositions et la réaliser en entier en un temps minimum. Chaque pyramide non tenue ou en déséquilibre marqué est à recommencer.  Le groupe annonce sa séquence (A, B ou C) et la présente à un groupe observateur :  1 observateur chronomètre le temps réalisé (du 1er mouvement à l'arrêt total de tous les gymnastes à l'issue de l'enchaînement).  1 observateur filme à l'aide d'une tablette numérique.  1 observateur valide le respect et la tenue des figures de la série à l'aide de l'outil « fluidité ».
CONSIGNES	<ul> <li>1 ou 2 observateur(s) repère(nt) les moments de rupture dans l'enchaînement des figures.</li> <li>2º étape: phase de restitution / concertation</li> <li>Lorsque la séquence est terminée, les observateurs reportent sur le nomogramme le niveau de difficulté choisi et validé ainsi que le temps réalisé et trace une droite pour déterminer le coefficient d'efficacité du groupe. Ils prennent connaissance des résultats de l'outil « fluidité », regardent le film et proposent au groupe d'utiliser prioritairement un seul des 4 « pouvoirs » mis à disposition pour améliorer la production. (Cf feuille de recueil des données).</li> </ul>

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE		
CHOIX OFFERTS AUX ÉLÈVES	3° étape : phase de sélection  But : augmenter son coefficient d'efficacité en utilisant les « pouvoirs » proposés.  Prendre connaissance des outils remis par le groupe des observateurs et choisir les pouvoirs à utiliser pour améliorer son résultat ; le conseil des observateurs peut être suivi ou pas. Le groupe dispose de 30 mn maximum pour préparer et présenter son nouvel enchaînement.  4° étape : phase de mise à l'épreuve  Le groupe représente sa version finale au groupe d'observateurs pour obtenir un coefficient d'efficacité supérieur au 1er essai.  A l'issue de ce 2° essai, le groupe reporte sur le nomogramme le nouveau résultat et vérifie si le score est amélioré. Le groupe observateur et le groupe de gymnastes valident ou non les choix de pouvoir(s) et proposent un autre axe de progrès possible.  Les mêmes groupes d'observateurs et de gymnastes sont associés lors des différentes étapes, de même lorsque la réversibilité des rôles est proposée par	
	l'enseignant.  POUVOIRS  POUVOIR 1 : changer de proposition de pyramide.  POUVOIR 2 : utiliser l'aide des pareurs au moment du montage / démontage.  POUVOIR 3 : changer l'ordre des pyramides.  POUVOIR 4 : changer les rôles des gymnastes dans une ou plusieurs pyramides.	
OUTILS MIS À DISPOSITION	Outil Nomogramme : les élèves déterminent le nombre de points obtenus en reliant les 2 axes représentant le temps réalisé et la difficulté de la série.  Outil tablette.  Outil « fluidité » : les élèves marquent, entre chaque pyramide, si celle-ci est reliée sans temps morts à la suivante (par un rond reliant les formes ou par une croix en cas de rupture).  La liste des pouvoirs.  Ces différents outils sont reportés sur la feuille de recueil des données.	
ACTIVITÉ DE L'ÉLÈVE	Pour réussir la situation, l'élève devra avoir construit une DÉMARCHE pour :  • sélectionner un niveau de cotation visant à « impressionner » le spectateur tout en faisant un choix adapté à ses possibilités et à celles du groupe ;  • mettre au service des gymnastes ses observations : sans ces données d'observation, les gymnastes ne peuvent pas faire de choix. Le fait de ne donner qu'un seul conseil d'amélioration impose aux observateurs d'analyser la prestation pour en retirer le plus important ;  • interpréter les retours des observateurs. Il s'agit de mettre en relation différentes informations (chronomètre, film vidéo, outil fluidité de la « fiche recueil ») pour identifier les points d'amélioration possible ;  • effectuer des choix personnalisés dans l'exploitation des pouvoirs pour établir un « record » ; le temps limité de 30 mn impose d'analyser les données pour faire un choix car il est impossible de tester toutes les solutions ;  • communiquer en utilisant les termes justes, en faisant preuve d'écoute, de sens de la négociation pour opérer des choix collectifs.	
ACTIVITÉ DE L'ENSEIGNANT	Faire respecter les contraintes pour susciter à la fois l'activité de recherche de fluidité et l'exploitation des outils. Concevoir et faire vivre les outils pour permettre aux élèves d'avoir une réflexion sur leur propre action et de faire des hypothèses sur les stratégies à utiliser pour gagner en efficacité. Donner la possibilité à l'élève de faire ses propres choix, sans imposer de solutions.	

#### Feuille de recueil des données

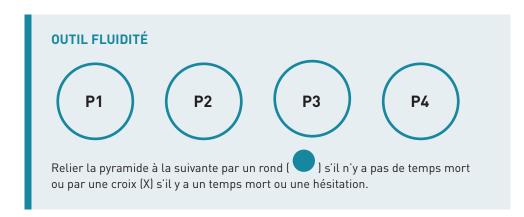
#### Groupe de gymnastes :

#### Nomogramme : efficacité dans l'enchaînement des figures



**NB**: l'incrémention du temps est à affiner en fonction du niveau global de difficulté des figures, du niveau de la classe...

#### **Groupe d'observateurs:**



POUVOIRS	CONSEIL DES OBSERVATEURS après le 1 <sup>er</sup> essai (cocher la case)	CHOIX DES GYMNASTES pour le 2ème essai
Changer de proposition de pyramides		
Utiliser l'aide des pareurs au moment du montage / démontage		
Changer l'ordre des pyramides		
Changer les rôles     des gymnastes dans     une ou plusieurs pyramides		

Nouvel axe de progrès possible à l'issue du 2ème essai :



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE

# >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 3

# **Danse** Repères d'évaluation

		ATTENDUS DE FIN DE CYCLE	
	Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer, composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique.	Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse.	Participer activement, au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Explorer ses possibilités et celles de ses partenaires pour les enrichir afin de construire un projet.  « Sortir de ses représentations » ou dépasser ses acquis pour tenter d'autres expériences, élargir son répertoire moteur afin de construire de la nouveauté ou de la difficulté.  Enrichir ses capacités expressives pour provoquer une émotion.  Mettre en jeu ses capacités créatives et d'imagination.  Se connaître, connaître ses possibilités et les dépasser dans l'aboutissement du projet.  Agencer les séquences en lien avec une intention, approfondir les procédés de création et de composition.	Distinguer les outils (numériques ou non) les plus appropriés pour observer, discriminer, analyser. S'investir cognitivement pour mobiliser les connaissances nécessaires à l'analyse.  Proposer des pistes d'amélioration suite à l'observation d'une production.  Reconnaître et nommer des procédés.  S'exprimer dans différents registres (impressions, émotions, moments forts, « coups de chapeau », descriptif).  Différencier les différents effets produits (émotionnel, performance, etc); les référer au champ culturel de la danse.	Alterner des moments d'échange et des moments de mise en pratique en ayant le recul nécessaire à une réflexion critique.  Choisir, parmi les composantes du mouvement (divers niveaux de difficultés d'éléments), les séquences gestuelles signifiantes et originales, les différents espaces scéniques, les liens avec le temps et le monde sonore, les relations aux autres.







	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (SUITE)		
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints  Le danseur conserve une motricité usuelle, produit des formes étriquées. Il est centré sur lui-même.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints  Le danseur produit des formes corporelles diversifiées et utilise les contrastes. Il prend des repères sur les autres. Il est concentré.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints  Le danseur produit des formes corporelles	SPECTATEUR Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints Le spectateur juge une personne au lieu de s'exprimer sur la production. Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints Le spectateur sait reconnaître des éléments simples de la composition et peut repérer le niveau de concentration des danseurs. Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints Le spectateur sait s'exprimer dans différents registres (impressions, émotions, moments forts,	CHORÉGRAPHE Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints Les contraintes de composition demandées ne sont pas respectées. Des élèves ne s'investissent pas dans le projet. Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints Les contraintes de composition sont respectées, les séquences sont additionnées. Peu d'affirmation des élèves dans le projet. Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints Les séquences sont liées entre elles et les
	diversifiées et module les énergies à travers les paramètres du mouvement. La relation à l'autre est explorée. Il est présent.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés  Le danseur produit des formes diversifiées et précises porteuses d'intentions. Les relations aux autres sont multiples et l'écoute est construite. Il est interprète.	« coups de chapeau », descriptif).  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés  Le spectateur apprécie les différents effets produits au regard du propos porté par le groupe et peut donner des pistes d'amélioration.	contraintes de composition sont exploitées pour servir le propos. Des élèves sont meneurs dans le projet.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés  La production est rythmée et les choix (espace, procédés, formes) sont affirmés à travers un fil conducteur permanent et lisible. Chaque élève a pu apporter des éléments pour nourrir le projet.
COMPÉTENCE ATTENDUE	Élaborer et interpréter à plusieurs une prestation artistique en mobilisant une gestuelle originale et variée, en assumant un engagement affectif ou moteur, produisant un effet sur des spectateurs.  Analyser individuellement et collectivement sa prestation et celles des autres pour l'enrichir.  Apprécier une prestation avec un vocabulaire adapté dans différents registres.		
RÈGLES CONSTITUTIVES DES MODALITÉS D'ÉVALUATION	L'évaluation peut se référer aux domaines du socle. Voir exemple ci-après.		

# Proposition évaluation « soclée » cycle 4

DOMAINES DU SOCLE	CYCLE 4 - EXEMPLE Ne pas garder toutes les lignes. Choisir et/ou ajouter en fonction de ce qui a été travaillé	POINTS À ATTRIBUER PAR ITEM OU INDIQUER : ACQUIS, EN VOIE D'ACQUISITION, NON ACQUIS
	L'élève a enrichi sa gestuelle grâce aux paramètres du mouvement (contrastes et nuances)	
LECTANGACES DOUB DENSED ET COMMUNIQUED	L'élève produit des formes en relation avec une intention, un propos	
LES LANGAGES POUR PENSER ET COMMUNIQUER	L'élève développe au moins deux formes de relation aux autres	
	L'élève est présent sur scène durant toute la durée de la séquence	
	Le groupe a réalisé des choix pour mener à bien le projet en relation avec un propos	
	Le groupe a respecté les contraintes et/ou étapes de création	
LES MÉTHODES ET OUTILS POUR APPRENDRE	La production est « rythmée » (dépasser la juxtaposition)	
	L'élève accepte de se remettre en question et de se transformer	
	L'élève s'approprie différents supports d'observation (fiches, vidéo)	
	L'élève s'intègre et devient source de proposition dans le projet collectif	
LA FORMATION DE LA PERSONNE ET DU CITOYEN	L'élève s'exprime dans différents registres (descriptif, émotionnel) sur ce qu'il a vu	
	L'élève propose des pistes d'amélioration à un autre groupe	

	L'élève a développé des repères corporels plus fins	
LES SYSTÈMES NATURELS ET TECHNIQUES	L'élève a conscience de son état émotionnel et le prend en compte lors de la présentation	
	L'élève se prépare corporellement et affectivement à pré- senter sa prestation	
LES REPRÉSENTATIONS DU MONDE ET DE L'ACTIVITÉ HUMAINE	L'élève accepte d'explorer des styles variés (musique, danse)	

## Illustration 1: « L'individu et le groupe »

# Thème : composer à plusieurs selon un thème, vivre une démarche de création /développer l'œil du spectateur

	ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ		
	Attendu: « Participer activement, au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique » et « Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse ».		
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Élaborer et réaliser à plusieurs un projet artistique pour provoquer une émotion du public.  Agencer les séquences en lien avec une intention, approfondir les procédés de création et de composition.  Enrichir ses capacités expressives pour provoquer une émotion.  Construire un regard argumenté sur les prestations d'un camarade pour le conseiller et sur sa propre prestation pour se situer et se mettre en projet.  Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse.		
	CHORÉGRAPHE	SPECTATEUR	
	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints	
	Le projet n'est pas abouti. La danse est usuelle. L'élève ne s'engage pas.	Le spectateur ne s'intéresse pas à ce que les autres produisent.	
	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints	
	La structure se compose d'un début /une entrée, d'un développement et d'une fin / sortie, mais le fil directeur n'est pas identifié /identifiable. Le groupe construit par addition. L'espace scénique est occupé sans lien avec la symbolique et/ou le thème. La gestuelle est centrée sur la forme. Des élèves imposent leurs propositions ou des élèves ne proposent jamais (suiveurs, dans l'attente).	Le spectateur s'exprime prioritairement dans le registre subjectif : « ça ne me plait pas », « j'ai aimé ».	
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE		Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints  Le spectateur peut s'exprimer dans différents registres (descriptif et émotion- nel) et donne un ou deux conseils aux autres pour progresser.	
PROGRESSION	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés	
	La structure est lisible, agencée mais la production comporte des « longueurs » et /ou des temps morts. Les formes corporelles sont variées et contrastées, en relation avec le propos. Tous les élèves du groupe sont intégrés.	Le spectateur s'exprime avec pertinence sur ce qu'il a vu et propose des pistes d'amélioration.	
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés		
	La production est rythmée. Les choix du groupe (formes, espace, procédés) sont affirmés et judicieux en relation au projet. Chaque élève s'investit et fait des propositions.		
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	Chorégraphie structurée, dont le thème est identifié, dans un espace défini, devant des élèves qui jouent et respectent le rôle de spectateurs.		

ILL	USTRATION À PARTIR D'UNE TÂCHE : COMPOSER À PLUSIEURS À PARTIR DU THÈME « L'INDIVIDU/LE GROUPE »
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Les élèves créent une chorégraphie collective (4 à 6 élèves) en réalisant des choix de formes et de composition en lien avec un thème donné (ici : « l'individu et le groupe »). Les élèves réinvestissent ce qui a été construit dans d'autres séances du cycle.
	Cette situation peut se réaliser sur deux séances pour permettre de vivre une démarche constructive et systémique : mettre en relation ses passages devant le public, ses analyses de pratique et les commentaires des spectateurs pour améliorer sa prestation.
DÉMARCHE	L'enseignant présente dans un premier temps les exigences de la composition et alimente la réflexion des groupes autour du thème « l'individu, le groupe » : quels choix pour illustrer la thématique dans chaque tableau ? Il s'assure que les élèves testent « avec le corps » et pas seulement avec des discussions. Il incite à utiliser les paramètres du mouvement (temps, espace, énergie, relations) pour donner de la dynamique à la production. Il essaie de repérer pour chaque groupe les points à améliorer afin de donner des pistes d'amélioration.
D'ENSEIGNEMENT	Quand une première production est prête, il organise un passage devant les spectateurs. Le regard peut être orienté sur la structure ou sur les effets. (voir fiches jointes). L'enseignant tente d'apporter un regard plus approfondi : comment enrichir les liaisons entre tableaux, transformer les formes pour renfor- cer le thème, utiliser tel procédé pour servir le propos
	Il laisse du temps aux élèves pour retravailler en fonction des remarques. Il organise ensuite (sur une autre séance) un nouveau passage devant les specta- teurs.
	Choisir une gestuelle adaptée à un propos. Utiliser les paramètres du mouvement pour transformer des séquences apprises en fonction d'un thème.  Danser en exprimant une intention dans les mouvements. Réfléchir en groupe à l'illustration d'un thème. Mener une démarche de création à son terme.  Manipuler des outils connus (utilisation de l'espace, procédés) pour composer et donner de l'effet en lien avec le propos. Placer son regard et « vivre ses mouvements » pour renforcer la présence. Se préparer à entrer sur scène, se concentrer, se « mettre dans l'esprit » de son propos. Connaître et reconnaître son état émotionnel lors d'un passage devant un public, l'utiliser pour performer.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Réfléchir aux liaisons entre les tableaux pour aboutir à une production « rythmée » : par exemple, continuité entre deux tableaux : trouver une entrée qui rappelle la fin du tableau précédent, le tableau se termine, le suivant commence déjà, ou se positionner en rupture : le tableau qui démarre amène un contraste (espace, nombre de danseurs, énergie, niveau).
	S'investir dans le projet, oser faire des propositions. S'entendre et choisir ensemble pour composer : tester les idées des autres, comparer, essayer puis choisir.
	Avoir une attitude critique par rapport à son propre travail. Tenir compte des remarques.
	Pour le spectateur : savoir utiliser une fiche d'observation pour rendre compte aux danseurs de la qualité de leur prestation.
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Mener à terme un projet à plusieurs en développant le thème « l'individu – le groupe » à travers 3 tableaux dansés enchaînés, en respectant des exigences de composition. Présenter la production devant des spectateurs.
DISPOSITIF	Constitution de groupes affinitaires. Alternance entre des temps de recherche, des temps de présentation. Les groupes ont des espaces de travail et peuvent présenter leur prestation sur la grande scène à certains moments.

ILLUSTI	RATION À PARTIR D'UNE TÂCHE : COMPOSER À PLUSIEURS À PARTIR DU THÈME « L'INDIVIDU / LE GROUPE » (SUITE)
CONSIGNES	<ol> <li>Présentation des exigences : un début ou une entrée / 3 tableaux / une fin ou sortie. Utiliser des procédés de composition et faire des choix de formes en lien avec le thème. Varier les formes de regroupement.</li> <li>Guidage dans la démarche :         <ul> <li>formes corporelles : mettre à profit des séquences apprises ou des situations vécues au cours des séances précédentes. Choisir les séquences les plus appropriées en lien avec le thème : 3 séquences (3 tableaux);</li> <li>modifier, transformer les séquences apprises en combinant des paramètres du mouvement (temps, espace, énergie) pour illustrer l'idée retenue dans le tableau;</li> <li>choisir des procédés de composition qui servent l'idée retenue dans les tableaux;</li> <li>prévoir les liens entre les tableaux pour aller vers plus de fluidité et de sens.</li> </ul> </li> <li>Phases et présentation et prise en compte des commentaires des spectateurs (regard sur la structure /regard sur les émotions). Voir fiches ci-après.</li> </ol>
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	Quels choix faites-vous pour le tableau 1, puis 2, puis 3 (un individu face au groupe, un groupe uni, des individus sans relations)?  Quelle gestuelle choisissez-vous ensuite pour faire vivre ce tableau? Comment pouvez-vous la transformer à l'aide des paramètres du mouvement pour servir encore mieux vos idées?  Quels procédés de composition seraient adaptés à votre séquence sur « le groupe uni » ou « les individus chacun dans leur univers »?  Comment pouvez-vous lier les tableaux 1 et 2 : rappeler la fin d'un mouvement, se rassembler dans un espace?  Au regard de votre vidéo, sur quels points devez-vous porter votre attention (présence, précision des formes, liaisons)?  Comment améliorer l'écoute entre les danseurs de votre groupe?  Quel choix pour la fin ou la sortie de scène en fonction de votre dernier tableau?
CRITÈRES DE RÉUSSITE	La chorégraphie présente toutes les exigences demandées.  Les choix de formes et de composition (espace, regroupements, procédés) sont faits en fonction du thème.  La chorégraphie est organisée, fluide et présente des modulations (temps, espace, énergie, relations).  Exemple : les élèves ont choisi au tableau 1 : un individu face au groupe : utilisation d'un contrepoint d'espace, choix de contrastes entre la gestuelle du danseur seul (danseur debout, énergie saccadée) et celle du groupe (danseurs au sol, énergie continue). Puis ils choisissent pour le tableau 2 de traiter de « sommes d'individus comme constituants d'un groupe » : ils choisissent de danser en polyphonie sur tout l'espace scénique, chacun présentant une séquence personnelle qui se transforme ensuite en unisson collectif pour montrer l'unité ; l'espace se transforme de dispersé à proche pour la réalisation de l'unisson. Ils ont réfléchi au lien du tableau 1 à 2 : comment le groupe au sol se sépare pour passer en dispersion sur scène (choix de déplacement) ?  Les danseurs sont présents sur toute la durée de leur prestation.  Tous les élèves du groupe ont pu s'exprimer et participer au projet.  Les spectateurs s'expriment sur les procédés reconnus et les effets qu'ils produisent.  Les spectateurs reconnaissent des choix faits selon les tableaux.  Les spectateurs s'expriment en donnant des « coups de chapeau ». Voir fiche ci-après.
VARIABLES ET FONCTIONS DE CES VARIABLES	L'usage de la vidéo pour permettre aux danseurs de se voir et :  d'identifier la qualité de leur présence ;  de repérer si les effets souhaités ont suffisamment de « rendu » ;  d'améliorer les imperfections (imprécisions dans les formes, décalages non souhaités).  Le support sonore : plusieurs situations possibles (l'enseignant donne le choix entre 3 musiques, l'enseignant trouve une à deux musiques qui servent le propos des élèves, les élèves choisissent leur support sonore mais ont réfléchi à son lien avec le propos).  Les costumes peuvent renforcer le propos.

2. technique

3. costumes

## **Exemples de fiches de regard spectateur :**

FICHE DE REGARD « MISE EN SCÈNE »			
Nom du spectateur :		Titre de la chorégraphie :	
Noms des danseurs :			
	MISE EN	N SCÈNE	
Temps forts remarquables de la chorégraphie: (espace, regro	upements, procédés, thème, ges	tuelle, musique)	
	FICHE DE REGARD «	COUPS DE CHAPEAU »	
Nom du spectateur :		Titre de la chorégraphie :	
Noms des danseurs :			
« COUPS DE CHAPEAU »			
Soulignez le ou les « coup(s) de chapeau » que vous voudriez donner :			
1. originalité	4. humour		7. musique

5. émotion

6. mise en scène

8. interprétation 9. autre : ...

# Illustration 2: « Les bouts de scotch » Thème : déformation du corps, dissociations, précision des mouvements

	COMPÉTENCE GÉNÉRALE ET ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉS
	Compétence générale : « Développer sa motricité et construire un langage du corps ».  Attendu de fin de cycle 4 : « Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique ».
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Utiliser les paramètres du mouvement pour produire des variations, des complexifications corporelles (dissociation et coordination).  Mémoriser des enchaînements complexes.  Se dépasser, se mettre dans un inconfort relatif pour se risquer sur des éléments ou des situations nouvelles.  Accepter de faire évoluer sa gestuelle habituelle / dépasser ses acquis.
ÉTAPES	Passer d'une motricité simple à une motricité plus élaborée (tonus, équilibre, appuis).  Passer de la production de formes corporelles simples à la production de formes précises porteuses d'intention (ici : l'intention est dans le départ du mouvement).  Passer de formes déterminées par un thème à accepter de se « déformer », aller vers l'insolite, dépasser les stéréotypes.  Découvrir, reconnaître et nommer de nouveaux procédés.  S'affirmer dans le processus de création et de réalisation artistique.  Proposer des pistes d'amélioration, pour soi, pour les autres, suite à l'observation d'une production.  Voir variantes de la situation : passer d'une motricité adaptée à un espace habituel (gymnase ou salle de danse) à une motricité qui se transforme au gré d'espaces inhabituels (couloir, dehors, hall, gradins).
D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints Le danseur reste sur sa gestuelle habituelle et le départ du mouvement n'est pas identifié ni identifiable.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints Le danseur initie le mouvement par certaines parties du corps (toujours les mêmes). Les zones corporelles sont peu dissociées. Gestuelle encore globale.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints La partie du corps qui initie le mouvement est identifiable et transforme la gestuelle (vers plus de dissociation).  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés Le danseur est capable de dissocier des parties du corps plus finement, il utilise des départs de mouvement moins évidents. Les zones corporelles utilisées sont variées.
SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE	En duo, construire une séquence dansée à partir de la « matière corps » produite par chacun des danseurs, à partir d'une gestuelle mettant en jeu des dissociations.

	ILLUSTRATION À PARTIR D'UNE TÂCHE : « LES BOUTS DE SCOTCH »
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Les élèves transforment leur gestuelle habituelle et l'enrichissent à partir de dissociations. Les élèves composent à partir de la matière créée.
DÉMARCHE	L'enseignant met en place la phase d'exploration de la situation. Tous les élèves sont en action en même temps. Il se place en observateur et régule leur activité en fonction des conduites observées. Par exemple : tous les mouvements sont initiés par des parties du corps « main, épaules », il incite alors à en explorer d'autres. Autre exemple : les mouvements engagés sont rapides et étriqués, il incite à « répandre » le mouvement dans un déplacement ou un changement de niveau, à allonger sa durée.  Il peut reprendre plusieurs fois cette phase d'exploration avec la prise en compte des pistes d'amélioration. Ensuite, il demande aux élèves de se grouper par deux et leur propose, à tour de rôle, de faire « voyager » le bout de scotch sur des parties différentes du corps du danseur. Cette nouvelle phase d'explo-
D'ENSEIGNEMENT	ration permet de se confronter à la contrainte d'une partie du corps « imposée » par l'autre et permet de sortir de ses propositions habituelles. Quand les réponses corporelles sont variées et précises, l'enseignant demande à chaque élève de choisir, fixer et lier 3 à 5 actions démarrant de parties du corps différentes. Ce solo est ensuite présenté au partenaire pour avis (précision, variété des niveaux, vitesses), les bouts de scotch sont enlevés. Cette matière servira ensuite à la composition d'un duo : les élèves auront leurs 2 solos à disposition et agenceront les actions pour visiter les procédés de composition demandés avec précision. Ils présenteront sur scène, avec d'autres groupes, en expérimentant diverses orientations. Les spectateurs seront placés autour de la scène pour multiplier les regards et sortir de la « frontalité » habituelle. Ils seront invités à échanger sur ce point de vue et sur la qualité des procédés réalisés.
	Transformer sa motricité à l'aide de contraintes corporelles. Utiliser les paramètres du mouvement pour produire des variations et des complexifications corporelles (dissociation et coordination). Accepter de transformer sa gestuelle.
	Préciser le début, trajet et fin des mouvements, lier les actions entre elles et choisir leur ordre pour donner de la fluidité à la séquence.
CE QU'IL Y A	Mémoriser des enchaînements complexes (liés aux coordinations inhabituelles et à la différenciation nécessaire des procédés).  Construire des repères (temporels : sur le démarrage du mouvement, sa durée ; corporels : les trajets du mouvement ; visuels : relation avec son parte-
À APPRENDRE	naire) pour maîtriser différents procédés de composition. Expérimenter plusieurs formes de présentation (place des spectateurs).
	Pour le spectateur : identifier les points forts ou faibles d'une prestation en relation avec les exigences demandées. Savoir utiliser une fiche d'observation pour rendre compte aux danseurs de la qualité de leur prestation.
	Pour les danseurs : avoir une attitude critique par rapport à leur propre travail. Tenir compte des remarques.
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Créer une gestuelle inhabituelle et dissociée en initiant des mouvements issus de parties du corps différentes. Composer par 2 à partir d'une matière créée et de consignes sur les procédés de composition.
DISPOSITIF	Prévoir des petits bouts de scotch autocollant (type scotch matériel électrique ou de peinture). Seul puis par deux. Tous les élèves sont dispersés sur une grande scène.

Proposer des supports sonores variés (ambiances et vitesses différentes) et faire remarquer aux spectateurs (et ressentir aux danseurs) les variations

ressenties dans le corps.

## Illustration 3 : « Main réconfortante, main brûlante » Thème : contact, mémoire corporelle, énergie, procédé : question réponse

	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ
	D4 / CG4 : « Les systèmes naturels et les systèmes techniques» et la compétence générale « Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière ».
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	S'ouvrir à des sensations corporelles plus fines. Construire de nouveaux repères corporels.
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints L'élève n'accepte pas le contact physique.  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'élève propose une seule forme de contact corporel (difficultés à différencier les qualités).  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints L'élève propose au moins deux qualités de contact différentes.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés L'élève produit des contacts variés, expérimente différentes qualités et recherche l'inhabituel, l'inattendu.
SITUATION POSSIBLE D'ÉVALUATION	2 ou 3 groupes en même temps sur scène, répartition dans l'espace. Les autres groupes sont spectateurs et ont en charge l'observation d'un groupe en particulier.

MAIN RÉCONFORTANTE, MAIN BRÛLANTE		
OBSTACLES PRIORITAIRES RENCONTRÉS PAR L'ÉLÈVE	Les contacts entre danseurs sont inexistants ou simples. La communication est présente mais peu diversifiée. Motricité usuelle, stéréotypée, clichée. Réalise des contrastes simples et binaires (jeu des extrêmes : saccadé / lié, lent / rapide). Des élèves imposent leurs propositions ou des élèves ne proposent jamais (suiveurs, dans l'attente).	
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Enrichir les relations entre élèves en développant différentes qualités de contact corporel. Découvrir un nouveau procédé de composition (question / réponse).	
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	L'enseignant propose la constitution de duos et autorise des trios pour ne pas imposer à deux élèves qui ne le souhaitent pas de travailler ensemble. Il donne les explications par étapes (cf phases) permettant d'alterner les temps de recherche et les temps où il y a ajout de consignes (les consignes sont ajoutées progressivement : différencier les touchers, varier les zones corporelles, varier les durées de mouvement). Lors des temps d'exploration, il observe les élèves pour choisir la consigne à ajouter (durée du contact, orientation, précision des rôles, des qualités, choix de zones corporelles). Si l'élève anticipe le mouvement ou ne prend pas en compte la qualité du contact proposé, il peut lui demander de fermer les yeux pour améliorer son écoute corporelle. Si les élèves ne sont pas précis dans les formes proposées ou enchaînent trop rapidement les actions, il peut leur demander de travailler dans la lenteur pour préciser et faciliter les organisations corporelles ; la durée de mouvement sera à modifier une fois les actions précisées. Si les élèves restent sur des propositions évidentes de zones corporelles, il peut leur donner des idées (sur d'autres parties du corps) et demander une variation dans les hauteurs (chercher des extrémités, des oppositions : dos / devant).	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Transformer sa motricité à l'aide des contraintes et des sollicitations tactiles.  Préciser le début, trajet et fin de mouvement, relier les actions entre elles et choisir leur ordre pour donner de la fluidité à la séquence.  Mobiliser différentes ressources (affectives, visuelles, kinesthésiques, biomécaniques) pour être conscient de ses mouvements et leur donner de la qualité.  Accepter le contact et être à l'écoute de la forme de contact proposée. Différencier des qualités de toucher.  Construire selon une démarche préalablement définie (exploration, choix, mémorisation). Connaître le procédé question / réponse et le mettre en pratique.  Orienter sa séquence pour la mettre en valeur.	
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Écouter les demandes gestuelles de son partenaire et y répondre corporellement par le contact de la main puis d'autres parties du corps.	
DISPOSITIF ET AMÉNAGEMENT MATÉRIEL ET HUMAIN	Par 2 (affinitaire), tous les groupes travaillent en même temps dans un petit espace personnel. Tout le monde recherche en même temps, musique d'ambiance. Inverser les rôles A et B de nombreuses fois (4 ou 5 fois).	

MAIN RÉCONFORTANTE, MAIN BRÛLANTE (SUITE)	
CONSIGNES	Première phase : exploration : A touche une partie du corps de B et B se met en mouvement. Puis A touche une autre partie etc 4 à 5 touches, une sculpture apparaît. 2 formes de touchers :  1. Main réconfortante, A laisse sa main posée sur la partie du corps de B qui remplit cette main (mouvement continu).  2. Main brûlante, A touche brièvement (pique), B réagit, puis A touche à nouveau etc (mouvement saccadé) les pieds restent au sol.  Deuxième phase : explorer cette situation en question / réponse : A touche une partie du corps de B et B se met en mouvement puis touche A qui répond et ainsi de suite.  Troisième phase : choisir ensuite 3 actions chacun (appartenant aux 2 formes de contact proposées), les enchaîner et les mémoriser.  Quatrième phase : introduire le paramètre vitesse (la durée du mouvement : pause, accéléré ou ralenti) à l'intérieur des énergies qui ont été trouvées.
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Chaque duo a créé une phrase dansée mémorisée qui combine énergie et vitesse. Les parties du corps touchées sont repérables, variées. La phrase dansée est fluide, liée. Présence forte des danseurs dans leur relation en question / réponse.
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Utiliser d'autres parties du corps initiatrices du toucher (tête, bassin, pied) et non plus seulement la main : enrichissement des contacts proposés et des organisations corporelles nécessaires à cette réalisation.  Les élèves choisissent les changements de rôles : A peut agir plusieurs fois avant que B ne prenne l'initiative : chaque duo peut développer des continuités ou ruptures dans sa phrase dansée et ne pas se restreindre à utiliser le procédé « question / réponse ».  Renforcer la présence du danseur et centrer l'élève sur le ressenti du mouvement : il compose un moment dansé avec la mémoire des contacts effectués.  Changer de partenaire pour réagir à d'autres sollicitations corporelles .
ACTIVITÉ DE L'ENSEIGNANT	L'enseignant tentera de prendre du recul pour observer les réponses corporelles des élèves afin d'ajuster ses consignes (et leur ordre). Il gardera un temps pour une présentation des groupes en fin de séance. Il sollicitera les spectateurs pour qu'ils proposent un retour en relation avec les exigences demandées dans la situation.

## Illustration 4: « Duplicata »

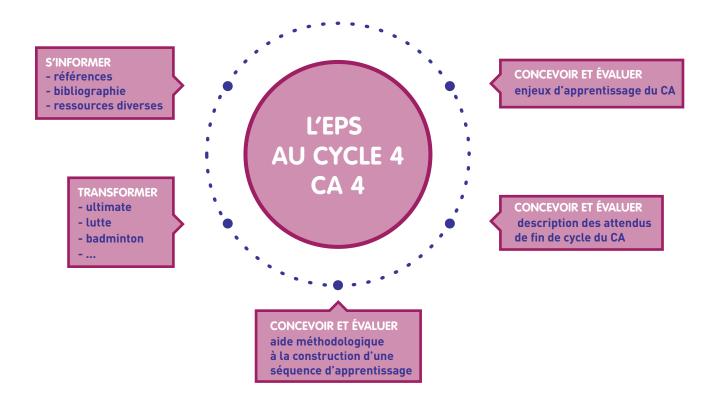
# Thème : démarche de composition instantanée / Relations entre danseurs, écoute, durée de mouvement (ralenti)

	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ
	D2 / CG2 : « Les méthodes et outils pour apprendre » S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Accepter la part de hasard et d'inconnu (mode de composition « instantanée »). Connaître et expérimenter cette forme d'écriture chorégraphique et rester concentré et attentif aux autres sur toute la durée de la séquence. Prendre des initiatives en action. Accepter de vivre des expériences avec tous.
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints L'élève n'entre pas dans ce mode de composition « non écrit à l'avance ».  Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'élève s'engage mais présente des difficultés à « manier » les règles de composition proposées.  Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints L'élève joue avec les règles proposées, prend des initiatives et expérimente les différents rôles.  Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés L'élève joue avec les règles et les dépasse : il propose de nouvelles règles permettant de nouveaux effets pour les spectateurs, il s'engage avec tous.
SITUATION POSSIBLE D'ÉVALUATION	En demi-classe, les groupes vivent une séquence de composition instantanée avec des règles énoncées à l'avance. Une demi-classe observe et peut s'exprimer ensuite sur les effets rendus.

ILLUSTRATION À PARTIR D'UNE TÂCHE « LES DUPLICATAS »		
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Faire découvrir aux élèves un mode d'écriture différent (non écrit à l'avance). Développer l'écoute entre danseurs.	
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	L'enseignant explique les premières règles du jeu (déplacement, actions pour le rôle du « copié » » ou du « collé »). Il peut expérimenter cette situation en classe entière d'abord, sur une grande scène. Laisser explorer la situation 2 à 3 minutes pour donner le temps aux élèves de s'organiser dans le groupe, de vivre les différents rôles. Il se place en observateur pour pouvoir cibler les remédiations en fonction des comportements des élèves (voir conduites observées). Il cible alors une à deux consignes pour faire évoluer la qualité de la séquence et la rendre plus lisible. Il peut faire démontrer un duplicata « réussi » pour illustrer les qualités du geste ralenti si cette difficulté est apparue. Les élèves vivent alors la situation une deuxième fois. Cet aller- retour séquence / consignes peut être réalisé plusieurs fois. Si des variables apparaissent d'elles-mêmes (dupliquer à plusieurs par exemple), il les introduit en nouvelle règle possible. Quand les séquences deviennent suffisamment lisibles, il peut introduire une ou des variables puis séparer le groupe classe en deux et introduire les spectateurs. Il incite les spectateurs à s'exprimer sur différents axes : le ressenti des moments forts, remarquables et la qualité des unissons. Chaque demi-groupe peut alors revivre la situation plusieurs fois en tenant compte des remarques apportées pour améliorer la lisibilité de la séquence.	
LA PROBLÉMATIQUE POSÉE AUX ÉLÈVES	S'engager dans une séquence dansée sans savoir à l'avance ce qui va être produit. Explorer différentes règles de composition, passer de l'une à l'autre. Être à la fois danseur et avoir un « œil de chorégraphe danseur », c'est à dire s'imaginer le « tableau général qui se joue en action ».	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Corporellement Réaliser des mouvements amples et lents pour pouvoir être « suivi » (« faire grand, faire lent, faire visuel »). S'exprimer dans une énergie continue plutôt que saccadée (qui sera plus difficile à suivre).  Explorer des actions au sol et les lier à des actions debout. Varier les façons de descendre au sol, de rouler et de remonter en cherchant des propositions personnelles quand je suis « copié ».  Repérage  Prendre des repères corporels, visuels et auditifs (sons, souffle) sur celui qui mène pour être à l'unisson sans pour autant le fixer du regard.  Élargir son regard à l'ensemble de la scène et des danseurs.  Connaissance de soi  Accepter de changer sa gestuelle habituelle dans le rôle du « collé ».  S'investir dans les deux rôles.  En tant que spectateur  S'approprier les indices d'appréciation et d'évaluation qui permettent un regard plus précis, plus approfondi : repérer la qualité des unissons, la qualité d'écoute des danseurs (ne pas se regarder fixement, ne pas se parler, gestuelle identique).	
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Créer un unisson à 2, côte à côte, à l'écoute, en formant des duplicatas.	

	ILLUSTRATION À PARTIR D'UNE TÂCHE « LES DUPLICATAS » (SUITE)
DISPOSITIF	Une classe ou demi-classe sur scène. Prévoir un temps avec des spectateurs (voir variables de la situation). Grande scène. Musique d'ambiance, pas trop rapide, pour aider les élèves à produire des mouvements ralentis.
CONSIGNES	<ol> <li>Chaque élève se déplace dans l'espace (rappel des règles d'occupation de l'espace en grand groupe, niveau cycle 3).</li> <li>2 possibilités : « être copié » ou « copier » :         <ul> <li>« être copié » : un danseur s'arrête, reste au moins 5 secondes en « statue ». Puis, au ralenti, il descend au sol, tourne, roule et remonte debout (chaque élève est libre dans la réalisation des actions). Il sera peut être rejoint par un autre danseur ou réalisera sa séquence seul ;</li> <li>« copier » : un danseur choisit de copier un danseur « statue ». Il se place à côté de lui, le « copie » jusqu'à son retour debout (= réalise ses mouvements à l'identique).</li> </ul> </li> <li>Chacun reprend ensuite un déplacement.</li> <li>Ajout de consignes (voir variables de la situation).</li> </ol>
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	Chacun d'entre vous a-t-il pu vivre le rôle de « copié » mais également le rôle de « collé » ?  Avez-vous réussi à suivre l'élève qui initie sa descente au sol ?  Avez-vous pu prêter attention à l'espace et à son utilisation par le groupe ?  Avez-vous élargi votre regard ou aviez-vous besoin de regarder fixement ? Aviez-vous conscience de ce que faisaient les autres danseurs pendant que vous étiez dans votre descente au sol ?  Vous êtes-vous trouvés en situation d'unisson collectif ?
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Les duos sont à l'unisson : on a l'impression que le mouvement est appris par les deux danseurs mais ils se « suivent en direct ». Ils sont ensemble et identiques.  On peut observer une répartition des actions au sein du groupe : il y a à la fois des danseurs en déplacement, des duos à l'unisson et des danseurs seuls qui font leur module sans être copiés. Chaque élève a pu expérimenter les 2 rôles (« être copié » ou « copier »).  Les regards sont placés (les élèves ne se regardent pas directement mais utilisent une vision élargie). Il y a une écoute de l'autre → le « courant passe ».  Les élèves sont présents pendant toute la durée de la séquence, même face aux imprévus.  On observe de la variété dans les manières de descendre au sol, de rouler, de remonter : chaque élève produit « sa danse » dans le cadre des actions proposées.  Les élèves « jouent » des règles et proposent de nouvelles règles (dupliquer à plusieurs).
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Faire évoluer les « règles » du jeu :  • autoriser des duplicatas à 3, 4 ou + d'élèves : un grand groupe peut donc se retrouver à l'unisson ;  • les duplicatas peuvent se faire à distance et non plus seulement côte à côte : les spectateurs pourront observer des « connexions » d'un bout à l'autre de la scène ;  • introduire le procédé « lâcher rattraper » : possibilité de rejoindre le danseur en train de faire sa descente au sol, ou de le quitter avant le retour debout ;  • apporter plus de « surprises » : un danseur qui marque l'arrêt peut « changer d'avis » et décider de repartir au lieu d'initier la descente au sol.  Placer des élèves en spectateurs (demi classe ou 2/3 danseurs et 1/3 spectateurs) et exercer l'œil : quels effets rendus, quelle occupation de l'espace, quels moments forts ? (la course de ce danseur, le trio en avant-scène, les duplicatas qui s'enchaînent : un groupe se sépare, au même moment un autre se crée, tel contraste de vitesse, telle ligne de force) ; faire remarquer ce qui est intéressant et remarquable dans cette saynète de composition instantanée.

# Coordonner et maîtriser sur un affrontement collectif ou interindividuel





MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE, DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE

# > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 4

# Enjeux d'apprentissage du CA 4

Ce tableau vise à aider les équipes enseignantes à déterminer des enjeux d'apprentissage dans le champ d'apprentissage « Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel ».

Le croisement « Compétences générales de l'EPS » / « Attendus de fin de cycle » garantit que les enjeux d'apprentissage identifiés permettent de travailler les cinq compétences générales de l'EPS en relation avec les attendus de fin de cycle. Seules ont été remplies les cases pour lesquelles ce croisement est pertinent.

			ATTEND	US DE FIN DE CYCLE POUF	R LE CA 4	
CHAMPS D'APPRENTISSAGE 4  « CONDUIRE ET MAÎTRISER UN AFFRONTEMENT COLLECTIF OU INTERINDIVIDUEL »		Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe	Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force	Être solidaire de ses partenaires et res- pectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre	Observer et co-arbitrer	Accepter le résultat de la rencontre et savoir ana- lyser avec objectivité
DOMAINES DU SOCLE	COMPÉTENCES GÉNÉRALES		E	NJEUX D'APPRENTISSAG	E	
Des langages pour penser et communiquer	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps	Acquérir et stabiliser des techniques spécifiques pour construire et mettre en œuvre un projet de jeu afin de battre l'adversaire Communiquer par des langages corporels et verbaux			S'approprier une gestuelle, des déplace- ments et un vocabulaire adapté à l'arbitrage et à l'observation	S'approprier un voca- bulaire spécifique aux activités sportives
Les méthodes et outils pour apprendre	S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre	Analyser et réguler un projet de jeu	Gérer sa dépense éner- gétique pour préserver ses capacités d'analyse	Collaborer pour élaborer des projets d'actions offensives ou défensives	Recueillir et interpréter des données dans la situation de jeu	Analyser le déroulement d'une rencontre et iden- tifier ses moments clefs
La formation de la personne et du citoyen	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités	Exploiter au mieux le potentiel de l'équipe et/ ou son propre potentiel pour élaborer un projet de jeu (collectif ou indi- viduel)	Contrôler son engage- ment dans des situations d'affrontement pour ne pas mettre l'adversaire en danger	Respecter des règles de fonctionnement collectif Exprimer ses émotions de manière adaptée à la situation	Faire respecter un règlement sportif pour assurer le bon déroule- ment du jeu/combat	Relativiser le gain et la perte d'une rencontre
Les systèmes naturels et les systèmes techniques	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière		Contrôler son engage- ment dans des situations d'affrontement pour préserver son intégrité physique			
Les représentations du monde et l'activité humaine	S'approprier une culture physique sportive et artistique pour construire progressive- ment un regard lucide sur le monde contemporain	S'approprier des prin- cipes d'efficacité des techniques et tactiques sportives		S'engager de manière loyale dans un duel ou un match	S'approprier les prin- cipes tactiques d'un affrontement	S'approprier la symbo- lique d'un affrontement sportif



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE

# > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 4

# Attendus de fin de cycle 4 pour le CA 4

Ces tableaux visent à aider les équipes à agencer et décliner les différents attendus de fin de cycle 4 du champ « **Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel** » dans le parcours de formation de l'élève afin de travailler et développer les cinq compétences générales de l'EPS (et par conséquent les cinq domaines du socle). Ils aident à construire un parcours de formation cohérent et progressif sur les trois années qui composent le cycle.

Ces tableaux précisent les attendus de fin de cycle, en spécifiant les enjeux d'apprentissage en termes de contenus possibles et en proposant des repères de progressivité pour chacun des attendus. Les équipes choisissent les thèmes d'apprentissage et ordonnent les contenus en fonction de leur contexte local (caractéristiques des élèves, priorités du projet pédagogique, conditions d'enseignement...).







#### Attendu de fin cycle 4 (CA 4): réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe PRÉCISIONS SUR LES LIENS **EXPLICITATION DE L'ATTENDU** REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE Aider l'élève à · D1/CG1: « Les langages / Développer sa motricité et apprendre Maîtrise technique à s'exprimer avec son corps ». D'une motricité usuelle à la stabilisation d'habiletés techniques • développer ses ressources informationnelles, décisionnelles, Il s'agit pour l'élève de : adaptées aux contraintes des épreuves sportives. affectives, motrices pour contrer les intentions de jeu de son • s'approprier les armes techniques et tactiques nécessaires à la (ses) adversaire(s) et imposer les siennes : bascule du rapport de force en sa faveur et remporter une oppo-Exploitation des occasions de marque

- enquêter sur les caractéristiques de la situation d'interaction pour construire un projet de jeu (prendre des informations pertinentes et les interpréter) ;
- assurer de manière efficace les actions liées à un statut-rôleposte dans une équipe.

Liens avec les « compétences visées » des programmes :

Rechercher le gain de la rencontre par la mise en œuvre d'un proiet prenant en compte les caractéristiques du rapport de force.

Utiliser au mieux ses ressources physiques et de motricité pour gagner en efficacité dans une situation d'opposition donnée et répondre aux contraintes de l'affrontement.

S'adapter rapidement au changement de statut défenseur / attaquant. Anticiper la prise et le traitement d'informations pour enchaîner des actions.

- sition interindividuelle ou collective ;
- reconnaître, exploiter, provoquer une situation favorable de
- construire un projet tactique en attaque ou en défense (seul ou à plusieurs) :
- s'approprier un code commun (verbal et/ou corporel) pour donner à voir à ses partenaires ses intentions et comprendre
- masguer ses intentions à ses adversaires, voire donner de fausses informations (feintes)

D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre ».

Il s'agit pour l'élève de :

- relever des données pertinentes pour caractériser le rapport de force (durant ou après l'action) ;
- analyser des données (critères, observables, indicateurs objectifs. etc.) avec l'aide éventuelle de différents outils (dont les outils numériaues) :
- réorganiser son action ou son projet stratégique à partir des résultats de l'analyse.

D3 / CG3 : « La formation de la personne et du citoyen / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités ».

Il s'agit pour l'élève de :

- assumer la responsabilité d'un rôle et/ou d'actions permettant de mettre en œuvre un projet tactique en attaque ou en défense pour faire basculer le rapport de force ;
- exploiter au mieux les caractéristiques de chacun pour élaborer un projet tactique dans une situation d'interaction duelle ou collective.

D5 / CG5 : « Les représentations du monde et de l'activité humaine / Des éléments de la culture sportive ».

Il s'agit pour l'élève de connaître, expliquer et s'approprier les principes simples d'efficacité de différentes techniques et tactiques

D'une reconnaissance des situations favorables de marque à une création de ces situations.

# Construction et adaptation des projets tactiques

De choix aléatoires ou stéréotypés à des choix prenant en compte ses propres caractéristiques et celles de l'adversaire.

Vers une adaptation des projets de jeu au cours même de la rencontre.

#### Fluidité des actions collectives

De la juxtaposition d'actions individuelles à des enchaînements coordonnés et fluides d'actions.

## Appropriation de tactiques sportives

Vers la reconnaissance et la mise en place de schémas tactiques et/ou de systèmes de ieu.

# Attendu de fin cycle 4 (CA4) : adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
<ul> <li>Aider l'élève à :</li> <li>maîtriser et contrôler sa motricité pour adapter l'intensité de son engagement aux caractéristiques de la situation d'interaction ;</li> <li>rester lucide sur la configuration et l'évolution du match ou du combat.</li> <li>Liens avec les « compétences visées » des programmes :</li> <li>Rechercher le gain de la rencontre par la mise en œuvre d'un projet prenant en compte les caractéristiques du rapport de force.</li> <li>Anticiper la prise et le traitement d'informations pour enchaîner des actions.</li> </ul>	D2 / CG2 : « Des méthodes et outils pour apprendre ».  Il s'agit pour l'élève de réguler l'intensité de son engagement en fonction de l'évolution du rapport de force et du score afin de préserver sa lucidité et ses capacités d'analyse (gérer la fatigue).  D3 / CG3 : « La formation de la personne / Partager des règles et assumer des responsabilités ».  Il s'agit pour l'élève de :  • reconnaître, réguler, anticiper les effets psychologiques et physiologiques liés à l'épreuve d'émotions intenses (perte de lucidité, désorganisation de la motricité, inhibition);  • contrôler et mesurer son engagement physique et les actions réalisées (dans un contexte offensif et défensif) pour ne pas blesser son adversaire;  • évaluer les caractéristiques de l'adversaire;  • adapter son engagement physique et les actions réalisées aux caractéristiques physiques et techniques de son adversaire.  D4 / CG4 : « Les systèmes naturels et techniques / apprendre à entretenir sa santé ».  Il s'agit pour l'élève de :  • réguler sa dépense physique;  • adapter les actions réalisées et l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour préserver son intégrité physique.	Régulation de l'engagement physique D'un engagement physique intense tout au long de l'affrontement vers une modulation de l'effort en fonction de l'évolution du score et du rapport de force.  Maîtrise de l'engagement physique D'un engagement physique mal maîtrisé vers un engagement physique adapté aux caractéristiques de la situation et de l'adversaire.  Maîtrise de ses actions Vers la construction de repères sur soi et sur les autres permettant de réguler ses actions.

# Attendu de fin cycle 4 (CA 4) : être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre.

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
<ul> <li>Aider l'élève à :</li> <li>gérer ses émotions pour s'engager dans une pratique affective « apaisée » de l'activité d'opposition, garante d'une dynamique collective de progrès et de respect de l'adversaire;</li> <li>échanger avec ses partenaires pour assumer des responsabilités au sein d'un collectif;</li> <li>comprendre la symbolique de l'affrontement en sports collectifs, de raquette et/ou de combat.</li> <li>Liens avec les « compétences visées » des programmes :</li> <li>Se mettre au service de l'autre pour lui permettre de progresser.</li> </ul>	D2 / CG2 : « Des méthodes et outils pour apprendre ».  Il s'agit pour l'élève d'échanger et de prendre en compte le point de vue de ses partenaires pour définir un projet de jeu collectif ou individuel.  D3 / CG3 : « La formation de la personne et du citoyen / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités ».  Il s'agit pour l'élève de :  • respecter, construire et faire respecter des règles et règlement ;  • prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif pour réaliser un projet ou remplir un contrat collectif ;  • agir avec et pour les autres en prenant en compte leurs caractéristiques ;  • respecter une organisation collective définie par l'équipe ;  • accepter les erreurs des partenaires, les sécuriser et les encourager ;  • maîtriser les émotions générées par l'affrontement et moduler l'expression des émotions ressenties.  D5 / CG5 : « Les représentations du monde et de l'activité humaine / S'approprier une culture sportive et artistique ».  Il s'agit pour l'élève de :  • accepter la confrontation avec des adversaires dans le cadre d'un règlement explicite ;  • connaître et respecter les « codes » d'une confrontation sportive (rituel, cérémonial codifié, règlements, salut de ses adversaires et de l'arbitre en fin et début de rencontre) ;  • s'engager dans une symbolique de l'affrontement sportif (respect des rituels de la confrontation, réversibilité de la victoire et de la défaite, donner le « meilleur de soi-même », reconnaître les mérites de son adversaire, fair-play) ;  • comprendre et accepter les décisions de l'arbitre.	Fonctionnement du collectif D'une pratique égocentrée vers une pratique au service d'un collectif.  Gestion des ressources affectives D'un engagement saturé par les ressources affectives (inhibé ou inadapté, disproportionné) à un engagement lucide et raisonné. De réactions émotionnelles spontanées à une reconnaissance et maîtrise de ses émotions.  Appropriation des règles De règles subies à des règles comprises et acceptées. Vers des règles co-construites et négociées au sein du groupe.  Engagement dans le duel D'un refus de s'engager dans l'affrontement à un engagement orienté par le gain loyal de la rencontre.

# Attendu de fin cycle 4 (CA 4) : observer et co-arbitrer

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
<ul> <li>Aider l'élève à :</li> <li>assumer différents rôles (seul ou collectivement) tels que ceux d'arbitre, d'observateur, de coach, d'entraîneur;</li> <li>observer et recueillir des informations pour comprendre l'impact des comportements, des choix individuels et du projet de jeu sur son efficacité ou sur l'efficacité collective;</li> <li>exploiter ces informations pour construire une stratégie de jeu et /ou aider ses partenaires.</li> <li>Liens avec les « compétences visées » des programmes :</li> <li>Co-arbitrer une séquence de match (de combat).</li> <li>Se mettre au service de l'autre pour lui permettre de progresser.</li> </ul>	D1/CG1: «Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps ».  Il s'agit pour l'élève de connaître et maîtriser une gestuelle, des déplacements et un vocabulaire adapté pour arbitrer et être le garant du bon déroulement du jeu en assurant le respect des règles.  D2/CG2: «Des méthodes et outils pour apprendre ».  Il s'agit pour l'élève de :  • utiliser différents outils d'observation (dont les outils numériques) pour recueillir des informations, les analyser et évaluer divers aspects de la situation de jeu (points forts et faibles de son équipe ou des joueurs adverses, caractéristiques techniques);  • s'appuyer sur ces analyses pour conseiller ses camarades.  D3/CG3: «La formation de la personne et du citoyen / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités ».  Il s'agit pour l'élève de:  • être attentif au déroulement du jeu afin d'identifier et de signaler les actions non réglementaires;  • être équitable dans ses prises de décisions et les faire respecter;  • utiliser à bon escient le pouvoir qui lui est conféré.  D5/CG5: « Les représentations du monde et de l'activité humaine / S'approprier une culture sportive et artistique ».  Il s'agit pour l'élève de:  • connaître, reconnaître et respecter des organisations collectives offensives et défensives simples (systèmes de jeu);  • reconnaître des organisations collectives offensives et défensives plus complexes;  • caractériser l'évolution d'un rapport de force entre deux équipes ou deux adversaires.	L'observateur D'un prélèvement aléatoire d'informations à un recueil organisé en fonction d'intentions. D'interprétations incomplètes des informations recueillies à des analyses permettant un gain de compréhension du jeu, de ses propres actions ou des actions de ses partenaires/adversaires. D'une focalisation privilégiant un élément de la situation de jeu à une intégration de divers aspects de la situation.  De l'exploitation d'un nombre réduit des fonctionnalités offertes par l'outil numérique à une diversité d'usages.  L'arbitre D'un arbitrage ne garantissant pas le bon déroulement du jeu par maladresse, méconnaissance ou partialité :  • vers une connaissance du règlement dont l'application reste partielle et influencée par les réactions des joueurs ;  • à un arbitrage garantissant le respect des règles du jeu, par son impartialité et sa lecture efficace des actions de jeu.  Le spectateur D'une appréhension d'une rencontre essentiellement sur la base des émotions ressenties à une description des caractéristiques du rapport de force entre les adversaires.

# Attendu de fin cycle 4 (CA 4) : accepter le résultat de la rencontre et savoir l'analyser avec objectivité

EXPLICITATION DE L'ATTENDU	PRÉCISIONS SUR LES LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE	REPÈRES DE PROGRESSIVITÉ
<ul> <li>Aider l'élève à :</li> <li>dépasser et accepter le résultat de la rencontre, qu'il lui soit favorable ou non, pour porter un regard lucide sur la performance réalisée;</li> <li>s'engager dans une analyse de ses projets tactiques et de ceux de l'adversaire;</li> <li>reconnaître le mérite de l'adversaire.</li> </ul>	D1/CG1: « Les langages / Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps ».  Il s'agit pour l'élève de connaître et utiliser à bon escient un vocabulaire spécifique lié à l'activité (termes techniques, tactiques) afin de décrire des situations de jeu avec précision.  D2/CG2: « Des méthodes et outils pour apprendre ».  Il s'agit pour l'élève de :  utiliser, après la rencontre, des outils numériques pour analyser et évaluer ses actions et celles des autres dans le but de construire et mettre en œuvre des projets d'apprentissage individuels ou collectifs;  se remémorer (sans l'aide d'artefacts cognitifs) les moments clefs du déroulement de la rencontre;  adopter une attitude critique objective par rapport aux choix offensifs et défensifs réalisés.  D3/CG3: « La formation de la personne et du citoyen / Partager des règles et assumer des rôles et des responsabilités ».  Il s'agit pour l'élève de :  saluer ses adversaires et l'arbitre en fin de rencontre quel que soit son résultat;  d'exprimer les émotions générées par le résultat de la rencontre de manière sincère mais sans excès et sans « provoquer » l'adversaire;  gagner avec modestie (« sans en rajouter » par des commentaires ou comportements inadaptés);  reconnaître la supériorité de son adversaire et accepter la défaite;  évaluer a posteriori son engagement sur les plans affectif et énergétique pour s'assurer du respect des règles (la distance de charge autorisée, droits et devoirs du joueur, etc.) lors de l'affrontement.  D5/CG5: « Les représentations du monde et de l'activité humaine / S'approprier une culture sportive et artistique ».  Il s'agit pour l'élève de :  comprendre et accepter la symbolique d'un affrontement sportif (réversibilité de la victoire et de la défaite, redonner une « chance » à son adversaire, notion de « revanche »).	Acceptation du résultat D'attitudes de refus et de contestation de la victoire de l'adversaire à une reconnaissance de la supériorité momentanée de l'adversaire.  D'une reconnaissance de la supériorité momentanée de l'adversaire à l'envie de « prendre sa revanche ».  De manifestations corporelles et verbales excessives suite au résultat de la rencontre à des comportements plus mesurés.  Analyse du résultat D'une interprétation du jeu saturée par les aspects émotionnels et subjectifs à une interprétation fondée sur des éléments objectifs du jeu.  D'une interprétation partiale et partielle du jeu à une interprétation mettant en relation différentes dimensions et favorisant sa compréhension.  Vers une exploitation de l'analyse pour ajuster ses futurs projets de jeu.



MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE

# > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 4

# Aide méthodologique à la construction d'une séquence d'apprentissage du CA 4

Ce tableau propose une démarche pour aider les équipes à construire une séguence dans une APSA du champ d'apprentissage « Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel ». Il s'agit de préciser ce qu'il y a à apprendre pour les élèves dans l'APSA en relation avec les attendus de fin de cycle dans le CA 4 et les compétences générales de l'EPS. Les équipes choisissent, ordonnent ces contenus et construisent des outils d'évaluation pour vérifier leur acquisition en prenant en compte leur contexte local.

# SÉQUENCE D'APPRENTISSAGE DU CA 4 « CONDUIRE ET MAÎTRISER UN AFFRONTEMENT COLLECTIF OU INTERINDIVIDUEL »

#### APSA retenues :

Il s'agit d'effectuer un choix parmi les APSA qui paraissent les plus appropriées pour construire, chez les élèves, les attendus de fin du cycle 4 du champ d'apprentissage.

# Exemple pour le CA 4:

- Activités de coopération et d'opposition : les jeux et sport collectifs (handball, ultimate, basket-ball, volley-ball, etc.).
- Activités d'opposition duelle : les sports et jeux de raquettes.
- Activités de combat : lutte, judo, boxe, etc.

# Ce qu'il y a à apprendre :

Il s'agit de déterminer des « acquisitions prioritaires » permettant de construire les différents attendus du cycle 4 dans le champ d'apprentissage et qui sont envisageables pour une première (ou une deuxième) séguence d'apprentissage d'un temps effectif de pratique de 12h minimum pour les élèves dans une APSA donnée.

Les acquisitions prioritaires sont choisies en relation avec le projet pédagogique, les caractéristiques des élèves et les tableaux « Enjeux d'apprentissage » et « Attendus de fin de cycle », en les spécifiant au regard de l'APSA support. Elles peuvent être complétées par d'autres acquisitions référées au socle, selon les priorités du projet d'établissement (par exemple : une priorité sur la maîtrise de la langue française, sur le respect des règles de la vie collective, sur la coopération...).

# Étapes et repères de progression :

Il s'agit d'identifier, à travers des indicateurs qualitatifs ou quantitatifs, la progression en 4 étapes des élèves au regard des acquisitions prioritaires précédemment citées (« Ce qu'il y a à apprendre ») et en référence aux repères de progressivité des attendus de fin de cycle. Ces quatre étapes, formulées à l'identique de celles du livret scolaire, visent à faciliter la validation des compétences du socle commun.

Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints (maîtrise insuffisante)

Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints (maîtrise fragile)

Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints (maîtrise satisfaisante)

Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés (maîtrise très satisfaisante)

Retrouvez Éduscol sur







# Principes de construction d'une compétence attendue en CA 4 (à décliner dans l'APSA support)

Il s'agit de formuler une compétence dans l'APSA au sein du collège intégrant les trois dimensions, motrice, méthodologique et sociale, et répondant aux acquisitions prioritaires choisies en relation avec les différents attendus du cycle 4 pour le champ d'apprentissage. Il importe de spécifier les principales caractéristiques du contexte dans lequel est mobilisée cette compétence.

Cette compétence peut mettre en avant un élément du socle (en relation avec des priorités du projet établissement et des choix des équipes).

À travers les APSA du CA 4, il s'agit d'amener les élèves à s'engager dans la symbolique de l'affrontement. Les compétences attendues, à construire dans chaque APSA du CA 4, permettent aux élèves de s'engager de facon lucide et adaptée aux rapports de force auxquels on les confronte, en mobilisant leurs habiletés motrices, cognitives et affectives,

Les situations d'opposition proposées permettent d'apprendre à déséguilibrer un rapport de force en sa faveur. Pour cela, il convient de mettre en œuvre des projets d'actions de plus en plus complexes, tout en gérant de nombreuses dualités qui doivent contraindre l'élève à faire des choix pertinents (gagnants). Il importe ainsi d'engager les élèves dans des échanges et des réflexions à partir de données objectivables (traduisant un niveau d'engagement moteur), susceptibles de les faire gagner en efficacité. Ce recul réflexif sur son projet de jeu (grâce aux indicateurs relevés) permet de mieux comprendre l'évolution de la partie, du duel ou du combat et d'en accepter l'issue.

# Règles constitutives des modalités d'évaluation pour le CA 4 (à spécifier dans l'APSA support choisie) :

L'évaluation des élèves dans les activités du CA 4 repose sur un test de compétence qui révèle la compétence de l'équipe, du joueur ou du combattant à surmonter l'obstacle auguel on choisit de le confronter. Il rend compte, de tout ou partie, des obligations soulevées dans les « attendus » de fin de cycle. Il doit permettre à l'élève de jouer tous les rôles associés aux attendus de fin de cycle 4 dans le champ d'apprentissage (aux plans moteur, méthodologique et social).

Ce test de compétence, en situation d'opposition équilibrée, peut se dérouler dans une situation de match adaptée (temps, espace, nombre de joueurs, formes de comptage).

En sports collectifs, l'évaluation prend en compte l'efficacité collective et l'efficacité individuelle.

En sports de raquette et de combat. L'évaluation prend en compte la pertinence du projet tactique et l'efficacité des actions motrices.

Face aux difficultés professionnelles à évaluer dans ce champ d'apprentissage, il est possible d'objectiver la performance grâce à l'utilisation d'indicateurs chiffrés fiables, lisibles et peu nombreux. Pour cela, l'aménagement du score peut être un outil privilégié (score parlant, double score, score relatif, etc.)



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE







# >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 4

# **Ultimate**Repères d'évaluation

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE				
	A1 : Réaliser des actions décisives en situation favo- rable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe	A2 : Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force	A3 : Être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre	A4 : Observer et co-arbitrer	A5 : Accepter le résultat de la rencontre et savoir analyser avec objectivité
	Gérer l'alternative entre deux formes de jeu (jeu placé / contre-attaque). Pour cela enrichir son répertoire de lancers et utiliser un pied pivot efficace.  Lien avec A1 & A2				
	Réagir très rapidement au changement de statut attaquant / défenseur. Exploiter efficacement une situation de contre-attaque. Lien avec A1 & A2				
CE QU'IL Y A	Rationaliser l'engagement défensif pour récupérer rapidement le frisbee (défendre en individuel). Lien avec A1 & A2				
À APPRENDRE	S'engager dans une pratique apaisée par une meilleure connaissance du règlement et du protocole d'appel à la faute. Lien avec A3				
	Gagner avec humilité, comprendre les raisons de la défaite pour mieux l'accepter. Se montrer fair-play. Lien avec A3, A4 & A5				
	Grâce à des indicateurs simples, élaborer un projet de jeu pour défendre efficacement et pour se retrouver régulièrement en situation favorable de marque. Lien avec A3, A4 & A5				

Retrouvez Éduscol sur

# L'ÉQUIPE EN ATTAQUE

# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Attaques souvent avortées par une précipitation du porteur, des choix de passes inopportuns (passes en revers par-dessus le défenseur direct), des tentatives de démarquages inefficaces ou peu pertinents. Nombreux turn-over (changement de possession).

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Assure une progression régulière du frisbee vers la zone d'en-but et se retrouve souvent en situation favorable de marquer.

Exploite un rapport de force lorsqu'il est favorable (si défense en retard ou non individuelle).

La contre-attaque n'est pas encore menée efficacement (difficultés techniques à jouer en profondeur).

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'attaque s'adapte efficacement au rapport de force. L'espace de marque est atteint fréquemment (20 % des possessions).

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Attaque intentionnelle de la cible en s'adaptant constamment au rapport de force. Exploitation efficace d'une situation favorable de contre-attaque.

# L'ÉQUIPE EN DÉFENSE

# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Les joueurs sont uniquement mobilisés par les déplacements du frisbee et cherchent à s'en saisir sans prise d'informations sur les autres joueurs (partenaires et adversaires).

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

La défense est uniquement organisée par rapport au porteur de disque. Les autres joueurs sont soit oubliés, soit mal répartis.

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Une défense individuelle s'organise mais elle se dégrade par l'accumulation des efforts et perd de son efficacité à mesure que la rencontre avance.

# Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Les joueurs organisent une défense individuelle pertinente (en fonction des ressources des adversaires) tout au long du match.

ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION

# **LE JOUEUR EN ATTAQUE**

# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève se précipite pour lancer le frisbee vers le camp adverse et/ou panique et se débarrasse du frisbee dès qu'il en a la possession.

Aucune précision dans la passe due à une absence de pied de pivot. L'élève est statique, peu concerné par le jeu ou bien cristallisé par l'intention de toucher le disque coûte que coûte.

Il offre peu de solutions au porteur ou vient le coller pour lui demander le frisbee.

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Propose des solutions de passe dans un petit périmètre. Commence à utiliser le pied de pivot mais pas toujours efficacement (se trompe de pied, marche...).

Utilise essentiellement le revers et les passes courtes. La volonté de se projeter rapidement vers l'avant explique les erreurs techniques ou les mauvais choix. Demande le frisbee trop souvent dans « la zone d'ombre », ou bien si démarqué, trop près du porteur.

#### LE JOUEUR EN DÉFENSE

# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Pas ou peu actif pour récupérer le disque. Ne gêne que quand il se situe près du porteur de disque mais « ne le compte pas » (= n'annonce pas à voix haute les secondes de possession du disque par le porteur). Commet beaucoup de fautes de contact.

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Défend en retard, sur le porteur et ou sur un joueur déjà pris (provoque des situations de doublons), « ne compte pas » le porteur de frisbee.

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Cherche à défendre en individuel coûte que coûte en collant son adversaire direct, préalablement identifié, et en délaissant parfois la lecture du jeu. Défend efficacement sur le porteur « en comptant » et en dissuadant les passes par une attitude dynamique.

# Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Défense individuelle qui gagne en efficacité grâce à une meilleure prise d'informations (aller-retour visuel entre le frisbee et le joueur adverse). Elle permet d'optimiser la gestion de ses ressources.

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Pose le jeu et fait les bons choix pour conserver le frisbee. Il allonge les passes et permet au jeu de gagner de la profondeur.

Assure la conservation du frisbee en offrant des solutions de passe.

Parvient à se démarquer efficacement en appui et soutien à distance de passe, avec contact visuel. Réception en mouvement à 2 mains maîtrisée.

# Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

« Bonifie » les frisbees en variant les conditions de lancer. Pose le jeu ou l'accélère.

Offre régulièrement des solutions à ses partenaires qui sont décisives pour marquer le point.

Démarquage décisif vers le fond (passe longue) ou vers le porteur. Changements de rythme et de direction.

# **ÉTAPES ET** REPÈRES DE **PROGRESSION**

### LE JOUEUR D'ULTIMATE AUTO-ARBITRE

# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Ne connait pas les règles, recherche la prise de position de l'enseignant pour arbitrer et décider en cas de litige.

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Connaît et applique les règles essentielles mais est souvent influencé par ses partenaires ou cherche à influencer l'adversaire. Change très vite d'avis, ce qui nuit à la fluidité du ieu.

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Joueur fair-play qui reconnait ses fautes. Sa connaissance encore perfectible du règlement ralentit parfois le jeu et la prise de décision suite à une faute appelée.

## Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Connaît et applique la majorité des règles. Appelle la plupart des fautes et explique ses choix. Accepte le désaccord. Remet le disque rapidement en jeu. Contribue à un climat serein

# L'OBSERVATEUR

# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

La méthode de recueil n'est pas comprise, les données relevées sont fausses, parcellaires ou inexploitables.

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'outil utilisé est compris, les indicateurs sont relevés avec davantage d'efficacité (attribution de rôles précis : observateur / script) et sont plutôt fiables. L'utilisation des indicateurs relevés reste abstraite sans accompagnement (questionnement) de l'enseignant.

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Début d'analyse du jeu possible avec quelques incidences individuelles.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Les données recueillies sont fiables, leur communication à l'équipe est efficace et permet d'ajuster la stratégie collective.

# COMPÉTENCE ATTENDUE

Dans un jeu à effectif réduit, rechercher le gain du match en enchaînant des actions offensives basées sur l'alternative entre montée rapide et conservation du disque, pour se retrouver réqulièrement en situation favorable de marquer face à une défense organisée.

Auto-arbitrer de manière autonome et fair-play.

Faire évoluer son jeu d'après des observations signifiantes (score d'efficacité collective).

Le test de compétence mis en place fait émerger les comportements caractéristiques de l'élève dans toutes les dimensions de la compétence attendue définie par l'équipe enseignante, au regard des attendus de fin de cycle 4 des programmes.

Il permet à l'élève de jouer tous les rôles attendus dans la compétence (dans ses dimensions motrice, méthodologique et sociale) écrite par chaque équipe enseignante.

Dans le cadre du CA4, ce test met en place un rapport de force équilibré pour permettre à chaque élève de s'investir dans un match qu'il peut remporter.

#### Exemple de test 1:

Il s'agit dans ce dispositif d'Ultimate à zones de traduire par le score le niveau de gestion collectif du rapport de force et la capacité de l'équipe à progresser collectivement vers l'en-but adverse.

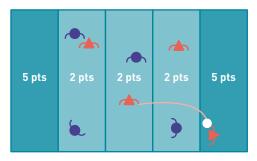
3 matches en 4 contre 4 entre équipes homogènes entre elles, en auto-arbitrage. 4 à 5 rencontres de 6 minutes sur un terrain de 20 m de large, 40 m de long.

2 en-buts de 6m de profondeur. 3 zones délimitées de 9,3m de profondeur.

A partir du point de récupération du disque, l'équipe qui franchit une zone cumule des points [2 points par zone, 5 points en zone de d'en-but].

Chaque possession peut donc rapporter en fonction de la progression de l'équipe de 0 à 11 points.

RÈGLES **TIVES DES** MODALITÉS D'ÉVALUATION



**Observateurs** 

# Exemple de données observables et utilisables pour améliorer le projet de jeu :

#### Efficacité collective en attaque :

nombre de points marqués / nombre de possessions.

#### Efficacité collective en défense :

Type de défense mise en place pendant les rencontres ou nature des récupérations.

Contribution et efficacité du joueur dans l'efficacité collective.

# Exemple de test 2:

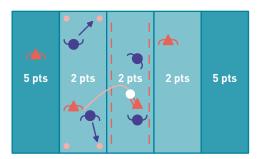
Il s'agit de valoriser, dans ce dispositif, une organisation collective offensive qui utilise opportunément la contre-attaque pour scorer rapidement.

Matches en 4 contre 4 entre équipes homogènes entre elles, en auto-arbitrage. 4 à 5 rencontres de 6 minutes sur un terrain 20m de large.

2 en-buts de 6m de profondeur. 3 zones délimitées de 9,3 m de profondeur.

Même dispositif que pour le test précédent, sauf que les joueurs qui attaquaient sont obligés (pour ceux qui se situent dans le camp adverse au moment de la perte de disque) d'aller toucher une coupelle avec le pied avant de pouvoir défendre, pour créer (voire accentuer) une situation de déséquilibre numérique devant favoriser un jeu en contre-attaque.

RÈGLES CONSTITU-TIVES DES MODALITÉS D'ÉVALUATION



**Observateurs** 

# Exemples d'indicateurs pouvant traduire l'efficacité collective en attaque et en défense :

Le ratio accès à la cible / nombre de contre-attaques jouées.

Le ratio accès à la cible / nombre de contre-attaques adverses jouées.

Quels que soient les indicateurs retenus, dans l'optique d'évaluer le niveau de compétence réellement exprimé par un joueur ou une équipe, il semble primordial de déterminer son score en prenant en compte le niveau d'opposition fourni lors de la confrontation.

# Illustration 1 : travail plus spécifique de l'attendu « Réaliser des actions décisives en situation favorable » (Ultimate)

A1 (prioritaire) : Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe.	D1 : « Les langages pour penser et communiquer ». CG : « Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corp:
A2 (secondaire) : Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force.	Il s'agit pour l'élève d'acquérir des techniques spécifiques pour améliorer efficience dans le but de remporter une opposition interindividuelle ou col
A5 (secondaire) : Accepter le résultat de la rencontre et savoir analyser avec	D4 : « Les systèmes naturels et les systèmes techniques ».
objectivité.	CG : « Apprendre à entretenir sa santé par une activité régulière, raisonne raisonnable ».
	Il s'agit pour l'élève d'adapter l'intensité de son engagement physique à s possibilités pour ne pas se mettre en danger et garantir un niveau d'enga efficace dans le collectif.
	D2 : « Les méthodes et outils pour apprendre ».
	CG : « S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique les méthodes et ou pour apprendre ».
	Il s'agit de permettre à l'élève d'utiliser des outils (numériques) pour anal et évaluer ses actions et celles des autres dans le but de construire et me œuvre des projets d'apprentissage individuels ou collectifs.

# CE QU'IL Y A À APPRENDRE

# Cap à passer pour entrer reellement dans la compétence attendue :

Reconnaître une situation propice à la contre-attaque et mettre en œuvre les principes d'efficacité adaptés pour marquer.

Analyser le plus rapidement possible la configuration spatiale de la défense adverse pour choisir vite et bien.

• Réagir très rapidement au changement de statut attaquant / défenseur. Exploiter efficacement une situation de contre-attaque.

• Gérer l'alternative entre deux formes de jeu (jeu placé / contre-attaque). Pour cela, enrichir sa gamme de lancers et utiliser un pied de pivot efficace.

Lien avec A1 & A2

• Grâce à des indicateurs simples, élaborer un projet de jeu pour défendre efficacement et pour se retrouver régulièrement en situation favorable de marque.

Lien avec A3, A4 & A5



# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Attaques souvent avortées par une précipitation du porteur, des choix de passe inopportuns (passes en revers par-dessus le défenseur direct), des tentatives de démarquages inefficaces ou peu pertinentes. Nombreux turn-over.

# ÉTAPES **D'ACQUISITION** ET REPÈRES DE **PROGRESSION**

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Assure une progression régulière du frisbee vers la zone d'en-but et se retrouve souvent en situation favorable de marquer.

La contre-attaque n'est pas encore menée efficacement (difficultés techniques et d'identification à jouer dans le bon timing vers la cible la plus favorable et en profondeur).

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'attaque s'adapte efficacement au rapport de force.

L'espace de marque est atteint fréquemment (20% des possessions).

# Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Attaque intentionnelle de la cible en s'adaptant constamment au rapport de force. Exploitation efficace d'une situation favorable de contre-attaque.

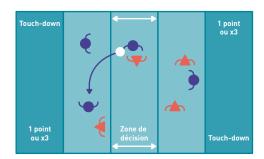
	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	En mettant en place un dispositif dont les indicateurs doivent traduire le niveau d'opposition engagé, l'enseignant amène les élèves à construire les principes d'efficacité permettant d'alterner opportunément deux formes de jeu. Le « score parlant » peut le renseigner sur ce qu'il reste à construire pour y parvenir.
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Les élèves qui ne jouent pas observent. Le recueil des indicateurs permet à l'enseignant d'amener les élèves à mettre en relation ces scores avec les stratégies mises en place ou faits de jeu constatés.  Il est possible d'interroger plusieurs données relevées selon ce sur quoi l'on souhaite orienter l'attention et la réflexion des joueurs.  Cette analyse est associée au guidage de l'enseignant qui n'hésite pas à questionner le joueur sur la pertinence de sa décision (position de la défense adverse, nombre de partenaires démarqués, zone d'en-but la plus favorable).  Exemples de questionnement et d'intervention de l'enseignant :  Le ratio nombre de contre-attaques jouées / nombre d'accès à la cible :  « Exploite-t-on efficacement toutes les situations de contre-attaque offertes par l'adversaire ? ».  Le ratio nombre de contre-attaques adverses jouées /nombre d'accès à la cible :  « Si ce rapport est proche de 1, peut-être que cela signifie que nous perdons trop de disques en zone centrale ? ».  Le score moyen par possession / la nature de la récupération adverse (interceptions, bâches, récupérations suite à des passes aléatoires, etc.) :  « Un score moyen par possession relativement faible s'explique-t-il par un niveau de défense adverse très supérieur au nôtre ? ».  Ces mises en relation sont réversibles (c'est-à-dire être envisagées du point de vue de l'équipe en attaque ou en défense) : elles permettent ainsi aux élèves de questionner le niveau d'efficacité collective en attaque et en défense.
CRITÈRES DE RÉALISATION	<ul> <li>Identifier une situation favorable de contre-attaque (endroit de la récupération, nombre de défenseurs en retard, position des partenaires disponibles).</li> <li>Se démarquer de façon explosive vers l'en-but, ou vers le porteur, mais toujours en dehors de la zone d'ombre.</li> <li>Ne pas temporiser lorsqu'une situation de contre-attaque est évidente (la majorité des joueurs adverses a franchi la ligne médiane) mais au contraire progresser rapidement vers l'avant pour prendre de vitesse le repli défensif.</li> <li>Chercher des solutions de passes (longues) vers l'avant.</li> <li>Faire des appels en profondeur et vers l'avant (en appui) ou sur les côtés (en relais).</li> </ul>
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Pour les joueurs : 1. Rechercher le gain du match. 2. Mettre en lien les indicateurs relevés, l'issue de la rencontre et la façon dont on joue pour se projeter dans le prochain match.  Pour les observateurs : 1. Relever le score de chaque possession. 2. Calculer le score d'efficacité collective en contre- attaque (nombre de contre-attaques jouées / nombre d'accès à la cible). 3. Transmettre les indicateurs parlant à l'équipe qui vient de jouer.



# Consulter la vidéo. Ultimate.mp4



# **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)**



#### **Observateurs**

Terrain de 20m de large et 40m de long. (en-but de 7m de profondeur). 4 c 4 ; une équipe de 4 à l'observation (une doublette par équipe à observer). 3 manches de 8 points (ou 3 manches de 6').

**DISPOSITIF** 

Si une équipe récupère le disque dans la zone centrale (zone de décision), elle peut choisir le sens de l'attaque pour aller marquer dans une des 2 zones d'en-but (la plus favorable).

Tant que le disque est dans cette zone, tout changement de sens d'attaque est possible. Une fois sorti, chacun attaque et défend un côté jusqu'à ce qu'une équipe perde à nouveau le disque dans la zone centrale.

Un touch-down marqué en contre-attaque compte triple (on considèrera comme un touch-down de contre-attaque, tout point marqué à partir d'une récupération en zone centrale dès lors que le porteur choisit de changer le sens de l'attaque).

#### Ce qu'il faut observer :

Le nombre de touch-down bonifiés doit permettre de traduire le niveau de gestion collective du rapport de force, en particulier la capacité de l'équipe à exploiter favorablement une situation de contre-attaque.

# CRITÈRE DE RÉUSSITE

Rechercher le gain loyal de la rencontre (3 manches) en marquant au moins un tiers de ses points sur touch-down bonifiés face à une équipe dont le niveau d'opposition (niveau de défense) est attestée par des indicateurs liés à la récupération (nature de la récupération : % d'interceptions, de bâches, de récupération aléatoire).

#### Remédiations :

Si moins d'un tiers des points marqués concernent des touch-down bonifiés, travailler de façon décontextualisée :

- les passes longues en revers ;
- les courses de démarquage vers le porteur et / ou la profondeur ;
- la réception (catch) en course.

# **VARIABLES** / **OUTILS À** DISPOSITION

Si plus de deux tiers des points sont marqués sur contre-attaque, travailler :

- la défense individuelle :
- le changement de statut attaquant/défenseur.

#### Simplification de la tâche :

- un juge de zone prévient l'ensemble des joueurs lors de chaque récupération en « zone de décision » qu'un changement de sens est possible par un coup
- agrandir la taille de la zone pour multiplier les opportunités de contre-attaque.

# Complexification de la tâche:

À partir d'une récupération en zone centrale, 8" maximum pour aller scorer.

# Illustration 2 : travail plus spécifique de l'attendu « Savoir analyser avec objectivité le résultat d'une rencontre » (Ultimate)

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉS	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ(S)
	A4 : <b>Observer</b> et co-arbitrer A5 : Accepter le résultat de la rencontre et <b>savoir analyser avec objectivité</b>	D2 : « Les méthodes et outils pour apprendre ».  CG : « S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique les méthodes et outils pour apprendre ».  Il s'agit de permettre à l'élève d'utiliser des outils (numériques si possible) pour analyser et évaluer ses actions et celles des autres dans le but de construire et de mettre en œuvre des projets d'apprentissage individuels ou collectifs.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Obstacle prioritaire: Les élèves ne font pas le lien entre les indicateurs relevés et la façon dont joue l'équinombre de points moyen par possession.  Cap à passer pour entrer réellement dans la compétence attendue: Comprendre en quoi les indicateurs relevés traduisent le niveau de jeu exprimé.  Passage obligé: Construire la notion de « score d'efficacité collective » en mettant en lien le score brien en le informations témoignant d'un niveau de gestion du rapport de force Lien avec A4 & A5  Utiliser un pied de pivot pour passer ou patienter en attendant une solution et /ou Passer efficacement à un partenaire démarqué à une dizaine de mètres.  Se démarquer en dehors de la « zone d'ombre » à distance de passe efficace. Lien avec A1	rut de la rencontre avec le nombre de turn-over. e, les interpréter pour permettre à l'équipe de réguler son projet de jeu.
ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE PROGRESSION	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints La méthode de recueil n'est pas comprise, les données relevées sont fausses, parce Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'outil utilisé est compris, les indicateurs sont relevés avec davantage d'efficacité (ai L'utilisation des indicateurs relevés reste abstraite sans accompagnement (question Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints Début d'analyse du jeu possible avec quelques incidences individuelles. Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés Les données recueillies sont fiables, leur communication à l'équipe est efficace et po	ttribution de rôles précis : observateur/script/scoreur) et sont plutôt fiables. inement) de l'enseignant.

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Amener les élèves à collaborer à l'amélioration d'un projet de jeu collectif à partir d'indicateurs relevés, transmis et analysés.
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Les élèves qui ne jouent pas observent. Le recueit des indicateurs permet à l'enseignant d'amener les élèves à mettre en relation les indicateurs relevés (score d'efficacité collective) avec les stratégies mises en place ou faits de jeu constatés.  Le rôle d'observateur/analyseur constitue la dimension méthodologique de la compétence attendue en Ultimate définie par l'équipe EPS. Ces rôles d'observateur/analyseur permettent:  • de construire progressivement la dimension motrice de cette compétence attendue;  • de développer des capacités et de construire des compétences d'ordre méthodologique que l'élève pourra réinvestir dans d'autres contextes d'enseignement.  Devant la difficulté à en objectiver l'évaluation, il conviendra d'évaluer ces rôles de façon graduelle et multiple tout au long du cycle, à l'aide d'indicateurs simples (tenue de la fiche d'observation, calcul de ratio, capacité à identifier le type de défense mise en place).  Exemples de questionnement et d'intervention de l'enseignant  Comment réduire le nombre de turn-over? (qualité des démarquages? Pertinence des passes?)  Interroger les données relevées selon l'objet de réflexion choisi pour les joueurs.  Le nombre de turn-over sur une manche de 6 points renseigne les élèves sur le niveau d'opposition collective mis en jeu (plus le nombre de turn-over est important, plus les élèves se précipitent et font des choix de démarquages et de passes inopportuns).  Le score moyen par possession offre une vision de l'efficacité de l'équipe à conserver le disque et à progresser avec.  Ces mises en relation sont réversibles (c'est-à-dire être envisagées du point de vue de l'équipe en attaque ou en défense) : elles permettent ainsi aux élèves de questionner le niveau d'efficacité collective en défense.
CRITÈRES DE RÉALISATION	<ul> <li>Analyser le jeu à partir d'indicateurs observables :</li> <li>Un nombre élevé de turn-over indique que l'efficacité collective des équipes à conserver le disque est plutôt limitée.</li> <li>Le score moyen par possession (score d'efficacité collective) proche de 1 signifie (si un niveau de d'opposition réelle et équilibrée est attesté) que les joueurs sont efficaces dans la conservation du disque et l'orientation du jeu.</li> <li>Un score moyen inférieur ou égal à 0.3 traduit un niveau fragile de la compétence de l'équipe à conserver le frisbee et/ou à le conserver en s'orientant vers une cible.</li> </ul>
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Pour les joueurs : Pour l'emporter : marquer plus de points que l'équipe adverse en réussissant une passe à l'un des deux capitaines. Pour les observateurs :  1. Relever le score de chaque possession. 2. Calculer le score d'efficacité collective en attaque. 3. Transmettre les indicateurs parlant à l'équipe qui vient de jouer.

# **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)** DISPOSITIF **Observateurs** Terrain de 18m de large et 30m de long (zones d'en-but de 5m). 3 C 3 + 1 capitaine dans chaque zone d'en-but. une équipe de 4 à l'observation (une doublette par équipe à observer). 1 point pour 1 passe réussie à un capitaine. • Engagement au centre du terrain. **CONSIGNES** • Les capitaines jouent pour les deux équipes à la fois. • Les observateurs doivent indiquer le nombre de turn-over et calculer le nombre de points marqués par possession (ex : 8 possessions ; 6 points : 0.75 pt / possession). 3 manches de 6 points. Rechercher le gain du match en marquant au moins 3 points par manche. CRITÈRES DE RÉUSSITE Pas plus de deux turn-over par point marqué lors de chaque manche (pour s'assurer d'une réelle efficacité collective). Remédiations: Si les équipes arrivent à un turn-over de moyenne par point marqué, alors chaque capitaine ne joue plus qu'avec une seule équipe, la sienne (un camp à attaquer, un à défendre). **VARIABLES** / Si plus de 3 turn-over par point marqué en moyenne sur une manche, travailler de façon décontextualisée : **OUTILS À** • la passe en revers sans opposition ; DISPOSITION • le démarquage ; • la passe en revers + pied de pivot avec opposition ; • la réception (catch) en course.



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE



# > ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 4

# **Lutte** Repères d'évaluation

		ATTENDUS DE FIN DE CYCLE		
A1 : Réaliser des actions décisives en situation favo- rable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe	A2 : Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force	A3 : Être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre	A4 : Observer et co-arbitrer	A5 : Accepter le résultat de la rencontre et savoir analyser avec objectivité

# Savoir exploiter une opportunité simple debout pour mettre en danger son adversaire.

Les élèves identifient le sens du déséquilibre adverse à partir d'indices visuels, des pressions ressenties au niveau des saisies et du corps, pour choisir et enchainer une action offensive ou défensive permettant de l'exploiter. Lien avec A1 et A2

#### Savoir varier ses contrôles et formes de corps pour renverser son adversaire debout.

Les élèves connaissent et enchaînent des contrôles et formes de corps simples dans des sens et directions différents selon les réactions adverses. Ils coordonnent des actions de directions opposées avec les bras et les jambes et assurent des appuis successifs en équilibre de couple pour contrôler la chute et celle de l'adversaire. Lien avec A1 et A2

# Gérer son engagement en fonction du degré d'opposition exigé par la situation de combat. CE QU'IL Y A Les élèves apprennent à s'engager dans des situations où l'opposition oscille entre la coopér

Les élèves apprennent à s'engager dans des situations où l'opposition oscille entre la coopération et l'opposition totale et à mesurer leur engagement durant toutes les phases d'un combat. Autrement dit, ils doivent adapter l'intensité et le sens de leurs actions aux buts et aux exigences des tâches d'opposition imposées pour progresser ou faire progresser leurs camarades.

Lien avec A2 et A3

# Observer, conseiller un camarade en combat pour élaborer une stratégie d'attaque.

Les élèves apprennent à observer et à analyser les résultats d'un camarade pour élaborer en complicité avec l'élève lutteur une tactique appropriée, en relation avec le repérage et l'exploitation des opportunités, les contrôles et formes d'attaque utilisés durant le combat. Lien avec A3, A4 et A5

# Savoir arbitrer collectivement et gérer une poule de combat.

Les élèves apprennent à connaître et à mettre en œuvre les éléments réglementaires liés à la sécurité, à la cotation des points et à l'organisation des combats dans les différents rôles (lutteur, arbitre, juge-secrétaire, observateur-conseiller). Lien avec A3, A4 et A5

Retrouvez Éduscol sur







À APPRENDRE

**ÉTAPES ET** 

REPÈRES DE

**PROGRESSION** 

# ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (SUITE)

# LE LUTTEUR COMBATTANT

# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève se préserve en s'éloignant de l'adversaire ou au mieux agit en force dans un seul sens sans peser et parvient peu à mettre en danger son adversaire.

## Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève réalise une action offensive opportune sans varier ses contrôles ou formes de corps pour mettre en danger son adversaire.

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève exploite au moins 2 contrôles ou formes de corps opportuns pour mettre en danger son adversaire.

# Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève exploite au moins 2 contrôles et formes de corps opportuns pour mettre en danger son adversaire).

# L'ARBITRE-JUGE-SECRÉTAIRE

## Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève sait arrêter le combat sur des sorties, fautes dangereuses, et valide les tombés. Il co-assure le comptage des points et la tenue de la feuille de score.

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement

Idem, plus L'élève annonce les cotations des points de facon objective et sûre mais se trompe sur la gestuelle (ou oublie).

#### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Idem, plus l'élève réalise les gestes associés. la plupart du temps sans trop se tromper.

# Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Idem, l'élève réalise une gestuelle sûre et décèle la passivité.

# L'OBSERVATEUR COACH

# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève propose des conseils superficiels fondés sur un ressenti sans observation préalable de son camarade.

### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève donne des conseils sur le choix d'un contrôle ou forme de corps à partir d'une observation qualitative globale de la prestation de son camarade.

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève propose des conseils objectifs sur le choix de contrôles ou formes de corps en fonction d'une observation précise de la prestation du camarade.

#### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève précise en plus des procédures de réalisation en fonction d'un contexte récurrent observé

# LE LUTTEUR-APPRENTI

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève réalise l'exercice sans conviction ou s'engage comme dans un combat.

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève respecte les consignes des situations mais il réalise les exercices de répétition en force ou met trop de temps à exploiter les différentes opportunités données

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève respecte les consignes des situations et réalise les exercices de répétition efficacement en exploitant presque toutes les opportunités.

# Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève respecte et optimise les consignes des situations et réalise les exercices de répétition efficacement en exploitant toujours les opportunités données avec fluidité et rapidité.

# LE LUTTEUR-PARTENAIRE

#### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève s'engage en opposition totale.

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

L'élève s'engage en tant que partenaire en réalisant mal les contraintes de la situation, en adoptant une conduite hypotonique ou en n'offrant pas une opportunité claire et nette à son partenaire.

# Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

L'élève respecte les consignes données en adoptant notamment les positions opportunes à chaque répétition de son partenaire. Il s'engage en coopération.

# Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

L'élève est capable de respecter des consignes variées et notamment d'adopter des positions opportunes différentes à chaque répétition. Il optimise le temps d'engagement de son partenaire et s'engage en coopération totale.

# ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (FIN) COMPÉTENCE Rechercher, dans le respect des règles, le gain d'un combat debout en exploitant des opportunités et en utilisant des formes d'attaques variées. ATTENDUE Collaborer à plusieurs pour arbitrer, observer, conseiller et apprendre. Le test de compétence mis en place fait émerger les comportements caractéristiques de l'élève dans toutes les dimensions de la compétence attendue définie par l'équipe enseignante, au regard des attendus de fin de cycle 4 des programmes. Il permet à l'élève de jouer tous les rôles attendus dans la compétence (dans ses aspects moteur, méthodologique et social) définie par l'équipe enseignante. Dans le cadre du CA4, ce test met en place un rapport de force équilibré pour permettre à chaque élève de s'investir dans un combat qu'il peut remporter. Exemples de tests • Combat debout avec des manches de 1 min, avec une analyse de sa prestation et la prise en compte de conseils d'un camarade à chaque manche. On répartit 3 à 4 élèves par poule selon leur poids, force et niveau suite à un classement réalisé sur le cycle. Mise en place d'un « score parlant » : 100 points pour un tombé, 10 points pour une mise en danger et 1 point pour une sortie de surface ou un contrôle en passage arrière au sol. Le nombre de 10 points et les manches au sein desquelles ils sont marqués révèlent la stabilité de l'apprentissage : « savoir exploiter une opportunité simple RÈGLES debout pour mettre en danger son adversaire ». CONSTITUTIVES En imposant des contrôles de départ sur les jambes différents lors des 2 premières manches et au choix sur la 3°, on facilite la réalisation de prises variées et un **DES MODALITÉS** choix tactique effectué avec le conseiller lors de la dernière manche. D'ÉVALUATION Ainsi un élève marquant des points sur la 1re et 2e manche a démontré la stabilité de l'apprentissage : « savoir varier ses contrôles et formes de corps pour renverser son adversaire debout ». De même, les points marqués sur la 3e manche révèlent la stabilité de l'apprentissage : « observer, conseiller un camarade en combat pour élaborer une stratégie d'attaque». L'alternance de l'avantage des contrôles de départ toutes les 30 s est réalisée pour chaque manche afin de conserver l'égalité des chances du résultat. La distribution des rôles sociaux avant chaque combat (lutteurs, arbitre, secrétaire, juge) permet d'évaluer le niveau d'arbitrage sur plusieurs surfaces avec des indicateurs visuels clairs et précis. Cette observation des arbitres révèle la stabilité de l'apprentissage : « savoir arbitrer collectivement et gérer une poule de combat ». • Situation de coopération-démonstration de 2 à 4 prises dans des sens et contrôles différents, en temps limité (5 minutes), en tant que chuteur et projeteur afin de démontrer : - sa capacité à savoir faire chuter et chuter sans risque debout, en coopération ; - sa capacité à entrer dans un rôle de partenaire et surtout à stabiliser les apprentissages de prises debout abordées durant la séquence d'apprentissage.

# Illustration 1 : travail plus spécifique de l'attendu « Réaliser des actions décisives ... »

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉS	ÉLÉMENT(S) DU SOCLE ET COMPÉTENCE(S) GÉNÉRALE(S) SPÉCIFIQUEMENT VISÉ(S)			
	A1 : Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe.  Il s'agit pour l'élève de reconnaître et d'exploiter rapidement une situation favorable de marque, c'est à dire une opportunité de prise.	D1 « Les langages pour penser et communiquer ». CG1 : « Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps ».			
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Obstacle prioritaire pour l'élève:  Les élèves attaquants cherchent uniquement, à partir du contrôle jambe intérieure/taille, à réaliser un décalage avant (forme de corps) avec barrage sur l'adversaire qui recule l'appui et/ou qui amène sa jambe prise au sol. Ils ne prennent pas en compte la position et les actions adverses. Ils ne voient pas ou ne sentent pas les déséquilibres potentiels crées par l'adversaire ou ne connaissent pas d'action pour exploiter cette opportunité.  Cap à passer pour entrer réellement dans la compétence attendue:  Passer d'un élève agissant en force sans prendre en compte le contexte favorable (« situation favorable ») pour réaliser une technique (« actions décisives ») à un élève qui exploite les déséquilibres adverses et sa position pour construire un point de fixation sur l'adversaire (axe de rotation de la chute) et réaliser un couple de force à partir d'un contrôle jambe/taille pour l'amener au sol avec des relais d'appuis (=ici, en posant un genou au sol lors du barrage pour rallonger et mieux contrôler le temps de la chute).  Passage obligé:  À partir d'un contrôle jambe/taille, « savoir exploiter une opportunité simple debout pour mettre en danger son adversaire».				
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	LE LUTTEUR PRATIQUANT Étape 1: objectifs d'apprentissage non atteints L'élève se préserve en s'éloignant de l'adversaire, ou au mieux, agit en force dans un seul sens sans peser et parvient peu à mettre en danger son adversaire.  Étape 2: objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'élève réalise une action offensive opportune sans varier ses contrôles ou formes de corps pour mettre en danger son adversaire.  Étape 3: objectifs d'apprentissage atteints L'élève exploite au moins 2 contrôles ou formes de corps opportuns pour mettre en danger son adversaire.  Étape 4: objectifs d'apprentissage dépassés L'élève exploite au moins 2 contrôles et formes de corps opportuns pour mettre en danger son adversaire.				

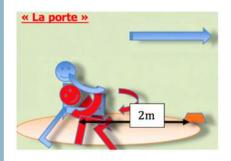
EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE					
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Exploiter une opportunité dans un combat debout.				
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	L'enseignant clarifie les consignes en faisant une démonstration du rôle du défenseur qui amplifie les opportunités pour respecter les consignes de la tâche. Il guide les élèves dans leurs recherches en précisant les moments et les endroits où ils doivent prendre des informations sur les actions et parties du corps du défenseur.  Il aide à affiner les réponses des élèves par des consignes sur les procédures de réalisation précises et efficaces.  Exemples de questionnements :  Quel est le sens de la pression ressentie à chaque phase ? (indices proprioceptifs et kinesthésiques).  Quelle position adopte le défenseur dans cette phase ? (indices visuels).  Quelles sont les actions à effectuer à partir du contrôle choisi pour exploiter ce déséquilibre ? (indices biomécaniques).  Autour de quoi le défenseur tourne-t-il lorsqu'il chute ? Comment fixer ce point ou cet axe de rotation ? (indices visuels et biomécaniques).  Comment reste-t-on au contact jusqu'au sol sans lâcher la saisie ? (indices biomécaniques).  Les élèves collaborent à la mise en œuvre des situations d'apprentissage dans une démarche d'investigation :  • en acceptant le rôle de défenseur avec une opposition imposée qui amplifie l'opportunité à voir et à ressentir pour l'attaquant ;  • en construisant et partageant des contenus à partir des expériences vécues sur chaque phase ;  • en évaluant les réponses aux différentes phases réalisées à partir d'un score parlant, permettant ainsi de valider ou non les solutions trouvées.				
CRITÈRES DE RÉALISATION	Les élèves doivent apprendre des principes liés à l'efficacité individuelle :  sentir et/ou reconnaître le sens de déséquilibres potentiels adverses « amplifiés » à partir d'indices visuels, des pressions ressenties au niveau des saisies et du corps ;  mettre en relation ces opportunités simples avec une forme de corps à réaliser en opposition ;  réagir rapidement en coordonnant des actions sur le haut du corps avec les bras et celles des jambes sans se déséquilibrer ;  peser à partir du contrôle d'exécution pour fixer l'axe de rotation de la technique réalisée ;  accepter de réaliser des situations de combat avec ou sans une opposition aménagée (retardée ou imposée) par le professeur ;  s'écouter et se mettre d'accord sur des solutions adaptées aux différentes situations ;  conceptualiser des principes tactiques en termes de sialors permettant de réussir dans les 3 contextes imposés.				
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Pour l'attaquant : marquer 1 pt ou 10 pts en réalisant des prises contrôlées sur son adversaire avec des relais d'appuis.  Pour le défenseur : faire franchir une porte de plots à son adversaire (= 10 points) en respectant les consignes imposées par le professeur.  Pour l'arbitre : attribuer les points à l'attaquant ou au défenseur et assurer le respect des règles de la situation et de la lutte scolaire.				



Consulter la vidéo. Lutte1CA4.mp4



# **DISPOSITIF**



# **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)**

La zone de combat est une surface ronde de 4m de diamètre. La durée du combat s'organise en 3 x 7 min pour varier les positions du défenseur au départ.

2 plots mous constituent la porte située à 2 minutes minimum du départ des 2 combattants.

1 attaquant part avec un contrôle jambe /taille debout contre 1 défenseur, « le passeur de porte », qui cherche à faire franchir la porte à l'attaquant. Le défenseur pousse face à la porte en 1<sup>re</sup> période, en tirant dos à la porte en 2<sup>e</sup> période, puis en pouvant amener sa jambe au sol en 3º période (en tirant dos à la porte).

# Un arbitre gère :

- la cotation des points : 1 pt par sortie de zone contrôlée ou un passage arrière, + 10 pts pour une mise en danger contrôlée (MD= épaules au sol tenues moins de 2 secondes ou rouler sur les épaules ou passage sur un (ou les) coude(s)). OU un « passage de porte » pour le défenseur). 100 pts pour un tombé (maintien des 2 épaules au sol durant 2 s ou plus):
- le respect des règles de sécurité et de jeu, du rituel de combat, des adversaires ;
- l'arrêt de combat et la reprise de la position initiale avec rotation des rôles à chaque point marqué (1, 10 ou 100 points) sauf quand on marque 10 points où on laisse 5 secondes à l'attaquant pour marquer 100 pts et après il arrête le combat.

# CONSIGNES

Lors de la situation. 3 types de consignes et positions sont imposées pour le passeur de porte (soit le défenseur « amplificateur d'opportunité ») :

- 1. le défenseur pousse son adversaire, son pied d'appui est loin et il est en déséguilibre avant => l'attaguant réalise un couple de force et pèse vers le bas à partir des saisies de contrôle données pour mettre son adversaire en danger = décalage en rotation (en « termes-élève » = coup de volant à droite ou à gauche) ;
- 2. le défenseur tire son adversaire, son pied d'appui est près et il est en déséquilibre arrière sans poser la jambe => l'attaquant réalise une pression vers l'avant à partir du contrôle jambe / taille et un barrage de la jambe d'appui du défenseur en posant le genou au sol = décalage avant avec barrage;
- 3. le défenseur pose au sol la jambe qui est saisie par son adversaire => l'attaquant se saisit de la 2e jambe en posant un ou 2 genoux au sol et prend le contrôle des 2 jambes = liaison de contrôle jambe intérieure / taille à 2 jambes genou(x) au sol.

# CRITÈRES DE RÉUSSITE

Marquer des 10 points ou des 1 point sur passage arrière durant les 2 des 3 périodes avec au moins 2 adversaires différents en tant qu'attaquant.

Attention! Les points ne peuvent être marqués que si l'attaquant conserve une saisie sur le corps du défenseur.

# **VARIABLES** / **OUTILS À**

DISPOSITION

À la suite d'une phase d'expérimentation, l'enseignant propose des algorithmes à partir du contrôle jambe / taille constituant des bases d'orientation pour l'élève.

#### Complexification:

• Le défenseur peut se retourner pour tirer ou pousser selon sa position initiale et peut garder sa jambe prise ou chercher à la ramener au sol. L'attaquant doit s'adapter au changement de contexte.

# Simplification:

- si les élèves ne parviennent pas à réaliser la prise alors qu'ils l'ont déclenchée au bon moment, on propose d'automatiser en conservant le rôle d'attaquant 5 fois de suite sur des périodes de 10 secondes sur le même contexte et en demandant au défenseur d'amplifier la poussée ou le tiré ;
- si les élèves attaquants franchissent trop vite la porte (nombreux 10 pts marqués en défense) alors les lutteurs partent à 3 mètres 50 du plot (plus facile pour l'attaquant car il a plus de temps).

# Illustration 2 : travail plus spécifique d'un attendu et d'un élément du socle

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉS	ELÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ(S)		
	A2 : Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force.  Il s'agit d'apprendre par la répétition à contrôler et gérer son engagement physique par la stabilisation de gestes efficaces et opportuns dans un contexte offensif.  A3 : être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre.	D2 : « Les méthodes et outils pour apprendre ».  CG 2 : « S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique les méthodes et outils pour apprendre ».  Il s'agit de permettre à l'élève de collaborer pour élaborer des projets d'actions offensives permettant l'exploitation d'un rapport de force favorable.		
	Obstacle prioritaire pour l'élève: Les élèves partenaires ne respectent pas les consignes pour gérer leur engagement dans l'opposition et empêchent leur camarade de réaliser des prises sur des contextes opportuns. Ils n'ont pas construit les attitudes et postures à avoir en tant que partenaire.			
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Les élèves apprenants n'agissent que dans des contextes d'opposition totale et ne cherchent pas à stabiliser leurs acquisitions.  Cap à passer pour entrer réellement dans la compétence attendue:  Passer d'un élève partenaire, adoptant une attitude d'opposition ou de relâchement total qui ne permet pas à l'attaquant de reconnaître et d'exploiter une opportunité, à un élève partenaire qui se positionne et exécute rapidement les consignes d'action pour faciliter la réalisation et les répétitions de son camarade.  Passer d'élèves qui ne sont mobilisés que par des situations de combat en opposition totale à des élèves qui acceptent de s'engager dans des situations de combat où le rapport de force est asymétrique ou dans des situations de coopération.			
	PASSAGE OBLIGÉ: « Gérer son engagement en fonction du degré d'opposition exigé par la situation de combat ».			
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	LE LUTTEUR-APPRENTI :	LE LUTTEUR-PARTENAIRE :		
	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints L'élève réalise l'exercice sans conviction ou s'engage comme dans un combat.	Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints L'élève s'engage en opposition totale.		
	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'élève respecte les consignes des situations, mais il réalise les exercices de répétition en force ou met trop de temps à exploiter les différentes opportunités données.	Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints L'élève s'engage en tant que partenaire en réalisant mal les contraintes de la situation en adoptant une conduite hypotonique ou n'offrant pas une opportunité claire et nette à son partenaire.		
	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints L'élève respecte les consignes des situations et réalise les exercices de répétition efficacement en exploitant presque toutes les opportunités.	Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints L'élève respecte les consignes données en adoptant notamment les positions opportunes à chaque répétition de son partenaire. Il s'engage en coopération.		
	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés L'élève respecte et optimise les consignes des situations et réalise les exercices de répétition efficacement en exploitant toujours les opportunités données avec fluidité et rapidité.	Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés L'élève est capable de respecter des consignes variées et notamment d'adopter des positions opportunes différentes à chaque répétition. Il optimise le temps d'engagement de son partenaire et s'engage en coopération totale.		

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE					
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Automatiser des formes d'attaques opportunes et adopter une démarche d'apprentissage en sport de combat.				
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	L'enseignant clarifie les consignes en faisant une démonstration du rôle du défenseur qui amplifie les opportunités pour respecter les consignes de la tâche. Il rappelle l'organisation et le respect des consignes du groupe et les rotations. Il gère l'enchainement des séries de répétitions de 30 secondes. Il aider l'élève en l'encourageant à enchaîner les prises. Il guide l'élève attaquant par des signaux oraux de l'opportunité donnée par le partenaire. Il facilite l'action de l'élève attaquant en lui disant oralement la prise à exécuter sur l'opportunité donnée par le partenaire. Il aide à affiner les réponses des élèves par des consignes sur les procédures de réalisation précises et efficaces.  Les élèves collaborent à la mise en œuvre des situations d'apprentissage dans une démarche d'automatisation :  • en acceptant le rôle de défenseur partenaire avec une opposition imposée qui amplifie l'opportunité à voir et à ressentir pour l'attaquant ;  • en permettant à l'attaquant de décider d'une action à réaliser en fonction de l'opportunité donnée ;  • en évaluant la stabilisation des acquis à partir d'un critère de réussite quantitatif.				
CRITÈRES DE RÉALISATION	Les principes liés à la coopération en tant que partenaire :  collaborer pour permettre à l'attaquant d'élaborer des projets d'actions offensifs permettant l'exploitation d'un rapport de force favorable ;  accepter, en tant que partenaire, les contraintes imposées de la situation pour faire progresser son camarade en entrant dans une logique de coopération ;  accentuer une opportunité pour que l'attaquant identifie cette position favorable et réalise la prise adaptée en conséquence ;  Valider et compter les prises de l'attaquant en s'assurant qu'il ait gardé le contrôle 1 seconde au sol.  Les principes liés à la coopération en tant qu'apprenant :  comprendre le sens des situations de coopération dans un projet d'apprentissage en sport de combat de préhension ;  Contrôler et gérer, lors des répétitions, son engagement physique pour stabiliser des gestes efficaces et opportuns dans un contexte offensif ;  accepter de répéter des techniques pour les stabiliser et les rendre plus efficaces dans des situations de combat qui varient perpétuellement ;  réaliser des contrôles et des formes de corps en assurant une liaison debout-sol.  Les principes liés à l'efficacité individuelle :  sentir et/ou reconnaitre le sens de déséquilibres potentiels adverses « amplifiés » à partir d'indices visuels, des pressions ressenties au niveau des saisies et du corps ;  mettre en relation ces opportunités simples avec une forme de corps à réaliser en opposition ;  réagir rapidement en coordonnant des actions sur le haut du corps avec les bras et celles des jambes sans se déséquilibrer.				
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Pour l'attaquant : réaliser le plus de techniques adaptées aux opportunités données par l'adversaire à partir du contrôle jambe-taille en 30 secondes.  Pour les partenaires : à tour de rôle durant les 30 secondes, donner le contrôle Jambe / taille à l'attaquant et réaliser une action provoquant une opportunité amplifiée pour l'attaquant à partir de ce contrôle.  Pour le groupe : dans un défi intergroupes, réaliser à 4 le plus de prises réussies en 2 minutes = 4 x 30 s ou challenge de 30 prises réalisées à 4 en 2 minutes.				

# **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)**

Consulter la vidéo: Lutte2CA4.mp4



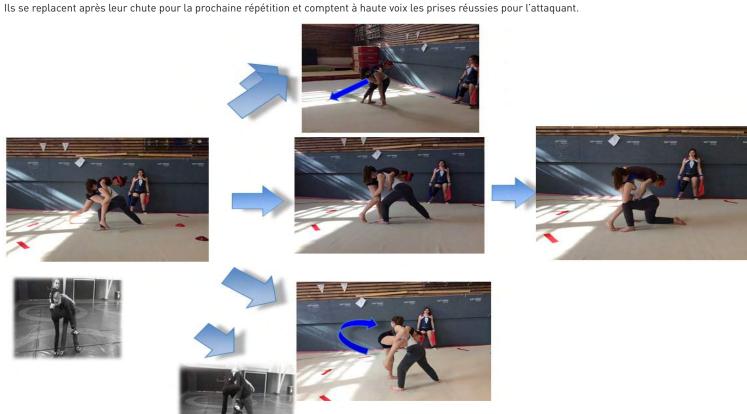
Regroupement par groupe de 4 de niveau-poids-force égal.

Sur une surface de 4m de diamètre.

La situation dure 30 secondes. Le temps est géré par le professeur. On réalise 4 rotations 2 fois de suite.

3 partenaires et un attaquant. Les partenaires donnent à tour de rôle le contrôle jambe / taille.

Ils choisissent, sans le dire à l'attaquant, une des 2 actions offrant l'opportunité de réaliser 2 formes de corps différentes respectives.



# DISPOSITIF

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (FIN)				
CONSIGNES	Les partenaires doivent choisir entre 2 types d'opportunité et réaliser les actions qui correspondent quand l'attaquant a pris le contrôle. (= défenseur « amplificateur d'opportunité ») :  Les 2 types d'action offrant des opportunités sont :  • le défenseur-partenaire tire vers l'arrière l'attaquant en plaçant son pied d'appui près de l'attaquant = opportunité pour un décalage avant avec ou sans barrage ;  • le défenseur-partenaire pousse vers l'avant l'attaquant en plaçant sa jambe d'appui loin de lui = opportunité pour un décalage en rotation.			
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Nombre de prises validées (maintenues avec un contrôle au sol 1 sec ) > 7 prises par lutteur ou > à 30 prises par groupe de 4.			
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	À la suite d'une première série de 4 x 30 secondes on peut réaliser une :  • Simplification de la tâche :  Si le nombre de prises validées est inférieur à 7, les attaquants ne reconnaissent pas l'opportunité donnée ; alors on impose une même opportunité donnée aux partenaires sur les 15 premières secondes et on change ensuite au bout de 15 secondes.  • Complexification de la tâche :  Si les élèves réussissent plus de 8 prises, l'enseignant ajoute une nouvelle opportunité à reconnaître pour l'attaquant en permettant aux partenaires de ramener la jambe prise au sol. On donne ainsi à l'attaquant l'opportunité de réaliser une liaison de contrôle sur les 2 jambes avec un ou 2 genoux au sol et d'enchaîner sur un décalage avant latéral ou un arraché avec un genou au sol.			



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE



# >ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Champ d'apprentissage 4

# **Badminton** Repères d'évaluation

	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE						
	A1 : Réaliser des actions décisives en situation favo- rable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe	A2 : Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force	A3 : Être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre	A4 : Observer et co-arbitrer	A5 : Accepter le résultat de la rencontre et savoir analyser avec objectivité		
	Construire le point et marquer en jouant loin du centre et en déplaçant son adversaire (jouer loin de lui dans les espaces libres).  Les élèves, depuis leur zone de confort (de la zone filet à mi-court) puis en reculant progressivement vers la zone de fond de court, apprennent à constru jouant loin du centre du terrain et de l'adversaire (dimension tactique) avec des frappes variées en longueur et en largeur (aspect technique).  Lien avec A1 (et A2)						
	Exploiter un volant haut dans la 1ère moitié du court par une frappe tendue descendante et rapide (smash).  Les élèves apprennent à réaliser des smashs sur un volant haut à mi-court pour conclure le point ou provoquer une réponse faible de l'adversaire (aspects tactiques et techniques).  Lien avec A1 (et A2)  Construire le point pour marquer à partir de schémas tactiques simples (dès le service).  Les élèves apprennent à suivre des plans de jeu simples pour gagner en efficacité dans la construction du point (aspect tactique essentiellement).  Lien avec A1 (et A2)						
CE QU'IL Y A À APPRENDRE							
	Construire une motricité de base adaptée (techniquement et tactiquement).  Les élèves apprennent à se placer de façon adaptée (notion de disponibilité de la raquette et des appuis, d'attitude pré-active), à gérer les phases d'orientation, de déplacement – placement pour frapper en équilibre.  Les élèves apprennent à adapter leur prise de raquette selon le coup joué.  Les élèves apprennent à reconnaître leur statut dans le rapport de force et à produire la frappe la plus appropriée (à ce statut).  Les élèves apprennent à perdre ou à gagner dans le respect de l'adversaire.  Lien avec A2 (et A1)						

Retrouvez Éduscol sur

#### Le partenaire qui module son niveau d'engagement entre partenariat et opposition.

Les élèves apprennent à jouer le rôle de partenaire et à moduler leur niveau d'engagement en fonction du degré d'opposition exigé par la situation d'apprentissage ou de match.

Lien avec A3, A4 et A5

# L'arbitre impartial.

Les élèves apprennent à jouer en co et auto-arbitrage dans le respect du règlement et des règles du fair-play.

Lien avec A3. A4 et A5

# CE QU'IL Y A À APPRENDRE

## Le gestionnaire de matchs efficace.

Les élèves apprennent à gérer les matchs d'une poule et/ou d'un tournoi.

Lien avec A3, A4 et A5

# L'observateur, le coach qui conseille pour aider le joueur à gérer le rapport de force.

Les élèves apprennent à observer et analyser le jeu d'un camarade pour élaborer avec lui une tactique appropriée afin de maintenir ou orienter le rapport de force en sa faveur, en lien avec le repérage et l'exploitation des situations favorables, la connaissance des points forts et faibles des 2 protagonistes, la qualité et la variété des frappes utilisées.

Lien avec A3, A4 et A5

#### LE BADISTE

# L'entrée dans les étapes est tactique, l'élève mobilise un répertoire de coups et une motricité adaptée dans le but de gérer le rapport de force

# Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Le joueur n'a pas construit un répertoire technique stable, y compris dans sa zone de confort (au filet et à mi-court) pour s'inscrire dans la gestion du rapport de force. Le renvoi est stabilisé en zone de confort. Le joueur construit et marque grâce à des renvois réguliers dans l'axe central essentiellement. Les trajectoires sont peu variées (profondeur, largeur, vitesse). Le joueur attend la faute de l'adversaire.

# **ÉTAPES ET** REPÈRES DE **PROGRESSION**

- → Depuis sa zone de confort, envoyer et renvoyer le volant avec régularité sur l'ensemble du ½ terrain adverse avec des frappes variées.
- → S'inscrire dans le jeu de rupture, saisir les opportunités d'attaque au filet (l'attaque au filet).

# Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints.

Le joueur construit et marque grâce à des renvois plus variés même si l'axe central (profondeur) reste privilégié. Il produit des frappes de rupture (descendantes et/ou éloignées de l'adversaire sur la profondeur et/ou largeur) sur un volant haut au filet.

- → Construire la rupture en jouant loin du centre du court, et en déplaçant son adversaire (jouer loin de lui dans les espaces libres).
- → Exploiter un volant haut dans la 1ère moitié du court par une frappe tendue descendante et rapide (smash).
- → Construire le point pour marquer à partir de schémas tactiques simples (dès le service).

### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (SUITE)

### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Après un déplacement peu important (sorti du centre et de son espace proche, y compris vers l'arrière), tant qu'il n'est pas en crise de temps et/ou trop proche des extrémités du court (du filet et a fortiori du fond de court), le joueur :

- construit et marque avec des trajectoires variées dans la profondeur et la largeur et/ou sur la vitesse (frappe fort) : déplace l'adversaire et joue en dehors du centre régulièrement (les garcons et les filles peuvent privilégier soit la dominante vitesse avec des trajectoires rapides (et descendantes) soit l'exploitation optimale de
- exploite régulièrement les situations favorables de marque au filet, les exploite mais avec moins d'efficacité à mi-court, par des volants placés et/ou tendus descendants plus rapides;
- utilise de manière efficace un coup prioritaire ;
- se replace régulièrement.
- → Construire la rupture en jouant loin du centre et en déplacant son adversaire (jouer loin de lui dans les espaces libres).
- → Exploiter un volant haut dans la 1ère moitié du court par une frappe tendue descendante et rapide (smash).

### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Après un déplacement peu important (sorti du centre et de son espace proche, y compris vers l'arrière), tant qu'il n'est pas en crise de temps et/ou trop proche des extrémités (du filet et a fortiori du fond de court), le joueur :

- construit et marque avec des trajectoires variées dans la profondeur et/ou la largeur et/ou sur la vitesse (frappe fort);
- déplace l'adversaire (le sort du centre) en produisant des trajectoires variées dans la profondeur et qui sortent du couloir central (les garçons et les filles peuvent privilégier soit la dominante vitesse avec des trajectoires rapides (et descendantes) soit l'exploitation optimale de l'espace) ;
- exploite les opportunités (déborde en situation favorable) : les volants hauts au filet (attaque au filet) et jusqu'au mi-court (smash), et/ou un espace libre ;
- utilise de manière efficace un coup prioritaire ;
- se replace régulièrement.
- →Même loin du centre du terrain et/ou sous pression temporelle : produire des frappes variées et précises pour construire le point en plaçant le volant loin du centre du terrain, déplacer l'adversaire et le mettre à distance.
- → Construire son point à partir de schémas tactiques simples (v compris à partir du service).
- → Rétablir l'équilibre en situation défavorable.

### **L'ARBITRE**

### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Peu attentif au jeu.

### Étape Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Attentif mais hésitant (relativement à certaines décisions liées au règlement).

### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Attentif, prend des décisions justes et sûres (le règlement est maîtrisé).

### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Attentif, prend des décisions justes et sûres avec une gestuelle adaptée, gère le score de facon fiable.

### L'OBSERVATEUR - COACH

### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Peu attentif au jeu, les données relevées sont fausses, parcellaires ou inexploi-

Propose des conseils superficiels fondés sur un ressenti sans observation précise de son camarade.

### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Concentré sur sa tâche : les indicateurs simples (quantitatifs) sont relevés avec davantage d'efficacité et sont plutôt fiables. Propose des conseils de façon factuelle (retranscrit les données) et anecdotique.

### **ÉTAPES ET** REPÈRES DE **PROGRESSION**

### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (SUITE) Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints Concentré, recueille des données quantitatives et qualitatives avec efficacité. Propose des conseils simples mais justes sur les points faibles et/ou forts du joueur observé et de son adversaire. Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés Concerné, comprend et analyse les données recueillies et propose des axes d'adaptation techniques et tactiques simples (même s'ils ne sont pas ciblés et hiérarchisés) mais utiles au joueur pour gérer le rapport de force (le joueur et le rapport de force sont pris en compte). LE GESTIONNAIRE DE MATCHS LE PARTENAIRE Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints **ÉTAPES ET** Peu concerné, gestion inefficace des matchs (d'une poule ou d'un tournoi), feuille Peu concerné, s'engage uniquement dans l'opposition totale : la distribution des REPÈRES DE volants et la régulation de son niveau d'opposition sont peu adaptées. de score peu fiable **PROGRESSION** Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints Appliqué mais brouillon dans la gestion des matchs (d'une poule ou d'un tour-Concerné (joue le rôle de partenaire) mais la qualité des volants distribués et/ noi). Remplit correctement une feuille de score. ou de la régulation du niveau d'opposition reste perfectible : l'élève s'engage en tant que partenaire en réalisant très approximativement les contraintes de la Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints situation. Investi, organise les matchs d'une poule, gère le classement. Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés Concerné et appliqué, l'élève adopte et respecte les consignes données en pre-Investi, organise les matchs d'un tournoi en gérant les temps de repos, gère le nant en compte le placement de son partenaire. S'engage en coopération. classement. Étape 4 : objectifs d'apprentissage atteints L'élève est capable de respecter des consignes diverses et notamment d'adopter des placements et des positions spécifiques. Il optimise le temps d'engagement de son partenaire. S'engage en coopération totale. Rechercher, dans le respect du règlement et du fair-play, le gain d'un match en adaptant son jeu en fonction de son statut dans l'échange, en orientant le jeu en dehors COMPÉTENCE du centre du terrain et loin de l'adversaire, en exploitant les volants favorables jusqu'au mi-court. ATTENDUE Arbitrer, organiser des rencontres, observer, conseiller et aider un partenaire à apprendre.

### ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (FIN)

RÈGLES **TIVES DES MODALITÉS** D'ÉVALUATION Le test de compétence mis en place fait émerger, à travers une tâche complexe, les comportements caractéristiques de l'élève dans toutes les dimensions de la compétence attendue définie par l'équipe enseignante, au regard des attendus de fin de cycle 4 des programmes.

Il permet à l'élève de jouer un certain nombre de rôles (moteur, méthodologique et social) attendus dans la compétence écrite par chaque équipe enseignante.

Pour le CA4, ce test se déroule dans le cadre d'un rapport de force équilibré pour permettre à chaque élève de s'investir dans des matchs qu'il peut remporter. Chaque élève est évalué au sein d'une poule de niveau de jeu le plus homogène possible.

Exemple de test de la compétence visée (tâche complexe) :

Matchs de poules (4 à 6 joueurs de niveau sensiblement homogène). Chaque joueur a son « conseiller » contre lequel il ne joue pas. Les membres de la poule organisent leurs matchs sur leur terrain. « Le conseiller » observe son joueur durant le match et a pour rôle de l'encourager, le conseiller à la mi-temps du match et de relever 1 indicateur sur une fiche : le nombre de points directs marqués en dehors du carré central (sur chaque terrain un carré de 2m50 de côté à 2m50 du filet est matérialisé avec du scotch par exemple). Le match est constitué de 2 sets de 11 pts [1er arrivé à 11] avec une pause « coaching » de 1' maximum entre les 2 sets. Les élèves jouent en se définissant une stratégie en début de match. Elle évolue en fonction de la victoire et de la défaite dans le premier set en s'appuyant sur les conseils du coach. L'accroissement ou la réduction de l'écart de point au second set permet l'obtention d'un « bonus stratégique » qui témoigne de l'engagement et de la persévérance dans la conquête du gain du match.

## Illustration 1 : travail de l'attendu « Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur » (« Réaliser des frappes décisives en situation favorable: le smash »)

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉS	ELÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ(S)
A1 : Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe.  Repérer la situation favorable de smash.  A2 : Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force.  Le placement, la prise de raquette et la gestuelle spécifique du smash.  A5 : Accepter le résultat de la rencontre et savoir analyser avec objectivité.  Accepter et analyser le critère de réussite pour pouvoir progresser, y compris avec l'observateur.	D1: « Les langages pour penser et communiquer ».  CG: « Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps ».  Il s'agit pour l'élève d'être disponible pour jouer, de reconnaître et d'exploiter rapidement une situation favorable de marque / smash.  D2: « Les méthodes et outils pour apprendre».  CG: « s'approprier seul ou à plusieurs par la pratique les méthodes et outils pour apprendre».  Il s'agit d'apprendre par la répétition (stabiliser) et l'adaptation (contextualiser, percevoir - faire des choix, décider) à contrôler et gérer sa motricité.  D3: « La formation de la personne et du citoyen ».  CG: « Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités ».  il s'agit pour le partenaire d'aider l'autre à apprendre; pour l'observateur de recueillir les informations nécessaires au joueur pour progresser; à l'arbitre de gerer les points en toute impartialité dans le respect des joueurs et du règlement.  D4: « Les systèmes naturels et les systèmes techniques ».  CG: « Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière ».  Il s'agit d'être préparé à l'effort et de savoir en récupérer, de contrôler sa motricité, construire des repères pour agir.

### CE QU'IL Y A À APPRENDRE

### Obstacles prioritaires pour l'élève badiste :

- l'échange en continuité prédomine. La préoccupation essentielle de l'élève est le renvoi du volant, d'où un jeu sécuritaire avec des trajectoires montantes ;
- l'élève ne parvient pas à se décentrer de sa frappe de volant pour percevoir le placement de l'adversaire ;
- perception tardive des trajectoires;
- difficulté à organiser le geste (dissociations, coordinations, amplitude, orientation du plan de frappe, rythme...) pour produire un volant descendant et rapide;
- difficulté à identifier la situation favorable par rapport à son statut dans l'échange.

### Cap à passer pour entrer réellement dans la compétence attendue :

- acquérir le smash (à mi-court) comme frappe décisive ;
- identifier une situation favorable à mi-court et attaquer, produire un smash dès que l'opportunité se présente.

### Passage obligé :

Exploiter un volant haut dans la 1re moitié du court par une frappe tendue descendante et rapide (attaque au filet et smash).

### LE BADISTE

L'entrée dans les étapes est tactique, l'élève mobilise un répertoire de coups et une motricité adaptée dans le but de gérer le rapport de force

### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Le joueur n'a pas construit un répertoire technique stable, y compris dans sa zone de confort (au filet et à mi-court) pour s'inscrire dans la gestion du rapport de force. Le renvoi est stabilisé en zone de confort. Le joueur construit et marque grâce à des renvois réguliers dans l'axe central essentiellement. Les trajectoires sont peu variées (profondeur, largeur, vitesse). Le joueur attend la faute de l'adversaire.

### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Le joueur construit et marque grâce à des renvois plus variés même si l'axe central (profondeur) reste privilégié. Il produit des frappes de rupture (descendantes et/ou éloignées de l'adversaire sur la profondeur et/ou largeur) sur un volant haut au filet.

### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Après un déplacement peu important (sorti du centre et de son espace proche, y compris vers l'arrière), tant qu'il n'est pas en crise de temps et/ou trop proche des extrémités du court (du filet et a fortiori du fond de court), le joueur :

- construit et marque avec des trajectoires variées dans la profondeur et la largeur et/ou sur la vitesse (frappe fort) : déplace l'adversaire et joue en dehors du centre régulièrement (les garcons et les filles peuvent privilégier soit la dominante vitesse avec des trajectoires rapides (et descendantes) soit l'exploitation optimale de l'espace);
- exploite régulièrement les situations favorables de marque au filet, les exploite mais avec moins d'efficacité à mi-court, par des volants placés et/ou tendus descendants plus rapides :
- utilise de manière efficace un coup prioritaire ;
- se replace régulièrement.

### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Après un déplacement peu important (sorti du centre et de son espace proche, y compris vers l'arrière), tant qu'il n'est pas en crise de temps et/ou trop proche des extrémités (du filet et a fortiori du fond de court), le joueur :

- construit et marque avec des trajectoires variées dans la profondeur et/ou la largeur et/ou sur la vitesse (frappe fort) :
- déplace l'adversaire (le sort du centre) en produisant des trajectoires variées dans la profondeur et qui sortent du couloir central (les garcons et les filles peuvent privilégier soit la dominante vitesse avec des trajectoires rapides (et descendantes) soit l'exploitation optimale de l'espace) ;
- exploite les opportunités (déborde en situation favorable) : les volants hauts au filet (attaque au filet) et jusqu'au mi-court (smash), et/ou un espace libre ;
- utilise de manière efficace un coup prioritaire ;
- se replace régulièrement.

### ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE **PROGRESSION**

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE	
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Exploiter un volant haut dans la 1ère moitié du court par une frappe tendue descendante et rapide (smash).
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	<ul> <li>L'enseignant privilégie une entrée dans l'activité par les intentions, en veillant à mobiliser et adapter l'ensemble des ressources complémentaires (techniques, physiques et mentales), les actes techniques étant au service de la tactique.</li> <li>Associer des situations de répétition (dimension technique) et d'adaptation (dimension tactique).</li> <li>Construire dans l'ordre et progressivement le jeu au filet, à mi- court puis en fond de court : apprendre à jouer en reculant, imposer progressivement des déplacements de plus en plus grands.</li> <li>Commencer par le paramètre vitesse puis vitesse et hauteur (volant descendant).</li> <li>S'appuyer sur les rôles « dans, par et pour » pour les apprentissages moteurs.</li> </ul>
CRITÈRES DE RÉALISATION	<ul> <li>Le smash est une arme à double face : décisive si je l'utilise au bon moment (je suis équilibré et pas trop proche du fond de court), qui peut facilement aussi me mettre en difficulté si je frappe de trop loin et/ou en déséquilibre vers l'arrière ;</li> <li>le smash droit est celui qui met l'adversaire le plus en crise de temps ;</li> <li>je smashe quand je suis en équilibre sous le volant et avancé dans mon court ;</li> <li>je vise l'espace libre ;</li> <li>je prépare le coude haut en arrière, de profil, raquette armée derrière la tête bras cassé, avec une prise de raquette universelle ;</li> <li>je prends le volant haut au-dessus de moi et en avant de moi, le plan de frappe (tamis) est orienté vers la cible adverse ;</li> <li>mon geste est en accélération violente « lancer vite sa raquette vers le haut et l'avant » (repère : sifflement de la raquette dans l'air), je joue en avançant (repère : « traverser » le volant) ;</li> <li>saisir les opportunités d'attaque dès qu'elles se présentent.</li> </ul>
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Pour le joueur : pour le joueur A (JA), attaquer le(s) volant(s) haut(s) en zone avant et conclure.  Pour le partenaire : envoyer des volants, en « relation partenaire », dans la zone mi-court durant la phase d'échanges puis basculer en « relation adversaire » après le smash.  Pour l'observateur : compter et valider les points en respectant les règles de fonctionnement.  Pour l'arbitre : assurer le respect des règles de fonctionnement.
DISPOSITIF	2 joueurs sur un terrain de simple : 1 élève qui travaille (JA) avec 1 partenaire qui le fait travailler (JB). Ligne aux 4m50 matérialisée. 1 arbitre. 1 observateur.

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)
CONSIGNES	Les 2 joueurs échangent les volants dans une diagonale, jusqu'à la limite de 4m50, en frappes montantes et en relation partenaire. JA « smashe droit » pour rompre cette routine et basculer en relation adversaire (à faire dans les 2 diagonales).  Si A marque sur son attaque, il a 3 points ; s'il marque sur la frappe suivant son attaque, il a 2 points ; ensuite 1 point.  10 tentatives contre 2 joueurs différents (même niveau de jeu).
CRITÈRE DE RÉUSSITE	Marquer au moins 20 points (sur 10 tentatives).
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Complexification:  • phase d'échanges du début en frappes basses droites obligatoirement depuis la zone filet, B lève un volant (lob vers le mi-court − limite de 4m) entre sa 2° et 4° frappe, c'est le signal pour A d'attaquer;  • échanges hauts du début, jusqu'à la limite de 5m50;  • phase d'échanges du début, long de ligne sur un côté puis réaliser un smash croisé (à faire des 2 côtés).  Simplification:  • échanges du début jusqu'à la limite de 3m50 (échanges droits ou en diagonale);  • multi volants:  • dispositif : sur ½ largeur de terrain, une zone au sol de 2m70 de profondeur à 1m de la ligne de service court du côté du serveur, matérialiser une bande de 1m50 de profondeur à mi court (à 3m du filet) du côté du joueur qui smashe;  • déroulement : le serveur sert haut vers la bande à mi-court. Attendre que le joueur soit prêt (position d'attente) pour servir. Le joueur qui smashe se tient en position d'attente à mi-court en position de profil raquette armée derrière. Il smashe en visant la bande au sol de l'autre côté du filet. Changer les rôles tous les 10 volants;  • critère de réussite : frappes tendues descendantes et rapides (= le volant continue sa trajectoire au sol).  Cette séquence « situation problème » et éventuellement « multi volants » est nécessairement accompagnée d'une séquence « match à thème ».  But : gagner le match avec des smashs.  Dispositif :  Match 1 contre 1 sur un terrain de simple → 2 joueurs et 1 arbitre.  Déroulement :  • match normal, le joueur qui annonce « bingo » avant un smash gagnant (touché ou non par l'adversaire) remporte 100 pts ;  • je ne peux annoncer un 2° « bingo » (le 1 « n'a pas permis de conclure) dans le même échange que lorsque mon adversaire a lui aussi annoncé « bingo » ;  • match au temps ou au score (500 pts).  Critère de réussite
	Utiliser les opportunités de smash pour gagner le match avec des centaines.

# Illustration 2 : travail plus spécifique de l'attendu « Savoir analyser un match et apporter du conseil : le coach »

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉS	ELÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ(S)
<ul> <li>A3: Être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre.</li> <li>A4: Observer et co-arbitrer.</li> <li>A5: Accepter le résultat de la rencontre et savoir l'analyser avec objectivité.</li> <li>Donner des conseils simples mais pertinents sur le smash pour améliorer l'efficacité du joueur: extraire les éléments techniques et tactiques simples mais justes pour une analyse objective utile au joueur (et à soi en tant que joueur).</li> <li>Accepter le rôle d'observateur et s'y investir pour progresser (en tant qu'observateur).</li> </ul>	D1: « Les langages pour penser et communiquer ».  CG: « Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corp Le coach, en aidant à reconnaître une situation favorable de smash, cor les éléments de son propre jeu qui lui permettront d'être plus efficace d domaine.  D2: « Les méthodes et outils pour apprendre ».  CG: « S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique les méthodes et pour apprendre ».  Il s'agit de faire apprendre (le joueur observé) et d'apprendre (le coach par l'échange, la confrontation des points de vue.  D3: « La formation de la personne et du citoyen ».  CG: « Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités ».  Il s'agit pour le coach d'aider l'autre à apprendre en recueillant des info pertinentes et nécessaires au joueur pour progresser.  Le coach, en aidant le joueur a contrôler sa motricité, construit aussi pu même des repères pour agir.  D5: « Les représentations du monde et l'activité humaine ».  CG: « S'approprier une culture physique sportive et artistique pour con progressivement un regard lucide sur le monde contemporain ».  S'approprier les éléments d'analyse technique et tactique propres au b et à ce champ d'activité.

CE QU'IL Y A À APPRENDRE

### Obstacles prioritaires pour l'élève observateur - coach :

Ne perçoit pas et/ou ne comprend pas les éléments (techniques et/ou tactiques) qui permettent d'analyser une situation de jeu ou le jeu des joueurs.

### Cap à passer pour entrer réellement dans la compétence attendue (élève observateur - coach) :

Mettre en relation les choix tactiques et/ou l'organisation gestuelle des frappes du joueur observé, avec les fautes et/ou les volants favorables « donnés » à l'adversaire.

### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

Peu attentif au jeu ; les données relevées sont fausses, parcellaires ou inexploitables.

Propose des conseils superficiels fondés sur un ressenti sans observation précise de son camarade.

### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

ÉTAPES D'ACQUISITION ET REPÈRES DE **PROGRESSION** 

Concentré sur sa tâche ; les indicateurs simples (quantitatifs) sont relevés avec davantage d'efficacité et sont plutôt fiables. Propose des conseils de façon factuelle (retranscrit les données) et anecdotique.

### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

Concentré, recueille des données quantitatives et qualitatives avec efficacité.

Propose des conseils simples mais justes sur les points faibles et/ou forts du joueur observé et de son adversaire.

### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Concerné, comprend et analyse les données recueillies et propose des axes d'adaptation techniques et tactiques simples (même s'ils ne sont pas ciblés et hiérarchisés) mais utiles au joueur pour gérer le rapport de force (le joueur et le rapport de force sont pris en compte).

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE	
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	L'élève observateur-coach doit être capable de proposer au joueur observé des conseils tactiques et techniques simples mais justes quant à la réalisation de ses smashs.
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Dans le cadre de matchs d'entraînement puis de classement, proposer une évolution du recueil des informations pertinentes pour permettre d'identifier puis d'exploiter des situations favorables. Passer de l'analyse de séquences de jeu (4 à 5 points) à un set de 11 points.
D ENSEIGNEFIERT	L'élève analyse et donne des conseils techniques et tactiques simples quant à la réalisation du smash en situation de match.
	Analyser - identifier / connaître :
	Dans le cadre du smash, mettre en relation fautes et/ou volants favorables produits (pour l'adversaire) avec :
CRITÈRES DE RÉALISATION	• le choix de la frappe (smash) en fonction de la situation de jeu : déterminer si le choix du smash est en cohérence avec le statut du joueur (attaquant / neutra- lisateur / défenseur) dans l'échange, en lien avec son éloignement du filet, la hauteur de frappe, son équilibre ou déséquilibre postural à la frappe → quelques éléments clés : produire un smash uniquement lorsque le joueur est avancé dans son court (au moins à 1m de la ligne de fond de court), s'il est en avance par rapport au volant (= frapper le volant haut en avant de soi et en avançant – jamais en reculant) ;
	<ul> <li>l'organisation gestuelle du smash (sa réalisation) en termes d'enchainement « déplacement – placement – frappe »   quelques éléments clés : l'arrêt du déplacement vers l'arrière avant la frappe, la prise universelle, l'accélération violente de la tête de raquette vers le haut grâce à une rotation des épaules et une extension de l'avant bras, l'inclinaison du tamis vers la cible adverse, jouer en avançant (« traverser le volant »);</li> </ul>
	• le replacement avant et après le smash $ o$ le replacement au centre du jeu : avant le smash pour ne pas être en retard, après le smash en suivant vers le filet.
	Attitude :
	• être concentré et attentif au déroulé du match ;
	avoir confiance en soi et en son analyse ;
	proposer des conseils concis.
	<b>Pour le joueur :</b> gagner le match avec des smashs / écouter les remarques de son coach.
BUT DE LA TÂCHE Pour l'élève	Pour l'observateur : exploiter les données de l'observation ; répertorier sur sa fiche les placements de l'attaquant au moment du smash, la hauteur de l'impact, la distance par rapport au filet, l'efficacité (marque directe).
DISPOSITIF	Groupe de 5 élèves : 2 joueurs et 1 arbitre + 1 observateur – coach par joueur (groupement affinitaire au sein des groupes de niveau). Match 1 contre 1 sur terrain de simple.

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)	
CONSIGNES	<ul> <li>« Match à thème »</li> <li>Déroulement :</li> <li>• match normal, un smash gagnant (touché ou non par l'adversaire) remporte 100 pts ;</li> <li>• match au temps (3' à 5') ou au score (en 500 pts).</li> <li>Commentaire du coach à la fin de chaque échange (15" max) :</li> <li>• cas d'un échange avec 1 ou plusieurs smashs : son analyse (technique et tactique) du smash raté donnant le point à l'adversaire directement ou indirectement (l'adversaire défend sur le smash et marque) et/ou son analyse du (des) smash(s) n'ayant pas provoqué la rupture ou un volant favorable derrière ;</li> <li>• cas d'un échange sans smash (de la part de son joueur) : son joueur a-t-il manqué des occasions de smasher ? Si oui, quand et/ou dans quelles conditions ?</li> </ul>
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Proposition d'une analyse technique et/ou tactique des problèmes du joueur. Nombre croissant de smashs entre deux phases coachées.
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Le 1 <sup>er</sup> set de 3' à 5' est filmé avec une tablette (noter à côté les moments clés observés). Ce premier set est suivi d'une analyse (pendant 5') sur la base de la vidéo avec le coach et le joueur (analyse facilitée si les moments clés ont été notés). Un 2 <sup>e</sup> set pour mettre en œuvre les conseils et les choix réalisés avec le coach.

Illustration 3 : travail de l'attendu « Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur » (« Amener puis maintenir l'échange au filet pour mettre ensuite l'adversaire en difficulté au fond du court (1/3 du fond) par des lobs proaressivement tendus »)

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉS	ELÉMENT(S) DU SOCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ
A1 : Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe.	D1 : « Les langages pour penser et communiquer » / CG : « Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps ».
Repérer la situation favorable de lob ou de « poussé offensif ».	Il s'agit pour l'élève d'être disponible pour jouer, de reconnaître et d'exploiter rapidement une situation favorable de marque en exploitant un lob ou un poussé offensif.
A2 : Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force.	D2 : « Les méthodes et outils pour apprendre » / CG : « S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique les méthodes et outils pour apprendre».
Le placement, la prise de raquette et la gestuelle spécifique du jeu au filet et particulièrement le lob.	Il s'agit d'apprendre par la répétition (stabiliser) et l'adaptation (contextualiser, percevoir - faire des choix, décider) à contrôler et gérer sa motricité.
A5 : Accepter le résultat de la rencontre et savoir analyser avec objectivité.	D3 : « La formation de la personne et du citoyen » / CG : « Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités ».
Accepter et analyser le critère de réussite pour pouvoir progresser, y compris avec l'observateur.	Il s'agit pour le partenaire d'aider l'autre à apprendre ; pour l'observateur de re- cueillir les informations nécessaires au joueur pour progresser ; pour l'arbitre de gérer les points en toute impartialité dans le respect des joueurs et du règlement.
Obstacles prioritaires pour l'élève badiste :	

Le jeu au filet est perçu comme un moment de danger et non comme un temps de construction d'une attaque décisive. La préoccupation essentielle de l'élève est le renvoi du volant mais en le laissant descendre trop bas sous la ligne du filet ce qui provoque de nombreuses fautes directes.

L'élève est en difficulté pour repérer sur l'adversaire les indices (placement, plan de frappe, posture ...) nécessaires pour se situer dans le rapport de force au filet.

De même, la hauteur de frappe du volant par rapport au filet n'est jamais considérée comme un indicateur pertinent pour renverser ou amplifier le rapport de forces, l'élève tente des lobs sur des volants frappés trop bas ce qui entraine, lorsque la frappe est réussie, une trajectoire haute et lente (LIFT) contraire aux effets attendus (LOB tendu).

### CE QU'IL Y A À APPRENDRE

La posture pré-active (appuis dynamiques et raquette à hauteur des épaules) est souvent abandonnée lors des phases de jeu au filet. La nécessaire précision des trajectoires à produire se traduit par une immobilité quasi permanente (en phase d'attente) puis par des déplacements réactifs tardifs qui provoquent une motricité explosive le plus souvent imprécise et aléatoire.

L'élève est en difficulté pour organiser le geste (rôle des doigts, de la main et du coude principalement ainsi que dissociations, coordinations, amplitude, orientation du plan de frappe, rythme...) pour produire des trajectoires contrôlées et précises.

### Cap à passer pour entrer réellement dans la compétence attendue :

Concevoir le maintien de l'échange au filet comme un temps de construction de la rupture et non comme une phase d'attente passive.

Identifier une situation favorable au filet et prendre l'initiative (lob ou poussé offensif) dès que l'opportunité se présente.

Acquérir progressivement un lob ou poussé offensif de plus en plus efficace.

### **LE BADISTE**

L'entrée dans les étapes est tactique, l'élève mobilise un répertoire de coups et une motricité adaptée dans le but de gérer le rapport de force en identifiant des contextes favorables.

### Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints

L'élève ne concoit pas le secteur de jeu au filet comme un secteur de jeu favorable au gain de l'échange ou permettant la construction de la rupture mais comme une zone à risque pour lui.

Le joueur n'a pas acquis un répertoire technique stable dans le secteur du filet pour s'inscrire dans la gestion du rapport de force.

Le joueur peut entretenir une série de frappes au filet mais les trajectoires sont peu variées. Le gain de l'échange se fait le plus souvent en attendant la faute de l'adversaire.

### Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints

Le joueur concoit le jeu au filet comme un secteur potentiel de gain de l'échange en recherchant la faute de l'adversaire par des déplacements latéraux le long du filet. Il ne profite pas souvent de l'opportunité des volants suffisamment hauts produits par son adversaire pour conclure sur un lob ou poussé offensif.

L'élève tente de frapper le volant en le laissant descendre le moins possible sous le filet; de même ses déplacements sont moins réactifs et mieux organisés, ce qui autorise une certaine régularité dans les trajectoires produites.

Le bras reste trop souvent mobilisé dans son ensemble (épaule, coude, main) pour produire les frappes au filet ce qui nuit à la précision (la hauteur de la trajectoire est mal contrôlée).

### Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints

La prise d'initiative pour amener le jeu au filet par des amortis de fond de court est intégrée au schéma de jeu de l'élève. L'amorti au filet n'est pas une fin en soi mais l'amorce d'un enchainement de frappes au filet pouvant être conclu sur une frappe de rupture comme le LOB ou le POUSSE OFFENSIF.

L'élève, lorsqu'il est en duel au filet, n'est pas en situation attentiste mais conduit les échanges pour mettre aussi souvent que possible l'adversaire en difficulté.

Il est capable de repérer les indicateurs lui permettant de déclencher une frappe de rupture (LOB ou POUSSE OFFENSIF) lorsque son adversaire est trop avancé (pieds dans la zone des 2 mètres).

Pour une préparation de frappe raquette au niveau de la bande du filet, l'élève peut déclencher soit un contre amorti soit un lob en n'utilisant que les doigts et le poianet, le coude étant fixé à hauteur du filet.

Les déplacements sont dynamiques et permettent de se mouvoir rapidement dans plusieurs directions tout en favorisant un arrêt stabilisé rapide contribuant ainsi à la régularité et à la précision des frappes.

### Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés

Pour les garcons principalement, le passage par le secteur du jeu au filet est une étape pour amener l'adversaire à produire des trajectoires favorables à la production de smashes efficaces ; pour les filles c'est le moyen de mettre les garçons en difficulté au filet (manque de contrôle au filet) et dans tous les cas d'exploiter la plus grande surface du ½ terrain adverse sans subir la pression du jeu en fond de court.

Le jeu au filet peut même devenir un levier stratégique pour neutraliser les systèmes de jeu adverses et constituer la zone de jeu préférentielle.

Le passage du jeu au filet au jeu mi-court ou fond de court est acquis tant que l'élève n'est pas en crise de temps de facon à enchainer les schémas de jeu en fonction des zones du terrain.

### **ÉTAPES** D'ACQUISITION ET REPÈRES DE **PROGRESSION**

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE	
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Donner au jeu au filet toute sa place dans la construction du point, amener l'élève à faire le choix tactique de passer par le filet pour faire basculer le rapport de force en sa faveur, rééquilibrer les duels garçons-filles en ne privilégiant pas exclusivement le jeu basé sur la vitesse et la force de frappe, élargir l'éventail des solutions stratégiques et techniques des élèves.
DÉMARCHE D'ENSEIGNEMENT	<ul> <li>Proposer une situation problème initiale mettant en évidence l'intérêt stratégique de passer par le filet pour mettre en difficulté l'adversaire : Phase 1.</li> <li>Identifier un certain nombre d'indicateurs d'efficacité tactique avec l'aide de l'observateur et maîtriser des solutions techniques (Cf critères de réalisation stratégiques et techniques) par la répétition ET/OU adaptation : Phase 2.</li> <li>Avec l'aide de l'observateur et de la vidéo, prendre conscience de la relation de causes à effets entre la frappe produite (manière de l'avoir produite) et l'impact sur l'adversaire (effets stratégiques).</li> <li>Recontextualiser dans une situation complexe : Phase 3.</li> </ul>
CRITÈRES DE RÉALISATION	Phases 1-2 et 3:  Critères de réalisation stratégique:  Le LOB est efficace si l'adversaire est « fixé » au filet, en position avancée (dans la zone des 2 mètres) et adopte une posture statique (jambes tendues, appuis parallètes au filet, raquette en position basse). L'adversaire n'anticipe pas ou plus sur l'éventualité du LOB et ne se replace pas vers l'AR systématiquement pour prévoir un déplacement sous pression temporelle vers le fond de court.  Le LOB est efficace si la trajectoire est suffisamment tendue pour priver l'adversaire de temps et ainsi le mettre en difficulté sur son déplacement AR.  Critères de réalisation technique:  Le LOB est efficace si le point de frappe du volant se situe au niveau ou juste au-dessous de la ligne du filet  Le LOB est efficace si l'action de frappe du volant est exécutée sur une posture identique (notion de masquage du coup/feinte) à celle d'un contre amorti (fente avant, jambe coté raquette devant, raquette à la hauteur de la bande du filet, poignet au-dessus du tamis) et est exécutée en utilisant principalement la main et le poignet de façon à amplifier l'effet de feinte, intervenir tôt sur le volant et ainsi augmenter la précision de la trajectoire.  À noter: en adoptant une prise adaptée en REVERS (pouce sur le MEPLAT), les élèves feront le constat que la frappe en revers est plus fiable, régulière et précise que lorsqu'elle est réalisée en prise Universelle COUP DROIT, ceci étant dû principalement au verrouillage naturel de l'épaule en frappe REVERS.
DISPOSITIF	Phase 1:  2 joueurs/joueuses sur 1 terrain : les élèves travaillent à tour de rôle, changement de rôle toutes les 5 tentatives de LOB;  2 zone de fond de court matérialisée (bande d'1,50m environ);  1 cobservateur est muni d'une tablette ou observe directement à l'aide d'une fiche « repère d'indices »;  1 arbitre a en charge le comptage des points.  Phase 2:  1 travail de répétition en multi-volants;  1 joueur;  1 partenaire lanceur.  Phase 3:  match à consignes adaptées en simple sur un terrain de simple : 2 joueurs et 1 arbitre;  dans les 4 coins de chaque ½ terrain, des zones de 2m sur 2m sont matérialisées (marques caoutchoutées ou à la craie).

	EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (SUITE)
CONSIGNES	Phase 1:  Match en 20 tentatives de LOB (10 chacun alternées toutes les 5 tentatives).  1000 points si LOB gagnant directement, le volant est non touché (VNT) par l'adversaire et tombe dans la zone de fond de court délimitée.  100 points si le joueur déclenchant le LOB peut gagner sur le retour du partenaire.  1 point pour tous les autres échanges remportés.  Phase 2:  • série de 20 volants lancés au filet sur le même coté (changer les rôles puis changer de côté);  • en fonction de la trajectoire du volant lancé par le partenaire, décider de réaliser soit un contre amorti soit un lob;  • obligation de ressortir un pied de la zone des 2 mètres entre chaque volant.  Phase 3:  • 10 mises en jeu chacun alternées;  • 1000 points si VNT dans une zone AV ou AR;  • « mort subite » si les 4 zones sont atteintes en VNT;  • gain du match d'abord à partir du nombre de zones atteintes VNT puis à partir des points autres;  • rencontrer 3 adversaires selon cette procédure.
CRITÈRES DE RÉUSSITE	Phase 1: Marquer 2 LOBS gagnants (VNT : 1000 points) et/ou 3 frappes gagnantes sur retour du joueur LOB (100 points) contre chacun des 3 adversaires (groupe de 4 élèves). Phase 2: Sur les 20 volants lancés, réussir à placer dans la cible au moins 5 LOBS tendus. Phase 3: Valider 2 zones-cibles par match (1 zone avant : amorti ou contre amorti et 1 zone arrière sur LOB).
VARIABLES / OUTILS À DISPOSITION	Phase 1: Complexification: A et B peuvent prendre l'initiative du LOB à tout moment; match en « mort subite » dès qu'un LOB gagnant (VNT) est validé. Simplification: I'échange au filet préalable au LOB est remplacé par un lancer de volant au filet à la main (type exercice multi volants) par l'arbitre, le receveur a le choix de contre amortir ou d'effectuer un LOB directement; le comptage des points reste inchangé.

### **EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE (FIN)**

### Phase 2:

### Complexification:

- les 20 volants peuvent être lancés aléatoirement à gauche ou à droite du filet ;
- ressortir les 2 pieds de la zone des 2 mètres.

### Simplification:

### VARIABLES / **OUTILS À** DISPOSITION

- la trajectoire du volant lancé par le partenaire est plus haute par rapport au filet (50 cm minimum) laissant ainsi le temps au joueur frappeur de s'organiser (éventuellement matérialiser la hauteur par un élastique tendu au-dessus de 50 cm du filet ;
- le joueur ressort de la zone des 2 mètres mais c'est lorsqu'il déclenche son déplacement vers l'avant (en pas chassés) que le lanceur exécute son lancé (rythme adapté au joueur et non imposé par le lanceur).

### Phase 3:

### Complexification:

- réduire la surface des cibles ;
- mort subite sur la première zone atteinte en LOB.

### Simplification:

- seulement deux zones sont matérialisées en fond de court ;
- pas de mort subite si les deux zones sont atteintes VNT.