

Éducation physique et sportive

Lucie Mougenot
Marie-Josèphe Guerville

REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier les enseignantes qui ont accepté de travailler avec nous, Isabelle Billier et Sandrine Godin. Nous remercions aussi les enfants de la classe de CE2 de l'école des Poulies d'Abbeville, et ceux de la classe de CP-CE1 et CE2 de l'école « Les p'tits druides » de Drucat.

Présentation et organisation de l'ouvrage	4
Quelques mots à propos de la spécificité de l'EPS.....	6

Introduction

Le socle commun et le programme d'EPS	8
Comment favoriser la continuité entre les cycles ?	19
Comment choisir les situations motrices ?	19
Organisation des modules proposés dans cet ouvrage	27
Comment construire un module d'EPS au cycle 2 ?	30
Quelles traces écrites ?	37
Comment évaluer les progrès des élèves ?	38
Comment prendre en compte l'hétérogénéité des élèves ?	41
Quelle interdisciplinarité développée en lien avec l'EPS ?	43
Comment enseigner l'EPS en cas de pandémie ?	46

Glossaire	48
------------------------	----

Modules

1. Vélo	52
2. Course avec obstacles	79
3. Natation	104
4. Gymnastique rythmique avec ballons et cerceaux	135
5. Course en peloton	166
6. Gymnastique	193
7. Jeux d'opposition	220
8. Jeu traditionnel : la baguette	248

Présentation des ressources numériques	276
---	-----



Cet ouvrage suit l'orthographe recommandée par les rectifications de 1990 et les programmes scolaires.
Voir le site : www.orthographe-recommandee.info
et son miniguide d'information.

Présentation et organisation de l'ouvrage

Cet ouvrage a pour vocation de vous aider à mettre en œuvre, puis à concevoir des modules en éducation physique au cycle 2.

Nos préconisations sont en cohérence avec les attentes institutionnelles et mettent en exergue la contribution de l'EPS à la construction du socle commun de connaissances, de compétences et de culture.

Il s'agit de **vous proposer huit modules d'EPS progressifs, de vous accompagner dans la construction de séquences d'enseignement, de vous apporter des ressources pour aider les enfants à progresser**, et non de présenter un répertoire de situations d'apprentissage ou de jeux adaptés aux enfants de cycle 2.

Pour chaque champ d'apprentissage à travailler (voir tableau p. 9), des exemples d'activités sont proposés et doivent vous permettre de transférer la démarche envisagée à d'autres situations du même champ non décrites. Nous rappelons que ces quatre champs d'apprentissage sont complémentaires et indispensables à explorer pour assurer une formation équilibrée en EPS.

L'ensemble des propositions peut être contextualisé dans la réalité de votre classe, selon les habiletés motrices de vos élèves. Ainsi, il convient à chaque équipe de cycle de concevoir une organisation de l'EPS sur les trois années du cycle 2.

Chaque module a été expérimenté en classe et construit en collaboration avec les enseignants concernés et ce, à partir de l'observation des enfants, qui a **une place privilégiée dans la démarche**. Ce sont les fruits de ces expériences en classe qui sont développés ici et dont vous pouvez visionner quelques traces dans les ressources numériques.

Les propositions que nous faisons sont accessibles à tous, même aux débutants pour lesquels nos fonctions de formatrices nous permettent d'identifier les besoins dans ce domaine disciplinaire. Ces propositions nécessitent un matériel généralement présent dans les écoles. Selon les besoins que vous observerez dans vos écoles, selon les réussites, les ***ressources¹** des élèves à développer, vous pourrez construire pas à pas votre module en utilisant les exemples et les outils transversaux indiqués dans ce livre.

L'ouvrage est composé de deux parties :

- Dans une première partie introductive, nous proposons des éléments théoriques et des outils transversaux qui vous aideront à mieux identifier, comprendre notre démarche et les modules proposés afin de les transposer à votre classe.
- Dans la seconde partie, nous développons 8 propositions de modules d'EPS construits pas à pas ; chacun de ces modules peut être conduit tel quel, les durées étant modulables selon votre contexte de classe.

Chaque module est construit de la même manière et comporte les éléments suivants :

- l'objectif et les attendus du programme ;
- **les savoirs professionnels** à mobiliser avant de mettre en œuvre le module ;
- **8 à 14 séances de 30 à 45 minutes** autour d'une situation de référence et de plusieurs situations d'apprentissage (voir p. 30 « Comment construire un module d'EPS au cycle 2 ? ») ;
- **des précisions sur le déroulement des séances** avec des exemples de réponses typiques d'élèves et des repères donnés aux élèves pour les aider à progresser, des critères de réussite et de réalisation, ainsi que des exemples de questions à poser lors des mises en commun ;
- **des exemples de formulation des savoirs par l'enseignant** dans un libellé accessible aux élèves ;
- des possibilités de **différenciation** ;
- des pistes pour **adapter le module à un autre niveau de classe**, voire à une classe à plusieurs niveaux du même cycle ;
- **des exemples de traces** envisageables à construire avec les élèves à la fin de chaque module pour renseigner avec eux le cahier d'EPS (voir p. 37) et leur permettre de se rendre compte de leurs ***progrès** ;
- des éléments d'**évaluation des compétences et des ressources** (aide pour le LSU).

1. Tous les mots signalés en vert sont explicités dans le glossaire (p.48).

Quelques mots à propos de la spécificité de l'EPS

La dénomination « Éducation physique et sportive » peut être perçue comme redondante. En effet, cette appellation date de plus de cinquante ans, quand le sport a été associé à l'éducation physique. Or les activités sportives font partie des moyens utilisables en éducation physique, mais au même titre que d'autres activités reconnues socialement, comme les jeux traditionnels, les activités artistiques (la danse, le cirque) ou encore d'autres pratiques non codifiées telles que le roller, la randonnée, les parcours à vélo. De ce fait, nous pouvons parler d'**éducation physique**. Les confusions régulières qui sont faites entre éducation physique (EP) et sport, par les parents, enseignants, élèves, ne sont pas anodines. Le sport est une pratique normée, en compétition, qui se déroule au sein d'une fédération. La finalité du sport n'est pas la même que celle de l'EP. **L'EP en tant que discipline scolaire « a pour finalité de former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre ensemble »²**. La recherche de la victoire (au détriment des autres), du dépassement de soi, que l'on retrouve dans le sport, ne peut pas être surreprésentée en EP, au risque d'un manque de cohérence avec les fins poursuivies.

De fait, les moyens utilisés en EP, en termes de situations (ou activités) motrices, doivent être murement réfléchis : **l'accent mis sur les compétences sociales, sur le vivre ensemble nécessite de proposer des pratiques collectives dans lesquelles la coopération sera privilégiée sinon indispensable, et il faut veiller à ne pas survaloriser les situations compétitives, de *performance individuelle ou d'opposition aux autres.**

Cette discipline scolaire a pour spécificité de solliciter l'individu dans sa globalité, notamment par la mise en jeu corporelle. Même si le corps est au centre de l'intervention, les ressources affectives, cognitives, sociales sont sans cesse mobilisées et interfèrent entre elles. La mise en jeu corporelle est source d'émotions fortes, que les enfants ne maîtrisent pas toujours d'ailleurs.

2. BO spécial n°11 du 26 novembre 2015.

Introduction

- Le socle commun et le programme d'EPS..... 8
- Comment favoriser la continuité entre les cycles ?.....19
- Comment choisir les situations motrices ?.....19
- Organisation des modules proposés dans cet ouvrage.....26
- Comment construire un module d'EPS au cycle 2 ?..... 30
- Quelles traces écrites ?..... 37
- Comment évaluer les progrès des élèves ?38
- Comment prendre en compte l'hétérogénéité des élèves ? ...41
- Quelle interdisciplinarité développée en lien avec l'EPS ?.... 43
- Comment enseigner l'EPS en cas de pandémie ?46

Introduction

Le socle commun et le programme d'EPS

Le programme d'EPS s'inscrit dans le socle commun de connaissances, de compétences et de culture. Cinq grandes compétences générales sont ainsi visées durant ce cycle mais aussi les suivants ; ces cinq compétences contribuent aux cinq domaines du socle commun :

5 DOMAINES DU SOCLE	5 COMPÉTENCES GÉNÉRALES D'EPS
Des langages pour penser et communiquer.	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps.
Les méthodes et outils pour apprendre.	S'approprier, par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils.
La formation de la personne et du citoyen.	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités.
Les systèmes naturels et les systèmes techniques.	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière.
Les représentations du monde et de l'activité humaine.	S'approprier une culture physique sportive et artistique.

Au cours du cycle et d'après le programme, les enseignants choisissent des activités physiques issues de quatre champs d'apprentissage (cf. tableau ci-contre). Le programme propose un choix d'activités à titre indicatif pour chaque champ¹, il faut en effet savoir que le nombre de ces propositions est très déséquilibré selon les champs. Les enseignants doivent y penser lors de la conception des modules, ils doivent veiller, par exemple, à ne pas survaloriser les activités athlétiques sous prétexte qu'elles sont seules citées dans le champ 1. Le programme comporte aussi des attendus qui donnent le cap à atteindre et permettent aux enseignants d'organiser leur pratique.

1. Les ressources Eduscol recommandent de programmer des activités variées, et au minimum trois champs par année pour éviter que les élèves se lassent et assurer une continuité : https://cache.media.eduscol.education.fr/file/Concevoir_et_mettre_en_oeuvre/90/8/RA16_C2_EPS_doc_2_organisation_N.D_583908.pdf

CHAMPS D'APPRENTISSAGE	EXEMPLES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES DU PROGRAMME	ATTENDUS DE FIN DE CYCLE 2
1. Produire une performance optimale à une échéance donnée.	Activités athlétiques aménagées.	<ul style="list-style-type: none"> • Courir, sauter, lancer à des intensités et des durées variables dans des contextes adaptés. • Savoir différencier : courir vite et courir longtemps / lancer loin et lancer avec précision / sauter haut et sauter loin. • Accepter de viser une performance mesurée et de se confronter aux autres. • Remplir quelques rôles spécifiques.
2. Adapter ses déplacements à des environnements variés.	Natation, activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade.	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion. • Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé. • Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent.
3. S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique.	Danses collectives, danses de création, activités gymniques, arts du cirque.	<ul style="list-style-type: none"> • Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions apprise ou en présentant une action inventée. • S'adapter au rythme, mémoriser des pas, des figures, des éléments et des enchaînements pour réaliser des actions individuelles et collectives.
4. Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel.	Jeux traditionnels simples (gagne-terrain, bétet, balle au capitaine, etc.), jeux collectifs avec ou sans ballon (à effectifs réduits), jeux présportifs, jeux de lutte, jeux de raquettes.	<ul style="list-style-type: none"> • S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles du jeu. • Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples. • Connaître le but du jeu. • Reconnaître ses partenaires et ses adversaires.

En fonction des attendus visés, relatifs à tel ou tel champ, les enseignants définissent les activités envisageables en lien avec les intérêts et le ***déjà-là*** des élèves. Des activités différentes peuvent viser un même attendu. Une programmation est de ce fait indispensable : elle sera spécifique à chaque école et s'élaborera sur trois ans.

Une seule activité est obligatoire, la natation, afin de préparer les élèves au « savoir nager² ». Selon les cas, les possibilités, cette activité sera proposée au cycle 2 et/ou au cycle 3.

Les modules sont conçus dans le but de **structurer les apprentissages sur un temps long de plusieurs semaines**, afin que les élèves parviennent aux attendus de fin de cycle tels qu'ils sont définis. Sur l'année scolaire, l'enseignant devra envisager des pauses méthodologiques pour inviter les élèves à identifier leurs progrès. Des étapes et des repères réguliers sont nécessaires pour permettre à l'enseignant et aux élèves de repérer et capitaliser les progrès (voir p. 38).

Lien explicite entre le socle commun et les contenus

Nous vous présentons quelques indications pour créer des liens entre les compétences générales en EPS et les contenus enseignés. Il nous semble que le fait de cibler un domaine précis (même si les cinq domaines du socle – voir tableau p. 8 – sont convoqués lors de chaque module) et de proposer des contenus explicites pour y répondre permet d'optimiser les apprentissages et de visualiser les progrès, plus que le fait de définir une succession d'objectifs, sans lien précis avec les contenus proposés.

Compétence du domaine 1 : Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps

Au cycle 2, le programme définit trois éléments propres à cette compétence du domaine 1 en EPS :

- Prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps.
- Adapter sa motricité à des environnements variés.
- S'exprimer par son corps et accepter de se montrer à autrui.

Le corps est sollicité lors de la pratique de toutes les activités physiques.

Cependant, chaque activité implique le développement d'un code corporel particulier : un geste d'évitement au jeu de la bague (voir module 8) n'a rien à voir

avec une feinte de tir à la balle au prisonnier, ni avec un mouvement d'élan du cerceau en GRS.

Pierre Parlebas explique que toutes les actions sont signifiantes – d'où l'appellation de ***conduites motrices*** –, elles traduisent une intention (consciente ou non) et se construisent peu à peu, en fonction des expériences vécues.

Pour répondre à la compétence citée du domaine 1, il ne suffit pas de « pratiquer », mais **il est impératif d'engager les élèves dans des expériences variées, notamment collectives, afin qu'ils puissent faire progresser leur langage corporel**. C'est aussi le moyen de favoriser ***l'adaptabilité motrice*** et non la spécialisation dans une pratique normée.

Nous vous proposerons dans cet ouvrage quelques éléments pour vous aider à envisager des choix de façon éclairée :

- Le développement de la motricité des élèves est toujours en lien avec une pratique sociale qui fait sens pour eux : par exemple, les jeux traditionnels devront être présentés comme des jeux du patrimoine (et non inventés par l'enseignant), la course longue devra être mise en lien avec des activités physiques telles que l'athlétisme, le cross, le trail, etc.
- Les progrès des élèves, concernant leurs conduites motrices, devront être visibles, pour favoriser leur motivation, leur engagement et une certaine prise de recul par rapport à leur activité. Pour cela, **évaluer de façon positive et régulière, tout au long du module**, les compétences des élèves s'avère indispensable. Si l'évaluation n'est proposée qu'à la fin d'un module, nul ne pourra savoir en quoi l'élève a progressé.
- La prise de conscience de ses ressources et de ses progrès renvoie aussi à la nécessaire verbalisation avant et/ou après l'action. **Une pédagogie explicite** permet cette prise de conscience et est incontournable pour favoriser le transfert des apprentissages : il ne suffit pas d'agir même si l'action motrice est évidemment la base de tout apprentissage.
- Enfin, le dernier item rappelle **la nécessité de programmer des activités d'expression, permettant de développer des capacités créatives, artistiques et de s'habituer à se montrer aux autres**. La danse ou les arts du cirque sont des activités peu proposées à l'école élémentaire alors que ce sont des pratiques de coopération essentielles pour apprendre à vivre ensemble, accepter les autres (voir module 4).



Dans le module 4, gymnastique rythmique, la coopération est essentielle pour réaliser les enchaînements collectifs.

2. BO n° 30 du 23 juillet 2015.

Ces activités sont par ailleurs particulièrement recommandées car elles permettent à chacun de s'exprimer : il n'y a ni gagnant ni perdant, pas non plus de codification, mais une belle place laissée à l'imaginaire.

Compétence du domaine 2 : S'approprier par la pratique physique et sportive des méthodes et des outils

Le domaine 2 du socle commun est consacré essentiellement à l'objectif « apprendre à apprendre ». Les élèves doivent apprendre à résoudre des problèmes, préparer un projet, le réaliser, en faire le bilan, s'entraîner, répéter, chercher, etc. Ces différentes démarches que l'élève devra être en mesure de maîtriser suffisamment et de choisir selon les circonstances, s'accompagnent de l'utilisation d'outils.

Ces outils pratiques et théoriques, en EPS, peuvent être très variés. Il peut s'agir de façon non exhaustive :

- de **fiches d'observation ou critères d'observation** destinés à acquérir des savoirs sur sa pratique (ou sur celle des autres) pour la réguler ;
- de **savoirs** (connaissances déclaratives : règles, principes d'action) qui sont soit déjà assimilés par les élèves, soit disponibles sous forme d'affichages ou de photos, dans le cahier d'EPS ;
- de **critères de réussite** donnés par l'enseignant ou construits avec les élèves : ils permettent à l'élève de se repérer et de savoir s'il a réussi ou non pour persévérer ou changer de stratégie ;
- de **dessins, de plans, de maquettes** destinés à se repérer ou se remémorer ;
- de **comptes rendus** sous forme de trace écrite.

Ces outils et démarches induisent un travail collectif. C'est avec ses pairs que l'élève va partager les stratégies, les confronter, en déduire des principes d'action qui lui permettront de progresser. **L'entraide, notamment par le biais de l'observation, mais surtout par les interactions en situation de coopération motrice, sera aussi essentielle.**

Observateur pour : Léa Païd	IL NE S'ARRÊTE PAS MAIS RALENTIT SOUVENT AVANT L'OBSTACLE.	IL FRANCHIT, S'ARRÊTE APRÈS L'OBSTACLE ET REPREND SA COURSE.	IL COURT VITE ET NE RALENTIT PRESQUE PAS POUR FRANCHIR L'OBSTACLE.
			
15 septembre Parcours avec 3 obstacles bas et courts (lattes).	x		
22 septembre Parcours avec 3 rivières.		x	
1 ^{er} octobre Parcours avec 2 rivières et 2 lattes.			x

Outil d'observation proposé aux élèves lors d'un module de course avec obstacles

Ce domaine est largement relié au développement de l'***autonomie** et de la prise d'initiatives. Toutefois, **la prise d'initiatives et l'autonomie s'apprennent ; les élèves en cycle 2 doivent être largement accompagnés (aidés et soutenus) pour construire leur autonomie progressivement.** Travailler au sein d'une équipe, négocier, planifier des tâches ne vont pas de soi. Le rôle de l'enseignant est alors de permettre aux élèves de vivre différents types de tâches nécessitant la réflexion, la mise en projet, le partage, l'expérimentation et de les aider au plan méthodologique à construire des outils, à savoir quand et comment les utiliser, et quelles sont les étapes des différentes démarches.

Au cycle 2, le programme définit deux éléments propres à cette compétence du domaine 2 en EPS :

- Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action.
- Apprendre à planifier son action avant de la réaliser.

L'apprentissage par essai-erreur (c'est-à-dire essayer encore et encore, et tirer parti de ses erreurs) aura donc une place importante durant ce cycle. Cela nécessite de laisser aux élèves le temps d'expérimenter, de tester, de partager les réponses pour comprendre ce qu'il faut faire, d'essayer de le faire, de s'entraîner et dégager des principes d'action qui seront transférables par la suite. Cela implique aussi et surtout **d'aider chacun à apprendre à identifier des informations pertinentes (feedbacks) pour réguler sa pratique, au risque de perpétuer les erreurs.**

Le rôle de l'enseignant est alors essentiel pour orienter la perception des élèves : perception visuelle, auditive ou kinesthésique selon les besoins.

Exemple :

- quand je fais la roue, sentir l'alignement de mes bras avec mon buste, regarder mes pouces quand j'ai la tête en bas, ou encore écouter le bruit de ma réception qui doit être léger.



- Ces repères accompagneront les élèves de façon répétée et régulière pour les aider à progresser.
- L'action sera dans ce cadre mieux planifiée par une centration sur certains éléments utiles au détriment d'autres.

La planification (relative par exemple aux stratégies de jeu, de course, d'enchaînement d'actions) peut concerner aussi la mise en projet : ainsi, **les activités se déroulant par équipe sont indéniablement pertinentes pour apprendre à planifier et réguler l'action collective.** En effet, des activités telles que l'acrosport, la course

Organisation des modules proposés dans cet ouvrage

MODULES PROPOSÉS	COMPÉTENCES VISÉES	CE QUE VONT APPRENDRE LES ÉLÈVES	CHAMP D'APPRENTISSAGE	NIVEAUX DE CLASSE		
				CP	CE1	CE2
1. Vélo	<ul style="list-style-type: none"> Réaliser des parcours variés en adaptant sa vitesse et ses trajectoires. Prendre en compte les autres et le matériel pour rouler en aisance sans gêner ni être gêné. 	<ul style="list-style-type: none"> S'équilibrer. S'informer constamment sur le parcours et les autres. Interagir et coopérer avec les autres cyclistes. S'arrêter et démarrer en toute sécurité. Vérifier son matériel, s'équiper pour rouler en sécurité. Accélérer, freiner, tourner. 	Adapter ses déplacements à des environnements variés.			
2. Course avec obstacles	<ul style="list-style-type: none"> Adapter ses actions et sa vitesse au parcours proposé. Procéder par essais-erreurs pour réguler ses actions. 	<ul style="list-style-type: none"> Enchaîner course et impulsion vers l'avant pour franchir les obstacles. Persévérer pour progresser. Adapter sa vitesse aux parcours avec obstacles proposés. Comparer ses résultats et analyser ses erreurs avec ou sans aide. Observer ses camarades à l'aide d'outils simples. Partager et essayer de nouvelles procédures. 	Produire une performance optimale à une échéance donnée.			

MODULES PROPOSÉS	COMPÉTENCES VISÉES	CE QUE VONT APPRENDRE LES ÉLÈVES	CHAMP D'APPRENTISSAGE	NIVEAUX DE CLASSE		
				CP	CE1	CE2
3. Natation	<ul style="list-style-type: none"> Enchaîner des actions nécessitant une adaptation au milieu aquatique. Choisir des actions adaptées à ses capacités et aux contraintes du milieu. 	<ul style="list-style-type: none"> S'immerger. Changer d'équilibre et de forme corporelle. Trouver des appuis dans l'eau. Respecter les règles de sécurité essentielles S'autoévaluer. 	Adapter ses déplacements à des environnements variés.			
4. Gymnastique rythmique avec ballons et cerceaux	<ul style="list-style-type: none"> Coordonner les mouvements du corps à ceux de l'engin et des partenaires. Composer et présenter un enchaînement artistique et esthétique à plusieurs. 	<ul style="list-style-type: none"> Ajuster ses actions corporelles aux managements de l'engin. Manipuler un engin avec amplitude et fluidité. Explorer et prendre des décisions à deux. Réaliser un *exploit. Prendre en compte son partenaire et s'adapter à lui. Présenter son enchaînement à un public. 	S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique.			
5. Course en peloton	<ul style="list-style-type: none"> Repérer les signes de fatigue pour adopter une allure permettant de courir longtemps. Prendre des décisions collectives en tenant compte des possibilités de chacun. 	<ul style="list-style-type: none"> Adapter sa respiration à son rythme de course. Repérer les signes de fatigue en courant. Maintenir une allure de façon régulière. Adapter sa vitesse au temps de course ou à la distance à parcourir. S'organiser en équipe, coopérer. Définir des stratégies de course. 	Produire une performance optimale à une échéance donnée.			

6. Gymnastique	<ul style="list-style-type: none"> Réaliser des actions de plus en plus renversées et inhabituelles tout en les contrôlant. Répéter des actions en les contrôlant et en les régulant pour réussir. 	<ul style="list-style-type: none"> Rouler. Se renverser Enchaîner des actions sans temps d'arrêt. Identifier et prendre en compte des principes d'actions pour progresser. Juger l'enchaînement d'actions d'un camarade. 	S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique.			
7. Jeux d'oppositional	<ul style="list-style-type: none"> Contraire un adversaire à s'immobiliser et résister aux attaques adverses. Construire et partager des règles permettant à chacun d'agir en sécurité physique et affective. 	<ul style="list-style-type: none"> Attraper, tenir/esquiver. Immobiliser/se dégager. Construire des stratégies individuelles et collectives pour vaincre. Occuper les rôles de joueur, d'arbitre et d'observateur. Participer à l'élaboration de règles de fonctionnement et de jeu. 	Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel.			
8. Jeu traditionnel : la baguette	<ul style="list-style-type: none"> Adapter sa trajectoire de course pour s'opposer à des adversaires dans un temps très contraint. Prendre des décisions collectives à partir de l'analyse des stratégies adverses. 	<ul style="list-style-type: none"> Esquiver. S'adapter pendant l'action aux trajectoires des autres. Dissimuler ses intentions aux adversaires. Analyser les stratégies adverses pour s'y adapter. Coopérer avec ses partenaires pour élaborer et mettre en œuvre des stratégies. 	Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel.			

Course avec obstacles

Le but de ce module est de rechercher un maximum de vitesse tout en franchissant des obstacles variés. L'apprentissage par essais-erreurs permettra aux élèves de s'entraîner sur différents parcours pour identifier et réaliser des actions motrices de plus en plus efficaces.

Ils devront aussi prendre des décisions en fonction des parcours selon les choix d'obstacles et d'aménagement de l'espace proposé.

La répétition sera importante comme dans toute activité psychomotrice (voir p. 21).

Attendus
de fin de cycle

- Courir à des intensités et des durées variables dans des contextes adaptés.
- Remplir quelques rôles spécifiques¹.

Compétences
visées²

- Adapter ses actions et sa vitesse au parcours proposé.
- Procéder par essais-erreurs pour réguler ses actions.

Niveaux

CP-CE1.

Organisation

En classe entière pour la phase d'entrée en activité, la situation de référence et certaines phases des situations d'apprentissage, puis en sous-groupes pour la mise en place d'ateliers.

Durée

8 séances de 40 min.

Matériel

- Craies de couleur pour tracer des lignes de départ et d'arrivée.
- Chronomètre et sablier pour définir un temps de course.
- Plots pour matérialiser l'espace.
- Obstacles variés : tapis de sol, barres posées sur des briques, cordelettes, lattes en caoutchouc.
- Papier et crayons pour les fiches de performance et d'évaluation.

 2. Situation de référence - Fiche de performance

 2. Situation 1 - Fiche d'évaluation

 2. Situation 3 - Fiche de performance

 2. Fiche d'évaluation entre pairs

 2. Tableau des progrès de l'élève

1. Dans ce module, il s'agira surtout des rôles de coureur, d'observateur et de juge.

2. En référence au domaine 2 du socle commun de compétences, de connaissances et de culture. Les ressources ciblées pour développer ces compétences sont spécifiées p. 85.

Présentation du module

La course avec obstacles est sûrement une activité que les élèves connaissent peu. Pour leur permettre de faire des liens avec les pratiques sociales, il est possible de leur montrer des photos ou vidéos de pratiques différentes : courses athlétiques de haies (sprint ou demi-fond), course avec obstacles en milieu naturel (type trail). L'enjeu de ces activités physiques est de chercher à aller vite tout en franchissant des obstacles qui peuvent provoquer de la fatigue et obligent à ralentir.

La notion d'obstacle devra être appréhendée avec les élèves, en évoquant les différents types d'obstacles que l'on peut choisir (les élèves peuvent donner des idées) pour concilier prise de risque et sécurité. Par exemple :

- **des obstacles qui tombent quand on tape dedans avec les pieds** : barres ou cordelettes plutôt tendues, posées sur des plots ; carrés ou rectangles de mousse ; briques de lait vides en carton, etc.
- **des obstacles plats plus ou moins longs** : tapis de sol, espaces matérialisés à la craie, avec des cordelettes, lattes en caoutchouc, etc.

Ce qu'il faut savoir

- La course avec obstacles fait partie des **activités athlétiques** ; l'élève est placé en situation psychomotrice (voir p. 21), ce qui va lui permettre de développer ses ressources motrices de façon prioritaire (coordination motrice, dissociation segmentaire, ressources énergétiques).
- La course avec obstacles est une course rapide particulière. **L'enjeu est d'aller le plus vite possible d'un endroit à un autre, tout en franchissant des obstacles.** L'enseignant pourrait tout aussi bien combiner les obstacles à de la course longue, mais cela solliciterait encore plus les ressources énergétiques des élèves alors qu'à cet âge, courir longtemps est déjà éprouvant : les élèves partent vite et doivent apprendre à gérer leur allure et leur respiration. Nous conseillons ainsi de proposer d'abord des obstacles en course rapide.
- Un point important est à relever : **nous parlerons de franchissement d'obstacle et non de saut**, car sauter implique une élévation du centre de gravité, et donc une réception qui perturbe la reprise de course. Le franchissement suppose un enchaînement plus fluide entre la course sur le plat et le passage de l'obstacle : il s'agit de le franchir en limitant l'élévation du centre de gravité pour ne pas « tomber » à la réception.
- **La distance des parcours devra être courte pour que la vitesse de course ne diminue pas, soit une quinzaine de mètres ou 7 secondes maximum.** Le sprint, ou course rapide, sollicite un effort bref et intense. Si les élèves fatiguent avant la ligne d'arrivée, la qualité de leur déplacement sera perturbée. Mieux vaut répéter un plus grand nombre de fois des distances courtes que l'inverse.

- **La variété des obstacles, tout comme leur espacement, leur nombre et même la distance de course permettront de différencier les parcours et l'enseignement.**
- Toutes les combinaisons sont possibles et la diversité des parcours proposés permettra à l'enseignant de s'ajuster aux possibilités de chacun, et aux élèves d'apprendre à s'adapter, à prendre des informations sur le parcours, mais aussi à choisir un parcours qui leur convient après en avoir expérimenté plusieurs. Ainsi, l'enseignant évitera de proposer trop souvent un parcours de référence dans lequel les obstacles sont identiques pour tous et à intervalles réguliers.
- **Durant le module, l'analyse des conduites des élèves** portera de façon prioritaire sur :
 - l'enchaînement de la course et des franchissements qui doit être le plus fluide possible pour être efficace, c'est-à-dire en limitant les brusques changements d'allure ;
 - la reprise d'appui derrière l'obstacle pour continuer la course et ne pas s'arrêter pour repartir.

Gestion de la sécurité

Courir tout en franchissant des obstacles peut paraître risqué, notamment pour des élèves de CP qui ont encore besoin de développer leur coordination motrice. À cet âge ils ne courent pas très droit, regardent parfois ailleurs que devant eux, si bien qu'ils peuvent perdre l'équilibre assez facilement. Certains peuvent avoir peur aussi de s'aventurer sur des parcours avec des obstacles à franchir en courant.

Pour garantir la sécurité physique et affective des élèves, il faut veiller à :

- proposer des obstacles qui ne dépassent pas la hauteur du genou de l'élève ;
- proposer des obstacles « hauts » qui tombent facilement au sol si l'élève shoote dedans (par exemple, des petites barres en plastique rondes posées sur des briques). Dans le cas contraire, l'élève butera sur l'obstacle et tombera, comme on bute sur une marche de trottoir ;
- donner le choix aux élèves de leurs obstacles, au moins dans un premier temps ;
- privilégier des obstacles bas (franchissement de rivière, représentée par des tapis bleus...) pour ceux qui ont peur : la suppression de la peur liée à un obstacle haut permettra de développer la coordination motrice.

Pour les obstacles bas (posés au sol), éviter les cerceaux ou objets qui glissent sur le sol quand on marche dessus. Ces ateliers peuvent être mis en œuvre dans l'herbe, là où ça ne glisse pas ! Dans tous les cas, l'enseignant doit tester au préalable le matériel et sa mise en place.

— Situation de référence | Toujours plus loin ! —

But pour l'élève Aller le plus loin possible en 7 secondes.

Organisation En classe entière.

Durée 40 min.

Matériel

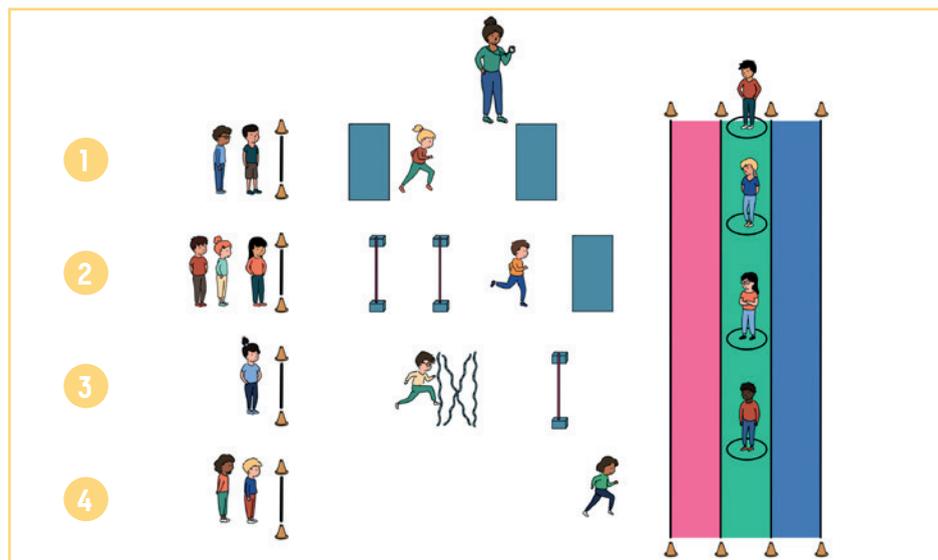
- Plusieurs obstacles : tapis de sol, cordelettes, plots,
- barres posées sur des briques.
- Chronomètre.

 2. Situation de référence - Fiche de performance

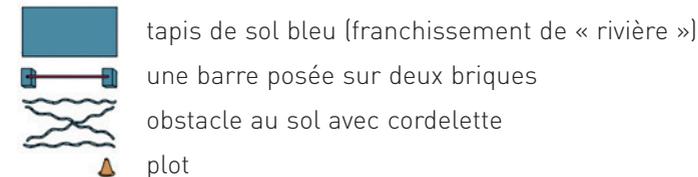
La situation de référence sera proposée de façon régulière afin de visualiser les progrès et de définir les objectifs (actions motrices attendues). Le dispositif est ouvert, c'est-à-dire qu'il permet à chacun d'agir, de réussir, selon ses ressources.

Dispositif

Trois parcours d'obstacles différents sont disposés côte à côte sur une vingtaine de mètres environ. Une ligne de départ est délimitée à la craie au sol et trois zones de couleur sont tracées à l'arrivée pour repérer là où l'élève arrive en 7 secondes. Un quatrième parcours est disposé à côté, mais sans obstacle.



Légende des obstacles :



Quatre élèves sont désignés en tant que juges et se placent chacun au niveau des zones d'arrivée pour dire au coureur du couloir observé là où il est arrivé en 7 secondes. Leur placement est matérialisé pour ne pas qu'ils gênent les coureurs. C'est l'enseignant qui donne le départ et qui compte tout haut les secondes jusqu'à 7.

Déroulement

1 | Phase d'exploration (15 min)

« J'ai installé 4 parcours différents. À partir d'aujourd'hui, vous allez apprendre à courir avec des obstacles. Vous allez essayer tous les parcours plusieurs fois : les trois parcours avec obstacles et le parcours sans obstacle. Les coureurs prêts à partir se placent sur la ligne, entre deux plots. Les autres, vous attendez votre tour derrière. Au top départ, je vais compter tout haut jusqu'à 7 ; vous devrez courir le plus vite possible en franchissant les obstacles pour arriver le plus loin possible quand vous entendrez "7". Les élèves sur le côté sont les juges, ils vous diront et noteront sur votre fiche dans quelle zone vous êtes arrivés. »

L'enseignant veillera à renouveler les juges au moins une fois au cours de cette phase pour que chacun puisse courir.

2 | Phase de mise en commun (5 min)

L'enseignant demande aux élèves leur ressenti, quelles différences ils observent sur les parcours, si certains semblent plus difficiles que d'autres (les avis peuvent diverger) et pourquoi ; le parcours plat permettra de comparer les performances réalisées entre une course avec obstacles et une course sans obstacle pour faire émerger la perte de temps due au franchissement. Une nouvelle phase d'exploration peut être proposée si besoin.

3 | Nouvelle phase d'activité (20 min)

Cette fois-ci, les élèves choisissent un parcours avec obstacles entre les trois proposés. Ils vont devoir le réaliser au moins quatre fois. Ils devront aussi courir sur le parcours plat au moins une fois.

Les juges (qui ont changé) ont chacun une planche avec la fiche des élèves qui vont courir sur leur parcours. Cela représente en moyenne 5 ou 6 coureurs pour un juge. Si les enfants sont trop nombreux sur un parcours, celui-ci pourra être doublé. Les fiches, préparées par l'enseignant, auront été données préalablement aux juges par les élèves eux-mêmes.

Les juges devront indiquer pour chaque essai la zone dans laquelle les coureurs arrivent au bout de 7 secondes.

Exemple de fiche de performance à construire pour les juges

Mardi 12 septembre Rebecca Parcours choisi : 2	ZONE D'ARRIVÉE ATTEINTE		
1 ^{er} essai	✗		
2 ^e essai	✗		
3 ^e essai		✗	
4 ^e essai	✗		
Course sans obstacle			✗

4 | Bilan en classe

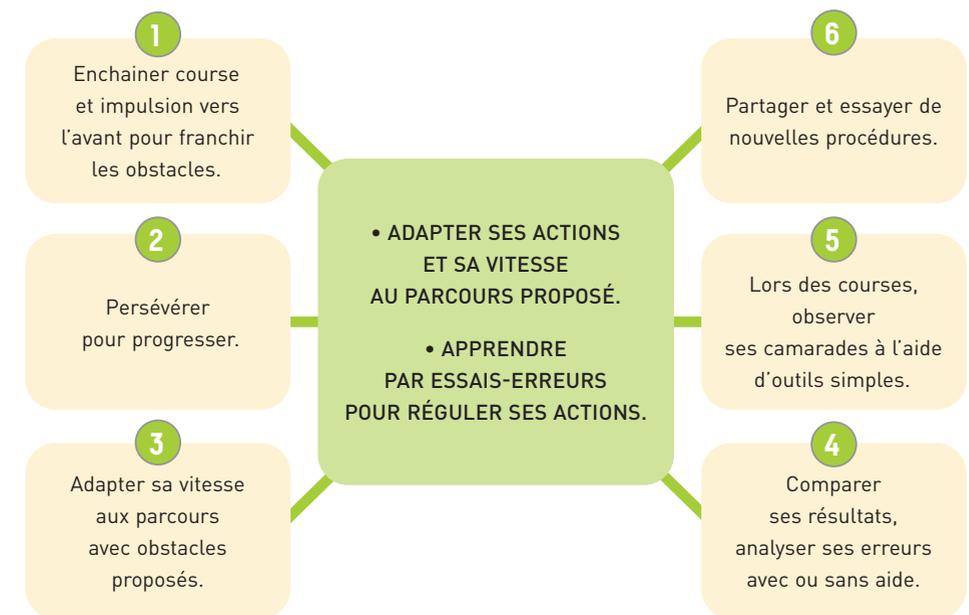
Les fiches élèves permettent de garder une trace de la performance réalisée. Chacun peut ainsi se remémorer le type de parcours choisi et les zones atteintes. La régularité de la performance doit être abordée. Une comparaison des performances entre parcours plat et parcours avec obstacles est indispensable.

La finalité du module est annoncée à la fin du bilan : **il s'agira de progresser pour courir plus vite sur le parcours avec obstacles et de diminuer l'écart entre les deux parcours.**

Le bilan doit aussi faire état des réussites et des difficultés pour courir vite, cela conduit à définir des attendus pour les séances suivantes.

Éléments d'évaluation des compétences et des ressources

Cette structure rayonnante³ permet d'identifier les ressources à développer à partir des compétences visées. L'enseignant évalue à la fois le développement des ressources des élèves – essentiellement motrices – et la capacité des élèves à mobiliser leurs ressources dans le but de s'adapter à de nouveaux parcours. Cette façon de procéder permet de visualiser à la fois les compétences visées, notées en gras sur fond vert, et les ressources à mobiliser, identifiées ici comme des savoir-faire ou des habiletés (numérotées de 1 à 6), qui feront l'objet d'apprentissages particuliers (voir propositions de trois situations d'apprentissage p. 88).



Dans le tableau de la page suivante, des critères d'évaluation et des indicateurs d'observation sont proposés. La dernière colonne « Conduites typiques » correspond de façon non exhaustive aux réponses possibles des élèves. Elles sont accompagnées de conseils pour les faire progresser.

3. G. Scallon, *L'évaluation des apprentissages dans une approche par compétences*, De Boeck, 2007.

Situation d'apprentissage 1 |

Obstacles en chaîne

But pour l'élève Courir le plus vite possible du départ à la ligne d'arrivée.
Ce que les élèves vont apprendre

- Enchaîner course et impulsion vers l'avant.
- Comparer ses résultats, analyser ses erreurs avec ou sans aide.
- Partager et explorer de nouvelles procédures.

Organisation En classe entière, chacun pour soi puis par deux.

Durée 2 séances de 40 min.

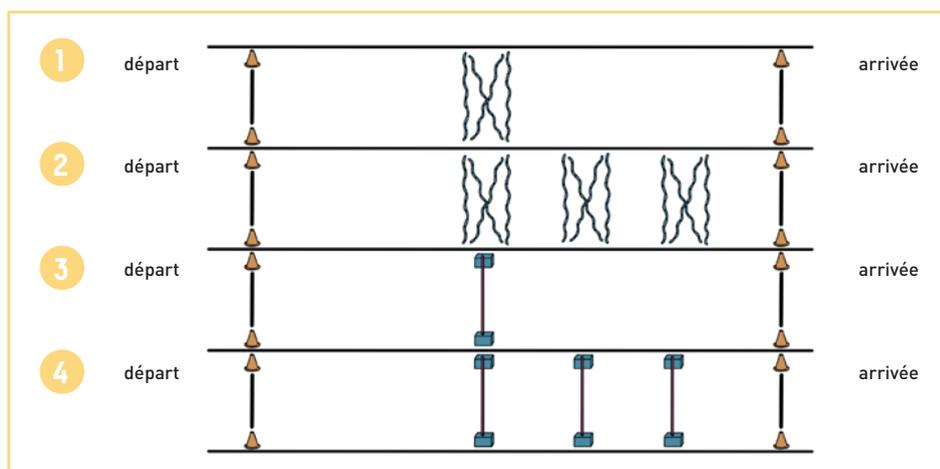
Matériel Différents obstacles : barres sur des briques, cordelettes, plots et lattes.

2. Situation 1 - Fiche d'évaluation

Pour rappel, les enfants ont tendance à « sauter » par-dessus les obstacles plutôt qu'à les franchir. De fait, ils réalisent une impulsion vers le haut, ce qui leur demande beaucoup d'énergie, et peinent à reprendre la course après l'obstacle car ils se réceptionnent bien souvent sur les deux pieds presque en même temps et côte à côte.

L'enseignant a ainsi pour objectif de développer les ressources motrices des élèves, pour qu'ils enchaînent une course rapide et des impulsions vers l'avant.

Dispositif



Quatre parcours de course sont proposés. Chaque parcours comporte un seul type d'obstacle sur une distance de 15 mètres :

- Parcours 1 : un saut de rivière délimité par des cordelettes, au milieu du parcours (50 cm de large).
- Parcours 2 : trois sauts de rivière placés à environ 6, 9 et 12 mètres du départ.
- Parcours 3 : un obstacle haut (type haie basse de 10 à 15 cm) au milieu du parcours.
- Parcours 4 : trois obstacles haut de 15 cm placés à environ 6, 9 et 12 mètres du départ.

Déroulement

1 | Exploration des 4 parcours (15 min)

Les élèves essaient les 4 parcours, sans être chronométrés ni faire la course avec quelqu'un.

« Je vous propose aujourd'hui 4 parcours différents. Il y a deux sortes d'obstacles : soit des rivières représentées par les cordelettes, soit des haies représentées par les barres. Vous allez essayer chaque parcours au moins deux fois, dans l'ordre que vous voulez. À la fin, je vous demanderai sur quel parcours vous pensez pouvoir courir le plus vite et pourquoi. »

2 | Mise en commun (5 min)

L'enseignant regroupe les élèves et leur demande sur quel parcours ils pensent être allés le plus vite, comment ils le savent et pourquoi certains parcours semblent plus difficiles.

Exemples de réponses :

- « Je vais moins vite sur le parcours 3 car l'obstacle est plus haut et quand je retombe après, je m'arrête presque, c'est dur de repartir vite. »
- « Les parcours 3 et 4 nous font ralentir, surtout le 4 car il y a plusieurs obstacles à la suite. »
- « Le parcours 1 est le plus facile, je ne m'arrête pas car je n'ai pas besoin de sauter haut. »

L'évaluation qualitative entre pairs

Voici un exemple d'outil d'évaluation entre pairs qui permet aux élèves d'observer leurs camarades [2. Fiche d'évaluation entre pairs](#). Les fiches de performance (p. 99) sont déjà des outils pertinents mais elles ne concernent que le résultat de l'action. Ici, nous nous focalisons sur des observations qualitatives permettant aux enfants d'identifier et de comprendre peu à peu ce qu'il faut faire pour aller plus vite.

Observateur : <i>Léa</i> pour : <i>Saïd</i>	IL/ELLE NE S'ARRÊTE PAS MAIS RALENTIT SOUVENT AVANT L'OBSTACLE.	IL/ELLE FRANCHIT, S'ARRÊTE APRÈS L'OBSTACLE ET REPREND SA COURSE.	IL/ELLE COURT VITE ET NE RALENTIT PRESQUE PAS POUR FRANCHIR L'OBSTACLE.
			
15 septembre Parcours avec 3 obstacles bas et courts (lattes).	x		
22 septembre Parcours avec 3 rivières.		x	
1^{er} octobre Parcours avec 2 rivières et 2 lattes.			x

Cette grille d'observation peut être utilisée à différents moments durant le module afin de visualiser les progrès qualitatifs relatifs au franchissement des obstacles.

Trace pour l'enseignant liée à l'évaluation par compétences

Au regard des ressources développées (présentées p. 85), voici un exemple de tableau récapitulatif par élève pour situer les progrès [2. Tableau des progrès de l'élève](#). C'est une **synthèse** pour l'enseignant, renseignée à partir des observations menées.

Il est à différencier des éventuels outils pour l'élève et des fiches d'observation. Il sera repris lors de modules ultérieurs mis en œuvre durant le cycle pour visualiser les progrès et valider ou non l'acquisition de compétences.

Les cases colorisées représentent les ressources non développées dans ces situations, que l'on ne peut donc évaluer.

<i>Lucas</i>	SITUATION DE RÉFÉRENCE	SITUATION D'APPRENTISSAGE 1	SITUATION D'APPRENTISSAGE 2	SITUATION D'APPRENTISSAGE 3
Enchaîner course et impulsion vers l'avant pour franchir l'obstacle.	x	x		
Persévérer pour progresser.				
Adapter sa vitesse aux parcours avec obstacles proposés.	x			x
Comparer ses résultats.	x		x	
Analyser ses erreurs.		x avec aide de l'enseignant		
Observer ses camarades à l'aide d'outils simples.	x			
Partager et essayer de nouvelles procédures.		x		

Traces pour l'élève dans le cahier d'EPS

Voici quelques exemples de traces possibles que les élèves pourraient produire en dictée à l'adulte, recopier ou écrire dans leur cahier d'EPS. Ces traces peuvent être tantôt communes à tous les élèves, tantôt individualisées, selon le parcours d'apprentissage de chacun. Elles peuvent être accompagnées des fiches d'observation remplies, de photos et de dessins.

Ce que nous avons appris en EPS

• 12 septembre

(Trace collective.)

Pour gagner la course, il faut bien écouter le signal de départ, courir vite, franchir les obstacles sans piétiner ni ralentir après, puis continuer à courir vite jusqu'à la ligne d'arrivée.

Nous avons aussi appris à tenir différents rôles.

• 15 septembre

(Trace collective.)

Nous avons appris à courir en regardant devant soi : il faut toujours regarder l'obstacle et ne pas avoir peur quand on s'approche.

• 18 septembre

(Trace collective.)

Nous avons appris à courir en ralentissant le moins possible en franchissant l'obstacle : il faut arriver les pieds décalés derrière l'obstacle. Il ne faut pas regarder ses pieds.

• 21 septembre

(Trace individuelle.)



• 22 septembre

(Trace collective.)

Nous avons appris à continuer à courir après l'obstacle : il faut garder la même vitesse qu'avant l'obstacle. C'est difficile. Nous avons appris à mieux connaître nos capacités, à prévoir de réussir en choisissant le parcours le mieux adapté pour nous, même si le parcours qui nous va le mieux est différent du parcours de notre camarade.

(Tableau d'évaluation individuel à coller, p.100.)

• 25 septembre

(Trace collective.)

Nous avons appris à comparer des temps.

Adaptation du module pour les CE2

Pour des élèves plus âgés (CE2), les courses pourront être organisées selon une distance donnée (25 m, par exemple) et non plus selon un temps donné, comme ici sur 7 secondes. Ainsi l'enseignant les amènera à comparer des temps différents pour apprécier leurs progrès plutôt qu'à comparer des distances parcourues selon un temps donné. Ceci pourra faire l'objet d'un enseignement interdisciplinaire.

Les élèves de CE2 enchainent de façon plus fluide les actions. Toutefois, les franchissements poseront toujours des problèmes car ils auront encore tendance à trop s'élever et à retomber parfois brutalement derrière l'obstacle.

Les obstacles, selon les ressources des élèves, pourront être plus hauts (hauteur du genou), combinés (haies et rivières dans un même parcours) et nombreux.

Interdisciplinarité

Quelques pistes pour faire des liens interdisciplinaires :

• Questionner le monde :

- Réaliser des instruments de mesure du temps : des sabliers.
- Découvrir le fonctionnement de son corps (articulations, muscles, respiration).

• Mathématiques :

- Utiliser un tableau à double entrée.
- Comparer et classer des résultats pour observer ses progrès.

• Français :

- Participer aux échanges oraux en respectant les tours de parole (exprimer un ressenti, expliciter une action motrice).
- Faire des exposés sur les différentes activités liées à l'athlétisme ou sur tous les types de course lors de JO d'athlétisme (travail de groupe : le lancer de poids, les courses, etc.).
- Lire un tableau.
- Lire les prénoms et noms des autres.
- Rédiger une trace.

• Enseignement moral et civique :

- Installer un climat serein d'apprentissage, de confiance, de respect des différences.