

MINISTERE DE L'EDUCATION NATIONALE,
DE L'ENSEIGNEMENT TECHNIQUE ET
DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE

DIRECTION DE LA PEDAGOGIE ET
DE LA FORMATION CONTINUE

SOUS-DIRECTION DE LA FORMATION
PEDAGOGIQUE CONTINUE

REPUBLIQUE DE COTE D'IVOIRE

Union – Discipline – Travail

FORMATION DES 5300 INSTITUTEURS ADJOINTS DU PROGRAMME SOCIAL DU GOUVERNEMENT 2019

28 juillet – 30 septembre 2019

MODULE DE FORMATION

**Education Physique et Sportive
(EPS)**

PROGRESSION EN EPS

PERIODES	COMPETENCES	LECONS	CONTENUS	HEURES
Semaine1 Du 29/07/19 au 03/08/19	COMPETENCE1 : Planifier les activités d'enseignement- Apprentissage-Evaluation	Leçon1 : Généralités sur l'EPS.	-Définition -Les bienfaits de l'EPS dans le développement global de l'enfant	2H
Semaine2 Du 05/08/19 au 10/08/19	COMPETENCE2 : Organiser et animer le groupe classe en favorisant les coopérations	Leçon1 : Organisation matérielle et spatiale	-Collecte du matériel -Traçage du terrain -Organisation de la classe -Motricité globale -Motricité Fine -Opposition inter individuelle -Opposition Coopération -Elaboration de fiche	6H
Semaine3 Du 12/08/19 Au 17/08/19		Leçon3 : Mise en œuvre des techniques d'animation	-Les séances objets -Les séances jeux	2H 2H
Semaine4 Du 19/08/19 Au 24/08/19			-Evaluation et Pratique	4H
Semaine5 -6 Du 26/08/19 Au 07/09/19			-Animation sportive : • Tournoi triangulaire • Initiation -Activités sportives : • Sports collectifs • Sports Athlétiques • Expression corporelle -Evaluation et Pratique	8H
Semaine7 Du 09/09/19 au 14/09/19			Evaluation et Pratique	4H
Semaine8 Du 16/09/19 au 28/09/19			Evaluation et Pratique	4H

SOMMAIRE

COMPETENCE 1 : Planifier les activités d'enseignement-Apprentissage-Evaluation.....3

LECON 1 : les généralités sur l'EPS.....3

I- Définition3

II- Les bienfaits de l'E.P.S dans le développement global de l'enfant.....3

III- RELATIONS E.P.S ET DROITS DE L'ENFANT.....3

COMPETENCE 2 : Organiser et animer le groupe classe en favorisant les coopérations...4

Leçon 1 : Organisation matérielle et spatiale4

I - Organisation de la classe.....4

II- Traçage du terrain7

III- Collecte et fabrique du petit matériel d'enseignement.....10

Leçon 2 : L'EPS à la maternelle.....11

I- La motricité globale.....11

II- La motricité fine.....11

III- L'opposition inter/ individuelle.....12

IV- L'opposition / coopération.....12

V- Exemple de fiche.....12

LECON 3 : Mise en œuvre des techniques d'animations.....19

SEANCE 1 : Les séances objets ou séances petits matériels ou encore séances de manipulation.....19

I- Les intentions pédagogiques.....19

II- Les différentes étapes de la progression pédagogique.....19

III- La démarche pédagogique des séances objets.....20

<u>V-LES AXES DE RECHERCHE OU CONDITIONS POSSIBLES AU COURS D'UNE SEANCE OBJET</u>	21
<u>Séance 2 : les séances jeux</u>	22
I- définition du jeu.....	22
II- Définition des différents types de jeu.....	22
III- Caractéristiques des différents types de jeux.....	23
IV-Présentation des temps de la démarche pédagogique.	24
V- Evolution des différents types de jeux.....	24
VI- PORTE EDUCATIVE DU JEU.	25
VII- ELABORATION DE FICHE DE SEANCE.....	25
<u>Séance 3 : L'animation sportive</u>	27
I- Définition.....	27
II- Objectifs spécifiques.....	28
III-LE TOURNOI TRIANGULAIRE ET INITIATION.....	28
IV- INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES.....	29
Leçon 3 : Les activités sportives.....	34
Séance 1 : Les sports collectifs.....	34
I Le Handball.....	34
II Le Football.....	36
Séance 2 : Les <u>sports Athlétiques</u>	37
I- Les Courses	37
II –Les sauts.....	40
III-Les Lancers.....	42
Séances 3 : Expression corporelle	43
I- La gymnastique.....	43
II- La lutte.....	44
CONCLUSION GENERALE.....	45

COMPETENCE 1: Planifier les activités d'enseignement-Apprentissage - Evaluation

LECON 1 : Les généralités sur l'EPS

Séance 1 : Présentation de l'EPS

I-Définition

EPS signifie **E**ducation **P**hysique et **S**portive .C'est une discipline d'enseignement qui contribue efficacement à la formation de l'individu aux plans physique, intellectuel, social, moral et civique. Elle utilise comme moyen d'action la pratique des activités physiques et sportives.

II-Les bienfaits de l'E.P.S dans le développement global de l'enfant.

L'E.P.S vise 5 objectifs fondamentaux dans son enseignement :

- le développement de l'intelligence de l'enfant, de son imagination et de sa créativité.
- le développement de son corps, de son hygiène corporelle et de sa santé.
- le développement de sa personnalité, de son caractère et de son affectivité.
- sa formation professionnelle, sportive et sa préparation aux loisirs modernes et traditionnels.
- sa socialisation, son sens de responsabilité et sa formation civique et morale.

III-RELATIONS E.P.S ET DROITS DE L'ENFANT

Il existe un lien étroit entre l'E.P.S et les droits de l'enfant. L'enfant a droit à la santé, à l'éducation, à l'égalité et à la protection ; la pratique de cette discipline confère à ce dernier un mieux-être puisque celle-ci participe à son hygiène corporelle.

Le respect des règles au cours des différentes activités proposées participe à son éducation et à sa socialisation.

La protection et la sécurité de l'enfant sont fondamentales pendant les séances d'éducation physiques, par conséquent toute action pouvant porter atteinte à son intégrité physique est proscrite. Les activités ludiques sont fondamentales chez l'enfant. Elles répondent à un véritable besoin de celui-ci : besoin d'éprouver ses forces, ses capacités de compréhension et d'exécution, sa volonté...

Elle se pratique exclusivement dans les petites classes (CP...CE1).

Dans l'enseignement à l'école primaire, elles se composent de séances de manipulations et de séances jeux. Elles constituent en outre des séances qui s'harmonisent pleinement et aisément avec la réalité infantile et qui se manifestent par des acquisitions actives.

Cette action éducative visera à enrichir et à diversifier le champ d'expérience de l'enfant par la création et l'élargissement de sa motricité.

COMPETENCE 2 :
Organiser et animer le groupe classe en favorisant les coopérations

LECON 1 : ORGANISATION MATERIELLE ET SPATIALE

Séance 1 : Présentation de l'organisation matérielle et spatiale du groupe classe

En début d'année scolaire les trois premières actions du maître sont :

- l'organisation de la classe
- le traçage du terrain
- la collecte et fabrication du matériel

I - Organisation de la classe

Le bon déroulement d'une séance d'E.P.S nécessite une bonne organisation de l'effectif de la classe en équipes de valeurs sensiblement égales : c'est-à-dire **homogène** entre elles et **hétérogène** en leur sein.

Pour une classe mixte, il ne faut jamais faire une équipe de filles à part ; il faut veiller à ce que les équipes soient mixtes.

Une seule séance suffit pour organiser la classe de façon équilibrée en tenant compte de l'**effectif** et de la **taille**.

Effectif de la classe	$E \leq 17$	$18 \leq E \leq 34$	$35 \leq E \leq 42$	$43 \leq E$
Nombre d'équipes	2	3	4	6

En général, il est conseillé d'organiser la classe en 6 équipes distinctes par des couleurs différentes et désigner ou faire élire des chefs d'équipes.

Ex : Soit un effectif de 60 élèves avec 19 filles.

Soit : a- b- c- d-----les 19 filles

1- 2- 3- 4-----les 41 garçons

- Faire deux (02) rangs : un (01) rang de filles et un (01) rang de garçons par ordre de croissance (du plus petit au plus grand).

Les six (06) premiers constituent les premiers éléments de chaque groupe, le reste des filles puis les garçons se repartissent derrière les six (06) premières filles suivant **le système serpent**.

On obtient la répartition suivante :

Jaune	Vert	Bleu	Rouge	Orange	Violet
A →	B →	C →	D →	E →	F ↓
↓ L ←	K ←	J ←	ⓐ I ←	H ←	G ←
M →	ⓑ N →	O →	P →	Q →	R ↓
↓ 5 ←	4 ←	3 ←	2 ←	ⓓ 1 ←	S ←
ⓔ 6 →	7 →	8 →	9 →	10 →	11 ↓
↓ 17 ←	16 ←	ⓖ 15 ←	14 ←	13 ←	ⓗ 12 ←
18 →	19 →	20 →	21 →	22 →	23 ↓
↓ 29 ←	28 ←	27 ←	26 ←	25 ←	24 ←
30 →	31 →	32 →	33 →	34 →	35 ↓
41 ←	40 ←	39 ←	38 ←	37 ←	36 ←

N.B : - Attribuer une couleur à chaque équipe.

- Faire élire ou désigner les chefs d'équipe.

→ Sens de placement des élèves.

○ Chefs d'équipe.

Contrairement aux petites ou la classe est organisée seulement en fonction du genre et de la taille, le principe de l'organisation des grandes classes est d'aboutir à trois (03) clubs homogènes en capacité d'endurance.

Pour cela, nous partirons de l'organisation des petites classes pour soumettre les élèves à des courses d'endurances à l'issue des quelles chacun devra être classé dans un club puis dans une équipe.

L'organisation des grandes classes se déroule en deux(02) séances.

Exemple d'une classe de 48 élèves.

1- PREMIERE SEANCE

- 1.1- Repartir les élèves de la classe selon le modèle des petites classes.
- 1.2- Soumettre chaque équipe à une course. A l'arrivée il sera remis à chaque coureur une fiche portant son numéro d'ordre d'arrivée sur lequel il inscrira son nom.
- 1.3- A l'issue de la 1^{ère} séance, regrouper tous les 1^{er} et 2^{èm}, tous les 3^{ème} et 4^{ème}, tous les 5^{ème} et 6^{ème}, tous les 7^{ème} et 8^{ème} de la classe.

2- DEUXIEME SEANCE.

- 2.1- Constituer de nouveaux groupes de course sur la base des résultats de la première course.
 - Groupe 1 : les 1 et les 2→ 12 élèves
 - Groupe 2 : les 3 et les 4→ 12 élèves
 - Groupe 3 : les 5 et les 6→ 12 élèves
 - Groupe 4 : les 7 et les 8→12 élèves
- 2.2- Soumettre chacun de ces groupes à une course d'endurance sur la même distance qu'à la séance précédente.
- 2.3- A l'arrivée de chaque course, il sera remis à chacun des coureurs une fiche portant son rang définitif.
 - Le groupe1 sera classé du 1 au 12
 - Le groupe2 sera classé du 13 au 24
 - Le groupe3 sera classé du 25 au 36
 - Le groupe4 sera classé du 37 au 48
- 2.4- Mettre les élèves en rangs du 1 au 48
- 2.5- Faire une répartition en trois clubs de deux équipes chacun selon le système serpent.

Ainsi on aura :

CLUBS	ROUGE	JAUNE	VERT
EQUIPES 1	1 →	2 →	3 ↓
	6 ←	5 ←	4 ↓
	7 →	8 →	9 ↓
	12 ←	11 ←	10
	13 →	14 →	15 ↓
	18 ←	17 ←	16 ↓
	19 →	20 →	21 ↓
	24 ←	23 ←	22 ↓
	25 →	26 →	27 ↓
	30 ←	29 ←	28
	31 →	32 →	33 ↓
	36 ←	35 ←	34 ↓
	37 →	38 →	39 ↓
	42 ←	41 ←	40 ↓
43 →	44 →	45 ↓	
48 ←	47 ←	46 ↓	

2.6- Attribuer une couleur à chaque club

2.7- Faire élire un chef dans chaque club, puis dans chaque équipe.

II -Tracage du terrain

1. dans les petites classes (CP1, CP2, CE1)

Au niveau des petites classes, la forme et les dimensions du terrain varient selon le type de séance, l'espace disponible et l'effectif de la

Classe .Il doit être bien matérialisé.

1.1- Pour les séances objets.

Le terrain le mieux adapté est la forme circulaire. L'intervalle séparant deux enfants est de 1,50m. Cet intervalle et le nombre d'élèves permettent de calculer la circonférence du cercle, par conséquent pour calculer le rayon du cercle en vue de le tracer, la formule suivante est appliquée.

1.2- Formule du terrain circulaire

Si l'on considère que π est égal à 3 au lieu de 3,14 pour faciliter les calculs alors le terrain circulaire en E.P.S est tracé selon la formule suivante :

$$\text{Circonférence} = 2 \pi R$$

$$C = \text{effectif} \times 1,50 \text{ m}$$

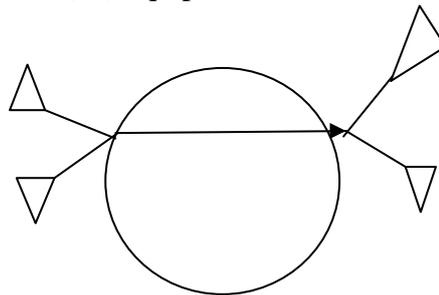
$$2 \pi R = \text{effectif} \times 1,50 \text{ m}$$

$$R = \frac{\text{Effectif} \times 1,50}{2\pi}$$

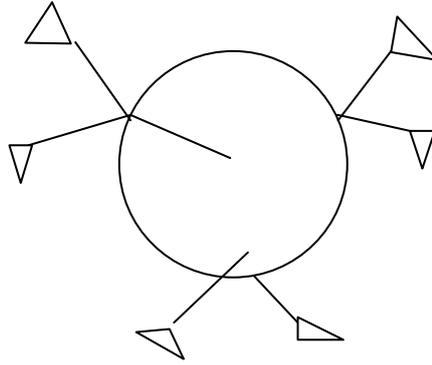
Une fois le rayon déterminé, le maître pourra utiliser une corde (longueur = rayon) relier à deux (02) piquets pour tracer son terrain.

1.3- Comment obtenir l'emplacement des équipes sur le cercle ?

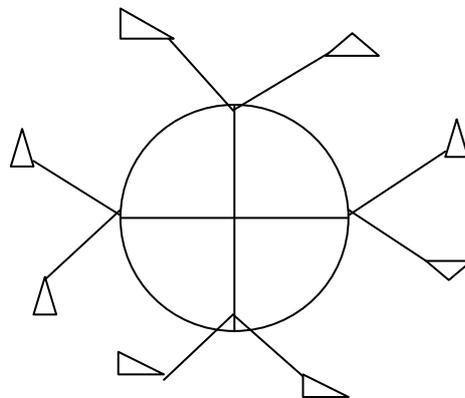
Pour une classe comportant deux (02) équipes, il faut diviser le cercle en deux (02) en traçant tout simplement le diamètre.



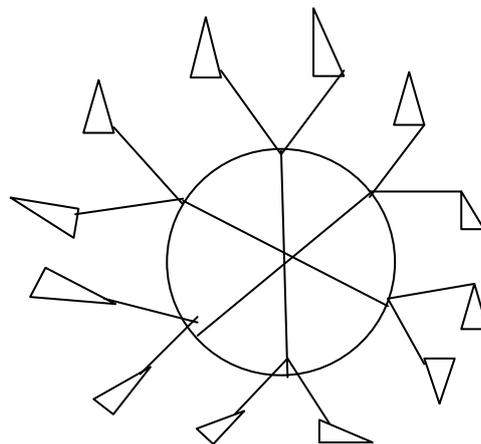
Pour une classe comportant trois (03) équipes, il suffit de reporter trois(03) fois le diamètre du cercle sur la circonférence. L'on obtient ainsi les(03) trois zones d'égales longueurs.



Pour une classe comportant quatre(04) équipes, il suffit de diviser le cercle par deux(02) diamètres perpendiculaires sur la circonférence et l'on obtient ainsi quatre(04) zones d'égales longueurs.



Pour une classe comportant six (06) équipes, il suffit de reporter six fois le rayon sur la circonférence du cercle et l'on obtient six (06) zones d'égales longueurs.



Il est conseillé de matérialiser le terrain ou toute autre forme de terrain avec un matériau ne présentant pas de danger pour les élèves, tels que la poudre de charbon, le sable, l'argile.

L'aire de jeu retenu dans les grandes classes est le mini-stade. Le mini-stade est un espace aménagé pour la pratique des activités physiques et sportive réalisées dans le cadre l'animation sportive. Il est composé de ;

Le mini stade est composé :

- 1- D'une aire de sport collectif : (40x20m)
- 2- D'une piste d'endurance : (150m)
- 3- D'une piste de vitesse : (40x6m)
- 4- D'un sautoir : (6x4m)

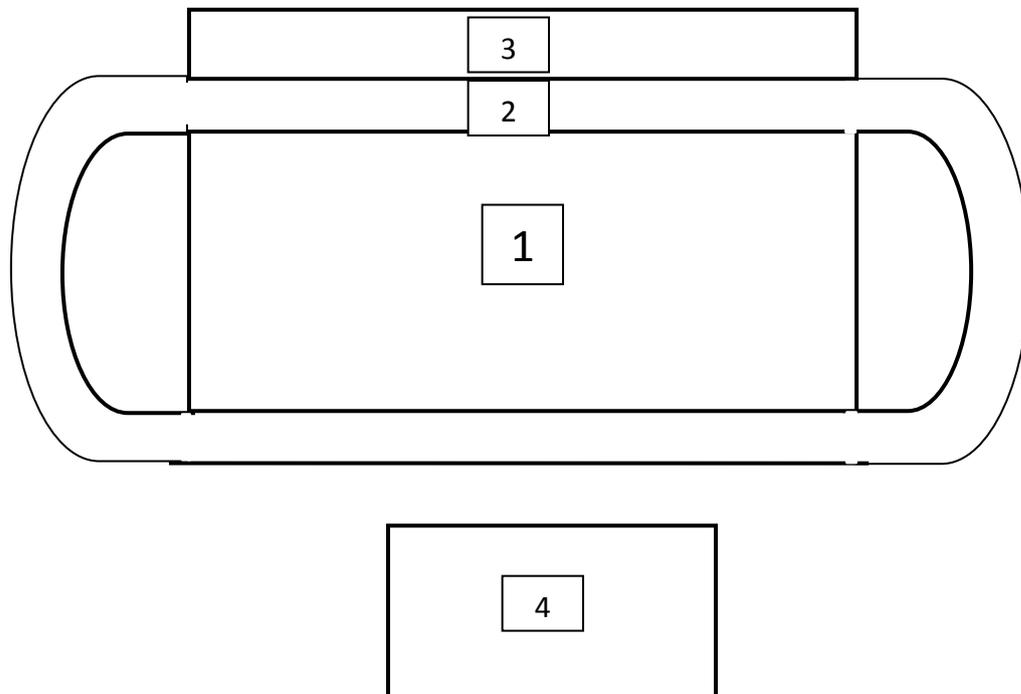


Schéma d'un mini-stade

III- Collecte et fabrication du petit matériel d'enseignement

C'est l'ensemble de tous les éléments indispensables pour la réalisation de la séance. Il est composé du petit matériel sommaire ; balles, cordes, boîtes, bandeaux, fanions, sifflets, chronomètres, montres. Le maître peut en confectionner lui-même ou solliciter la coopérative scolaire, l'inscrire sur la liste des fournitures scolaires.

NB : la liste de ce petit matériel est donnée à titre indicatif et non limitatif.

Dans les grandes classes (CE2 - CM) le matériel didactique est fonction des activités sportives retenues. Cependant le matériel tel que : les sifflets, les jeux de bandeaux ou foulards, la montre ou le chronomètre et les fiches de résultats doivent être disponibles.

LEÇON 2 : L'EPS A LA MATERNELLE.

Séance1 ;

Introduction

A la maternelle quatre domaines sont considérés :

- Motricité globale
- Motricité fine
- L'opposition inter - individuelle
- L'opposition coopération

I- La motricité globale

Elle regroupe tous les déplacements.

Dans ce domaine l'enfant utilise et adapte ses mouvements dans des situations aménagées. Il exercera alors ses capacités motrices qui correspondent aux différents verbes d'actions : sauter, grimper, courir, marcher etc dans des situations diverses en y incluant une rencontre d'opposition.

Exemple d'actions

Marcher rapidement, bondir, sauter a cloche pieds, ramper, sauter_en longueur, roulade avant, relais etc.

II- La motricité fine

Ce domaine s'intéresse plus à la manipulation d'objets. L'enfant utilise à son initiative des objets de formes, de poids, de taille, de natures différentes pour ; rouler, transporter, balancer, lancer, jongler, etc.

L'enfant adapte ses conditions motrices et manipule des objets en vue d'une efficacité et d'une précision du geste.

Exemple de jeu

Lancer la balle, faire tourner le cerceau, faire rouler la balle, transporter un cerceau sur la tête, jongler la balle, viser une cible, balancer le foulard, lancer la balle et la recevoir sur le dos, lancer et attraper la balle avec les mains, etc.

III- L'opposition inter/ individuelle

Ce sont des activités d'opposition 2à 2 en général. Dans ce domaine, l'enfant se confronte à un autre en respectant la règle établie, Il s'agit pour lui d'entrer en contact avec l'autre dans les actions élémentaires simples ; pousser, tirer, arracher un objet, déséquilibre.

Exemple de jeux

Pousser les autres avec les mains, tirer l'autre avec les mains, tirer l'autre à l'aide d'une corde, arracher la balle avec la main, se pousser avec le dos.

IV- L'opposition / coopération

Dans le domaine, il s'agit essentiellement de jeux collectifs. L'enfant avec l'aide d'un groupe, l'autre de son groupe s'oppose à un autre groupe tout en respectant les règles du jeu. Il peut aussi réaliser les actions (un contre tous) au sein d'un groupe. C'est une activité qui permet à l'enfant d'agir essentiellement pour gagner avec ou sans opposition.

Exemple de jeux ;

Vider le camp, minuit dans la bergerie, abattre les quilles, dedans, dehors, le renard...

NB : La motricité globale, la motricité fine et l'opposition inter- individuelle ont la même fiche (c'est-à-dire la même méthodologie).

L'opposition / coopération à sa fiche à part.

V- Exemple de fiche

1. Fiche standard

Discipline : E.P.S

Domaine : motricité globale / fine

Section : opposition inter - individuelle

Contenu :

Durée :

Organisation :

Semaine :

Activité :

Document :

Matériel :

Lieu :

Habilités	Contenu

DEROULEMENT

Etapes	Activités-Maitre	Stratégies Pédagogiques	Activités Eleves
PRESENTATION Prise en main	-Faire fouiller les poches et leur demander de les diriger au terrain, en rang et par équipe		
Mise en train	-Faire des échauffements en rapport avec l'activité du jour.		
DEVELOPPEMENT Phase d'exploitation	-Donnez la consigne pour rechercher l'activité du jour et les observer.		
Phase d'enrichissement	-Repérer l'activité du jour puis faire verbaliser. Faire imiter l'activité du jour par l'ensemble de la classe		
Phase de structuration	-C'est l'apprentissage proprement dit de l'activité du jour. On opte ici pour une organisation nous permettant de travailler au maximum l'activité en tenant compte des critères de réussites. - L'apprentissage se fait avec l'ensemble de la classe.		
Evaluation			
Retour au calme			

Discipline : E.P.S

Domaine : opposition / coopération

Section :

Organisation :

Durée :

Activité :

Semaine :

Document :

Matériel :

Lieu :

Habilités	Contenus

DEROULEMENT

ETAPES	METHODES ET MOYENS	ACTIVITES
Prise en main		
Mise en train		
La leçon du jour -La mise en place de la situation -- Mise en situation -Déroulement	-Faire un dessin représentatif du jeu avec tous les éléments qui le composent. -Expliquer le déroulement du jeu. -Faire jouer le jeu. -Donner les résultats -Faire faire la ronde chanté	
Retour au calme	-Faire le bilan de la séance -Faire la minute de silence -Organiser le retour en classe	

FICHE DE SEANCE

Discipline : E.P.S

Domaine : Motricité globale

Contenu : les déplacements

Organisation : Travail collectif

Activité : Sauter les pieds joints en
Tenant les mains à la hanche

Section :

Durée :

Semaine :

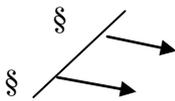
Documentation : Programme du préscolaire

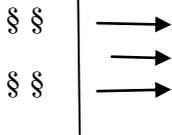
Matériel : Chaise, etc.

Lieu : Le terrain de jeu

Habilités	Contenu

DEROULEMENT

ETAPES	METHODES ET MOYENS	ACTIVITES- ELEVES
Prise en main	-En rang, dirigez-vous vers le terrain après avoir fouiller vos poches.	-Se dirigent au terrain en rang par équipe
Mise en train	-Faites deux tours du terrain Tenez le genou à tour de rôle avec les mains pendant 10 secondes	-Courent -S'exécutent
Phase d'exploration	-Délacez-vous de différentes manières, je vous observe	-Courent, marchent, sautent à cloche pied, sautent les pieds joints en mettant les mains à la hanche.
Phases d'enrichissement	- Après observation de A, comment te déplaces-tu ? -faites comme lui	- Je saute les pieds joints en mettant les mains à la hanche. § A -Toute la classe saute les pieds joints en ayant les mains à la hanche sur une distance donnée. 

<p>Phase de structuration</p>	<p>-Je fais faire l'exercice à l'ensemble de la classe en veillant à une réussite totale de celui-ci.</p> <p>Pour réussir, je le fais par groupe de 2 sur une distance donnée en m'appuyant sur la technique d'apprentissage suivante :</p> <p>-Mettre les mains à la hanche. -joindre les pieds. -Effectuer de grands bonds rapidement.</p> <p>NB : On ne marche pas</p>	<p>-A deux, ils sautent les pieds joints sur une distance donnée.</p> 
<p>Jeu</p>	<p>-A mon signal, contournez la chaise en sautant les pieds joints. Celui qui fait correctement l'exercice a gagné.</p> <p>-Au fur et à mesure, je mets de côté tous ceux qui réussissent l'exercice et de l'autre, ceux qui ne le réussissent pas.</p> <p>-Je donne les résultats. -Faites la ronde chantée.</p>	<p>-contournent les chaises en sautant les pieds joints.</p>  <p>Se disposent sur le terrain selon les consignes de la maîtresse.</p> <p>-Applaudissement des vainqueurs</p> <p>-Font la ronde</p>
<p>Retour au calme</p>	<p>-Comment avons-nous joué ? -Comment fait-on pour jouer ? -J'organise le retour en classe.</p>	<p>-On a sauté les pieds joints en mettant les mains aux hanches.</p> <p>-Joindre les pieds en mettant les mains aux hanches et effectuer de grands bonds rapidement courir ni marcher.</p> <p>-Se dirigent vers la classe en rang et en ordre groupe dans la discipline.</p>

Discipline : E.P.S

Domaine : Motricité fine

Section :

Contenu : Manipulation d'objets

Organisation : Travail collectif

Durée :

Activité : Transporter en rouleau

Document : Programme du préscolaire P. 157

Semaine :

Matériel : les rouleaux

Lieu : Le terrain

DEROULEMENT

ETAPES	METHODES	ACTIVITES-ELEVES
Prise en main	-je fais fouiller les poches et leur demande de se diriger au terrain en rang et par équipe	-Se dirigent au terrain en rang par équipe
Mise en train	-Faire 2 tours du terrain -Faire la rotation de l'épaule.	-Courent -Font la rotation de l'épaule
Phase d'exploration	-Jouer de différentes manières avec les rouleaux mis à votre disposition, je vous observe.	-Font rouler les rouleaux, transportent les rouleaux dans la main, sur la tête.
Phase d'enrichissement	-X, comment joues - tu avec ton rouleau ? -Faites comme X.	-Je transport le rouleau sur la tête. (schéma). Ils transportent le rouleau sur la tête.
Phase de structuration	-Je fais transporter le rouleau par groupe de 2 sur une distance donnée pour mieux les apprécier. Pour le réussir, je m'appuie sur les critères suivants : -Poser le rouleau au milieu de la tête. -Se tenir droit -Marcher lentement en gardant l'équilibre pour éviter qu'il tombe	-Transportent le rouleau sur la tête sans le faire le faire tomber. (schéma)
Jeu	-Je fais le même exercice sur une distance donnée et met de côté ceux qui le réussissent pas. -Je donne les résultats -Faites la ronde chantée	-Transportent le rouleau sur la tête en contournant la chaise. (schéma) -Applaudissent les vainqueurs. -Font la ronde chantée
Retour au calme	-Qu'avons-nous fait dans ce jeu ? -Comment faire pour gagner. -Comment faire pour ne pas qu'il tombe ? -Faire une minute de silence. -J'organise le retour en classe.	-On à transporté le rouleau sur la tête. -Il faut le transporter sans le faire tomber ? -Il faut bien le poser sur la tête, se tenir droit, marcher lentement en étant équilibré. -Font une minute de silence. -Se dirigent vers la classe en rang et en ordre dans la discipline par équipe.

LECON 3 : Mise en œuvre des techniques d'animations

SEANCE 1 : Les séances objets ou séances petits matériels ou encore séances de manipulation.

Définition

Une séance objets ou séance petits matériels ou encore séance de manipulation est une séance au cours de laquelle les élèves manipulent les (s) objets mis à leur disposition. C'est une séance au cours de laquelle un ensemble d'exercices physiques à but éducatif sont pratiqués sous forme de manipulation de petit matériel tels les bâtons, les cordes, les cartons et les balles.

I – Les intentions pédagogiques

Définition : ce sont les compétences lointaines (à long terme ou moyen terme) que le maître vise à travers la proposition d'une situation d'apprentissage.

1-Les intentions

La pratique régulière de la séance objet fait :

- Acquérir à l'enfant un vocabulaire de base, un certain nombre de notion topographique.
- Enrichir et diversifier les conduites motrices de l'enfant, favorisant sa créativité, en stimulant son imagination, en améliorant sa coordination motrice.
- Permettre à l'enfant de connaître son corps et ses possibilités motrices.
- Favoriser l'organisation de ses perceptions : vue, ouïe, toucher, intellectuelle...
- Favoriser sa socialisation en l'aidant à sortir de son égocentrisme.
- Répondre aux besoins de bouger, de jouer de l'enfant.

II –Les différentes étapes de la progression pédagogique.

Elles sont au nombre de quatre.

1^{ère} Etape :

Découvrir et verbaliser plusieurs actions générales possibles avec un objet : ex. Jouer avec la balle.

(Elle repose sur les différents verbes d'actions : rouler, lancer, attraper, jongler, tirer...).

2^{ème} Etape :

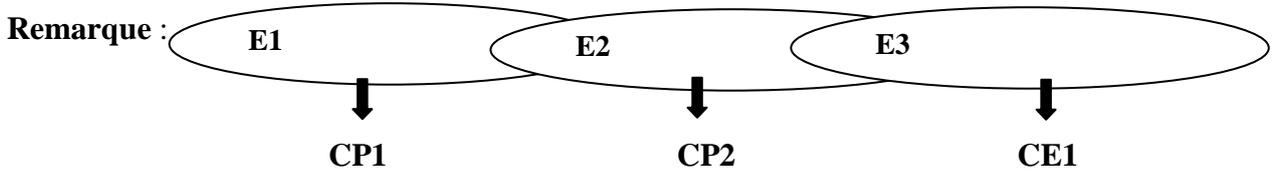
Découvrir et verbaliser différentes manières de réaliser une action déjà découverte à la première étape. Ex : Comment pouvez-vous lancer votre balle. Jouez... je vous regarde !

3^{ème} Etape :

Découvrir et verbaliser la meilleure manière de réaliser une action connue en vue d'une performance ou d'un but à atteindre. Ex : Sauter à la corde le plus longtemps possible sans s'arrêter (performance : le plus longtemps possible).

4^{ème} Etape :

Inventer à deux ou à plusieurs un ou deux jeux avec un ou plusieurs objets identiques ou différents.



NB : Une action générale est toute action possible qu'on peut faire avec un objet.

Ex : Sauter à la corde, rouler, tirer, rattraper, tourner, jongler, pousser, etc.

III- La démarche pédagogique des séances objets.

C'est la procédure ou la manière utilisée par le maître pour mener à bien un cours afin d'attendre l'objectif qu'il s'est fixé.

1- Les phases ou les différents temps de la démarche pédagogique.

Elles sont au nombre de quatre.

TEMPS 1 : la phase de consigne (ou mise en action).

On donne la consigne du jeu : ex. Qu'est-ce qu'on fait avec une balle ? Jouer... je vous regarde !

TEMPS 2 : la phase de recherche.

Les enfants jouent sous l'observation du maître. Le maître stimule la recherche.

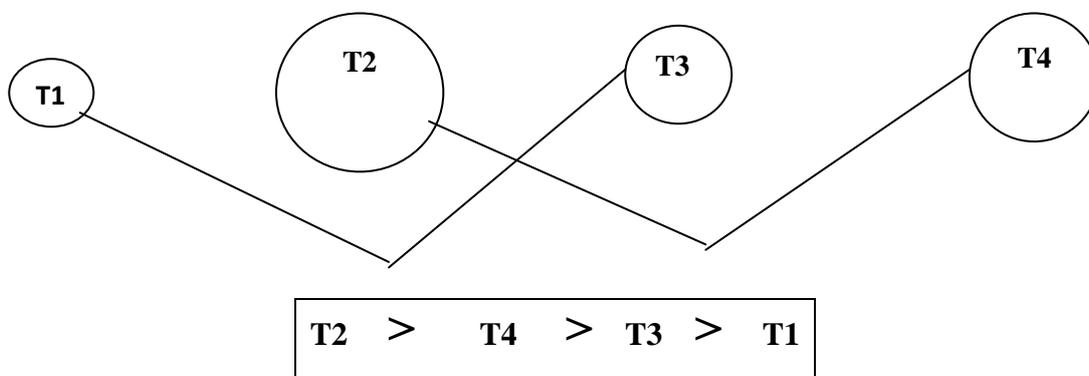
TEMPS 3 : la phase de choix + verbalisation.

Le maître fait un choix parmi les actions découvertes et le fait verbaliser par un élève.

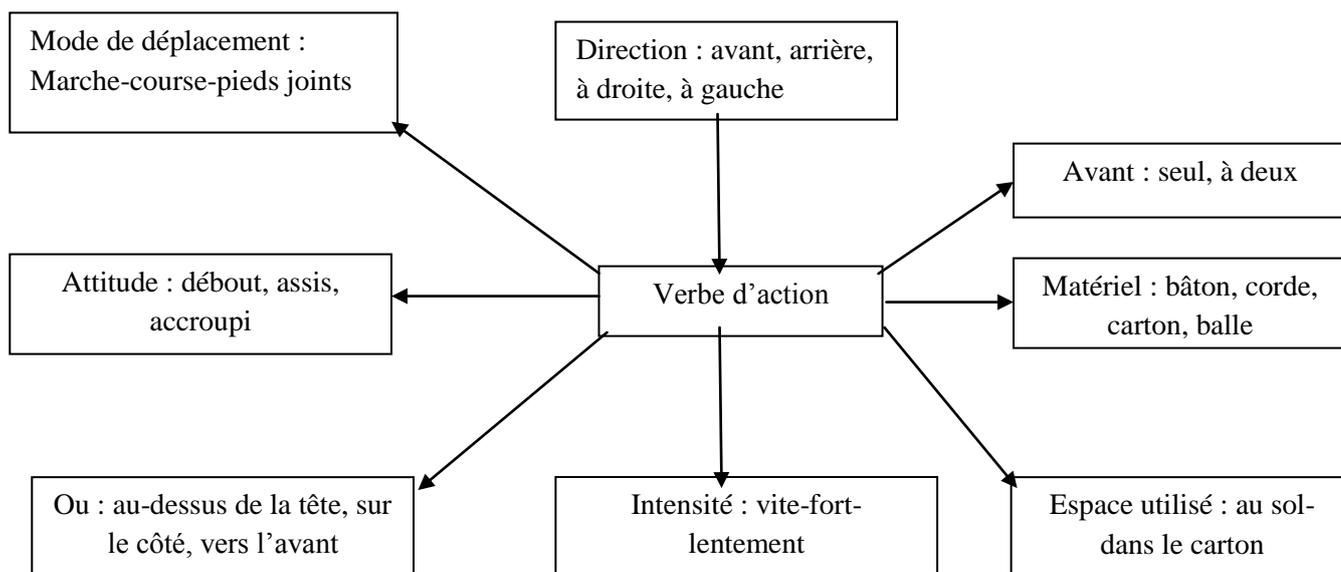
TEMPS 4 : la phase d'imitation.

Il s'agit d'une imitation collective.

2- La schématisation de démarche pédagogique en fonction du temps et de leur importance.



IV- LES AXES DE RECHERCHE OU CONDITIONS POSSIBLES AU COURS D'UNE SEANCE
OBJET.



NB : un verbe d'action est un verbe qui implique une situation d'exercice dans laquelle les facteurs d'exécutions priment sur les facteurs de perceptions. C'est-à-dire l'action posé doit être quantifiable, observable, mesurable. Ex : Courir, Sauter ≠ réfléchir, parler.

Ne pas confondre les termes suivants : progression pédagogique, démarche pédagogique, les partir ou structure d'une séance.

Progression pédagogique	Démarche pédagogique	Les parties ou structures d'une séance
*ETAPE1 : découverte générale *ETAPE2 : les manières de réaliser *ETAPE3 : la performance *ETAPE4 : l'invention.	<ul style="list-style-type: none"> ● Temps1 : consigne ● Temps2 : recherche ● Temps3 : choix+ verbalisation ● Temps4 : imitation 	<ul style="list-style-type: none"> ☉ Prise en main ☉ Mise en train ☉ Corps de la séance ☉ Retour au calme

SEANCE 2 : LES SEANCES JEUX.

I- définition du jeu

De façon générale le jeu est une réalité sociale. C'est une activité gratuite, désintéressé, attrayante régit par des règles qui varient selon le lieu et l'époque. Le seul enjeu est la satisfaction morale.

En outre, C'est une activité physique et / ou mentale purement gratuite généralement fondé sur la convention ou la fiction et qui n'a dans la conscience de celui qui s'y livre d'autre but que le plaisir qu'il procure.

Le jeu est une activité physique ou mentale gratuite, qui n'a dans la conscience de celui qui s'y livre d'autre but que le plaisir qu'il procure. A l'école primaire, le jeu implique l'idée de lutte, mais une lutte à la mesure de l'enfant, de ses impulsions et sans et sans danger pour son organisme, car le jeu est circonscrit dans les limites raisonnables imposées par la règle (espace limité, un temps précis et les règles). Il n'y a pas de jeu sans enjeu.

NB : Les règles d'un jeu peuvent varier d'un lieu à l'autre et peuvent être modifié à tout moment. Par contre celles du sport sont universelles.

II- Définition des différents types de jeu.

On distingue deux types de jeu à l'école primaire :

1- Jeux performances

Ce sont des jeux dont le but est connu et les moyens pour l'atteindre le sont aussi.
Exemple : les couleurs, les oiseaux en cage, les lapins dans la clairière, koffi-konan...

2- Jeux problèmes

Ce sont des jeux dont le but est connu mais pas les moyens de l'atteindre.
Exemple : La rivière aux crocodiles, minuit dans la savane, l'épervier...

III- Caractéristiques des différents types de jeux

Types de jeux Caractéristiques	Jeux performances	Jeux problèmes
BUT	Connu	Connu
MOYENS	Connu	Pas connu
DEMONSTRATION	Oui	Non
ENVIRONNEMENT	Stable	Instable
INCERTITUDE	Faible	Elevée
HABILETES	Fermées	Ouvertes
FACTEURS DE LA CODUITE MOTRICE	Exécution : -vitesse -force -Endurance -détente -souplesse -adresse	Perception (réflexion) -observation -analyse -évaluation -anticipation -prise de conscience

IV- Présentation des temps de la démarche pédagogique.

1- Jeux performances

1.1-Mise en place des équipes

1.2-Mise en situation ou consigne (identification du principe et des règles du jeu) ponctuée d'une démonstration.

1.3-Pratique dirigée.

1.4-Entretient maitre-élèves.

2-jeux problèmes

2.1-Mise en place des équipes.

2.2-Mise en situation ou consigne (identification du principe et des règles du jeu.)

2.3-Pratique dirigée.

2.4-Entretien maitre-élèves.

V- Evolution des différents types de jeux.

Faire évoluer un jeu suppose lui apporter un changement en vue de satisfaire des intentions éducatives, des stratégies pédagogiques.

1- Quand faire évoluer un jeu.

On fait évoluer un jeu lorsque ;
L'intérêt des élèves pour ce jeu diminue.

- Le but du jeu est trop facilement atteint ou impossible à atteindre par les élèves après plusieurs essais.
- Le comportement d'un ou de plusieurs élèves l'exige.

2- Pourquoi faire évoluer un jeu.

On fait évoluer un jeu pour ;

- Préserver le plaisir de jouer de l'enfant en évitant surtout la monotonie.
- Avoir une quantité de travail suffisante pour tous les enfants les laisser au cours du jeu.

3- Comment faire évoluer un jeu ?

On peut faire évoluer un jeu en :

- Modifiant le but et les règles du jeu.
- Diminuant le nombre d'apprenant ou d'équipes qui s'affrontent sur le terrain.
- Agissant sur les dimensions du terrain.
- Réduisant ou en augmentant la quantité du matériel utilisé.

VI- PORTEE EDUCATIVE DU JEU.

Le jeu est un puissant moyen éducatif pour l'enfant :

- Il favorise le développement physique et psychologique.
- Il améliore la motricité.
- Il favorise la précision des gestes.
- Il développe les différentes perceptions : l'attention et la mémoire.
- Il favorise la socialisation.

V-ELABORATION DE FICHE DE SEANCE.

FICHE DE SEANCE

Compétence : Traiter une situation liée à la pratique des jeux de locomotion et de manipulation d'objets.

Leçon : Les jeux de locomotion

Séance : Les lapins dans la clairière

Matériel : Les foulards, un sifflet, les fanions

Support : guide maître

Niveau : CP2

Effectif : 40

TABLEAU DES HABILETES / CONTENUS

Habilités	Contenus
Identifier	Le matériel, le principe et les règles du jeu.
Réagir	Un signal sonore ou visuel
Courir	Vite et droit
Respecter	Les règles d'hygiène, les du jeu et les règles de sécurité.

Situation :

DEROULEMENT

Plan du cours	Activités-maître	Durée	Stratégies	Activités-élèves
<p>PRESENTATION</p> <p>1-Présentation</p> <p>2-Exploitation de la situation.</p> <p>3-Mise en train.</p>	<p>-Faire l'appel, vérifier les tenues, mettre les élèves en rang, faire distribuer les foulards. Aller vers le terrain.</p> <p>-faire marcher autour du terrain, puis courir.</p> <p>-faire des étirements puis des exercices respiratoires</p>	<p>6mn</p> <p>3mn</p>	<p>Travail collectif</p>	<p>Répondent</p> <p>Se mettent en rang par équipe.</p> <p>Se dirigent vers le terrain avec leurs foulards en ordre.</p> <p>Marchent puis courent sans se bousculer.</p> <p>Inspirent et expirent profondément.</p>
<p>DEVELOPPEMENT</p> <p>1-Mise en place de la situation</p> <p>2-Mise en situation ou consigne</p> <p>3-Pratique dirigée</p>	<p>Mettre en place des équipes pour vivre l'activité. Les arbres sont debout jambes écartés et les lapins sous leurs arbres.</p> <p>A mon signal chaque lapin sortira sous son arbre et fera le tour des arbres selon le sens indiqué pour rentrer le plus vite possible sous son arbre. Attention... on ne démarre pas avant le signal et on doit respecter le sens indiqué. Démonstration avec deux couples.</p> <p>Les enfants jouent, le maître observe et intervient à chaud pour faire respecter les règles et éliminer.</p>	<p>20mn</p>	<p>Travail collectif</p> <p>Travail collectif</p>	<p>Chaque enfant reconnaît son rôle.</p> <p>Les enfants écoutent les consignes.</p> <p>Les deux couples d'enfants démontrent le jeu.</p> <p>Les enfants jouent et respectent les consignes du maître</p>
<p>EVALUATION</p> <p>Mini compétition</p>	<p>A mon signal chaque lapin sortira sous son arbre, il fera le tour des arbres selon le sens indiqué pour rentrer le plus vite possible sous son arbre. Attention on ne démarre pas avant le signal et on doit respecter le sens indiqué. Les trois derniers à rentrer sous leurs arbres seront éliminés.</p>	<p>10mn</p>	<p>Travail par groupe</p>	<p>Respectent les consignes du maître. Réussissent à faire gagner des points à leurs équipes.</p>

<p>RETOUR AU CALME</p> <p>Objectivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Rassemblement des élèves. -Bilan (Poser des questions sur le jeu) -Proclamer les résultats. -Ramassage du matériel. -Demandent aux équipent d'aller se laver les mains. -Retour en classe en silence et en ordre. 	<p>6mn</p>	<p>Travail collectif</p>	<p>Assis par équipe de couleurs.</p> <p>Répondent aux questions.</p> <p>Ramassent le matériel.</p> <p>Se lavent les mains.</p> <p>Retourne en classe dans l'ordre et le silence.</p>
---	---	------------	--------------------------	--

Séance 3 : L'animation sportive

I- Définition

Les sports à l'école primaire sont pratiqués et animés de façon particulière, l'objectif étant de les pratiquer sous leur forme globale et sans contrainte technique. Les élèves sous la supervision et l'assistance du maître apprennent les règles minimales et les gestes sommaires spécifiques à chaque sport au programme. Ces séances sont appelées animation sportives. Elles se font dans les grandes classes (CE2 CM1 CM2) elle comprend deux étapes :

-La première étape qui est le tournoi triangulaire, permet la familiarisation avec les activités sportives au programme.

-La deuxième étape qui est la séance d'initiation ou séance de travail, permet l'apprentissage des activités.

II- Objectifs spécifiques

La pratique de l'animation sportive vise trois objectifs fondamentaux.

-L'autonomie à assurer le bon déroulement des rencontres.

-La pratique globale de l'activité (maîtrise des savoirs faire-faire fondamentaux).

-La recherche d'un certain niveau de performance.

III- LE TOURNOI TRIANGULAIRE ET INITIATION

1-Tournoi triangulaire

1.1-Définition

On appelle tournoi triangulaire, un tournoi qui regroupe trois équipes au cours duquel lorsque deux équipes s'affrontent, la troisième organise. A la fin de cette compétition chaque équipe aura joué deux fois et organisé deux fois.

1.2-Méthodologie

Le tournoi triangulaire a une méthodologie particulière. Elle se présente comme suit :

-Présentation

-Développement

-Retour au calme

1.3-Démarche pédagogique d'un tournoi triangulaire.

Elle se présente comme suit :

- Mise en place des équipes
- Mise en place de l'équipe organisatrice.
- Mise en train (échauffement).
- Mise en situation

*Principes

* Règles

*Pratique dirigée (déroulement des rencontres).

2. Séance d'Initiation

2.1-Definition

C'est une séance au de laquelle les élèves sont mis en situation d'apprentissage d'une nouvelle activité

2.2-Methodologie

La méthodologie de la séance d'Initiation est la méthodologie générale des séances d'EPS :

- Présentation
- Développement
- Evaluation
- Retour au calme

2.3-Demarche pédagogique

- Mise en place
- Mise en situation
- Pratique dirigée

IV- INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

1-L'enregistrement des résultats

Il se fait à l'aide d'une fiche que le maître met à la disposition du marqueur et son aide. Elle est dénommée fiche A.

1.1- La fiche A

C'est la fiche d'enregistrement des résultats des rencontres d'un tournoi triangulaire. Le décompte des points se fait de la manière suivante :

- Match gagné donne trois (3) points.
- Match nul donne deux (2) points.
- Match perdu donne un (1) point.

La fiche d'enregistrement des résultats ou fiche A

1 ^{ère}	Jaune	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
		2	12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22
		3	
rencontre	Vert	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
		2	12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22
		3	
2 ^{ème}	Vert	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
		2	12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22
		3	
rencontre	Rouge	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
		2	12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22
		3	
3 ^{ème}	Rouge	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
		2	12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22
		3	
rencontre	jaune	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
		2	12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22
		3	

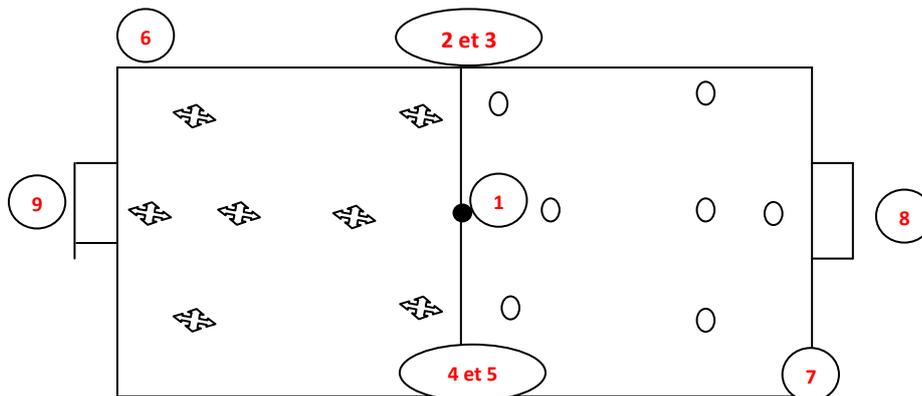
Clubs	Points	Classement
Vert		
Rouge		
Jaune		

2- Le rôle de l'équipe organisatrice

L'équipe organisatrice est le pilier du déroulement des tournois triangulaires. Elle assure le bon déroulement des rencontres. Elle pour rôle d'officier le tournoi. L'intention de la mise place d'une équipe organisatrice est donc de rechercher l'autonomie des élèves à assurer le fonctionnement intégral du tournoi et conjointement et permettre à l'enseignant de se consacrer à un groupe précis. Sans cette autonomie l'organisation de l'animation sportive telle que préconisée est voué à l'échec.

La tenue du rôle d'organisation se conforme à un impératif. Elle est spécifique à l'activité qu'elle officie.

2.1- En sport collectif



1 L'arbitre central

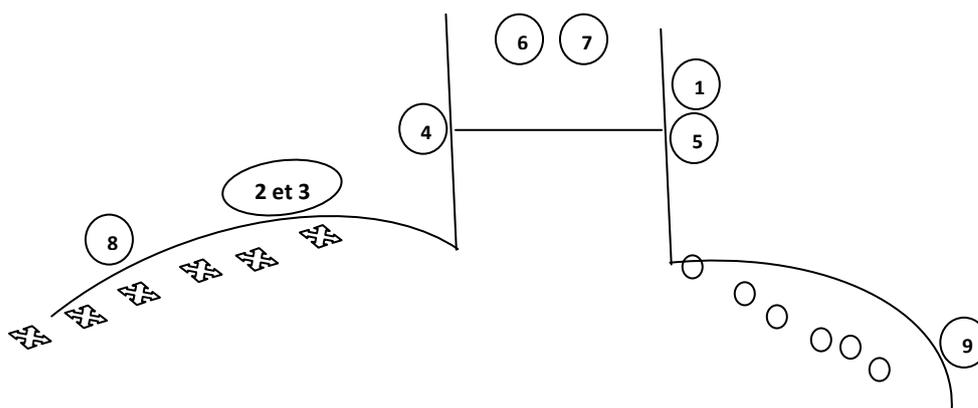
2 et 3 : Le chronométreur et son aide

4 et 5 : Le marqueur et son aide

6 et 7 : Les juges de touche (assistants)

8 et 9 : Les juges de but, et aussi des ramasseurs de balles.

2.2-En saut en hauteur



1 : le juge arbitre responsable de l'épreuve (il appelle les concurrents)

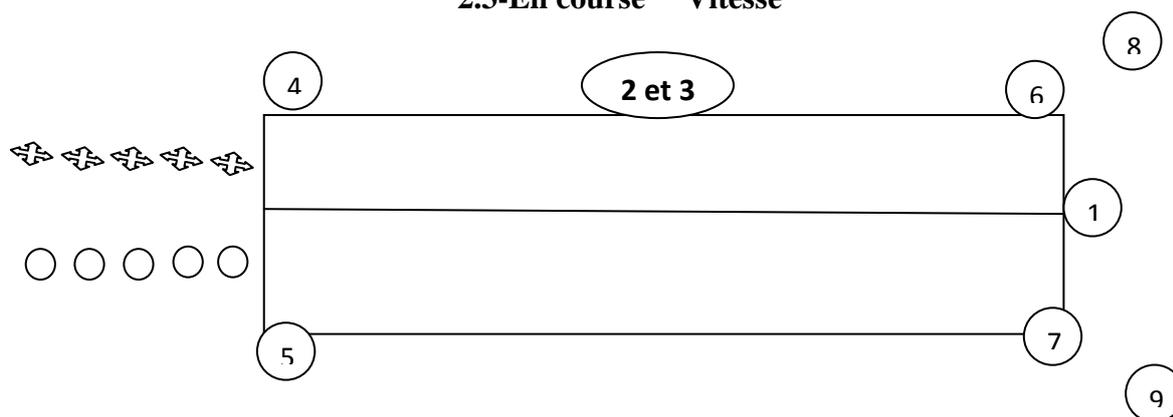
2 et 3 : le marqueur et son aide

4 et 5 : des élèves pour tenir et déplacer l'élastique

6 et 7 : des remblayeurs (ils remuent et nivèle la fosse de réception)

8 et 9 : des élèves pour mettre en ordre les concurrents avant et après le saut.

2.3-En course Vitesse



Le principe est d'attribuer un rôle ponctuel à chaque membre de l'équipe organisatrice afin d'éviter toute distraction parallèle. Chacune des responsabilités assignés aux de l'équipe organisatrice a des exigences.

Exemple : L'arbitre et les juges chargés de la régularité des rencontres doivent connaître les règles de la discipline tout comme le marqueur et son aide doivent être capables d'utiliser la fiche.

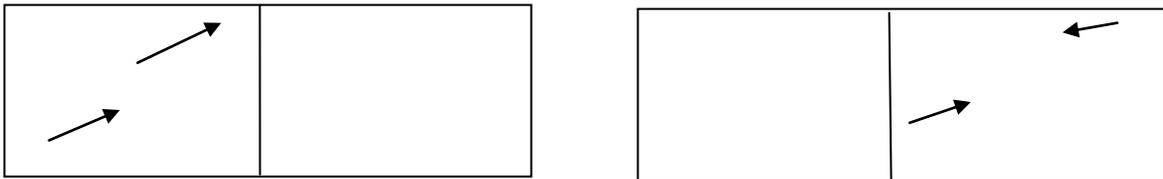
3 - Exemple d'échauffement en animation sportive.

L'échauffement doit être connu des élèves qui pourront le réaliser sans l'aide du maître. Il est répété chaque fois que l'activité sportive qu'il prépare est abordée. Le maître peut le modifier s'il le juge nécessaire.

3.1- En sport collectif.

Le « passe et va » chaque équipe occupe une moitié du terrain. Sur cette moitié les élèves forment deux demi colonne face à face. Je fais la passe à un camarade d'en face et je me positionne derrière ma propre colonne et vise – versa.

Le « passe et suit » suivant le même principe, je fais la passe à un camarade d'en face et je suis mon ballon pour me mettre derrière la colonne d'en face.



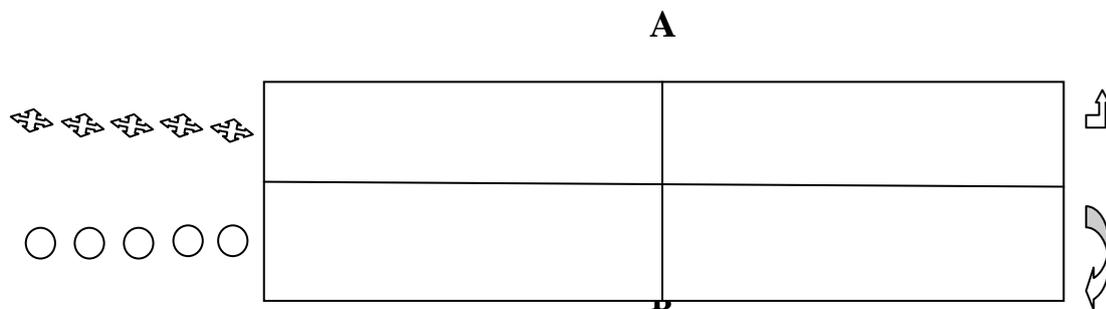
3.2-En course de vitesse

*Par deux courses lentes jusqu'à l'arrivée, revenir en marchant sur les côtés.

*Elévation de genou jusqu'à AB, talons aux fesses après AB en marchant sur les côtés.

*Course lente jusqu'à AB, course rapide après AB on revient en marchant sur les côtés.

Vitesse



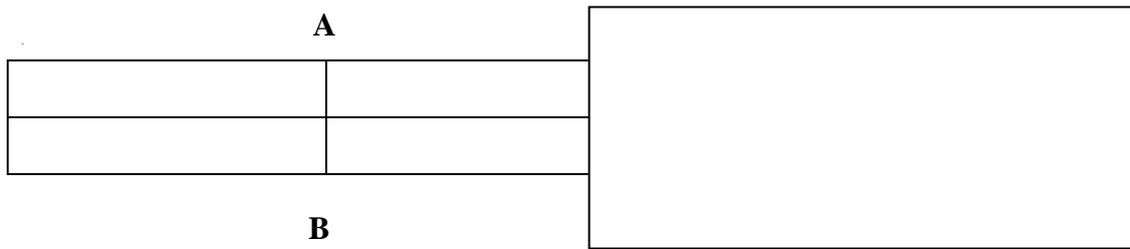
3.3-En course d'endurance

- Course lente sur la moitié du parcours, marche sur l'autre moitié.
- Course lente sur un tour puis marcher sur un 1 / 2 parcours

3.4-En saut en longueur et triple sauts

Par deux courses lentes, saut un pied et chute pieds joints dans le sable, on revient en marchant sur le côté.

Saut à cloche pieds jusqu'à AB, course rapide après AB, saut appel un pied et chute pieds joints dans le sable.



3.5- Saut en hauteur

Deux par des sauts à cloche pieds jusqu'à AB et course lente après AB, saut libre. On revient en marchant.

Leçon 3 : Les activités sportives.

Le sport est une activité physique dans laquelle la fonction motrice s'exerce dans un cadre codifié et institutionnalisé s'exprimant au cours d'une compétition et soumis à un entraînement programmé.

Séance 1 : Les sports collectifs

Ce sont des sports opposent deux équipes qui se disputent un engin (balle, ballon) sur une aire de jeu bien délimitée pendant un temps précis et dont l'objectif est de marquer des buts tout en empêchant l'adversaire d'en faire autant.

L'appellation de leurs buts varie selon le type de sport : au football et au handball on parle de but, au volleyball ce sont des points qui aboutissent à des sets, au basketball on parle de panier (1, 2, 3) points et au rugby on parle d'essai (5 points).

I- Le Handball

1-Definition

Le Handball est un sport collectif qui à fait son apparition au XIXème siècle en Allemagne. Il réalise l'opposition de 6 joueurs de champ et un gardien par équipe sur un terrain de 40m sur 20m dans une lutte incessante pour disposer du ballon.

Il consiste à jouer de la main pour progresser vers le camp adverse et marquer plus de but que l'adversaire tout en assurant une protection maximum de son propre but afin d'être déclaré vainqueur.

2-Les principales règles

Le handball est régi par 19 règles mais à l'école primaire nous nous limiterons aux règles d'or.

*Ne jouer qu'avec la main.

*Ne pas rentrer dans la zone des 6m (partie réservée au gardien de but).

*Ne pas s'accrocher à l'adversaire, ni le bousculer, ni lui faire un croc en jambe.

*L'engagement se fait au centre du terrain et le joueur exécutant doit avoir un pied sur la ligne médiane.

*Il y a buts lorsque la balle franchit toute la ligne de but entre les deux poteaux.

3-Stratégie d'organisation d'un tournoi triangulaire de handball

Au niveau du CE2 le maître doit amener ses élèves à :

- Organiser et animer un tournoi triangulaire de handball.
- Respecter et faire respecter les règles du handball.
- Déterminer les principes fondamentaux des sports collectifs à savoir :

- On est attaquant lorsqu'on est en possession du ballon.
- On est défenseur lorsqu'on n'a pas le ballon.

Les séances de handball doivent être animées dans l'application des règles principales.

NB : Toutes ces séances sont vécues sous forme de tournoi triangulaire.

4-Portée éducative du handball ou justification psychopédagogique

La pratique du handball permet à l'enfant de :

S'initier à l'éducation civique et morale par le rapport du principe et des règles qu'exige cette discipline.

- renforcer ses capacités à agir et s'adapter à des situations d'incertitudes.
- Cultiver son esprit d'équipe et de solidarité.
- Assumer des responsabilités au niveau l'organisation des rencontres
- Se conformer aux lois du groupe.
- Développer sa capacité de perception, d'anticipation et de décision.

5-Terminologie

●**La passe** : c'est un geste technique qui lie deux ou plusieurs partenaires par l'intermédiaire de la balle.

●**Le dribble** : c'est un geste technique qui consiste à faire rebondir la balle au sol permettant au joueur de progresser ou de conserver la balle, le temps de s'en défaire.

●**Le tir** : c'est un geste technique final qui conclut l'attaque. C'est au nombre de tirs réussis que dépend le résultat final d'une rencontre.

●**Le joueur en appui** : c'est tout joueur placé devant le porteur de balle et qui par des passes contribue à la progression vers le camp adverse.

●**Le joueur en soutien** : c'est un joueur placé en arrière ou sur la même ligne que le porteur de balle, qui par des passes contribue à conserver la balle au profit de son équipe.

II- Le Football

1- Définition

● Le football est un sport né en Angleterre. C'est un sport dans lequel 22 joueurs s'efforcent d'envoyer un ballon rond dans le but adverse sans l'intervention des mains au cours d'une partie divisée en deux mi-temps.

2- Caractéristique du football à l'école primaire

Le football à l'école primaire utilise le terrain de handball comme aire de jeu. L'on parlera de football à 7 avec 6 joueurs de champs et un gardien de but. On pratique le football à 7 pour deux raisons :

- Permettre aux enfants de toucher au maximum le ballon.
- Utiliser un terrain réduit dont les dimensions sont adaptées à leurs capacités physiques.

3- Les principales règles

- Jouer uniquement avec le pied (sauf le gardien dans sa zone).
- Jouer dans les limites du terrain.
- Ne pas brutaliser l'adversaire.

4- Stratégie d'organisation d'un tournoi triangulaire

Idem au handball

5- Porté éducative du football

La pratique du football permet à l'enfant de :

- renforcer ses capacités à agir et s'adapter à des situations d'incertitude.
- assumer les responsabilités au niveau de l'organisation des rencontres.
- développer sa capacité de perception, d'anticipation, et de décision.
- cultiver son esprit d'équipe (solidarité, partage, civisme).

Séance 2 : Les sports Athlétiques

I- Les Courses

1- La course d'endurance

2- 1.1-Définition

C'est une activité athlétique qui consiste à courir le plus longtemps possible à une allure aisée sans s'arrêter, sans marcher, ni s'épuiser.

1.2-Le principe de la course d'endurance

Courir le plus longtemps possible de manière régulière sans s'épuiser.

1.3-Les principales règles

- *Ne pas ralentir ou accélérer par moment
- *Ne pas s'arrêter ou marcher
- *Ne pas bousculer ou faire tomber un camarade.

1.4-Les stratégies d'organisation d'un tournoi triangulaire d'endurance

Il existe plusieurs méthodologies de travail en endurance, parmi lesquelles nous retenons le travail par intervalle et le travail continu.

1.4.1-Le travail par intervalle

Il consiste à baliser un parcours permettant aux élèves d'évoluer par groupe avec une certaine allure sur une distance précise. Il permet de reconnaître le niveau d'endurance par rapport au temps de passage et un meilleur contrôle de l'allure de course avec la distance parcourue.

1.4.2-Le travail continu

Il consiste à maintenir l'allure de course pendant un temps donnée sans tenir compte de la distance parcourue. L'objectif est d'augmenter progressivement le temps de course et de stabiliser le système cardio-vasculaire.

1.5-Porté éducative de la course d'endurance

La pratique de la course d'endurance développe chez l'enfant :

- *L'élargissement des capacités cardiaques
- *L'amélioration de la fréquence cardiaque
- *Développement de la cage thoracique
- *La persévérance
- *Le goût de l'effort
- *Le dépassement de soi
- *L'esprit d'équipe
- *L'esprit de combativité

2-La course de vitesse

2.1-Définition

C'est une épreuve athlétique qui consiste à parcourir le vite possible une distance relativement courte.

2.2-Le principe de la course de vitesse

Courir le plus vite possible d'un point A à un point B.

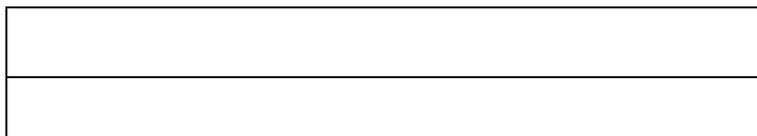
2.2.1-Caractéristique de la course de vitesse

Elle est composée de trois phases essentielles :

- *Le départ
- *La mise en action
- *La course proprement dite.

Mise en action

Course proprement dite



Départ

Arrivée

2.3-Les principales règles

- *Ne pas empiéter la ligne de départ.
- *Ne pas démarrer avant le signal.
- *Ne pas courir hors de son couloir.
- *Ne pas s'arrêter avant la ligne d'arrivée.
- *Il est interdit de retenir son vis-à-vis.

NB : Les distances de course au niveau de la vitesse varient d'une classe à une autre (de 30m à 60m).

- CE2 >>>> 30m – 40m
- CM1 >>>> 40m – 50m
- CM2 >>>> 50m – 60m

2.4-Stratégie d'organisation d'un tournoi triangulaire

Pour animer une séance d'un tournoi triangulaire :

- *Au signal : parcourir le plus vite possible la distance pour franchir la ligne d'arrivée.
- *Départ debout ou accroupi.
- *Deux ou trois passages par élève ou par rencontre.

METHODES DE TRAVAIL	DECOMPTE DES POINTS
Course à deux	- Le 1 ^{er} marque 4 points - Le 2 ^e marque 1 point
Course à quatre	- Le 1 ^{ère} marque 4 points - La 2 e marque 3 points - La 3 e marque 2 points - La 4 e marque 1 point

2.5- Portée éducative de la course de vitesse

La pratique de la course de vitesse permet à l'enfant :

- développer son attention
- acquérir la notion de vitesse
- améliorer sa vitesse de réaction
- développer le goût de l'effort.

II- Les sauts

1-Le saut en longueur

1.1-Définition

C'est une épreuve athlétique qui fait partie des sauts de type horizontal. Il consiste à l'issue d'une course d'élan rapide à franchir d'un seul bond à partir d'une zone d'appel, la plus grande distance possible.

1.2-Principes

Courir vite, prendre appel un pied dans la zone bien délimité (ou sur une planche d'appel) et bondir pour redescendre le plus vite possible dans la fosse de réception.

1.3-Principales règles

- Ne pas mordre (toucher) la ligne d'appel.
- Sortir en avant du sautoir après chaque saut.
- Ne pas prendre impulsion des deux pieds.
- Ne pas se réceptionner hors de la fosse.

1.4-Stratégie d'organisation d'un tournoi triangulaire

- Le saut est libre

Faire sauter les élèves un à un en alternant les couleurs ou deux à deux si possible.

1.5-Portée éducative du saut en longueur

La pratique de cette discipline permet à l'enfant de :

- développer son attention.
- développer sa promptitude.
- améliorer sa latéralité.
- développer sa détente horizontale.
- développer sa coordination motrice.

2-Le saut en hauteur

2.1-définition

C'est une épreuve athlétique qui fait partie des sauts de type vertical. Il consiste à l'issue d'une course d'élan progressivement accéléré, à franchir d'un seul bond la grande hauteur possible.

2.2-Principe

A l'issue d'une course d'élan, franchir d'un seul bond la plus grande hauteur possible.

2.3-Principales règles

- L'appel est pris sur un pied.
- Sortir en avant du sautoir après chaque saut.
- Ne pas contourner le montant vertical.
- Ne pas se réceptionner hors de l'aire de chute.

2.4-Stratégie d'organisation d'un tournoi triangulaire

-Trois hauteurs sont à proposer pour lesquelles chaque élève effectue deux essais :

- *A mi-cuisse.....80 franchissable
- *Au pubis.....50 franchissable
- *A l'ombre.....30 franchissable

- Le saut libre.
- Faire sauter les élèves un à un en alternant les couleurs ou
- deux à deux si possible (deux élastiques différents).

2.5-Portée éducative du saut en hauteur

La pratique de cette discipline permet à l'enfant de :

- développer son attention
- développer sa promptitude
- améliorer sa latéralité
- développer sa détente horizontale
- développer sa coordination.

III- Les Lancers

1-Définition

Les activités de lancer sont des activités athlétiques au cours desquelles l'élève projette à partir d'une zone bien délimitée un engin :

- sur une cible
- le plus loin possible dans une aire de lancer.

2-Principe

Lancer avec précision un engin ou projeter un engin le plus loin possible.

3-Principales règles

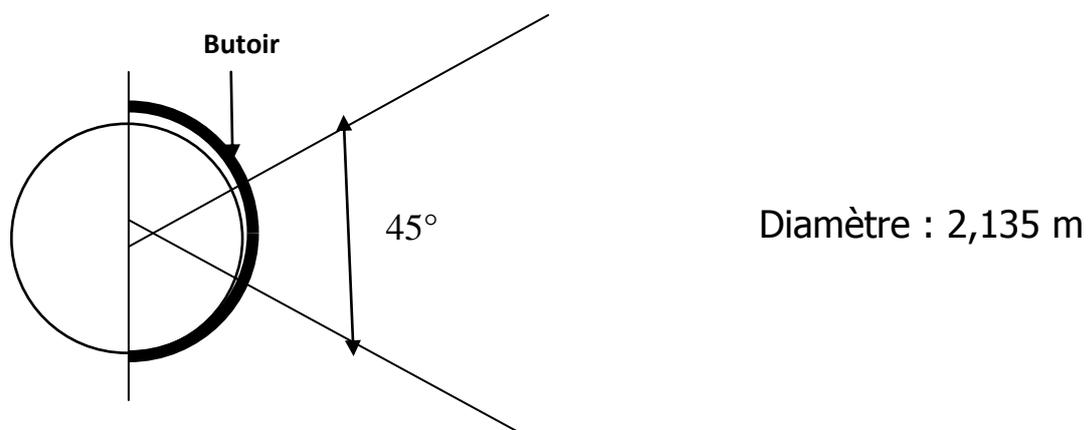
- Ne pas mordre (marcher sur) la ligne de lancer.
- Le point de chute de l'engin doit se situer dans le secteur de lancer.
- Ne pas lancer avant le signal.

4-Stratégie d'organisation d'un tournoi de lancer

- technique de lancer est libre.
- lancer l'engin à bras cassé.
- lancer dans une cible
- faire passer les élèves un à un ou deux à deux si possible (avec deux aires de lancer).

5-Différents terrains de lancer

5.1-Aire de lancer de poids



5.2-Lancer de javelot

Zone d'élan	Zone neutre	1	2	3	4	5	6		

6-Portée éducative

La pratique des activités de lancer contribuera à :

- raffermir la latéralité de l'enfant
- développer son adresse
- améliorer sa coordination motrice générale

Séances 3 : Expression corporelle

I- La gymnastique

1-Définition

C'est une activité sportive et artistique de reproduction de mouvement plus ou moins acrobatiques. La réalisation de cette activité exige de l'agilité, du réflexe et de l'équilibre.

2-Principe

-réaliser une tâche motrice dans une situation inhabituelle.

3-Principales règles

-Ne pas tomber ou faire.

-Ne pas perdre son équilibre.

4-Stratégie d'organisation d'un tournoi triangulaire de gymnastique

-Faire passer les élèves un à un en alternant les couleurs ou deux à deux si possible.

-Exécuter des sauts gymniques.

-Se tenir en équilibre dans différentes postures.

-Faire des roues.

-Réaliser différentes rotations.

-Enchaîner des éléments gymniques.

Séance 4 : Sport de combat

I -La lutte

1-Définition

La lutte est une activité sportive d'opposition avec contact au cours de laquelle un élève ou une équipe est opposé(e) à un (e) autre dans un duel appelé « combat ». Chaque partie joue simultanément le rôle d'attaquant et de défenseur.

2-Principe

Le principe de ces jeux consiste à :

-saisir et contrôler l'adversaire en l'amenant au sol

-Esquiver pour éviter de se faire toucher par l'adversaire

-Déplacer ou déséquilibrer l'adversaire en le tenant ou en le poussant.

3-Les principales règles

-Ne pas sortir du terrain

-Ne pas frapper son adversaire

-Ne pas blesser l'adversaire

4-Stratégies d'organisation d'un tournoi triangulaire de lutte

Opposer les élèves un à un ou deux par deux par équipe.

5-Portée éducative de la lutte

- Eprouver ses forces
- Se mesurer à autrui
- Vaincre son appréhension aux confrontations
- Cultiver le gout de l'effort
- Développer ses qualités d'endurance
- Développer son agilité
- Améliorer sa vitesse de réaction
- Améliorer sa coordination motrice
- Développer la maîtrise de soi.

CONCLUSION GENERALE

C'est à l'école primaire que se développe dans toute leur plénitude les aptitudes indispensable à la vie individuelle et collective : aptitudes physiques, physiologiques, psycho-socio-motrices.

Toute lacune à cette période de la vie se traduit par des déficits irréversibles au plan de la formation motrice, psychomotrice ou affective.

Toute pédagogie ultérieure ne peut être alors qu'une pédagogie de rattrapage.

En conséquence, tous les moyens qui seront consacrés à l'éducation motrice de l'enfant de 6 à 13 ans constituent un investissement bien plus rentable au plan des résultats ultérieurs que toutes les autres actions intervenants alors qu'il est déjà peut être trop tard.