

n° 134

Novembre 2004



A l'heure d'un dernier bilan de notre projet « Planète Espérance », de la mise en œuvre du soutien d'actions

éducatives et de la rédaction de messages éducatifs dans l'enseignement catholique, nous ancrons une volonté de poursuivre la mise en place de notre Projet Sportif Éducatif, dans la réalisation d'un cahier de 12 pages, illustrant les espaces éducatifs. Ce nouveau document propose une concrétisation des concepts élaborés et relate des expériences vécues. Des situations réelles placent le corps, l'éducation physique au cœur des apprentissages, des relations humaines. Dans quels lieux, pour quelle parole en EPS ? Ce cahier apporte donc une ouverture aux valeurs et offre une cohérence éducative à l'élève, en lui permettant de vivre des rencontres, de construire des relations et en lui donnant la parole. Il permettra de penser autrement l'EPS au sein de l'établissement, au regard de chaque espace et de chaque personne. Voici les défis que nous souhaitons relever tous ensemble !

*Philippe Brault,
directeur de la rédaction,
p-brault@ugsel.scolanet.org*



© École St^e Marie - Rennes

Sports de neige

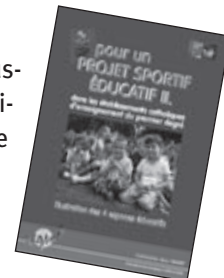
Brèves

Vie du mouvement

- Réunion du GMT FFT / UGSEL, le 19 novembre pour finaliser notre cahier.
- Pensez à vos Projets d'Actions Départementaux avec le FFR.
- Formation de Formateurs, du 21 au 26 mars 2005, à Aillon-le-Jeune (73) : Thème autour de la place du corps dans une démarche éducative complexe à l'école : « Littérature et Education corporelle » - Code de référencement : 05751097

Documentation

- Pour un Projet Sportif Éducatif II : le cahier de 12 pages « Illustration des 4 espaces éducatifs » inséré dans le numéro Enseignement Catholique Actualités n° 288 du mois de novembre 2004.



L'auteur

Michel Perrigault, Président de l'Union Régionale de Bretagne et membre de la CNAPEP.

Ces activités autour de la neige peuvent sembler être très éloignées des préoccupations de nombreux enseignants ici ou là. Pourtant, combien de classes découvertes sont organisées chaque hiver, en milieu montagnard ! Ces classes sont souvent l'occasion de mise en œuvre d'un projet pluridisciplinaire, qui rassemble le groupe, crée des liens différents entre les enfants et l'enseignant. Ces relations apportent à l'enfant une autonomie, une prise de responsabilités. Il est également confronté à des règles de vie collectives. Ces temps extrascolaires permettent à l'enfant de grandir, de se construire en dehors du milieu familial.

Donner à l'enfant cette chance durant sa scolarité, c'est lui permettre de s'éveiller à tous ses talents, de se confronter à un autre milieu, d'aller à la rencontre des autres. Nombreuses sont les activités de neige : raquettes, ski de piste, ski de fond, luge, ballade en chiens de traîneau apportent diverses sensations d'équilibre et de déséquilibre. Sur le plan des activités physiques, c'est alors l'occasion de vivre des activités de glisse, de jouer avec la neige.

D'ailleurs, il suffit d'observer le comportement des enfants lorsque la neige tombe sur une cour de récréation. Quelle joie de voir tomber ces flocons !


 © École S^{te} Croix / S^{te} Agnès - Saint-Malo


Des savoirs aux valeurs

| | CYCLE 1 | CYCLE 2 | CYCLE 3 |
|---|---|---|---|
| Valeurs | Entraide - Persévérance - Respect | | |
| Compétence spécifique Adapter ses déplacements à différents types d'environnements. | Se déplacer et adapter sa marche au nouvel élément. | Utiliser le terrain comme allié pour maîtriser son déplacement. | Adapter ses glissades aux degrés de difficultés des pentes ou des pistes. |
| Compétences générales S'engager dans l'action Construire un projet d'action | Agir en toute sécurité. | Apprécier son action sur le sol en réalisant des traversées. | Construire son itinéraire et anticiper son action. |
| Savoirs moteurs | Percevoir des sensations de glisse. | S'équilibrer, glisser et ressentir la vitesse. | Contrôler ses trajectoires, accepter le déséquilibre. |
| Savoirs affectifs | Accepter l'entraide Contrôler ses émotions. | Dépasser l'échec. | Appréhender et maîtriser sa vitesse. |
| Savoirs cognitifs | Découvrir un environnement nouveau. | Se familiariser au matériel. | Connaître les règles de sécurité sur les pistes, avec les autres. |
| Activités de glisse | Jeux de neige - Glisse et Skis. | | |

Démarche :

Profiter de quelques jours de neige, pour découvrir ce nouveau paysage et ce nouvel environnement.

Pour la majorité des écoles, ce nouvel envi-

ronnement sera de courte durée, c'est pourquoi les différentes phases auront beaucoup de mal à être respectées... Au cycle 1, nous ne resterons que dans la phase exploration/ découverte.

Phase d'exploration / découverte

Situation 1

Il neige !

Buts d'action

Marcher sur la neige.

Découvrir ce nouvel élément, ses conséquences sur l'environnement et une adaptation nécessaire.

Organisation

- Habillage avec des vêtements imperméables, chauds et des bottes.
- Dans la cour, activités libres sur une dizaine de minutes.

- Dans le jardin public, promenade dirigée en favorisant l'observation et l'expression des élèves (prévoir un accompagnement pour assurer la sécurité, notamment lors du trajet).

Adapter ses déplacements :

« Quand je marche sur la neige, je glisse, je perds mon équilibre... » (expression des enfants sur la compétence spécifique).

Phase d'exploration / évaluation

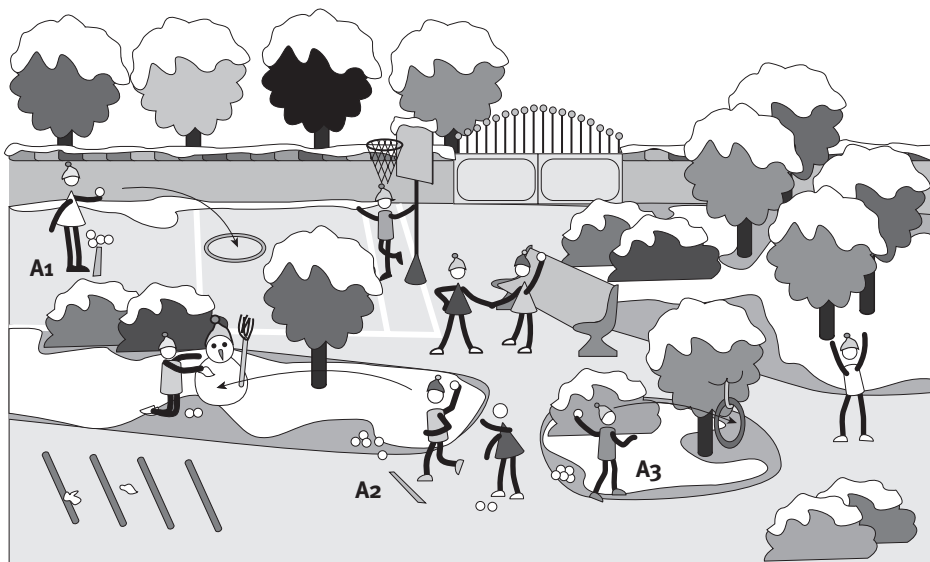
Donner ses impressions, ses sentiments, ses sensations.

Ceux-ci seront notés dans un tableau à double - entrée

| | |
|------------------|--|
| J'ai vu (dessin) | |
| J'ai entendu | |
| J'ai senti | |
| J'ai goûté | |
| J'ai touché | |

Arts : A quoi ressemble la neige ? du coton, des plumes, des confettis...

Réalisation d'un tableau.



Compétences

Spécifique

- Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.

Générales

- S'engager dans l'action en sécurité, en contrôlant ses émotions.
- Identifier et apprécier les effets de l'activité.

Savoirs à construire

- Découvrir les sensations de glisse.
- Réaliser des actions en toute sécurité.
- Découvrir un nouvel environnement.
- Accepter l'entraide.

Situation 2

Je joue avec la neige.

But d'action

Lancer des boules.

Matériel et organisation

Les enfants sont regroupés par équipe, avec un dossard de couleur par équipe. Les activités se feront par atelier, en rotation.

- **A1** : Lancer précis bas : lancer les boules dans un cerceau placé au sol.
- **A2** : Lancer loin : des zones de lancer sont matérialisées au sol par des bâtons de couleurs différentes.
- **A3** : Lancer précis haut : lancer les boules dans un panier de basket ou au travers d'un cerceau fixé en hauteur.
- **A4** : Lancer précis à mi- hauteur : le chamboule-tout.

S'adapter à l'environnement :

« Quand je veux lancer une boule... » (expression des élèves sur la compétence spécifique).

Fiche individuelle d'évaluation

Un élève note les réussites de son camarade en entourant le chiffre, si le jet est réussi et en le barrant, s'il y a échec.

| Cycle 1 | | Activités de neige | | | | |
|--------------------------------------|---------------|--------------------|---|---|----------|--|
| Nom : | | Prénom : | | | Classe : | |
| Atelier | Mes réussites | | | | | |
| A1 (pictogramme de l'atelier) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| A2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| A2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| A2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |

Situation 3

But d'action

Glisser sur la neige.

Matériel et organisation

Les enfants sont regroupés par équipe, avec un dossard de couleur par équipe. Les activités se feront par atelier, en rotation.

Le terrain choisi est sécurisé et en légère pente, sur une dizaine de mètres, pour les ateliers de descente.

- **A1** : Sur une zone plane, pousser ou tirer un camarade assis sur une luge, sur un circuit codifié et matérialisé : tourner autour du cerceau, effectuer un slalom entre les plots tourner autour d'un piquet et retourner au départ en ligne droite.

- **A2** : Sur une zone en descente, course de luge (contrôler sa trajectoire).
- **A3** : En utilisant un sac poubelle en plastique, effectuer un circuit identique à **A1**.
- **A4** : En utilisant un couvercle rigide en plastique, effectuer une descente (contrôler ses émotions sur cet engin qui tourne dans la descente).

Adapter ses déplacements à l'environnement :

« Pour glisser... » (expression des élèves sur la compétence spécifique).

Jeu de réinvestissement

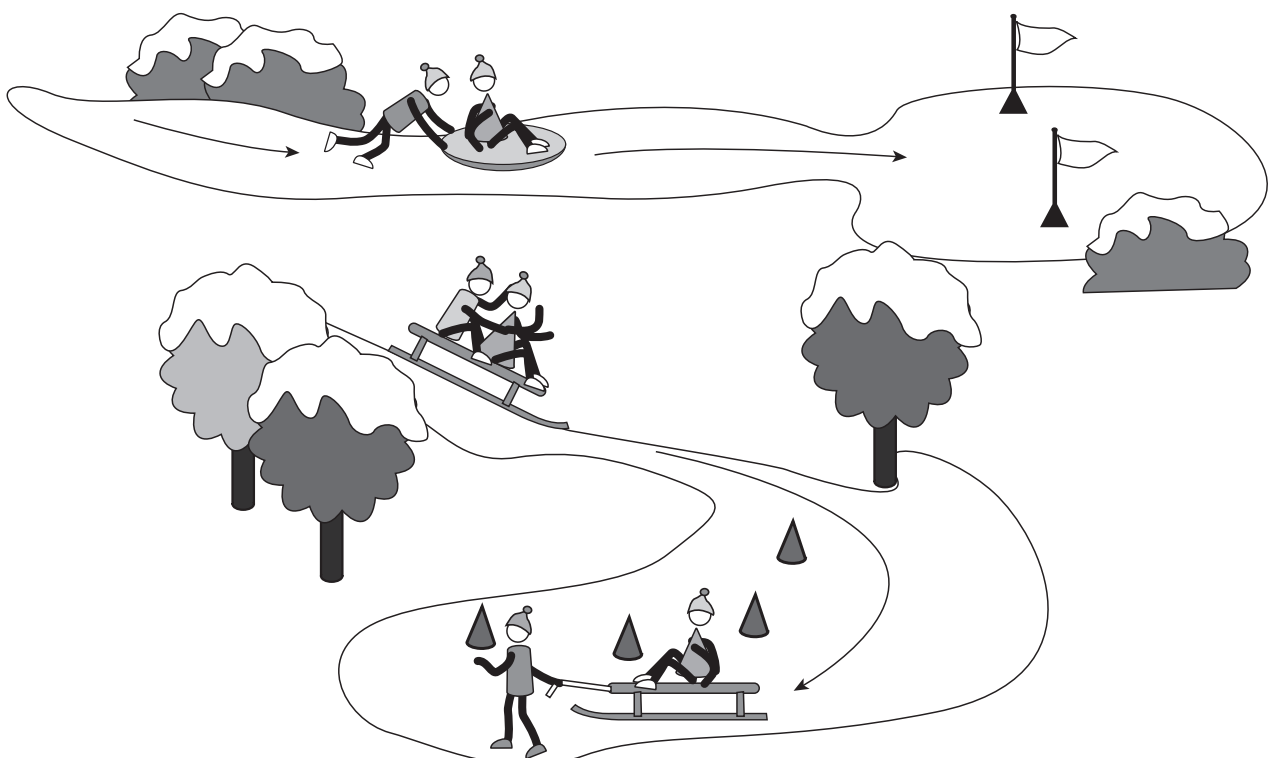
Deux parcours identiques sur lesquels évolueront 2 équipes de 2 coureurs.

Descriptif du parcours et organisation :

Une descente en luge avec les deux coureurs.

Au bas de la piste, le coureur 1 reste sur la luge, le coureur 2 le pousse ou le tire pour remonter la pente en effectuant un large virage matérialisé par des plots.

Nouvelle descente à deux, dans un couvercle de poubelle ; au bas de la piste, le coureur 2 reste sur la luge et le 1 le pousse jusqu'à la ligne d'arrivée située à quelques mètres, sur une zone plane.



Démarche d'apprentissage :
Expérimentation en déplacements libres.
Tâtonnements et essais.
Le maître sollicite, encourage, rassure, apporte des réponses techniques aux questions des élèves.



© P. Teillard

Phase d'exploration / découverte

But d'action

Se familiariser à la neige et au matériel.

Organisation et matériel

Le choix du terrain est très important ; il doit être presque plat et comporter une descente de très faible pente, suivi d'un arrêt naturel.

Plots, piquets en plastique, arceaux, foulards, clochettes...

Mise en œuvre

Le rôle de l'accompagnateur est primordial pour encourager, aider, rassurer...

- Évolutions libres : avec un ski, avec les deux, sans matériel puis avec.
- Parcours plat : avancer dans un couloir, slalomer entre les plots, passer sous

l'arceau, tourner autour d'un plot, faire sonner la clochette fixée à l'arceau.

- Parcours incluant une légère pente.

Critères de réalisation

Marcher skis au pieds.

Se laisser glisser.

Évaluation

| | |
|--------------------------------|--|
| J'avance seul | |
| Je me laisse pousser /tirer | |
| Je remonte le long de la corde | |
| Je glisse dans la descente | |
| Je n'ai pas peur | |

Compétences

Spécifique

- Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.

Générales

- S'engager dans l'action en sécurité, en contrôlant ses émotions.
- Construire un projet d'action
- Mesurer et apprécier les effets de l'activité.
- Appliquer des règles de vie collective.

Savoirs à construire

- S'équilibrer.
- Se déplacer en glissant.
- Sentir la vitesse, tourner, freiner, accélérer.
- Accepter l'entraide et dépasser l'échec.

Phase d'exploitation / structuration de l'apprentissage

SA1

But d'action

Maîtriser son équilibre.

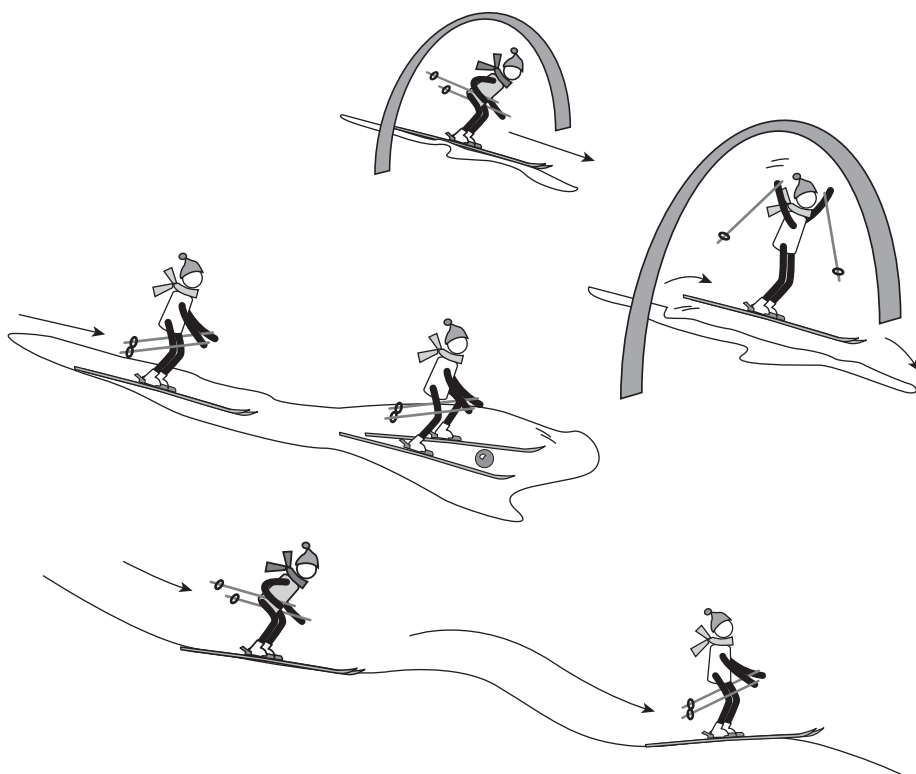
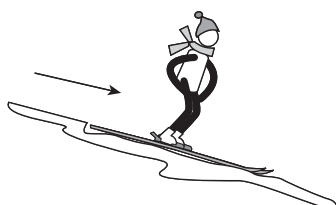
Matériel et organisation

Sur un terrain, en légère pente, équipé d'une remontée, installer 4 ateliers en parallèle, avec des difficultés croissantes.

- Descente, mains sur les genoux.
- Descente avec un arceau bas (passer dessous) et un arceau haut (sauter).
- Descente avec objet au sol (soulever un ski).
- Descente avec deux petites « bosses ».

Critère de réussite

Lorsque l'élève réussit à maîtriser son équilibre, il passe à l'atelier suivant.



SA2

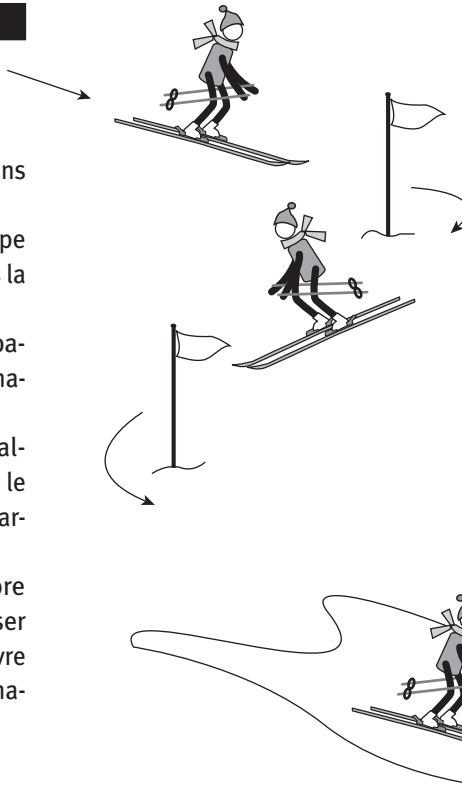
But d'action

Glisser et serpenter.

Matériel et organisation

Même principe d'organisation que dans SA1, sur un terrain plus « pentu ».

- Descente dans un couloir qui coupe la ligne de pente par un virage vers la droite, vers la gauche.
- Descente avec 3 portes assez espacées ; deux skieurs : rattraper le camarade parti 3 secondes auparavant.
- Course sur deux trajectoires parallèles : arriver le premier et glisser le plus loin possible après la ligne d'arrivée (terrain plat).
- Descente en choisissant sa propre trajectoire (faire un serpent, passer d'un bord à l'autre de la piste, suivre une trajectoire imposée par un camarade).



SA3

But d'action

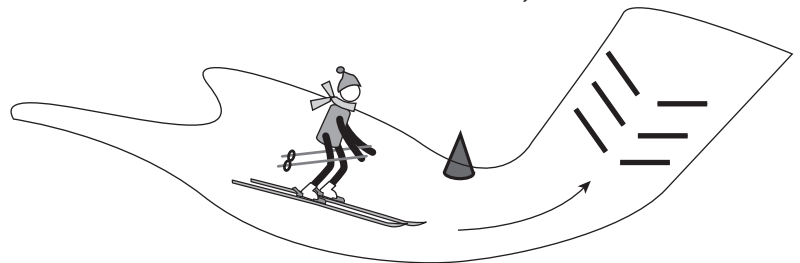
Maîtriser ses déplacements.

Freiner, s'arrêter.

Matériel et organisation

Mettre en place des ateliers dans lesquels sera définie une zone de freinage, en traversant la ligne de pente, en suivant la ligne de pente. Varier la pente, la vitesse, l'espace de freinage.

- A1 : chasse-neige
- A2 : dérapage des deux skis (arrêt-frein).
- A3 : remontée dans la pente (pas tournants).



Phase de réinvestissement / évaluation

Matériel et organisation

Sur une longue piste bleue, effectuer une descente en file indienne.

Suivre la trace en réalisant des traversées de pente se terminant par un large virage.

Regroupement : après un large virage, se placer dans la file, en aval du camarade situé devant soi.

Ateliers :

- Atelier descente en chasse-neige ;
- Atelier arrêt-frein : prendre la ligne

de pente pour passer une porte matérialisée par deux bâtons, effectuer un arrêt-frein sur la droite ou sur la gauche.

- Atelier pas tournants.
- Descente libre sur une centaine de mètres.

Fiche collective d'évaluation

| Cycle 2 | | Sports de neige | | | | Niveau : _____ | |
|-----------------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------------|---|--|---|--------------------------|
| Noms - Prénoms | Utilise les remontées mécaniques sans appréhension Oui - Non | Slalome sur 5 portes Oui - Non | Freine et s'arrête Oui - Non | Respecte les consignes de sécurité Oui - Non | Aide ses camarades, les encourage Oui - Non | Descend seul en toute sécurité Oui - Non | Bilan NA EVA AC |
| Liste nominative des élèves | | | | | | | |

Thème : Maîtriser la conduite de ses skis.

Démarche

Expérimentation en déplacement libre

Tâtonnements et essais.

Le maître sollicite, encourage, rassure, apporte des réponses techniques aux questions des élèves.

Phase d'exploration / découverte :

But d'action

Découvrir par tâtonnements, expérimentations, entraide et échanges, la solution qui va être la plus efficace pour glisser en restant équilibré.

Organisation

- 3 ateliers.
- 3 groupes d'élèves (de 8 à 10).
- Un adulte par groupe assure l'organisation, la sécurité, favorise les échanges entre les élèves, fait évoluer les situations en fonction des découvertes ou des propositions des enfants.
- Une pente douce de 10 à 15 m, avec arrêt naturel, sans bâtons, sans remontée mécanique.

Consigne

Glisser et remonter.

Atelier 1 : Un circuit est matérialisé par une porte de départ et une « porte-pont » pour l'arrivée.

Objectifs d'apprentissage

- Garder son équilibre et maîtriser sa vitesse.
- Glisser et mobiliser bras/jambes en coordonnant ses actions.

Atelier 2 : Trois couloirs matérialisés par des plots. Couloir 1 : un bâton au sol, pour soulever le pied droit. Couloir 2 : un bâton au sol pour soulever le pied gauche. Couloir 3 : deux objets au sol à ramasser, main droite, main gauche.

Atelier 3 : Un creux et une bosse, un arceau haut pour toucher la clochette et un arceau bas pour passer dessous.

Ouverture transdisciplinaire

Favoriser le dire et l'échange dans chaque atelier, sur le lieu des ateliers puis dans le grand groupe en classe ; élaborer une fiche d'évaluation. (cf : fiche proposée en évaluation finale).
Ouverture pluridisciplinaire : réaliser les croquis des ateliers sur le cahier de classe de neige.

Compétences

Spécifique

- Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.

Générales

- S'engager dans l'action en sécurité, en contrôlant ses émotions.
- Construire un projet d'action.
- Mesurer et apprécier les effets de l'activité.
- Appliquer et construire des principes de vie collective.

Savoirs à construire

- Contrôler sa vitesse pour s'arrêter à tous moments.
- Accepter le déséquilibre et rechercher l'équilibre en glissade.
- Contrôler ses trajectoires.
- Accepter l'entraide et dépasser l'échec.



© École St Marie - Rennes

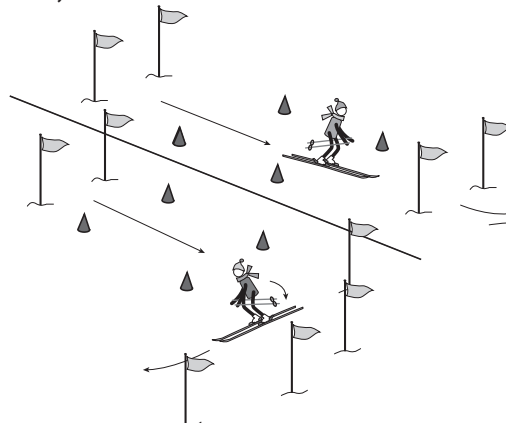
Phase d'exploitation / structuration de l'apprentissage

SA 1

Glisser sur des pentes de plus en plus difficiles, sans freiner.

But d'action

Descendre en ligne droite et garder sa trajectoire.



Matériel et organisation

Choisir un terrain qui va permettre de réaliser un couloir matérialisé face à la pente avec arrêt naturel puis un autre couloir matérialisé en travers de la pente.

Critères de réalisation

Descendre dans le couloir face à la pente, skis parallèles. S'arrêter. Glisser en traversée, sans dérapage. Reprendre la remontée mécanique.

SA 2

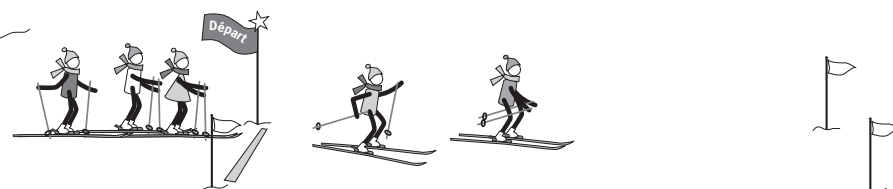
But d'action

Glisser en mobilisant les jambes simultanément ou alternativement.

Matériel et organisation

Des relais variés

- en ligne, face à face, en poursuite...
- sur un terrain plat, puis en légère pente.
- avec un ou deux skis, avec ou sans bâtons.



SA₃
But d'action

Coordonner l'action des jambes et des bras.

Matériel et organisation

Parcours : une traversée horizontale sur 10 m, prendre la pente, passer 3 portes en pente douce, descendre en parallèle dans un couloir matérialisé qui se termine par une bosse, descendre librement, terminer par un pas tournant pour s'arrêter.



© École St-Mairie - Rennes

Phase de réinvestissement / évaluation

But d'action

Effectuer une descente libre après un parcours codifié.

Organisation

Sur piste bleue, mettre en place un parcours codifié regroupant les différentes situations de la phase d'apprentissage puis une descente libre jusqu'au

bas de la remontée mécanique, reprise du téléski pour rejoindre le point de départ.

Évaluation

Fiche individuelle d'évaluation

| Cycle 3 | | Sports de neige | |
|---|--|-----------------|--|
| Nom : | | Prénom : | |
| | | Classe : | |
| Comportement sur les pistes | | | |
| J'évite les collisions : en me laissant tomber, en effectuant un virage, en freinant. | | | |
| J'aide les autres à se relever, à se rechausser | | | |
| Je respecte les règles d'utilisation des remontées mécaniques. | | | |
| Je nomme les pistes que j'utilise. | | | |
| Je reste maître de ma vitesse et de ma direction. | | | |
| Dans le groupe, je reste dans la file. | | | |
| | | | |
| Maîtrise technique | | | |
| Marche sur ligne horizontale. | | | |
| Slalom sur 6 portes. | | | |
| Arrêts (chasse-neige, frein, dérapage). | | | |
| Passage de bosses. | | | |
| Parcours libre. | | | |